

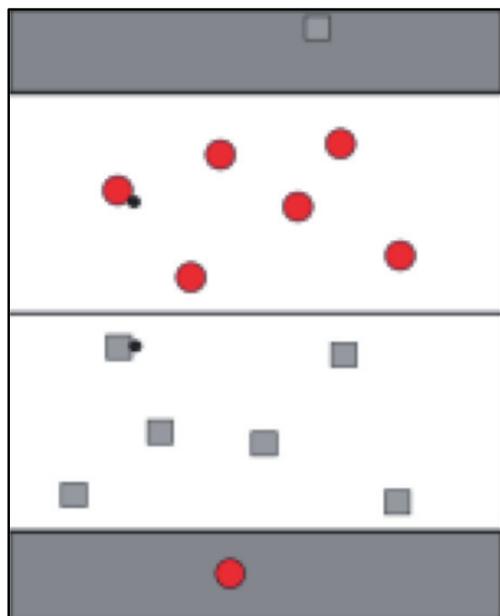
## Palla prigioniera: forme di base

### Numero di partecipanti: 12-36

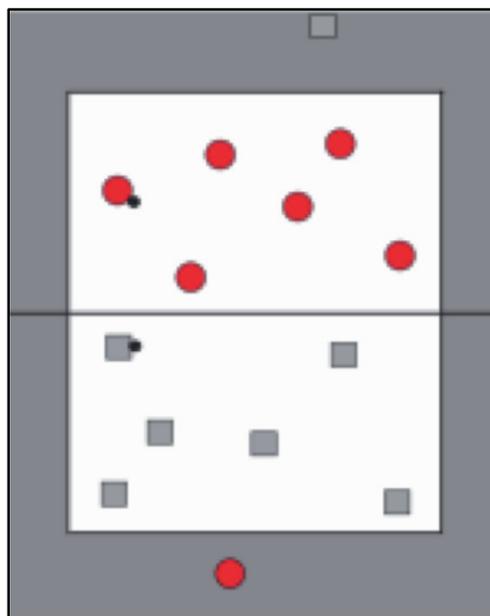
Le regole di questo gioco classico sono semplici e l'obiettivo è quasi banale. Si tratta di «colpire e affondare» gli avversari. Pertanto, palla prigioniera è stato un gioco malvisto per anni. Ma tra i giovani, questo gioco è sempre stato molto popolare. Aggiungendo alcune regole supplementari, è possibile creare delle varianti più intensive e intelligenti. Le regole elencate di seguito sono state testate con successo in diverse lezioni di educazione fisica. Se necessario, possono inoltre essere modificate e adattate a piacimento.

### Regole di base

- Suddividere il campo di gioco in due parti. A seconda della variante, la prigione si trova dietro (schema 1) o attorno al campo (schema 2).
- Chi viene colpito deve andare in prigione.
- Perde la prima squadra che ha tutti i giocatori in prigione.
- Se non viene indicato diversamente, è proibito camminare con la palla.
- All'inizio della partita, ogni squadra ottiene una palla di gommapiuma.
- Non appena parte il gioco, si può lanciare la palla.
- Le palle appartengono alla squadra che si trova dove ci sono le palle. Possono però essere pescate da un avversario. Basta che durante la «pesca» almeno una parte del corpo tocchi il proprio campo.



Palla prigioniera, forma di base 1



Palla prigioniera, forma di base 2