



# Gioco del quadrato

## Capacità messe in gioco

Accoppiamento e combinazione	●●●○
Differenziazione cinestetica	●●●●○
Differenziazione ritmica	●●○○○
Orientamento spazio temporale	●●●●○
Anticipazione reazione	●●○○○
Trasformazione	●●●○○
Equilibrio	●●○○○
Forza	●●○○○
Velocità	●●●●○
Resistenza	●●○○○
Interazione-collaborazione tra giocatori	●●●○○

## Abilità specifiche

Presa e tiro veloci

## Requisiti

Età consigliata  
Tutte le età

Numero di giocatori  
4 o 5 giocatori per squadra

Materiale  
1 pallina e 4 delimitatori per squadra, 1 guantone per partecipante

## Svolgimento del gioco

Due o più squadre da quattro giocatori ciascuna si dispongono ognuna a formare un quadrato di lato 5-9 metri a seconda dell'età dei giocatori e del tipo di palla che si andrà ad usare. Ogni giocatore sta ad un vertice del quadrato.

Il primo giocatore di ogni squadra ha una palla in mano ed al via dell'istruttore la passa al giocatore successivo fino a riportare la palla al punto di partenza.

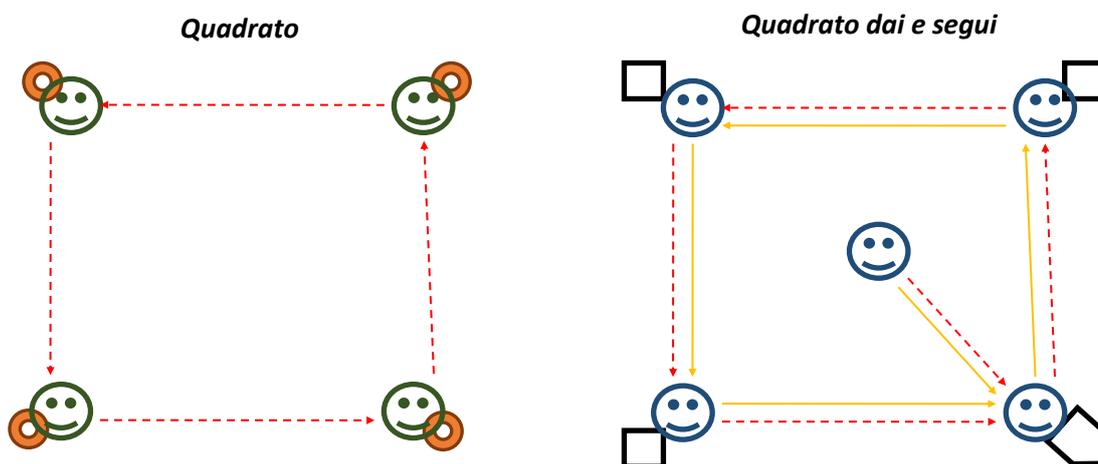
Vince la squadra che per prima riesce a far fare alla palla tre (o più) giri completi del quadrato. Ogni volta che la palla passa dal primo giocatore, cioè quello che ha dato il via al gioco, questo grida il numero del giro a cui sono, quando raggiunge il terzo, e cioè hanno finito, grida "stop".

Possiamo giocare facendo girare la palla in senso antiorario o in senso orario.

Si può giocare anche con un quadrato alla volta utilizzando il cronometro, "Quadrato a cronometro", il tempo migliore vince.

Con cinque giocatori per squadra si può attuare la variante "dai e segui". La palla, anziché partire da un vertice del quadrato, parte dal quinto giocatore situato al centro, che passerà la palla ad un compagno seguendo il tiro e posizionandosi al suo posto e così di seguito per tutti i passaggi al compagno successivo. Il gioco termina quando colui che ha ricevuto il primo passaggio torna alla posizione iniziale e riceve la palla.

## Schema del gioco



*Le frecce rosse tratteggiate rappresentano i passaggi della palla, mentre le frecce gialle indicano lo spostamento dei giocatori.*

## Varianti

- con il pallone di spugna e lo si passa a due mani
- con la palla da volley o simile a mani nude
- con palline diverse (sponge-ball, tennis, incrediball), senza guanto e con il guanto
- con la pallina e il guantone utilizzando tiri diversi
  - sottomano in senso orario
  - sottomano in senso antiorario
  - passaggio sottomano rovesciato
  - sopra mano al petto senso orario
  - sopra mano al petto senso anti orario
  - rotolata a terra
  - rimbalzata, 1 rimbalzo, 2 rimbalzi ecc.