



Palla tabellone

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

Passaggio e ricezione

Requisiti

Età consigliata

Dai 10 anni in poi

Numero di giocatori

Da 4 a 6 per squadra

Materiale

Pallone o pallina e guantoni, delimitatori o righe campo, canestri

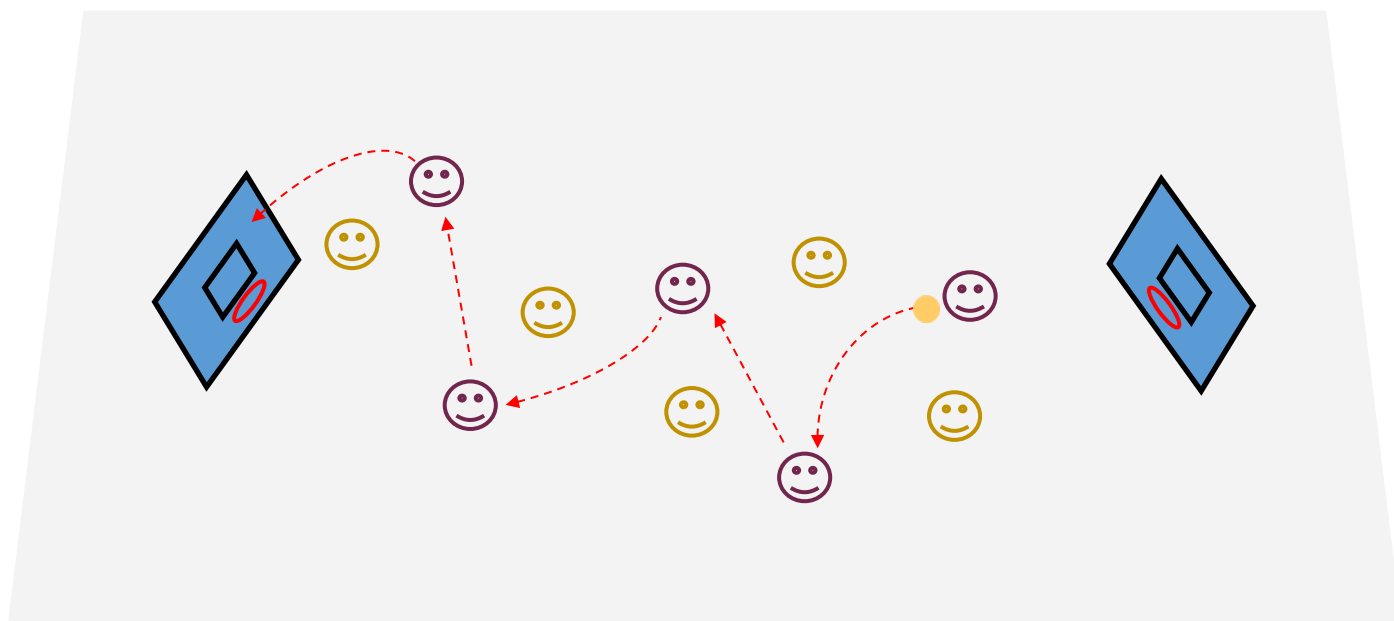
Svolgimento del gioco

I ragazzi sono divisi in due squadre da 5-6 giocatori. I giocatori devono colpire il ferro o il tabellone (1 punto) o fare canestro (3 punti). Chi ha la palla in mano non si può spostare.

La squadra non in possesso di palla deve tentare di intercettarla ma senza toccare gli avversari, non è un gioco di contatto.

Se la palla è intercettata è cambio palla. Se la palla cade è cambio palla. Quando si segna uno o più punti la palla passa all'altra squadra.

Schema del gioco



Varianti

A seconda dell'età e delle capacità dei partecipanti si può variare dimensione, peso e durezza del pallone utilizzato (spugna, volley ecc).

Lo stesso gioco, con le stesse regole, si può fare anche con pallina e guantone.

Tips

Se ci si accorge che sono sempre gli stessi a passarsi la palla, si può aggiungere la regola che tutti devono aver toccato la palla prima di poter fare punto oppure si può dire che non si può fare il "passaggio di ritorno": non posso ridare la palla a chi me l'ha data.