

## Giochi Tradizionali: palla rilanciata



N° 0164 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingssystem.com)

**PARTENZA:** liberi, una squadra in una metà del campo e l'altra nella metà opposta

**SQUADRE:** 2 squadre, numero libero di giocatori per squadra

**CAMPO:** è quello usato per la pallavolo m. 18x9

**SCOPO DEL GIOCO:** Far cadere la palla nel campo avversario

**DESCRIZIONE:** Il giocatore che si trova al centro dello schieramento deve lanciare il pallone nella metà campo avversaria mentre tutti i compagni possono raccogliarlo. Chi lancia la palla grida "CAMBIO" e la squadra compie una rotazione a tutti occupano la posizione alla propria destra.

**REGOLE:** La palla può essere trattenuta solo per 3 secondi e non si possono fare più di 3 passaggi.

**VITTORIA:** vince la squadra che somma il maggior punteggio

**PUNTEGGIO:** 1 punto per ogni componente che raggiunge lo scopo del gioco

**MATERIALE:** Pallone, rete

### *SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0164*

**TIPO DI GIOCO:** esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) attività fisico-motoria di base