

0017 - GIOCARE A MINIBASKET A 9-10 ANNI: PALLEGGIARE

010. Percorsi in palleggio a tutto campo con attrezzi e cambi di mano, velocità e direzione.

011. Gare individuali e staffette a squadre con percorsi a tutto campo o a meta' campo o in spazi ristretti, con o senza attrezzi.

012. SCOSSA: bambini che si muovono in palleggio per il campo, allo "stop" dell'Istruttore devono fermarsi in uno spazio lontano dagli altri bambini, al segnale di "cambio" lasciano la palla a terra e vanno a prendere un'altra palla, all'indicazione "scossa" si fermano continuando a palleggiare sul posto e muovendo rapidissimi i piedi, al "via" dell'Istruttore ripartono cercando strade libere dove muoversi in attesa del nuovo segnale.

013. QUATTRO STAGIONI: campo diviso in quattro zone e bambini divisi in quattro gruppi, in ogni zona vengono applicate regole diverse:

- ZONA 1 – i bambini giocano a scappare da un cacciatore palleggiando ed anche il cacciatore ha la palla; chi viene toccato diventa cacciatore.
- ZONA 2 – i bambini giocano a scappare da un cacciatore palleggiando e il cacciatore non ha la palla; chi viene toccato lascia la palla e diventa cacciatore.
- ZONA 3 – i bambini giocano senza palla a scappare da un cacciatore con la palla; chi viene toccato diventa cacciatore.
- ZONA 4 – i bambini giocano senza palla a scappare da un cacciatore anch'egli senza la palla; chi viene toccato diventa cacciatore.

014. PROVOCA: i bambini disposti su 3 file a fondo campo, al via dell'Istruttore, il bambino della fila centrale deve cercare di toccare, palleggiando, uno dei due bambini delle file laterali, che si salvano solo se riescono, palleggiando, a toccare con i piedi le linee laterali del campo; al secondo segnale dell'Istruttore i tre bambini sprintano fino a fondo campo.