

## **Tiro alla fune**

Si formano due squadre con lo stesso numero di persone e si traccia una linea di demarcazione che delimiti il territorio di ciascuna squadra. Stendere la corda, lunga una decina di metri, e contrassegnare il punto centrale legandovi un fazzoletto. Annodare poi altri due fazzoletti a un metro di distanza dal primo, uno a destra e uno a sinistra. Le due squadre a questo punto prendono posizione da una parte e dall'altra rispetto alla linea di demarcazione, in fila indiana. Prima di iniziare la gara i concorrenti prendono in mano la corda, mettendosi in tensione: appena il fazzoletto centrale è perpendicolare alla linea del centro campo, viene dato il via e i partecipanti devono tirare la corda con tutta la loro forza.

Vince la squadra che riuscirà a trascinare gli avversari fino a portare il loro fazzoletto oltre la linea di demarcazione, nel proprio campo.

### **LE INFRAZIONI**

Non ci si può sedere. Dopo uno scivolone si deve tornare nella giusta posizione.

Non è permesso toccare terra con una qualsiasi parte del corpo tranne i piedi.

E' vietata qualsiasi presa che impedisca il libero scorrimento della corda.

Non è permesso tirare la fune muovendo le mani a turno una dietro l'altra.

## **Bandiera Genovese**

Il campo di gioco è costituito dal solito rettangolo diviso da una metà campo, in ognuna delle quali vi è una squadra

Scopo del gioco è quello di recuperare la bandiera della squadra avversaria entro il tempo prefissato, riportandola nella propria metà campo

Chi entra nel campo avversario, se toccato, si deve fermare con le braccia tese; può essere liberato solo se toccato da un compagno libero I difensori, nella propria metà campo, non possono stare a meno di tre passi dalla bandiera o da un avversario catturato

Se viene preso un giocatore con la bandiera mentre la sta riportando al proprio campo si ferma e la bandiera deve essere riposizionata alla base avversaria nella posizione iniziale.

## **Palla Prigioniera**

Il campo di gioco è diviso da una riga in due parti uguali. Nella zona retrostante ad ogni metà campo è situata un'ulteriore zona, chiamata prigione. I giocatori vengono divisi in due squadre, ognuna delle quali occuperà una metà campo. Viene sorteggiata la squadra che riceverà la palla per prima.

Obiettivo di ogni squadra è eliminare i giocatori avversari, rendendoli "prigionieri". Un giocatore viene reso prigioniero se viene colpito con la palla da un avversario. In tal caso deve spostarsi nella prigione dietro la linea di fondo del campo avversario. Se però un avversario prende al volo la palla, è il lanciatore ad essere reso prigioniero. Se un giocatore in prigione prende al volo la palla lancia dagli giocatori della propria squadra viene "liberato" e può tornare a giocare con la propria formazione.

Il gioco termina quando tutti i componenti di una squadra sono stati fatti "prigionieri".

### **STRAMAZZA**

#### Regole del gioco

**Scopo del gioco:** eliminare uno ad uno i giocatori della squadra avversaria colpendoli con la palla o facendo sì che essa cada vicino a loro toccando il pavimento.

**Il campo da gioco:** stramazza si gioca sul campo da pallavolo. Non serve altro che la rete alla stessa altezza della pallavolo e le righe già presenti sul campo.

**Le squadre:** è richiesto che le squadre siano in ugual numero, preferibilmente 8-10 giocatori per squadra.

**La palla:** per giocare a stramazza occorre una palla da pallavolo o comunque una palla di simile dimensione e peso.

**Come si gioca:** i giocatori si dispongono in ordine sparso, ma uniformemente, sul proprio campo; quando l'arbitro fa iniziare la partita, uno dei giocatori della squadra che ha la palla lancia, obbligatoriamente usando entrambe le mani, la palla sul campo avversario, con lo scopo di colpire un giocatore della squadra avversaria, o comunque cercando di far sì che gli risulti difficile la presa della palla stessa. Qualora questo riesca a bloccare la palla il gioco riprende regolarmente, con lui che, lanciando la palla sul campo avversario, cercherà di eliminare un giocatore. Se, invece, è lui ad essere eliminato poiché la palla lo ha colpito, oppure perché non è riuscito a bloccarla, o perché gli è caduta vicino, allora dovrà lasciare il campo. Naturalmente il gioco finisce quando della squadra avversaria non rimane più nessun giocatore.

### **Regole fondamentali:**

1. La palla si lancia esclusivamente con entrambe le mani, pena l'eliminazione (si può dare una penalità e poi eliminazione, volendo).
2. La palla deve essere lanciata non superando la prima linea del campo da pallavolo, in modo da evitare che il giocatore vada troppo a ridosso della rete potendo dunque contare su un eccessivo vantaggio; nel campo avversario, però, la palla può cadere in qualunque punto dentro le linee del campo (se finisce fuori il giocatore che ha lanciato viene eliminato).
3. Un giocatore può essere eliminato in tre modi:
  - a. colpendolo con la palla;
  - b. non riuscendo a bloccare la palla quando gli viene lanciata;
  - c. nel caso in cui la palla gli cada vicino (è a discrezione dell'arbitro decretare chi è il giocatore più vicino al punto di caduta della palla).
4. È possibile effettuare passaggi all'interno della squadra, ma solo una volta (magari passandola al miglior tiratore, ecc).
5. L'arbitro può effettuare un conto alla rovescia a sua discrezione per evitare che la palla rimanga troppo tempo dentro lo stesso campo e per dare maggiore ritmo al gioco.

**Nota finale:** una volta rispettate le poche regole i giocatori possono attuare tutte le strategie che ritengono più efficaci, come ad esempio effettuare tiri a pallonetto per cogliere di sorpresa gli avversari o fare la stessa cosa con lanci lunghi (soprattutto quando i giocatori della squadra avversaria diminuiscono e hanno meno possibilità di coprire il campo). Ovviamente è ammessa ogni tipo di finta per confondere la squadra avversaria. Buon divertimento!

