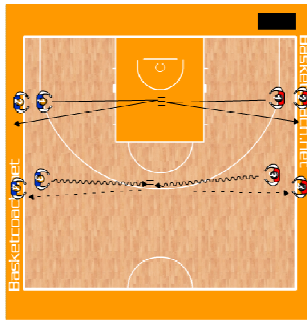
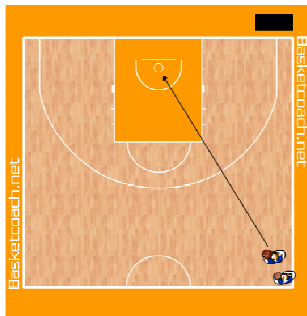


"Batto 5" Andature



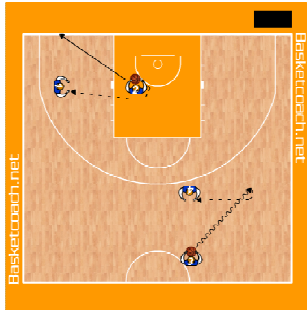
Gara a squadre divise su due file alla linea laterale. Correre, arrestarsi al centro del campo, saltare e battere 5 nel punto più alto del salto. Stessa gara con stacco su un piede, terzo tempo. Stessa gara in palleggio toccando i palloni.

Andature di terzo tempo



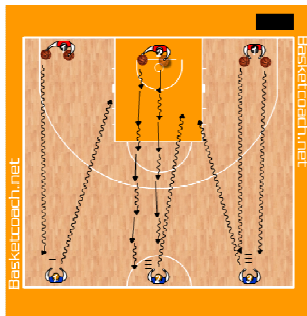
Partenza da metà campo, corsa con palla sotto il braccio sx, toccare la retina con la mano libera. Stessa cosa con palla sotto il braccio dx e tiro

Ball-handling + passaggio



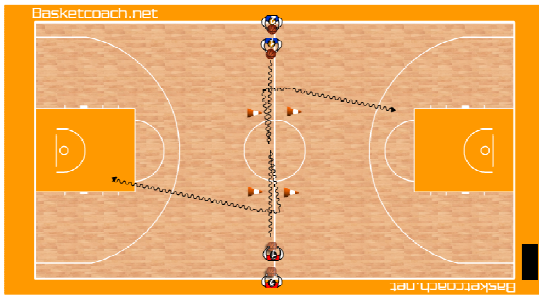
Coppie, un pallone. Eseguire due giri veloci della palla intorno al busto e passare a una mano dietro schiena. Dopo il passaggio spostarsi sul lato dx del compagno. In palleggio, arresto e passaggio dietro la schiena o sotto le gambe

Giochi di abilità con due palloni



Coppie, uno sulla linea di fondo con due palloni e uno a metà campo senza palla. Una palla viene palleggiata e l'altra tenuta sotto il braccio. Ogni due palleggi cambiare la palla sotto braccio. Palleggio alternato dei due palloni insieme. Arrivati davanti al compagno eseguire un arresto e consegnare il pallone. Chi riceve parte in palleggio e corre a tirare a canestro

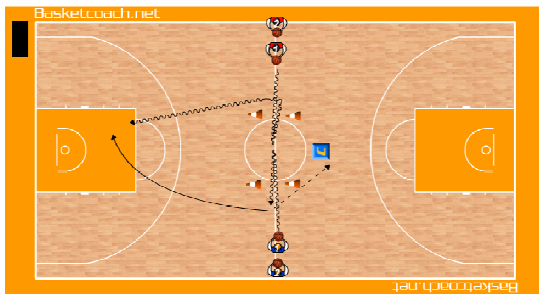
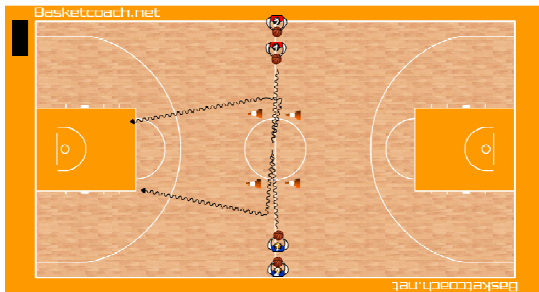
"Batti 5" e Tiro



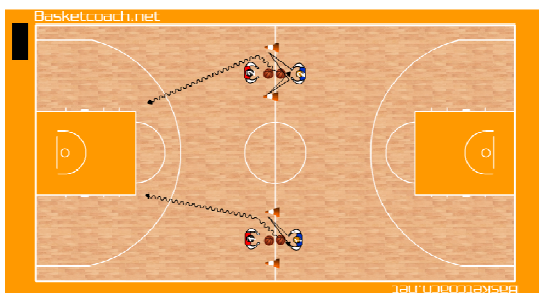
Coppie, un pallone a testa, partenza da metà campo. Entrare in palleggio dentro il cerchio centrale "battere il 5" sulla mano dell'altro, arretrare in palleggio uscendo dalla porticina e andare a tirare dopo un cambio di mano.

Variante:

- uno dei due bambini comanda e quando esce dalla porticina sceglie il canestro dove andare a tirare, l'altro corre nello steso canestro e guadagna il punto chi segna per primo.
- Il bambino che comanda passa la palla all'istruttore e corre a difendere



Balletto

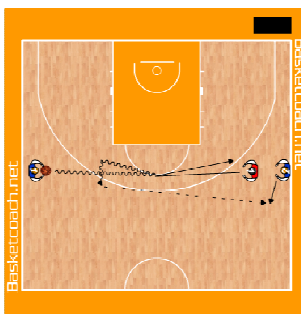


Coppie, palloni sui birilli, uno di fronte all'altro. Altri due birilli posizionati lateralmente. Al segnale si devono muovere i piedi verso i birilli toccandoli con la mano, birillo dx mano dx e piede sx, birillo sx mano sx e piede dx. Ritorno in posizione, recupero della e partenza in palleggio. Chi segna prima prende i punti.

Mezzo Balletto, solo un birillo

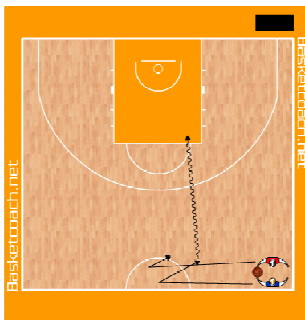
Balletto completo, tutti e due i birilli

"Batti 5" + passaggio ostacolato



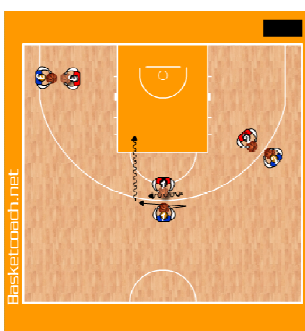
Gruppi di 3, un pallone, due bambini su una linea laterale l'altro di fronte. Partono i primi due, arrivano al centro del campo e battono 5. Il bambino con la palla arretra mentre quello senza palla corre a cercare di difendere sul terzo bambino che nel frattempo si è spostato su un lato per ricevere il passaggio. Rapidità di palleggio-passaggio

Strappa e attacca



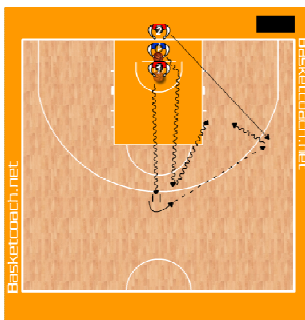
Coppie, un pallone, si parte da metà campo. I due bambini partono uno di fronte all'altro mantenendo una mano sulla palla per tenerla in equilibrio. Il gioco inizia con scivolamenti laterali verso il centro del campo. L'attaccante che comanda il gioco quando decide di partire strappa la palla con due mani e incrocia per andare a canestro, l'altro cerca di difendere.

1c1 dalle posizioni



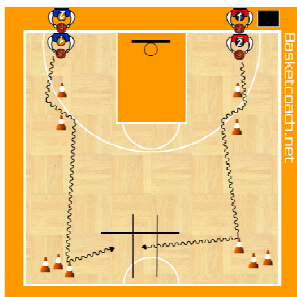
Coppie, un pallone ciascuno. L'attaccante sceglie una posizione e, mantenendo il piede perno correttamente, cerca di nascondere la palla al difensore che, in palleggio, deve cercare di toccarla. Al segnale l'attaccante parte in palleggio e va a tirare mentre il compagno si sceglie un'altra posizione dove giocare invertendo i ruoli.

1c1 dalle posizioni + appoggio



gruppi di 3. Stesso gioco di prima con il difensore che, sempre palleggiando, corre ad ostacolare l'entrata a canestro del giocatore che riceve il passaggio

Gioco "tris"



Due squadre, tutti con palla. In palleggio si deve prendere il proprio oggetto e disporlo all'interno dei quadrati. Vince chi fa tris, cioè mette i propri oggetti in fila in diagonale, orizzontale o verticale.
Variante: se non si riesce a fare tris si tolgono gli oggetti dell'altra squadra e si rimettono i propri.