**PALLA TAMBURELLO**

La palla tamburello deve il suo nome all’attrezzo con cui viene praticato, ovvero il tamburello.

È uno sport di squadra in cui possono partecipare maschi e femmine, in più veniva praticato già dall’antichità dai Romani.

Il regolamento definitivo fu messo per iscritto nel 1920.

È uno sport che viene effettuato solitamente in un campo di dimensioni da 24x12m diviso a  metà da una rete alta 2,15m(anche se la dimensione dipende dal campo).

**REGOLAMENTO**

Nella palla tamburello non esiste il passaggio,ogni squadra deve rimandare la palla nel campo avversario con un solo colpo, che può essere effettuato al volo, oppure dopo 1 rimbalzo. Il punteggio è espresso in giochi(solitamente 8), composti da 4 punti.  
Anche noi in palestra giochiamo a palla tamburello anche se in spazi più ridotti.

Prima di iniziare la lezione igienizziamo i tamburelli, e cominciamo ad allenarci per la partita. Il primo esercizio che facciamo è lanciare la pallina contro il muro e riprenderla dopo 1 rimbalzo a terra successivamente lanciamo la pallina con 1 mano e colpirla con l’altra…

È uno sport che che ci diverte non è  sicuramente un’attività per le persone sedentarie perché mette in moto tutte le articolazioni del corpo.

Palla tamburello è energia.

                               Classe 1°A