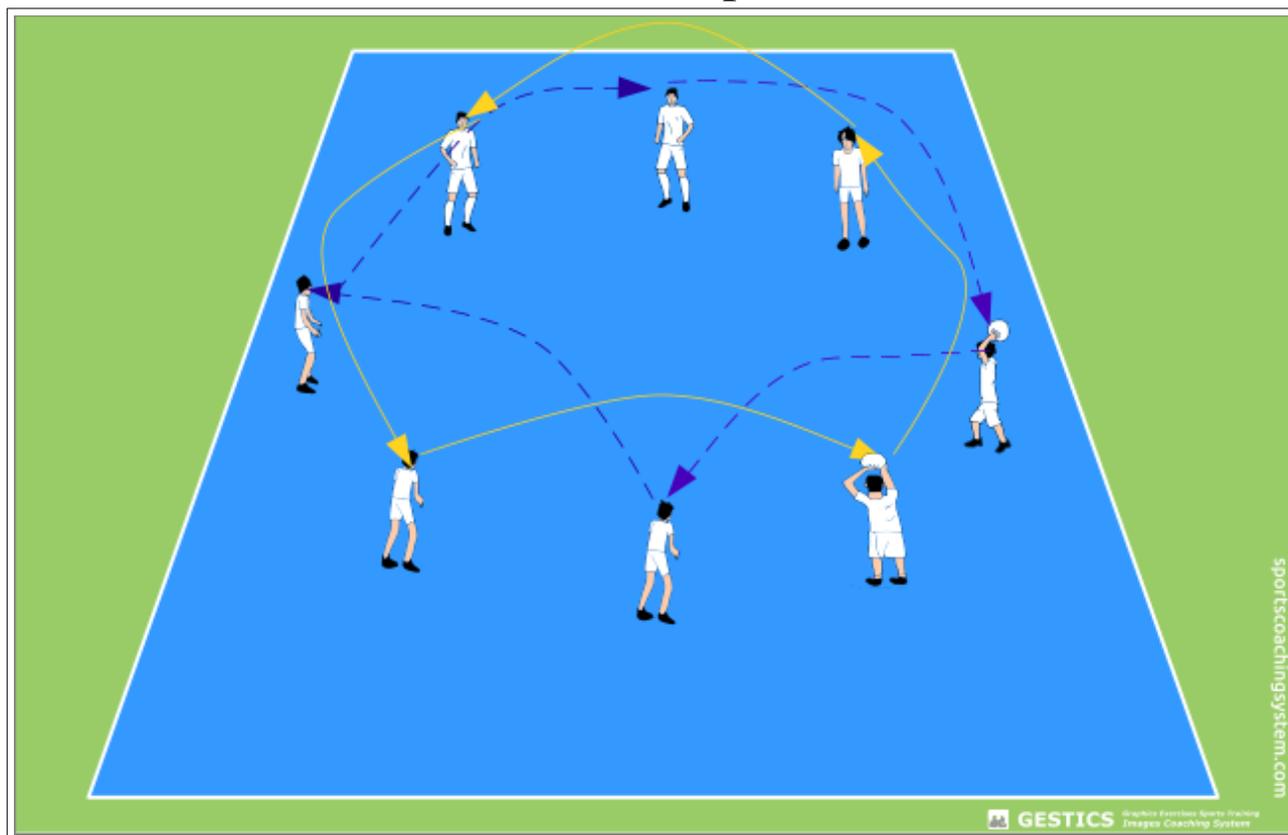


Giochi Tradizionali: la corsa delle palle



N° 0019 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingssystem.com)

PARTENZA: in cerchio **SQUADRE:** 2 squadre, minimo 4 giocatori per squadra

CAMPO: varia da m. 10x10 fino a m. 20x20, secondo il numero dei partecipanti

SCOPO DEL GIOCO: una palla deve superare l'altra

DESCRIZIONE: formare due squadre e disporsi in un unico cerchio alternatamente, (1 della squadra dei rossi e uno della squadra dei bianchi). Oppure formare un cerchio e, contando per 2, assegnare un numero a ciascun giocatore. Tutti i numero 1 rappresentano una squadra e tutti i numero 2 rappresentano l'altra. Dare una palla ad un giocatore di una squadra e una palla al giocatore dell'altra squadra che si trova nella posizione opposta del cerchio. Ogni squadra, nella stessa direzione, al via dell'animatore si passa la palla da un giocatore all'altro, cercando di superare la palla della squadra avversaria. **REGOLE:** è vietato saltare i giocatori durante i passaggi. E' vietato disturbare la squadra avversaria. E' vietato, presi dall'entusiasmo, di restringere il cerchio

FALLI E SANZIONI: chi non rispetta le regole viene squalificato **VITTORIA:** vince la squadra che per prima raggiunge lo scopo del gioco

VARIANTI: Variare i modi di lanciare la palla. Allargare il cerchio variando la distanza tra i giocatori. Al comando dell'animatore variare la direzione del lancio. Eseguire il gioco a tempo, contando i giri che ha eseguito ciascuna squadra. Giocare da seduti, distesi, ecc. Variare i palloni, palle mediche, palline da tennis, ecc. Fare un giro intorno al cerchio prima di passare la palla al compagno successivo (nel giro usare diversi tipi di traslocazione). Effettuare un breve percorso prima di passare la palla ad un compagno successivo

MATERIALE: 2 palle (altromateriale da lanciarsi: es 2 palline da tennis)

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0019

TIPO DI GIOCO: giochi sul posto di lancio e afferro della palla **PROPEDEUTICITÀ:** 1) attività fisico-motoria di base **SCHEMI DINAMICI:** 1) correre; 2) lanciare; 3) afferrare

CAPACITÀ COORDINATIVE: 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria; 2)

capacità di orientamento **CAPACITÀ CONDIZIONALI:** 1) destrezza; 2) velocità generale

CICLO (ETÀ): 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) primo ciclo 4 - 7 anni **DURATA:** media (Da 5 a 15 minuti) **GIUDIZIO:** ottimo