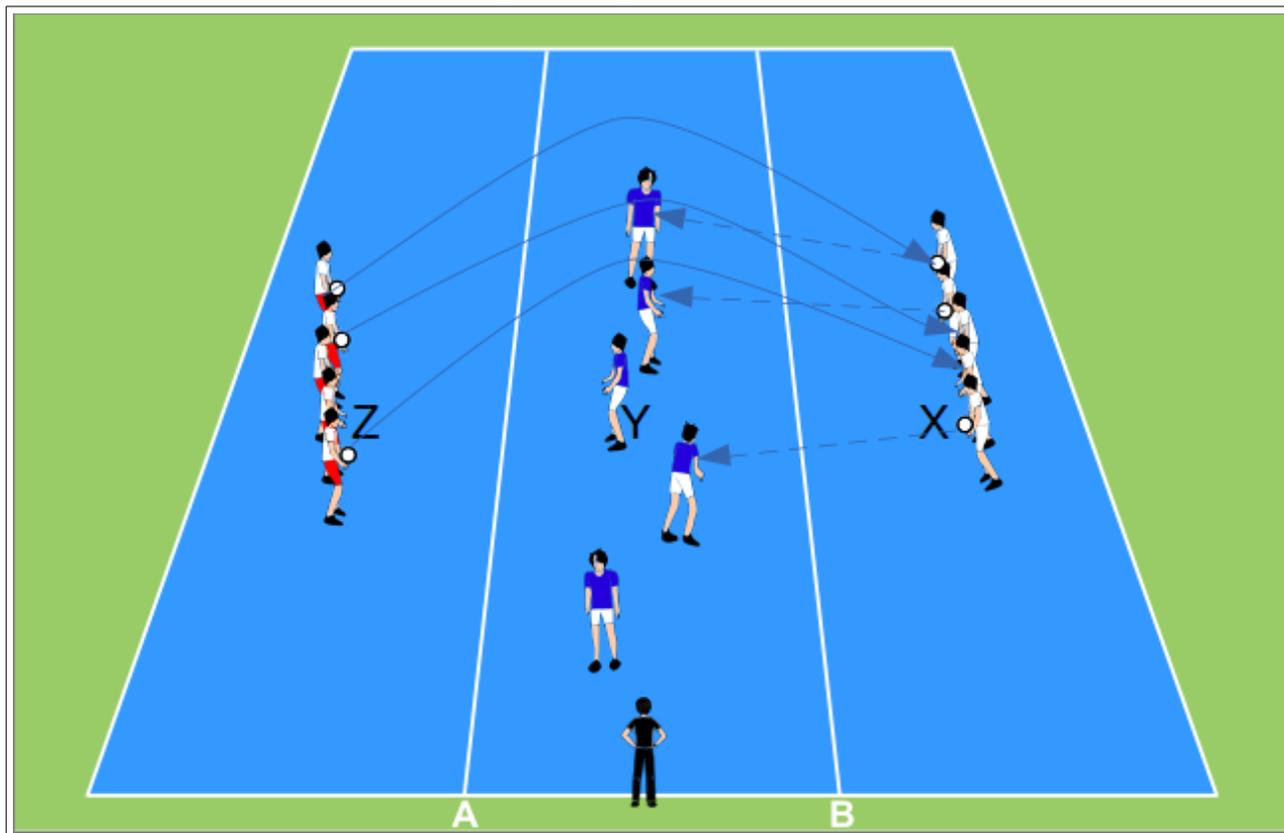


Giochi Tradizionali: colpisci quelli al centro



N° 0126 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE GESTICS SPORTS - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

PARTENZA: liberi, ogni squadra nel proprio campo **SQUADRE:** 3 squadre, numero libero di giocatori per squadra **CAMPO:** circa m. 10x20, suddiviso in 3 zone

SCOPO DEL GIOCO: colpire i componenti della squadra che si trova al centro

DESCRIZIONE: il campo è suddiviso in 3 zone, la squadra dei bianchi si trova nella zona X la squadra dei neri nella zona Z, la squadra dei verdi nel mezzo del campo, cioè nella zona Y. La squadra dei bianchi, all'inizio del gioco dispone di 2 o 3 palle. Al segnale dell'animatore la squadra dei bianchi deve colpire i componenti della squadra dei verdi che si trovano al centro. La squadra dei neri dalla parte opposta rilancia i palloni alla squadra dei bianchi. Dopo il tempo stabilito, esempio 2 minuti per squadra, si ruotano le squadre nei campi. Vince la squadra i cui componenti vengono colpiti il minor numero di volte.

REGOLE: Vietato uscire dalla propria zona di campo. Rispettare il tipo di lancio scelto

VITTORIA: vince la squadra che somma il minor punteggio **PUNTEGGIO:** 1 punto per ogni bersaglio colpito

VARIANTI: Possono colpire sia quelli posti da una parte che quelli posti dalla parte opposta. In questo caso usare un solo pallone o massimo due alla volta. Usare un campo centrale di forma circolare dove si trovano coloro che devono essere colpiti e tutti quelli che devono colpire si portano fuori dal cerchio. Invece di eseguire il gioco a tempo eseguire il gioco ad eliminazione, chi viene colpito si mette seduto, oppure esce dal campo. Variare la distanza di lancio, facendo più grande la zona Y. Variare i tipi di lancio. Variare il tipo di spostamento dei giocatori, es: camminando a quattro zampe, a gambe piegate, ecc **MATERIALE:** 3-5 palle

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0126

TIPO DI GIOCO: giochi di corsa di lancio e afferro della palla **PROPEDEUTICITÀ:** 1) attività fisico-motoria di base **SCHEMI DINAMICI:** 1) lanciare; 2) schivare **CAPACITÀ**

COORDINATIVE: 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria; 2) capacità di anticipazione motoria; 3) capacità di differenziazione spazio-temporale e dinamica **CAPACITÀ**

CONDIZIONALI: 1) destrezza **CICLO (ETÀ):** 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) primo (4 - 7 anni) e terzo (11 - 14 anni) ciclo **DURATA:** media (Da 5 a 15 minuti) **GIUDIZIO:** ottimo