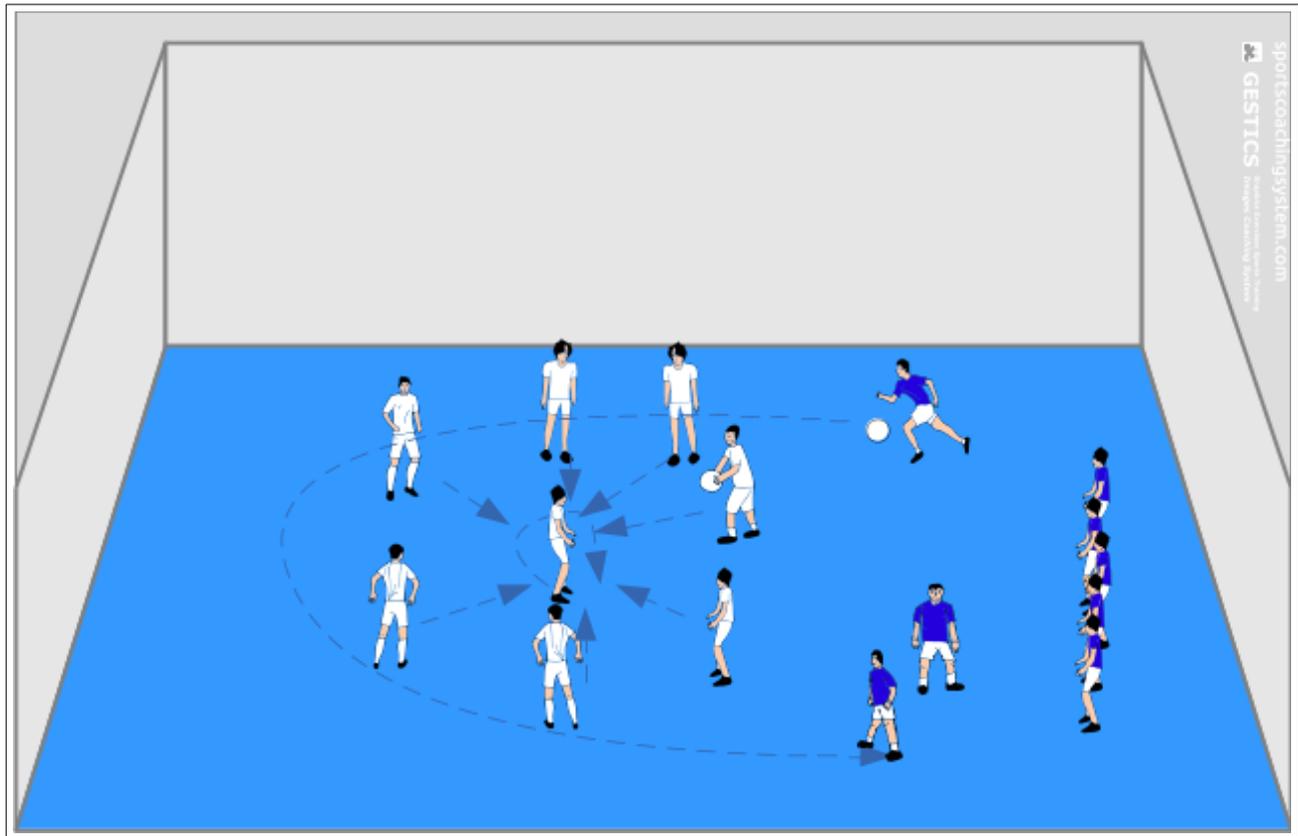


# Giochi Tradizionali: calcio e corri



N° 0020 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

**PARTENZA:** da schema descritto, una squadra è disposta in riga dietro una linea e una squadra è disposta in cerchio  
**SQUADRE:** 2 squadre, minimo 4 giocatori per squadra **CAMPO:** varia da m. 10x20 fino a m. 20x40, secondo l'età e le capacità dei partecipanti **SCOPO DEL GIOCO:** i giocatori disposti in cerchio devono far effettuare il maggior numero di giri alla propria palla prima che tutti i componenti dell'altra squadra abbiano terminato di girare intorno al cerchio  
**DESCRIZIONE:** una squadra è disposta in cerchio con un componente che si trova al centro del cerchio e l'altra squadra è disposta in riga, dietro una linea tracciata nel campo: un componente della squadra in riga si trova a gambe divaricate davanti ai compagni. Ciascuna squadra ha una palla. I giocatori in cerchio devono passare la palla sempre a quello che sta al centro che a sua volta la passa a quello successivo, fino a completando più giri possibile della palla. I giocatori in riga, uno alla volta devono fare il giro del cerchio con la palla e farla passare sotto le gambe del proprio compagno che si trova a gambe divaricate davanti alla riga. Mentre un giocatore fa il giro del cerchio, un compagno si prepara a ricevere la palla dietro quello con le gambe divaricate. Il giocatore che ha eseguito il giro prende il posto di quello a gambe divaricate e il giocatore che aveva le gambe divaricate si mette in riga con gli altri. I giocatori disposti in cerchio devono far effettuare il maggior numero di giri alla propria palla prima che tutti i componenti dell'altra squadra abbiano terminato di girare intorno al cerchio **REGOLE:** rispettare il tipo di passaggio per la squadra in cerchio e il tipo di spostamento per la squadra in riga **VITTORIA:** vince la squadra che somma il maggior punteggio  
**PUNTEGGIO:** 1 punto per ogni quarto di giro per la squadra in cerchio e 1 punto per ogni rete o canestro fatto per l'altra squadra **VARIANTI:** Per la squadra in cerchio variare i tipi di passaggio, a una mano, a due mani dal petto, a due mani come la rimessa laterale, palleggiando a pallavolo, in bagher, oppure fare il cerchio più grande o più piccolo, oppure eseguire i passaggi in posizioni diverse, seduti, girati, ecc. Per la squadra in riga variare il tipo di traslocazione, (anche senza la palla: laterale, indietro), palleggiare il pallone tipo basket, mettere un giocatore con le braccia unite davanti a fare il canestro anziché a gambe divaricate a fare la porta. Variare la dimensione e il peso delle palle  
**CONSIGLI:** guardare che i passaggi e le traslocazioni vengano fatte correttamente, perché nell'entusiasmo della competizione si tende a ferli velocemente ma non correttamente **MATERIALE:** 2 palle

## ***SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 0020***

**TIPO DI GIOCO:** 1) giochi di corsa con la palla; 2) giochi sul posto di lancio e afferro della palla; 3) staffette con la palla **PROPEDEUTICITÀ:** 1) attività fisico-motoria di base; 2) preparazione al calcio: controllo passaggio; 3) preparazione alla pallacanestro: combinazione di palleggio tiro e passaggio; 4) preparazione alla pallavolo: palleggio alto bagher **SCHEMI DINAMICI:** 1) correre; 2) lanciare; 3) afferrare **CAPACITÀ COORDINATIVE:** 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria; 2) capacità di differenziazione spazio-temporale e dinamica; 3) capacità di orientamento **CAPACITÀ CONDIZIONALI:** 1) destrezza **CICLO (ETÀ):** 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) primo (4 - 7 anni) e terzo (11 - 14 anni) ciclo **DURATA:** lunga (Oltre 15 minuti) **GIUDIZIO:** ottimo