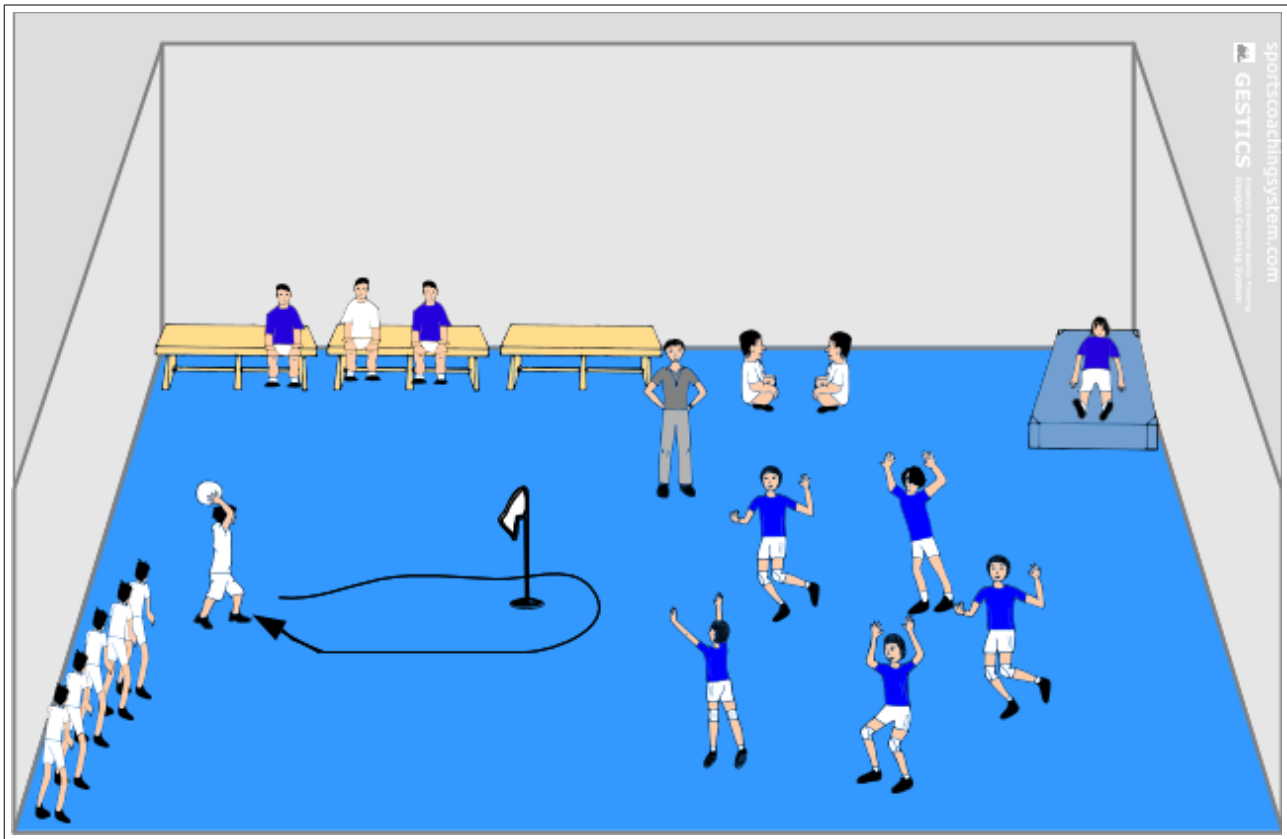


Giochi Tradizionali: il rilancio



N° 0113 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

PARTENZA: liberi

SQUADRE: non a squadre

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

DESCRIZIONE: Uno alla volta i giocatori lanciano la palla più lontano possibile e la squadra avversaria deve intercettarla e colpire con essa il giocatore della prima che nel frattempo fa un giro attorno ad una bandierina per poi ritornare nella sua parte di campo. La squadra dei lanciatori per fare punto deve tornare nel proprio campo prima che gli avversari prendano la palla lanciata e di conseguenza essi devono cercare di prenderla e di colpire il lanciatore

SCHEMA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0113

TIPO DI GIOCO: giochi di corsa di lancio e afferro della palla

PROPEDEUTICITÀ: 1) attività fisico-motoria di base

SCHEMI DINAMICI: 1) correre

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

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza

CICLO (ETÀ): 1) primo ciclo (4 - 7 anni); 2) secondo ciclo 7 - 11 anni

DURATA: lunga (Oltre 15 minuti)

GIUDIZIO: ottimo