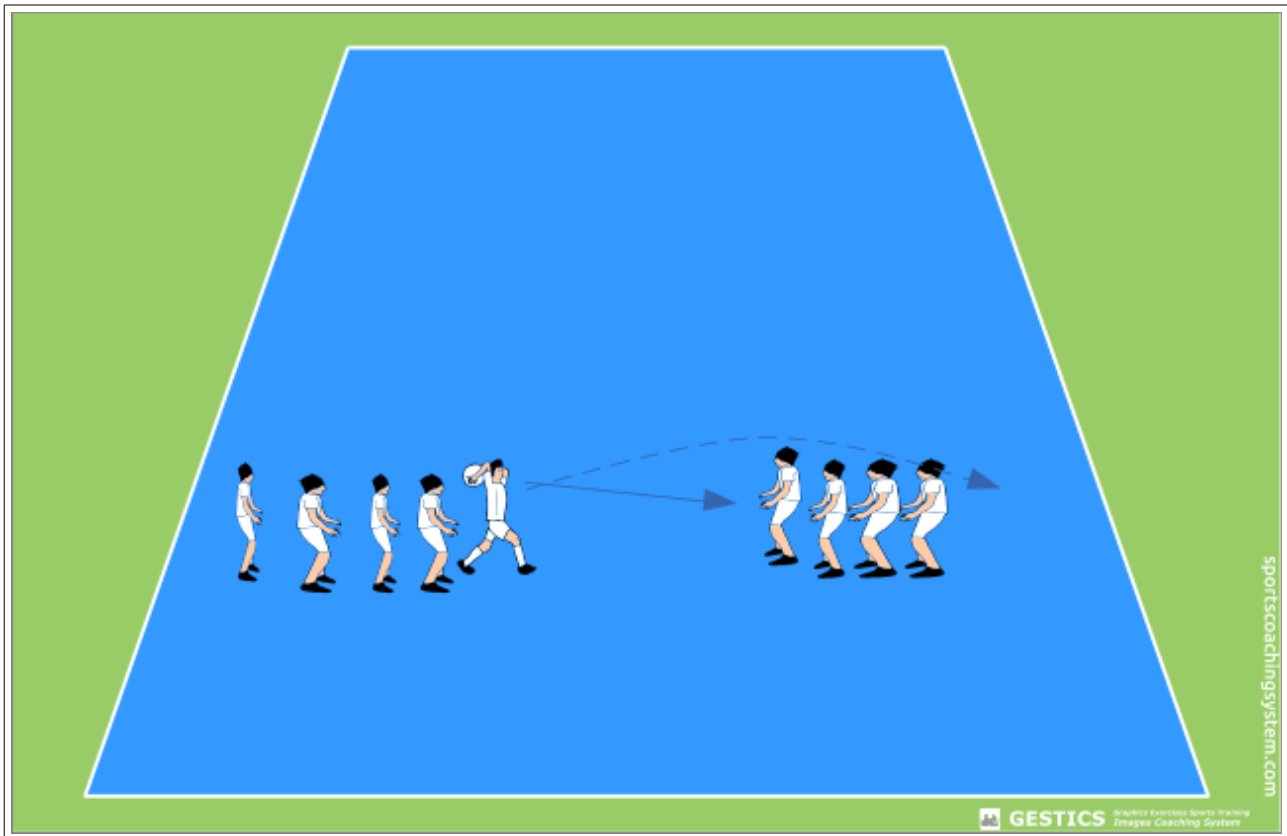


Giochi Tradizionali: la corsa della palla messaggera



N° 0208 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingssystem.com)

DESCRIZIONE BREVE: La descrizione di questo esercizio è ancora incompleta e da rivedere

PARTENZA: in file

SQUADRE: 2 o più squadre

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

DESCRIZIONE: I giocatori si dispongono in due file l'una davanti all'altra. Tutti i primi giocatori della fila lanciano la palla al giocatore davanti e chi ha passato la palla corre nella fila opposta

SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 0208

TIPO DI GIOCO: staffette con la 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