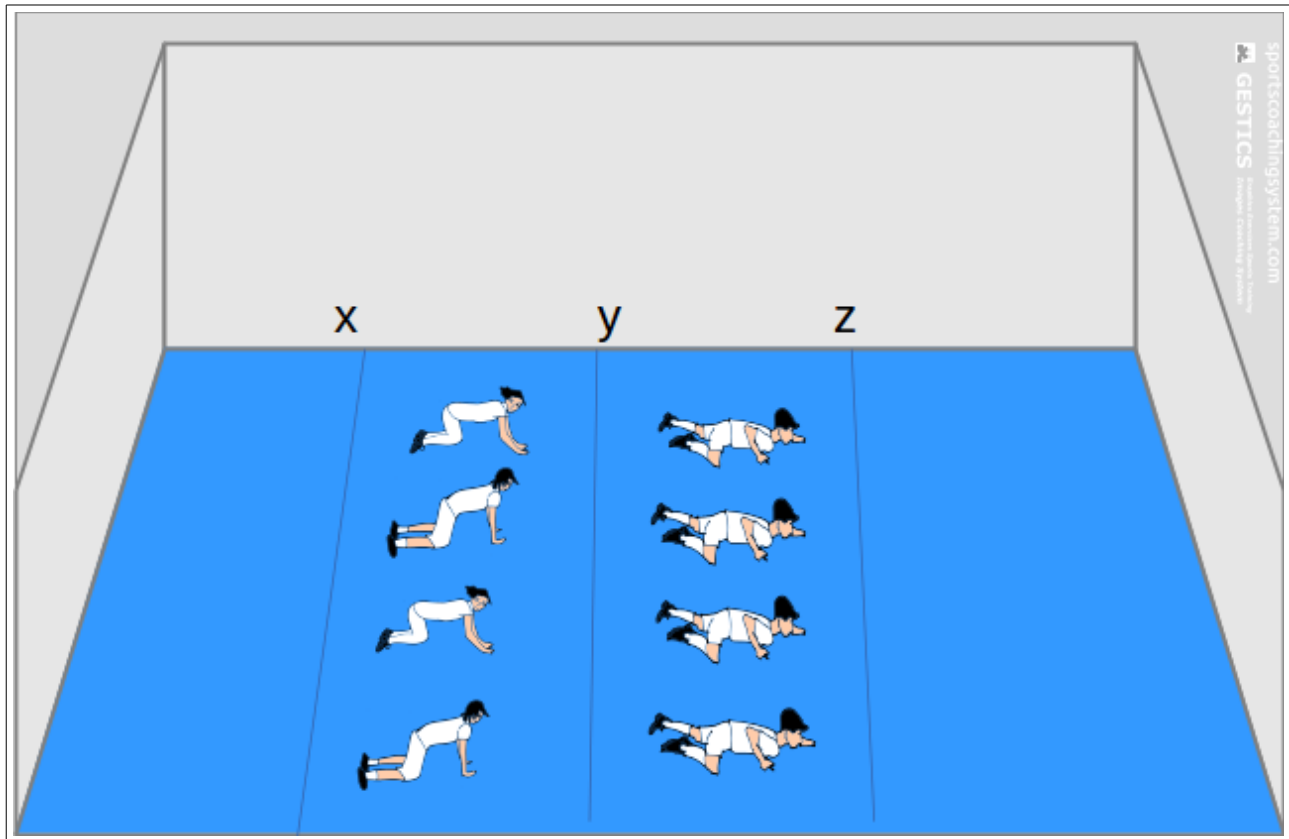


Giochi Tradizionali: la formica e la lucertola



N° 0014 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTSCoACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

PARTENZA: in righe, una sulla linea X e una sulla linea Y

SQUADRE: 2 squadre, numero libero di giocatori per squadra

CAMPO: varia da m. 10x10 fino a m. 20x20, secondo il numero dei partecipanti, sul campo sono segnate 3 linee

SCOPO DEL GIOCO: i giocatori della riga X devono superare quelli della riga Y prima di arrivare alla linea Z

DESCRIZIONE: dopo aver disposto i giocatori su due righe, l'animatore dà il via. I giocatori della riga X eseguono l'andatura della formica (mani e piedi a terra, pancia rivolta verso l'alto, bacino sollevato). I giocatori della linea Y eseguono l'andatura della lucertola o del serpente (strisciare a terra). Le due righe devono raggiungere la linea Z

REGOLE: rispettare le andature

VITTORIA: vince la squadra che somma il maggior punteggio

PUNTEGGIO: la squadra avrà 1 punto per ogni giocatore della linea Y che non si fa superare

VARIANTI: Il cane (mani e piedi a terra, pancia rivolta verso il basso) e il gatto (mani e ginocchi a terra). Il gambero (come la formica ma traslocare indietro) e il coccodrillo (come la lucertola ma tirarsi con entrambi i gomiti). Il leopardo e lo zoppo. Il coniglio e il granchio

SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 0014

TIPO DI GIOCO: giochi di corsa senza la palla: giochi di animazione

PROPEDEUTICITÀ: 1) attività fisico-motoria di base

SCHEMI DINAMICI: 1) camminare; 2) correre; 3) saltare; 4) strisciare

CAPACITÀ COORDINATIVE: 1) capacità di differenziazione spazio-temporale e dinamica; 2) capacità di equilibrio dinamico e statico

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) resistenza generale; 2) destrezza

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

DURATA: media (Da 5 a 15 minuti)

GIUDIZIO: normale