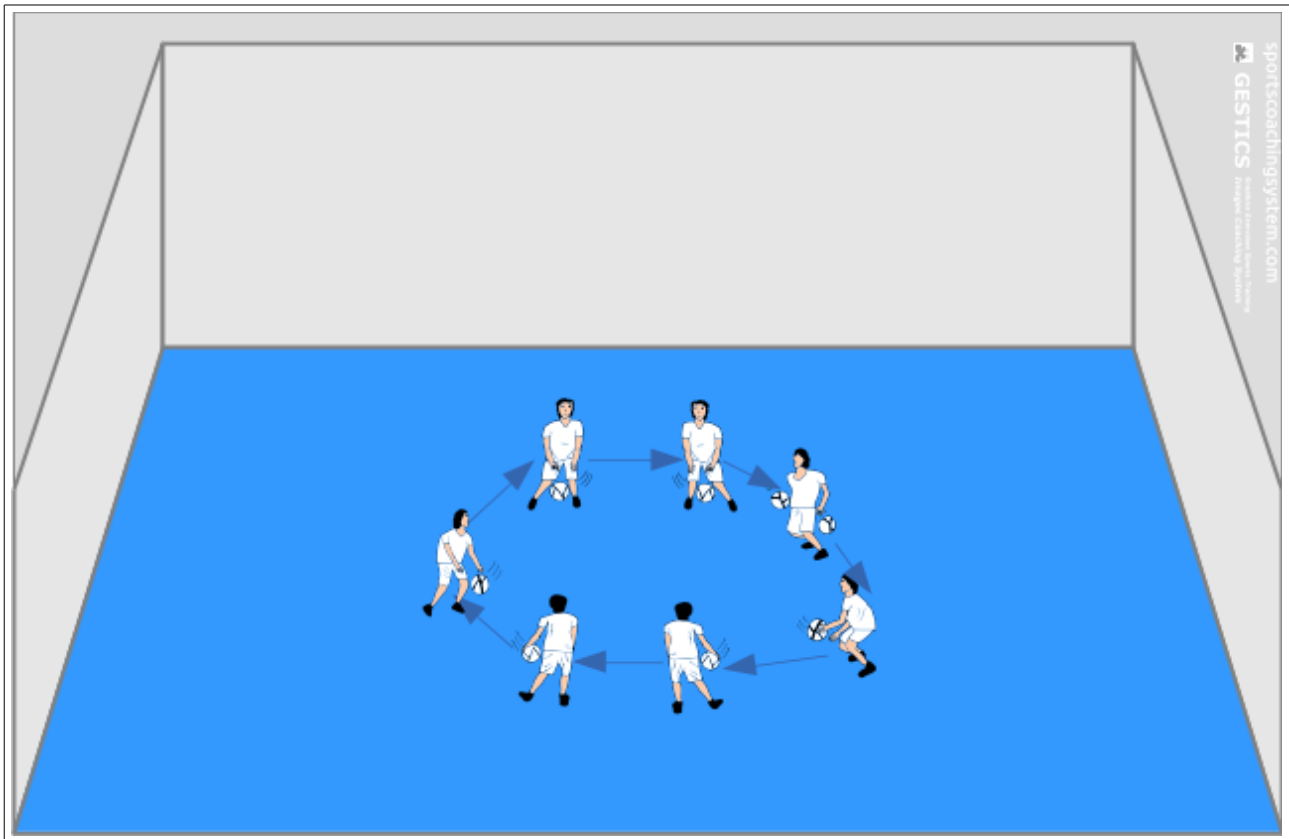


Giochi Tradizionali: a spasso con la palla



N° 0025 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTSCoACHINGSystem.COM](http://www.sportscachingsystem.com)

PARTENZA: da schema descritto, un grande cerchio a tutto campo

SQUADRE: non a squadre

CAMPO: è dato da tutto lo spazio a disposizione

SCOPO DEL GIOCO: non perdere la palla e non guardare sempre la palla

DESCRIZIONE: i giocatori sono disposti in cerchio a tutto campo con una palla a testa. Per la pallacanestro: palleggiare la palla senza perderla e senza interrompere il palleggio, palleggiare a una mano, cambiare mano, palleggiare a due mani, muoversi secondo una certa direzione, muoversi in cerchio, camminare, correre, inserire l'arresto prima libero e poi al segnale dell'animatore, ecc. Per il calcio: camminare controllando la palla, controllarla con il piede destro, con il sinistro, muoversi secondo una certa direzione, muoversi in cerchio, camminare, correre, inserire l'arresto prima libero e poi al segnale dell'animatore, ecc.

VITTORIA: vince il giocatore che svolge meglio il proprio ruolo a giudizio dell'animatore

CONSIGLI: Evitare i contatti con i compagni. Non guardare sempre la palla

MATERIALE: 1 pallone a testa

SCHEDE TECNICHE DI GIOCO - Esercizio N° 0025

TIPO DI GIOCO: 1) esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport); 2) giochi di corsa con la palla

PROPEDEUTICITÀ: 1) attività fisico-motoria di base; 2) preparazione alla pallacanestro: palleggio; 3) preparazione al calcio: controllo; 4) preparazione alla pallamano

SCHEMI DINAMICI: 1) camminare

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: normale