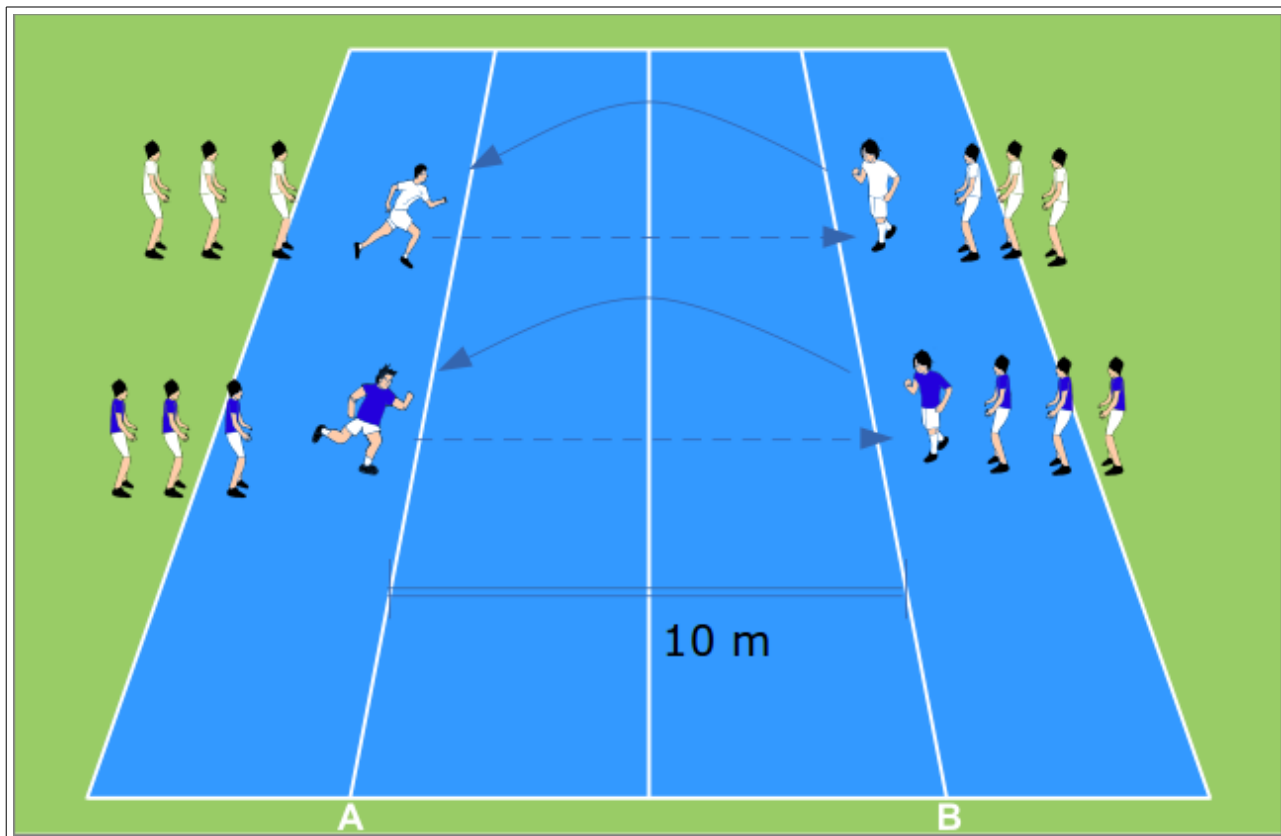


Giochi Tradizionali: staffetta a pendolo



N° 0204 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE GESTICS SPORTS - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

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

PARTENZA: in fila

SQUADRE: 2 o più squadre

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

DESCRIZIONE: ogni gruppo si trova di fronte, diviso in due file (distanza di circa 10 m). a un segno il primo della fila A parte e corre verso la fila B dove egli dà un colpo sulla mano protesa del primo della fila; è per questo il segnale della fine della corsa ed egli si mette in fondo alla fila. La gara è vinta quando tutti i partecipanti si trovano di nuovo al loro posto di partenza

SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 0204

TIPO DI GIOCO: staffette senza 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