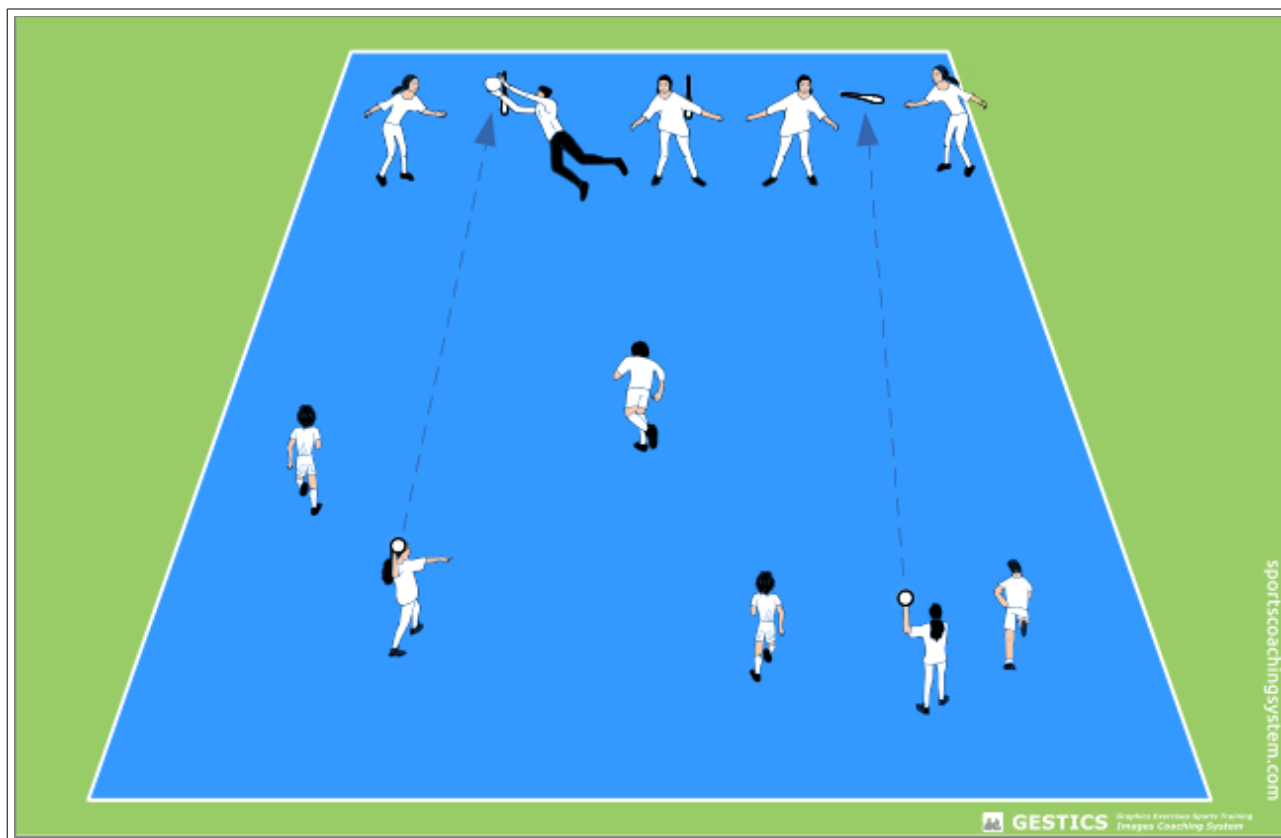


Giochi Tradizionali: abbatti il cavaliere



N° 0132 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE *GESTICS SPORTS* - GIOCHI TRADIZIONALI - [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingssystem.com)

PARTENZA: in cerchi, un cerchio grande e un cerchio piccolo

SQUADRE: 2 squadre, minimo 4 giocatori per squadra **CAMPO:** circa m. 20x20

SCOPO DEL GIOCO: colpire i birilli posti al centro del cerchio piccolo

DESCRIZIONE: i componenti di una squadra sono disposti in grande cerchio e rappresentano gli attaccanti, cioè quelli che devono abbattere i birilli. I componenti dell'altra squadra sono disposti in un cerchio concentrico al primo ma più piccolo e rappresentano i difensori, cioè devono cercare di non far abbattere i birilli. Gli attaccanti sono in possesso di una palla che possono passarsi, ma non possono muoversi dalla loro postazione (eventualmente delimitare la posizione con dei cinesini). Al segnale dell'animatore gli attaccanti cercano di abbattere più birilli possibile. Alla fine del tempo stabilito (es. 2 minuti), si invertono i ruoli delle squadre.

REGOLE: Vietato uscire dalla propria zona di campo. Rispettare il tipo di lancio scelto. Vietato rilanciare i palloni troppo lontano da parte dei difensori

VITTORIA: vince la squadra che somma il maggior punteggio

PUNTEGGIO: 1 punto per ogni bersaglio colpito

VARIANTI: Invece di eseguire il gioco a tempo terminare il gioco quando tutti i birilli sono stati abbattuti. Variare la distanza di lancio, allargando il cerchio grande. Variare i tipi di lancio. Invece di stare fermi è possibile muoversi fuori dal cerchio. Mettere un capitano degli attaccanti che rialza i birilli e riconsegna i palloni alla propria squadra

CONSIGLI: Per rendere il gioco più dinamico usare 2 o 3 palle contemporaneamente, secondo il numero dei partecipanti. **MATERIALE:** 3-5 palle, eventuali cinesini

SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 0132

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

PROPEDEUTICITÀ: 1) attività fisico-motoria di base; 2) preparazione alla pallamano: tiro

SCHEMI DINAMICI: 1) lanciare; 2) parare; 3) correre **CAPACITÀ COORDINATIVE:** 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria; 2) capacità di anticipazione motoria; 3) capacità di differenziazione spazio-temporale e dinamica

CAPACITÀ CONDIZIONALI: 1) destrezza **CICLO (ETÀ):** 1) secondo ciclo (7 - 11 anni); 2) primo (4 - 7 anni) e terzo (11 - 14 anni) ciclo **DURATA:** media (Da 5 a 15 minuti) **GIUDIZIO:** ottimo