

# **GIOCHI ATLETICI ESORDIENTI 5/8/10**

**Monfalcone 25 Maggio 2024**

**Ritrovo ore 15:00 inizio giochi ore 15:30**

**Iscrizioni del numero di esordienti diviso per categoria entro  
venerdì 24 Maggio ore 18:00**

## **0. Riscaldamento collettivo.**

Squadre da 12/14 bambini accompagnati da un istruttore che ritirerà il referto attività dove scrivere il **NOME** della **SOCIETÀ** e della **SQUADRA**. Le squadre saranno formate da maschi e femmine e da bambini di categorie di età diverse il più omogenee possibili per numero.

Ad ogni stazione ci saranno 2/3 tutor che prenderanno i punti di ogni attività della durata di 5/8 minuti. Il tutor centrale che detterà i tempi darà dopo un breve controllo sui gruppi informati della esecuzione delle prove il via ed effettuerà per il termine un conto alla rovescia dal 10, 9, 8, ... fino allo stop. Se un concorrente ha già iniziato la rincorsa del salto lancio o corsa sarà consentito terminare la prova con il relativo punteggio.

Al termine di ogni attività si deve consegnare il punteggio al tutor centrale che trascriverà i punti su un tabellone generale.

In base al numero di concorrenti potranno essere previste tappe di recupero da definire, in base alle risorse di tutor, se attive.

## 1. SALTO IN LUNGO:

### Zona: pedana salto in lungo

La buca del salto in lungo sarà divisa in 4 settori di caduta di 150cm 100cm 50cm 50cm+ con punteggi di 1 (salti fino a 149) 2 (salti da 150 a 199) 3 (salti da 200 a 249) 4 (da 250 a 299) 5 punti da 3 metri in poi.

I bambini si dispongono su 2 file ed eseguono il salto in lungo con rincorsa da un cerchio piano consecutivamente. Ogni bambino può iniziare la rincorsa a bandierina bianca mostrata dai tutor che rastrellano la zona di caduta.

Il tutor segnerà il punteggio a seconda del settore di atterraggio nel tempo stabilito (5/8 minuti).

Punteggio 1	Misura cm	Tutor	Attrezzi
1 punto	0-149	5	Sabbia e settori
2 punti	150-199		2 rastrelli
3 punti	200-249		2 bandierine bianche
4 punti	250-299		2 cerchi piani
5 punti	300- +		

## 2. SALTO IN ALTO:

### Zona: pedana salto in alto

I bambini disposti su 2 file dietro un cerchio piano a destra e sinistra saltando uno alla volta.

con rincorsa in curva e staccando a un piede e devono toccare con una mano il palloncino disposto sui ritti a diverse altezze.

Il punteggio di 1 punto toccando il palloncino ad altezza di metri 1,50- 2 punti a 2,00m- 3 punti a 2,50m - 4 punti toccando il palloncino posto a 3,00 metri.

Un bambino può partire quando il precedente dopo il salto si dispone dentro un cerchio piano posto al centro della pedana (saranno sistemati due cerchi) e poi si mette in fila in quella opposta (se esegue la rincorsa a destra poi farà quella a sinistra).

Il tutor segnerà il punteggio in base al palloncino colpito (colore diverso) nel tempo stabilito (5/8 minuti).

Punteggio	Misura cm	Tutor	Attrezzi
1 punto	150	2	2 ritti di salto in alto
2 punti	200		Fettuccia
3 punti	250		4 palloncini colorati
4 punti	300		4 cerchi piani

### **3. TIRO DEL VORTEX:**

#### **Zona: pedana tiro del vortex**

Disposti su una fila dietro un cerchio piano i bambini dovranno lanciare il vortex (tiro) con rincorsa di massimo 8 metri sul settore di caduta diviso in 4 parti.

Punteggio: 1 punto fino a 9,99, 2 punti da 10,00 metri a 19,99, 3 punti da 20,00 metri a 24,99, 4 punti da 25,00 a 29,99, 5 punti oltre 30,00 metri.

Il tutor segnerà il punteggio a seconda del settore di atterraggio del vortex nel tempo stabilito (5/8 minuti).

Punteggio 3	Misura metri	Tutor	Attrezzi
1 punto	0-9,99	3	Pedana e settore caduta
2 punti	10,00-19,99		5 vortex
3 punti	20,00-24,99		
4 punti	25,00-29,99		
5 punti	30,00- +		

#### 4. STAFFETTA CON OSTACOLI:

##### Zona: arrivo generale

La squadra disposta su 2 file opposte, i bambini dovranno passare 6 ostacoli in corsia 3 e consegnare il testimone alla fila di fronte che effettua il percorso di ritorno sulla corsia 5 con altri 6 ostacoli.

40 metri di corsa con 6 ostacoli (50cm) posti a 5 metri di distanza con a fianco ostacoli over di 20 cm per gli es05/8.

I bambini terminato il tratto con ostacoli corrono davanti alla fila e girano attorno a un cono posto dietro dando il testimone (anima di cartoncino della pellicola trasparente) da dietro al primo della fila, poi si mettono in ultima posizione nella fila opposta a quella di partenza. Se un ostacolo cade il bambino che esegue il percorso deve rimetterlo a posto.

Il tutor segna il numero di tratti percorsi nel tempo stabilito (5/8 minuti).

Punteggio 4		Tutor	Attrezzi
N. di tratte		2	12 ostacoli 50cm
			12 over 20cm
			2 coni
			1 testimone di cartone

## 5. PERCORSO A STAFFETTA:

### Zona: Prato centro tribuna

Ogni bambino della squadra dovrà eseguire il percorso con capovolta in avanti o rotolamento (2metri), slalom 6 coni (10metri) e scaletta (5metri), giro di boa al cono in andata e ritorno di corsa con cambio a mano.

Il tutor conterà i percorsi completi e corretti nel tempo stabilito (5/8 minuti).

Punteggio 5	Tutor	Attrezzi
N. percorsi corretti	3	7 coni
		Scaletta
		materassino

## 6. Prova di velocità e abilità (test Ventaglio modificato)

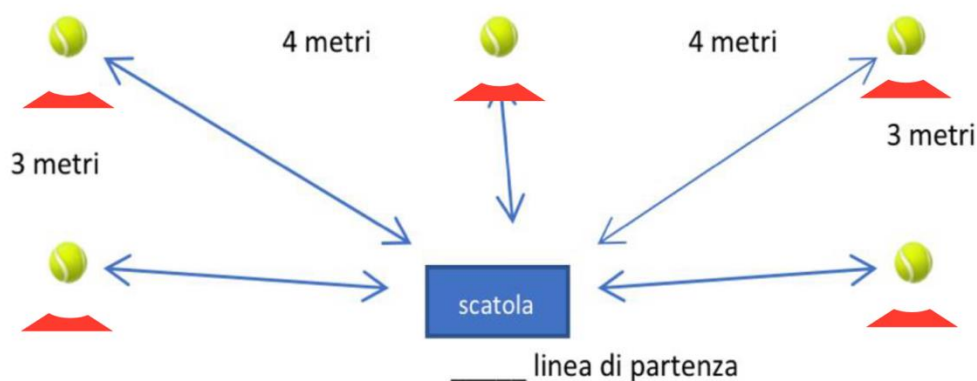
### Zona: pista partenza metri 80

Al centro una scatola di cartone con 5 palline da tennis, un bambino dovrà appoggiare sopra ad un cono piano (cinesino) una pallina alla volta, il compagno successivo, quando il bambino sarà tornato alla scatola dopo aver posizionato la 5ª pallina, partirà per prendere la prima pallina e inserirla nella scatola, il successivo quando la 5ª pallina sarà appoggiata nella scatola partirà a rimettere le palline una alla volta sopra i coni piani...

Ogni bambino può scegliere la successione di presa o messa delle palline ma queste potranno essere messe o prese una alla volta.

Le palline non possono essere lanciate, se cadono dal cono o fuori dalla scatola devono essere rimesse a posto dal bambino stesso e non da un suo compagno.

Il tutor conterà il totale dei percorsi completi (totale di metto + tolgo) nel tempo stabilito (5/8 minuti).



Punteggio 6	Tutor	Attrezzi
N. percorsi totali	3	5 palline da tennis
		5 coni piani (cinesini)
		1 scatola di cartone

## GIOCO FINALE

Da definire in zona prato

Premiazioni con medaglia ricordo a tutti i partecipanti