



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **FRIULI VENEZIA GIULIA**



LIBERTAS



XXIV TROFEO L. MODENA 1[^] Prova ESORDIENTI

“MERETO DI TOMBA”

12 APRILE 2025

REGOLAMENTO GIOCATLETICA

REGOLAMENTO GENERALE GIOCHI A PUNTEGGIO



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

MANIFESTAZIONE		
ORE	DATA	LOCALITÀ

SOCIETÀ _____

	NOME COGNOME ATLETA
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

GIOCO _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

TOTALE PARTECIPANTI GIOCO: _____

TOTALE PUNTEGGIO GIOCO: _____

5. Al termine di tutte le stazioni si consegna al TUTOR CENTRALE il referto di ogni squadra.
6. Il TUTOR CENTRALE e i collaboratori valutano la società che ha ottenuto il miglior punteggio in ogni stazione; creano una classifica parziale per ogni gioco che, sommata al punteggio delle altre stazioni, stabilisce la classifica totale.

IN OGNI GIOCO I PUNTEGGI VENGONO COSÌ ASSEGNAZI (in base al numero di squadre partecipanti)

1° CLASSIFICATA: 10 pt

2° CLASSIFICATA: 9 pt

3° CLASSIFICATA: 8 pt

4° CLASSIFICATA: 7 pt

5° CLASSIFICATA: 6 pt

6° CLASSIFICATA: 5 pt

7° CLASSIFICATA: 4 pt

8° CLASSIFICATA: 3 pt

9° CLASSIFICATA: 2 pt

10° CLASSIFICATA: 1 pt

Si utilizzano i punteggi parziali per evitare un eccessivo squilibrio tra le squadre, ma soprattutto per definire lo stesso peso ad ogni singolo gioco.

7. In caso di parità nel singolo gioco, si fa una media dei punteggi dei piazzamenti

Es. La squadra A fa 40 punti in un gioco come la squadra B; le squadre arriverebbero 2° a pari merito, quindi viene assegnato il punteggio medio tra la 2° (2pt) e la 3° (3pt) posizione che è pari a 2,5 pt.

8. In caso di parità nella classifica totale si valutano il numero di giochi vinti, o i miglior piazzamenti

Es. La squadra A vince dato che a parità di punteggio e gioco vinto ha ottenuto 2 secondi posto rispetto alla squadra B

SQUADRA A	SQUADRA B
30 pt	30 pt
1 gioco vinto	1 gioco vinto
2 secondo posto	1 secondo posto

9. Per decretare la classifica finale di squadra si sommano i piazzamenti dei giochi e si stila la classifica. Il punteggio maggiore vince.

SQUADRA	Pt. classifica	piazzamento
A	13	3°
B	30	1°
C	24	2°

Giochi

1- *Fai Canestro*



Gli atleti si dispongono in fila di fronte al canestro ad una distanza fissata di 5m. Il primo della fila lancia la palla e se fa canestro, viene registrato come 1 punto. Quindi recupera la palla e la passa al compagno successivo e così via fino al fischio di fine.

2. *L'equilibrista*

Camminando sopra una trave di equilibrio, un giocatore alla volta, deve portare un cinesino sulla propria testa dalla partenza fino al punto base. Se il cinesino cade oppure l'atleta mette un piede a terra, deve immediatamente tornare indietro e dare il cambio al compagno per partire e il punto non verrà assegnato. Se il percorso viene completato, l'atleta torna indietro lateralmente alla trave di equilibrio, per dare il cambio al suo compagno che, già pronto con il proprio cinesino in testa, parte in equilibrio sulla trave. Per ogni cinesino che arriva a fine percorso si segna 1 punto; si gioca fino al fischio di fine stazione.

3. *Gioco della Foca*

Due giocatori per volta, uno di fronte all'altro, devono portare lungo il percorso, una palla tenendola in equilibrio tra le loro teste senza farla cadere. Arrivati a fine percorso, uno dei due prende la palla in mano e la porta alla successiva coppia di giocatori per farli partire sullo stesso percorso. Si segna 1 punto per ogni coppia che finisce il percorso. Se la palla cade, si dovrà riportarla ai prossimi due giocatori senza finire il percorso.

4. Staffetta del canguro

Si posiziona 1 cono alla partenza e 1 cono all'arrivo, mentre la squadra si dispone in fila indiana sulla linea di partenza. Al via, il primo concorrente raccoglie il cono e con un solo balzo a piedi pari, porta lo stesso il più lontano possibile. Lasciato il cono nel punto di atterraggio, il concorrente torna velocemente alla partenza e da il cambio al compagno che arrivato presso il cono, lo prende e fa a sua volta un balzo a piedi pari. Lascia anche lui il cono dov'è arrivato e torna indietro velocemente per dare il cambio al compagno successivo e così via fino a che il cono della partenza viene impilato al cono di arrivo. Il primo cono, a questo punto, viene recuperato e riportato alla partenza. La staffetta ricomincia con la medesima tipologia.

Viene assegnato 1 punto ogni volta che un cono viene inserito nel cono di arrivo.

5. Salto in alto e in lungo

Materiale: 6 gommapiuma e 3 tappetini. Prima di partire viene indicato quanti gommapiuma ogni atleta vuole superare (min2, max 6). L'atleta quindi prende la rincorsa dal punto di partenza fissato e con balzo cerca di superare il muro di gommapiuma senza abbatterlo e cercando di atterrare il più lontano possibile. Se vengono superati tutti i gommapiuma dichiarati verranno assegnati tutti i punti (ad esempio se supero 3 gommapiuma sono 3 punti etc). Se invece viene abbattuto anche solo 1 gommapiuma, viene assegnato 1 punto simbolico. Sui tappetini di atterraggio sono delineate 4 zone di punteggio da 1 a 4. L'atterraggio deve avvenire sempre in piedi e possibilmente a piedi pari.

Se l'atleta atterra nella zona 2 verranno assegnati i 2 punti dell'atterraggio più i punti del superamento dei gommapiuma.

6. Staffetta con testimone

Materiale: 1 testimone, ostacolini di gommapiuma e coni/birilli qb. La squadra viene divisa in 2, in egual misura e si dispone in due file una di fronte all'altra. Parte il primo concorrente con il testimone in mano, superando alcuni ostacolini di gommapiuma e facendo lo slamo tra i birilli, deve consegnare il testimone al compagno che si troverà dalla parte opposta del percorso. Una volta consegnato, si posiziona in coda alla fila opposta (quella appena raggiunta). Il secondo concorrente, ricevuto il testimone, farà a ritroso lo stesso percorso consegnando il testimone al compagno dell'altra fila e mettendosi in coda e così via. Viene assegnato 1 punto ad ogni cambio testimone. In caso di caduta del testimone non ci sono penalità si raccoglie e si riparte.

7. Lancio Lontano

Si crea una fila lungo il settore del lancio del giavellotto in cui solo i primi 4 atleti possiedono un vortex. Dopo che tutti e quattro gli atleti hanno lanciato il vortex possono recuperarli e passarli ai propri compagni. Dopo aver lanciato il vortex l'atleta si posiziona nel cerchio laterale (AZZURRO) e aspetta che tutti abbiano lanciato per poter recuperare il vortex. Successivamente in base al settore di caduta del vortex si assegna un valore da 1 a 6 per ogni singolo lancio (sostituisce la distanza). La misura di 8 m è riferita alla distanza di rincorsa massima.

