



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA



C.P. UDINE



**6° MEETING GIOVANILE DI ATLETICA LEGGERA**

**“CITTA’ DI LIGNANO SABBIADORO”**

**14 SETTEMBRE 2025**

**REGOLAMENTO GIOCATELICA**

## STRUTTURA GIORNATA

	<b>GIOCATELICA</b> ESO 5 + ESO 8	<b>GARE ESORDIENTI</b> ESO 10
ore 15.00	<p>Suddivisione in squadre</p> <p><b>INIZIO ATTIVITÀ A PUNTEGGIO</b></p> <p>Gioco a stazioni 7-8 minuti a stazione</p>	<p>200m EF 10 200m EM 10 LUNGO EM 10 VORTEX EF 10</p>
ore 17.00	Premiazione	



## REGOLAMENTO GENERALE GIOCHI A PUNTEGGIO



1. Le squadre sono composte da minimo **12 giocatori**; le società con più iscritti alla gara dovranno formare più squadre (es. Lupignanum A e Lupignanum B). La seguente disposizione può cambiare in base al numero dei partecipanti.
2. L'allenatore si reca in CALL ROOM e ritira il “REFERTO ATTIVITÀ” prima dell'inizio del RISCALDAMENTO e apporta le eventuali modifiche o cancellazioni dei pre iscritti attraverso il modulo exel via mail.
3. L'allenatore accompagna la squadra alla stazione indicata e consegna il REFERTO al TUTOR della stazione che segnerà i punteggi in base alla prestazione svolta dalla squadra. **La stazione presenta una durata di 7-8 minuti** scandita dal fischio di inizio e fine dato dal TUTOR CENTRALE (usando il microfono dello stadio). Concluso il tempo si passa alla stazione successiva. **Il tempo della stazione può variare in base al numero di squadre iscritte, così come il numero di stazioni.**

MANIFESTAZIONE		
ORE	DATA	LOCALITÀ

SOCIETÀ \_\_\_\_\_

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

  
GIOCO \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

TOTALE PARTECIPANTI GIOCO: \_\_\_\_\_

TOTALE PUNTEGGIO GIOCO \_\_\_\_\_

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

**IN OGNI GIOCO I PUNTEGGI VENGONO COSÌ ASSEGNOTI (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 (come “il salto in lungo in settori” rispetto al “fai la strada”).

**6. 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.*

**7. 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*

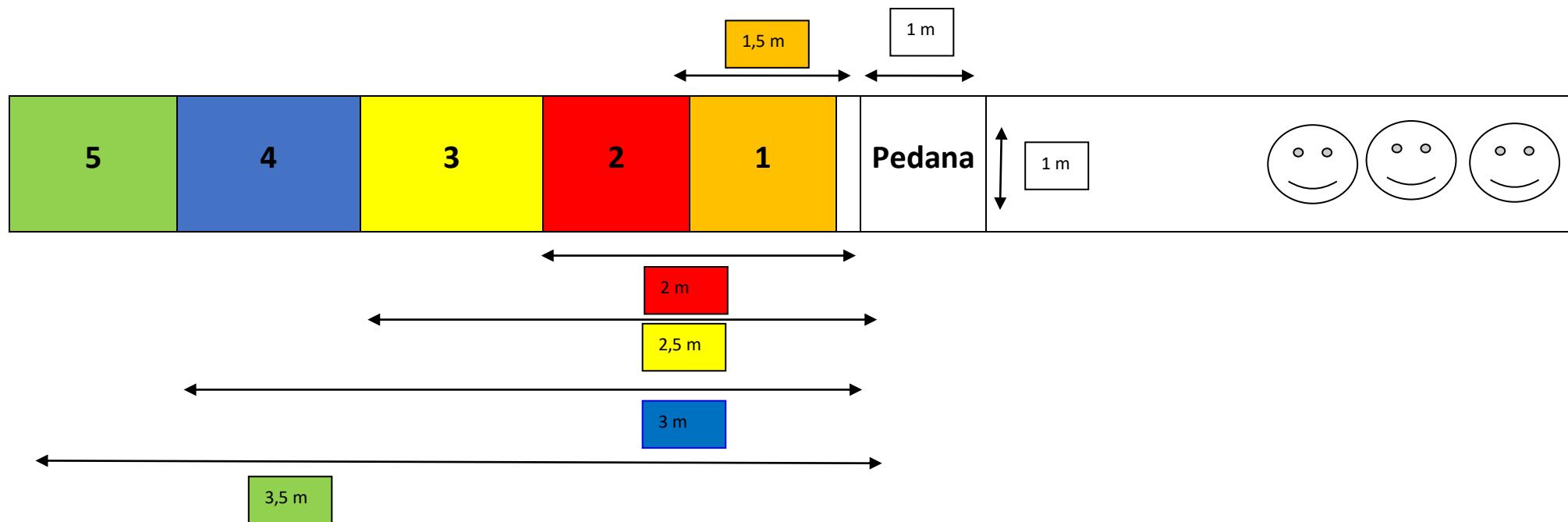
SQUADRA A	SQUADRA B
30 pt	30 pt
1 gioco vinto	1 gioco vinto
2 secondo posto	1 secondo posto

**8. 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°

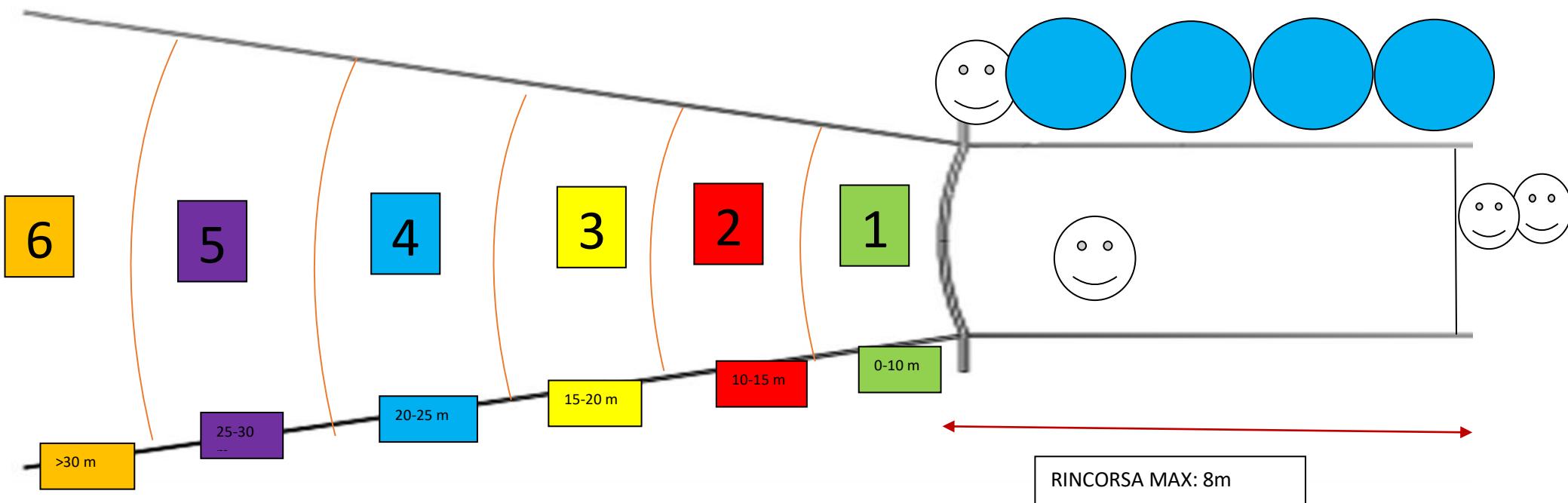
## 1. SALTO IN LUNGO CON ZONE PUNTEGGIO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
Si crea una fila lungo la pedana del salto in lungo e ogni atleta esegue un salto staccando da un quadrato creato vicino alla zona di battuta. Successivamente in base alla segno di caduta si definisce un valore da 1 a 4 per ogni singolo salto (sostituisce la distanza).	7-8 minuti	Viene definito in base alla zona di caduta con un punteggio da 1 a 4	1 TUTOR : segna il punteggio in base alla zona di caduta  1 VOLONTARIO: rastrellare la sabbia  1 VOLONTARIO per gestire la fila	5 cartelli per segnare la zona 8 cinesini per delimitare zone 1-2 rastrelli + pala Delimitare la pedana 1 bandierina per gestire fila



## 2. LANCIO VORTEX CON ZONE PUNTEGGIO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Si crea una fila lungo il settore del lancio del giavellotto in cui solo i primi 4 possiedono un vortex. Dopo che tutti e quattro gli atleti hanno lanciato il vortex possono recuperarli e passarli ai propri compagni. <b>Dopo aver lanciato il vortex l'atleta si posiziona nel cerchio laterale (AZZURRO) e aspetta che tutti abbiano lanciato per poter recuperare il vortex.</b> Successivamente in base al settore di caduta del vortex si assegna un valore da 1 a 6 per ogni singolo lancio (sostituisce la distanza). <b>La misura di 8 m è riferita alla distanza di rincorsa massima.</b></p>	7-8 minuti	<p>Viene definito in base settore di caduta con un punteggio da 1 a 6</p>	<p>1 TUTOR : segna il punteggio in base al settore di caduta 1 VOLONTARIO per gestire la fila</p>	<p>4 vortex Linee delimitatori di lancio 6 coni delimitano i settori 4 cerchi Bandierina</p>

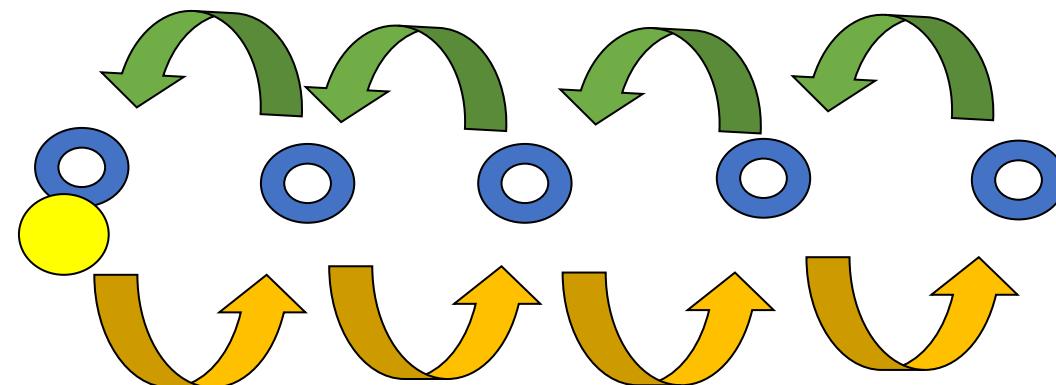


### 3. STAFFETTA PALLINA-CINESINO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>L'atleta parte con la pallina posta sul primo cinesino; al via la porta sul secondo e torna indietro facendo partire il compagno battendo il cinque, il quale sposterà la pallina sul terzo cinesino e tornerà indietro, facendo lo stesso con il terzo. Quando la pallina arriva sull'ultimo cinesino, il giocatore dovrà portare la pallina sul penultimo cinesino fino a che la pallina non ritorna alla partenza. Si continua per tutta la durata dell'attività.</p> <p><b>SI POSSONO REALIZZARE DUE FILE</b></p>	7- 8 minuti	Si acquisisce un punto quando si passa da A a B o viceversa	<p>1 TUTOR : Ogni volta che la pallina arriva alla fine e poi ritorna all'inizio</p> <p><b>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</b></p>	<p>5 cinesini 1 pallina</p> <p><b>Per due file</b> <b>10 cinesini</b> <b>2 palline</b></p> <p>2 CORDE PER DELIMITARE PARTENZA</p>



A

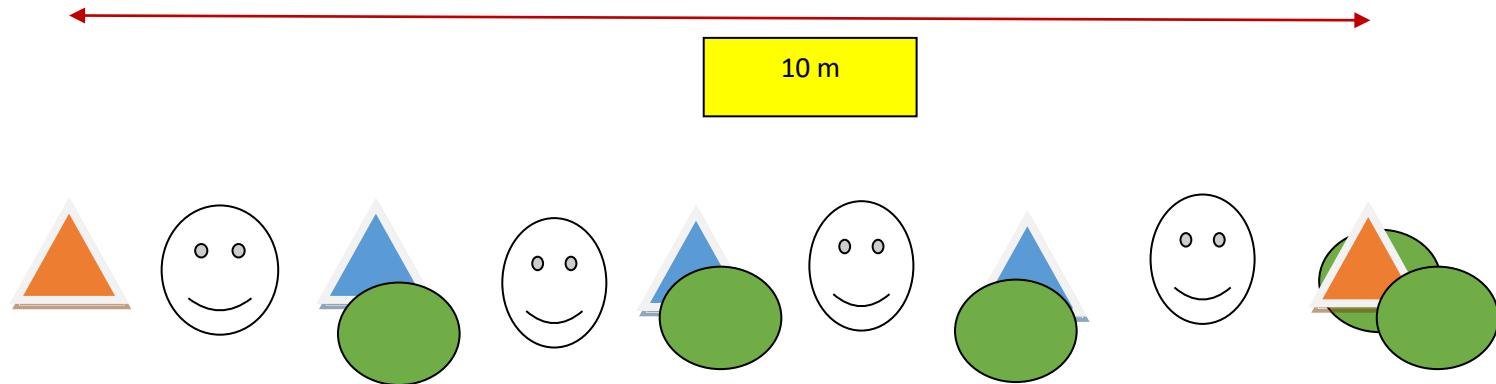


DISTANZA TRA I CINESINI: 4M

B

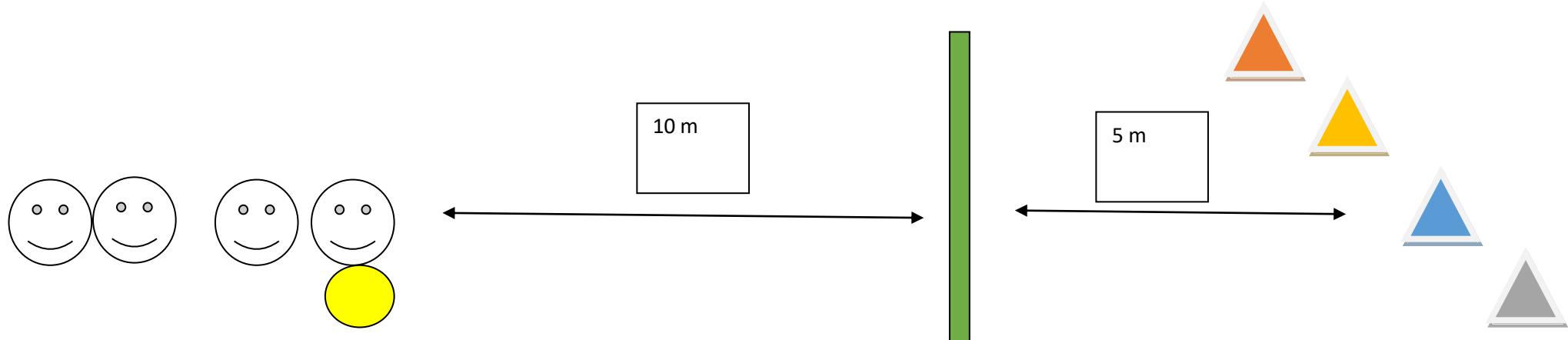
#### 4. TRASPORTA CERCHIO ALL'INDIETRO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>I bambini sono disposti seduti tra due coni. Ogni giocatore deve passare il cerchio con le mani distendendo dal cono davanti a sé a quello posto dietro di sé. Il giocatore successivo deve fare la stessa cosa fino a che il cerchio non arriva nel cono finale. Terminati i cerchi i giocatori si dovranno girare e il cerchio ripartirà dall'ultimo giocatore (che diventerà il primo) e finirà al primo (che diventerà l'ultimo).</p> <p>Quando i cerchi sono finiti si riparte dalla parte opposta</p> <p><b>SI POSSONO FARE ANCHE DUE FILE</b></p>	7-8 minuti	1 punto per ogni cerchio che arriva al cono finale	<p>1 TUTOR : segna il punteggio per ogni cerchio</p> <p>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</p>	<p><b>12 cerchi</b> <b>12 coni</b></p>



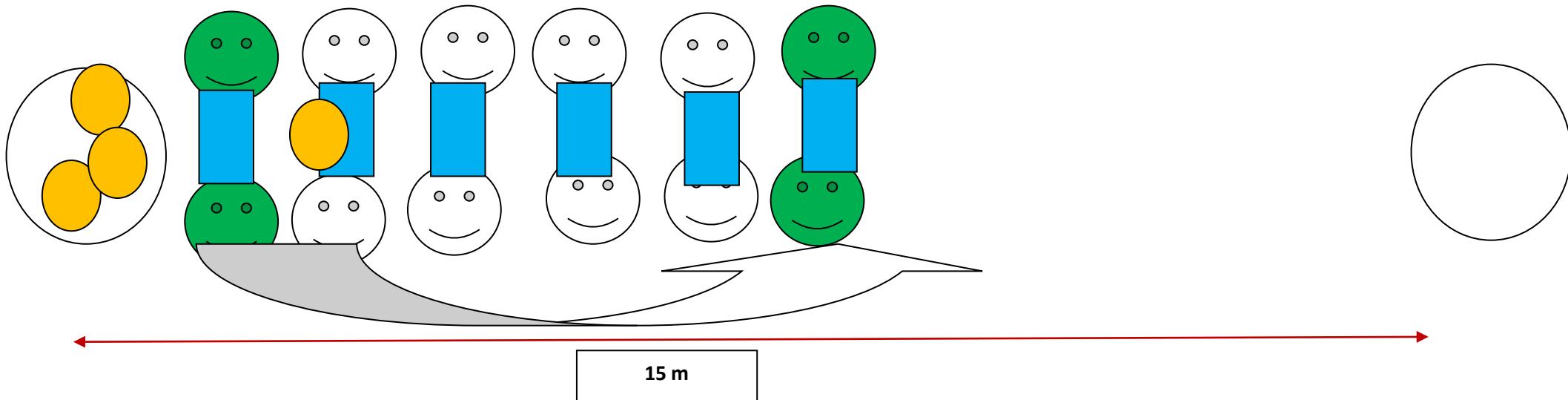
## 5. CORSA, SALTO E COLPISCI CONO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>L'atleta con la palla in mano dovrà correre e quando incontra l'ostacolo salta e cerca di colpire con la palla i coni. (In caso di caduta dell'ostacolo il giocatore successivo dovrà riposizionarlo).</p> <p><b>SI PUÒ LANCIARE LA PALLA MENTRE SI È IN VOLO OPPURE SI LANCIA LA PALLA DAL PUNTO IN CUI SI ATTERRA.</b> Quando viene eseguito il lancio della palla parte subito il giocatore successivo. Se il cono cade l'atleta lo rimetterà a posto.</p> <p><b>SI POSSONO FARE ANCHE DUE FILE</b></p>	7-8 minuti	<p>Il punteggio varia a seconda della distanza del cono dall'ostacolo:</p> <p>1pt: cono arancione 2pt: cono giallo 3pt: cono blu 4pt: cono giallo</p>	<p>1 TUTOR : segna il punteggio per ogni cono colpito</p> <p>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</p>	<p>4 palloni 1 ostacolo giallo 4 coni 4 cinesini per delimitare linea partenza e area tiro</p> <p>Per due file 8 palloni 2 ostacoli gialli 8 coni 8 cinesini</p>



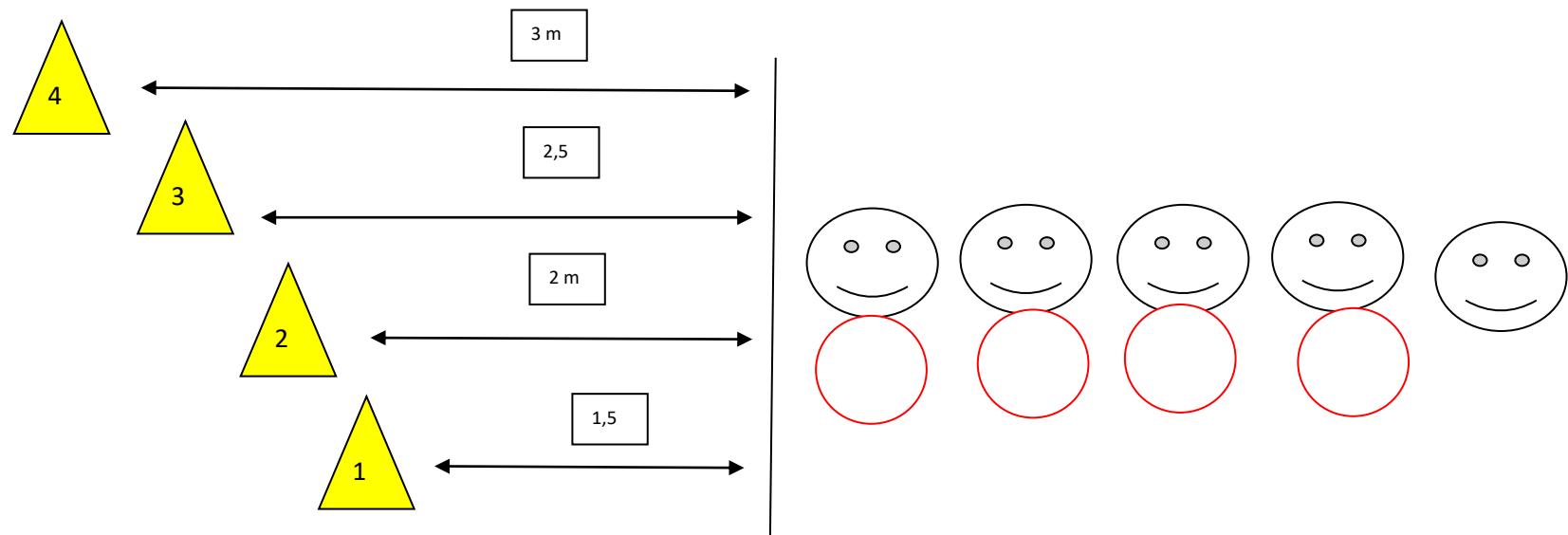
## 6. TRASPORTA CON I MATERASSINI CON SPOSTAMENTO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>I bambini sono disposti a coppie di fronte. Ogni coppia ha in mano un materassino e sono disposte una vicina all'altra. La prima coppia prende la palla e la passa alla seconda coppia e così via. Ma la prima coppia dopo aver passato il pallone si disporrà in fondo alla fila per ricevere la palla, così come la seconda.</p> <p>Quando una coppia arriverà vicino al cerchio, lascerà la palla a terra e si ricomincerà dall'inizio.</p> <p>Quando tutti i palloni sono finiti si parte dall'ultima coppia e si ritorna verso l'inizio.</p> <p>La prima coppia può partire con il pallone successivo appena esegue il passaggio.</p> <p><b>LA PALLA NON DEVE ESSERE TOCCATA CON LE MANI; SOLO SE CADE SI PUÒ RIMETTERE SUL MATERASSINO E RIPARTIRE</b></p>	8-10 minuti	Ogni pallone portato vale un punto	1 TUTOR : segna il punteggio per ogni pallone portato	2 cerchi MATERASSINI (in base al numero coppie) 6 palloni



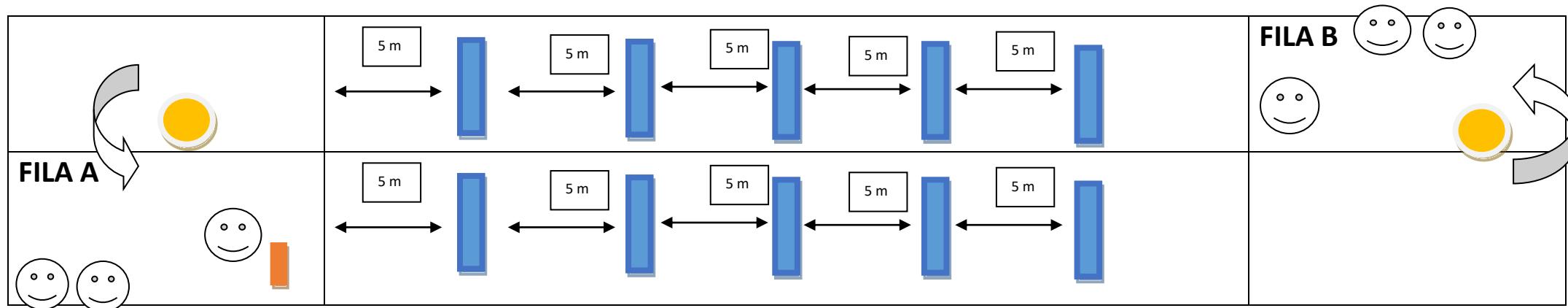
## 7. LANCIO DEL CERCHIO NEL CONO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Si compone una fila dove i primi quattro hanno un cerchio in mano. A turno partiranno i giocatori e lanceranno il cerchio DA FERMI SENZA SUPERARE LA LINEA cercando di fare centro nei coni posti a diverse distanze; successivamente quando i primi quattro hanno effettuato il lancio, recuperano i cerchi e li passano ai propri compagni.</p> <p>I coni sono posti a distanze diverse e presentano un punteggio da 1 a 4. La squadra che riesci a fare il miglior punteggio vince.</p>	7-8 minuti	<p>Il punteggio viene assegnato quando il cerchio entra nel cono. <b>Si assegna un punteggio da 1 a 4</b></p>	1 TUTOR : segna il punteggio per ogni centro in base alla distanza	<p>4 cerchi 4 coni posti a diverse distanze 4 cinesini per delimitare linea partenza e area tiro</p>



## 8. STAFFETTA OSTACOLI CON TESTIMONE

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Si presentano due file disposte su due corsie differenti in cui sono presenti 5 ostacoli. Il primo giocatore della FILA A supera gli ostacoli, gira intorno al cinesino giallo e passa il testimone al primo atleta della FILA B, a sua volta supera gli ostacoli, passa oltre il cinesino giallo e consegna il testimone al 2° della FILA A.</p> <p><u>Se l'ostacolo cade, il giocatore successivo dovrà riposizionarlo prima di andare avanti.</u></p> <p><b>L'ATTIVITÀ CONTINUA SEMPRE FINO A QUANDO IL TUTOR CENTRALE DA IL FISCHIO DELLA FINE.</b></p>	7-8 minuti	Ogni volta che il testimone torna alla fila A si segna un punto	1 TUTOR : segna il punteggio	10 ostacoli 1 testimone 4 cinesini per delimitare linea partenza 2 cinesini "BOA"



## 9. CORRI E SALTA IN ALTO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Si presentano due file disposte su due file opposte da una parte e dall'altra del materasso del salto in alto. Il primo giocatore della FILA A salta sul trampolino, supera saltando la cordicella rossa e scende dal materassino, successivamente dà il 5 al compagno della FILA B che a sua volta esegue la stessa cosa.</p> <p>L'ATTIVITÀ CONTINUA SEMPRE FINO A QUANDO IL TUTOR CENTRALE DA IL FISCHIO DELLA FINE.</p>	7-8 minuti	Ogni volta che il giocatore batte il 5 al giocatore dell'altra fila	1 TUTOR : segna il punteggio	Materasso salto in alto Ritti 2 trampolini 2 materassi Corda elastico salto in alto 2 cerchi

