



C.P. UDINE



6° MEETING GIOVANILE DI ATLETICA LEGGERA

“CITTA’ DI LIGNANO SABBIA DORO”

8 LUGLIO 2026

REGOLAMENTO GIOCATLETICA

STRUTTURA GIORNATA

	GIOCATLETICA ESO 5 + ESO 8	GARE ESORDIENTI ESO 10
	Suddivisione in squadre INIZIO ATTIVITÀ A PUNTEGGIO Gioco a stazioni 6 minuti a stazione	- 50m Maschi - 50m femmine - Vortex maschi - Vortex femmine
	Premiazioni Premiati tutti i partecipanti e le prime tre squadre in base ai punteggi	Premiazioni Premiati tutti i partecipanti

4.
CORSÀ,SALTO E
COLPISCI CONO

5. TRASPORTA CON
I MATERASSINI CON
SPOSTAMENTO

6. LANCIO DEL CERCHIO NEL
CONO

3. STAFFETTA CINESINO
PALLINA

7. STAFFETTA CON OSTACOLI +
TESTIMONE

2) LANCIO VORTEX

PREMIAZIONI

1) SALTO IN LUNGO

ASTROBASE

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 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 ASSEGNATI (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”).

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

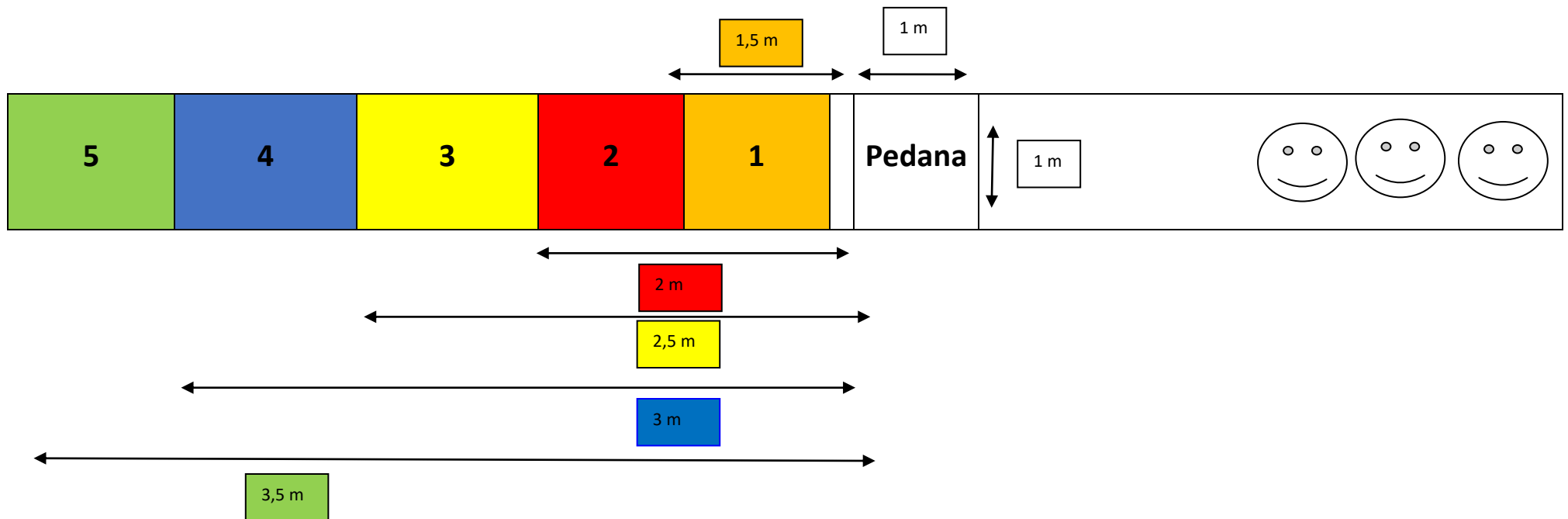
SQUADRA A	SQUADRA B
30 pt	30 pt
1 gioco vinto	1 gioco vinto
2 secondo posto	1 secondo posto

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°

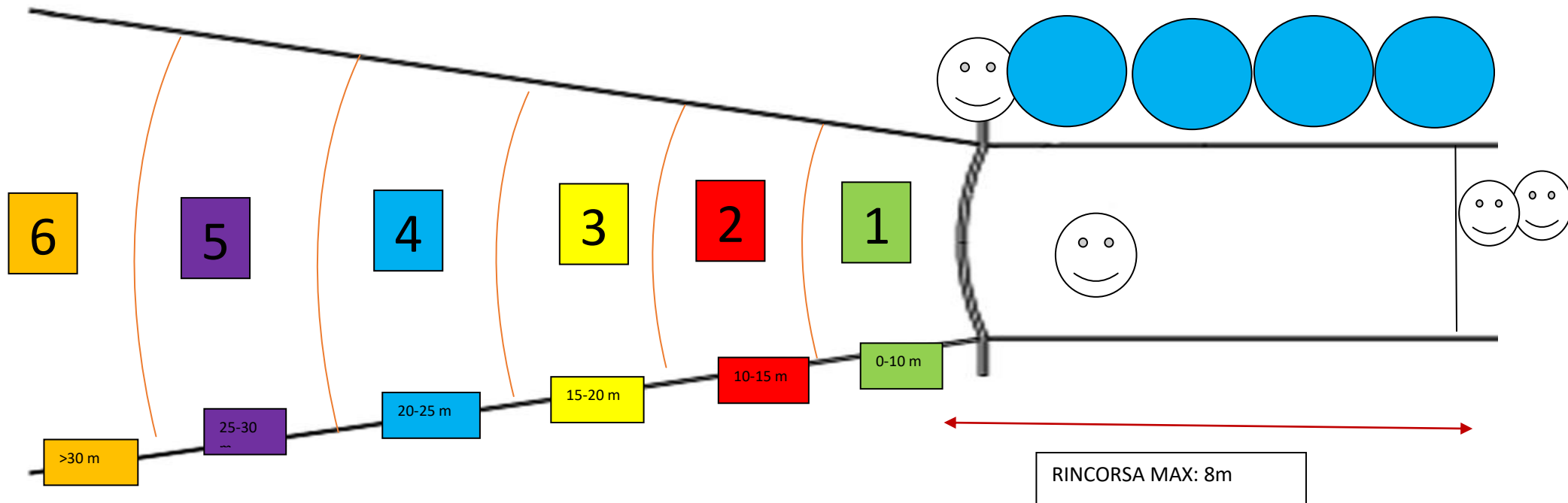
1. SALTO IN LUNGO CON ZONE PUNTEGGIO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>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).</p>	7-8 minuti	Viene definito in base alla zona di caduta con un punteggio da 1 a 4	<p>1 TUTOR : segna il punteggio in base alla zona di caduta</p> <p>1 VOLONTARIO: rastrellare la sabbia</p> <p>1 VOLONTARIO per gestire la fila</p>	<p>5 cartelli per segnare la zona</p> <p>8 cinesini per delimitare zone</p> <p>1-2 rastrelli + pala</p> <p>Delimitare la pedana</p> <p>1 bandierina per gestire fila</p>



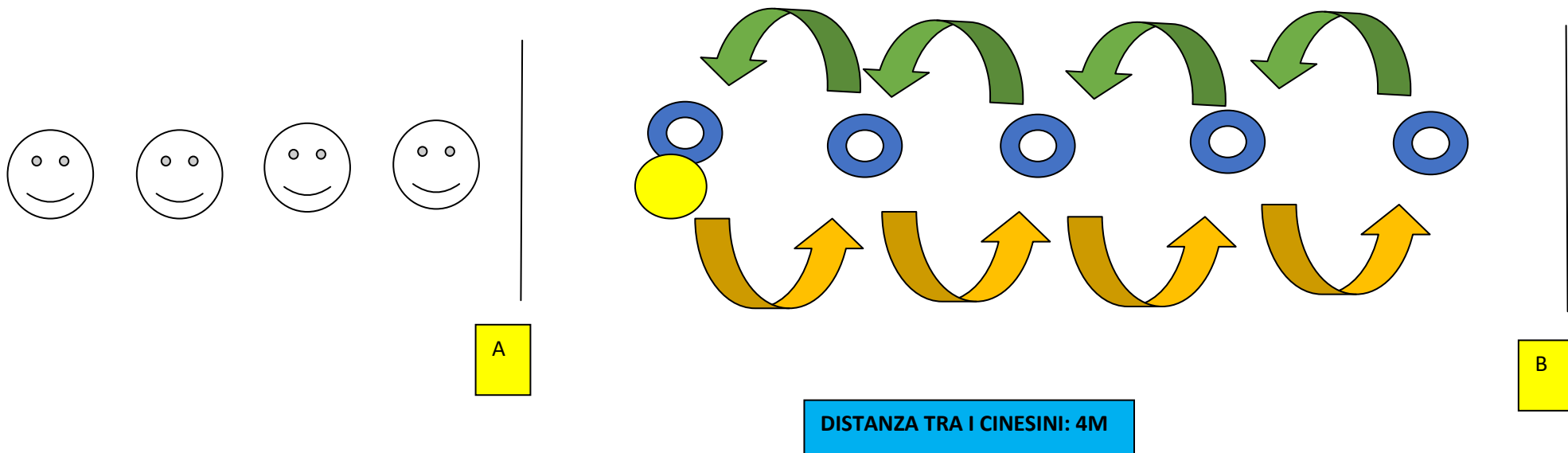
2. LANCIO VORTEX CON ZONE PUNTEGGIO

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. 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.</p>	7-8 minuti	Viene definito in base settore di caduta con un punteggio da 1 a 6	<p>1 TUTOR : segna il punteggio in base al settore di caduta</p> <p>1 VOLONTARIO per gestire la fila</p>	<p>4 vortex</p> <p>Linee delimitatori di lancio</p> <p>6 coni delimitano i settori</p> <p>4 cerchi</p> <p>Bandierina</p>



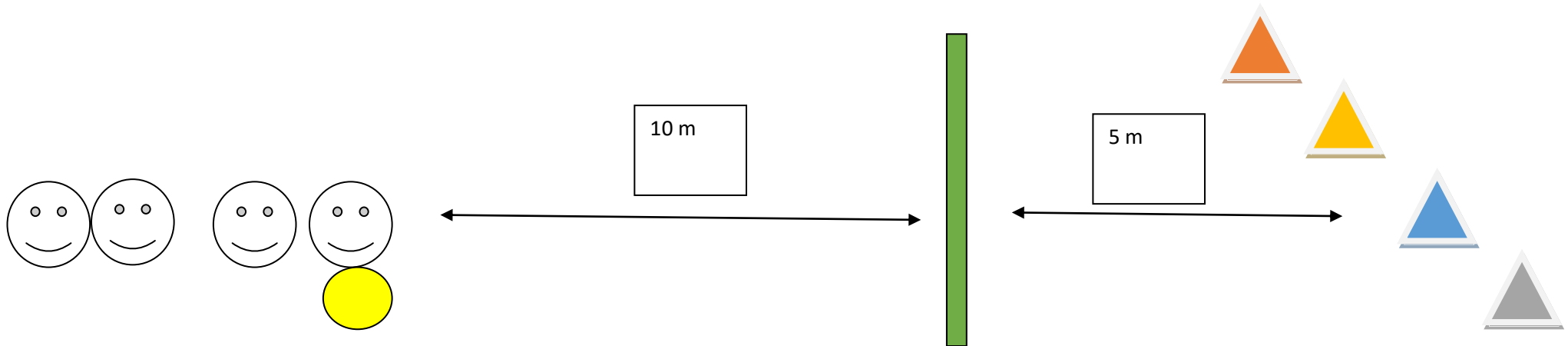
3. STAFFETTA PALLINA-CINESINO

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>SI POSSONO REALIZZARE DUE FILE</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>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</p>	<p>5 cinesini 1 pallina</p> <p>Per due file 10 cinesini 2 palline 2 CORDE PER DELIMITARE PARTENZA</p>



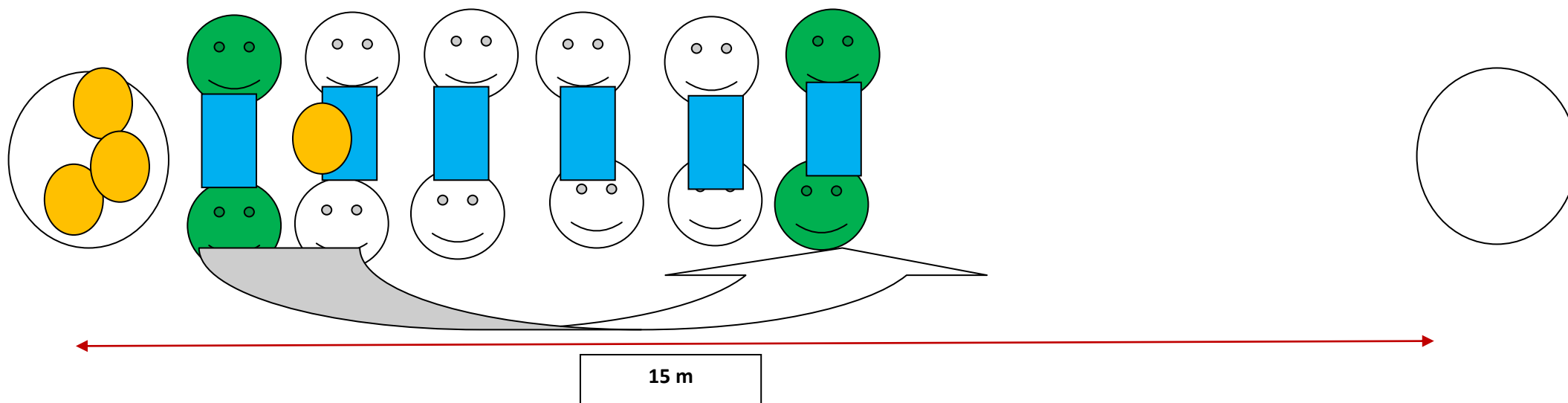
4. CORSA, SALTO E COLPISCI CONO

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>SI PUÒ LANCIARE LA PALLA MENTRE SI È IN VOLO OPPURE SI LANCI LA PALLA DAL PUNTO IN CUI SI ATTERRA. Quando viene eseguito il lancio della palla parte subito il giocatore successivo. Se il cono cade l'atleta lo rimetterà a posto.</p> <p>SI POSSONO FARE ANCHE DUE FILE</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>



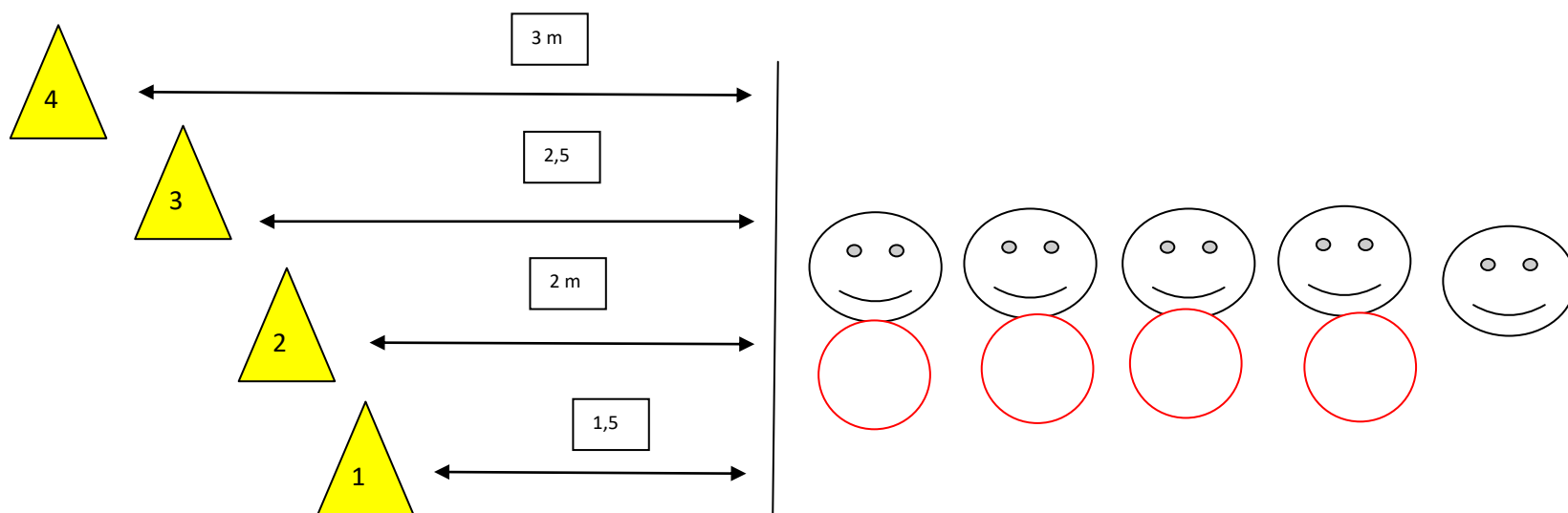
5. TRASPORTA CON I MATERASSINI CON SPOSTAMENTO

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>LA PALLA NON DEVE ESSERE TOCCATA CON LE MANI; SOLO SE CADE SI PUÒ RIMETTERE SUL MATERASSINO E RIPARTIRE</p>	7-8 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



6. 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 riesce a fare il miglior punteggio vince.</p>	7-8 minuti	<p>Il punteggio viene assegnato quando il cerchio entra nel cono. Si assegna un punteggio da 1 a 4</p>	<p>1 TUTOR : segna il punteggio per ogni centro in base alla distanza</p>	<p>4 cerchi 4 coni posti a diverse distanze 4 cinesini per delimitare linea partenza e area tiro</p>



7. 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>L'ATTIVITÀ CONTINUA SEMPRE FINO A QUANDO IL TUTOR CENTRALE DA IL FISCHIO DELLA FINE.</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"

