



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

---

Comitato Regionale **FRIULI VENEZIA GIULIA**

---



**4° MEETING GIOVANILE DI ATLETICA LEGGERA**

**"CITTA' DI LIGNANO SABBIA DORO"**

**16 - 17 SETTEMBRE 2023**

**REGOLAMENTO GIOCATLETICA**

## STRUTTURA GIORNATA

ore 15.00	<b>INIZIO</b>  <b>RISCALDAMENTO:</b> giochi svolti nell'area azzurra, caratterizzati dall'uso di pochi materiali e partecipazione attiva di tutti i bambini.	ESO 5 + ESO 8+ ESO 10
ore 15.30	Inizio Staffette 3x 120 m  Pausa	ESO 10  ESO 5 + ESO 8
ore 16.00	Suddivisione in squadre  <b>INIZIO ATTIVITÀ A PUNTEGGIO</b>	9 stazioni 7-8 minuti a stazione
ore 18.00	<b>FINE ATTIVITÀ A PUNTEGGIO</b>	
ore 18.15	Premiazione: - ATTIVITÀ A PUNTEGGIO - STAFFETTE 3 X 120 m	

6. TRASPORTA  
CERCHIO IN  
COPPIA

7.  
CORSA,SALTO E  
COLPISCI CONO

8. TRASPORTA  
CON I  
MATERASSINI

5. STAFFETTA CINESINO  
PALLINA

9. FAI LA STRADA

**RISCALDAMENTO**

4. LANCIO VORTEX

PREMIAZIONI

3) SALTO IN LUNGO

2) LANCIO DEL CERCHIO NEL  
CONO

1) STAFFETTA CON  
OSTACOLI + TESTIMONE



## REGOLAMENTO GENERALE GIOCHI A PUNTEGGIO

1. Le squadre sono composte da minimo **15 giocatori**; le società con più iscritti alla gara dovranno formare più squadre (es. Lupignano A e Lupignano 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 compila la prima pagina inserendo il nome della società e nome e cognome degli atleti
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.

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		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 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”).

**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*

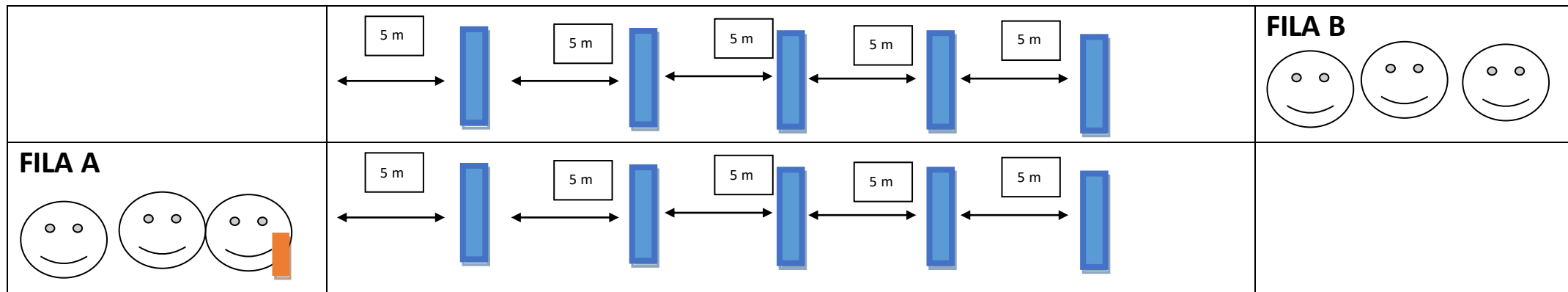
SQUADRA A	SQUADRA B
30 pt	30 pt
1 gioco vinto	1 gioco vinto
2 secondo posto	1 secondo posto

**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°

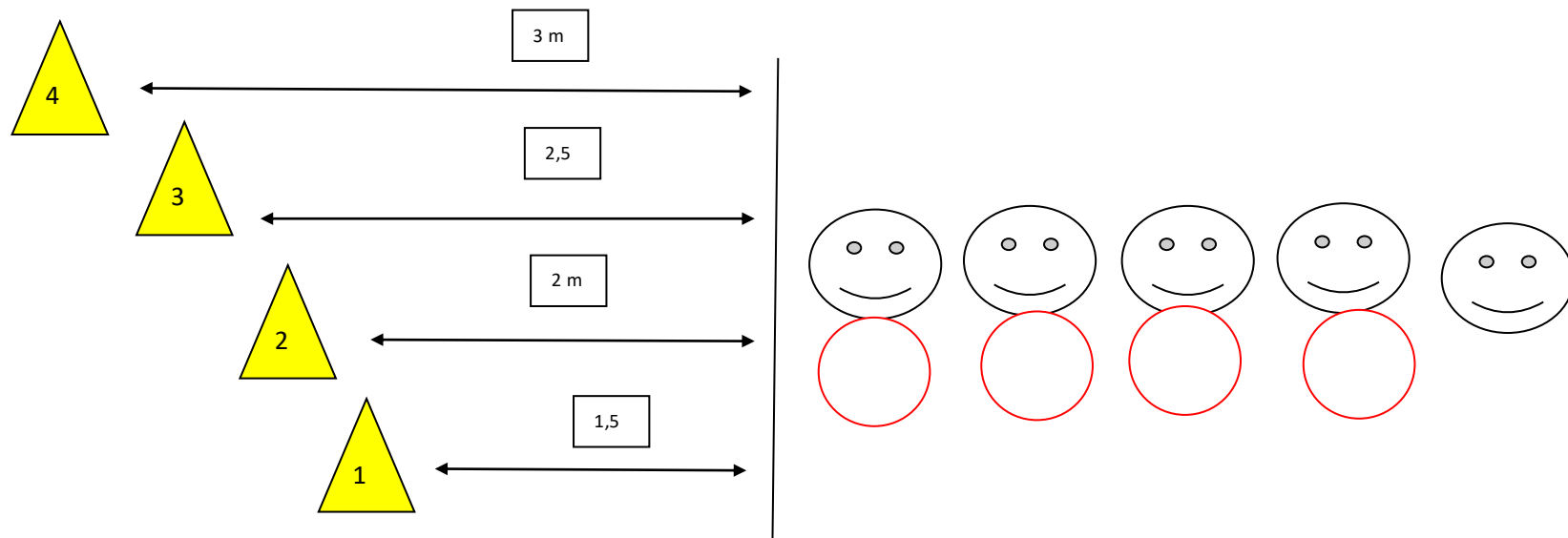
# 1. STAFFETTA OSTACOLI CON TESTIMONE

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 e passa il testimone al primo atleta della FILA B.</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. LANCIO DEL CERCHIO NEL CONO

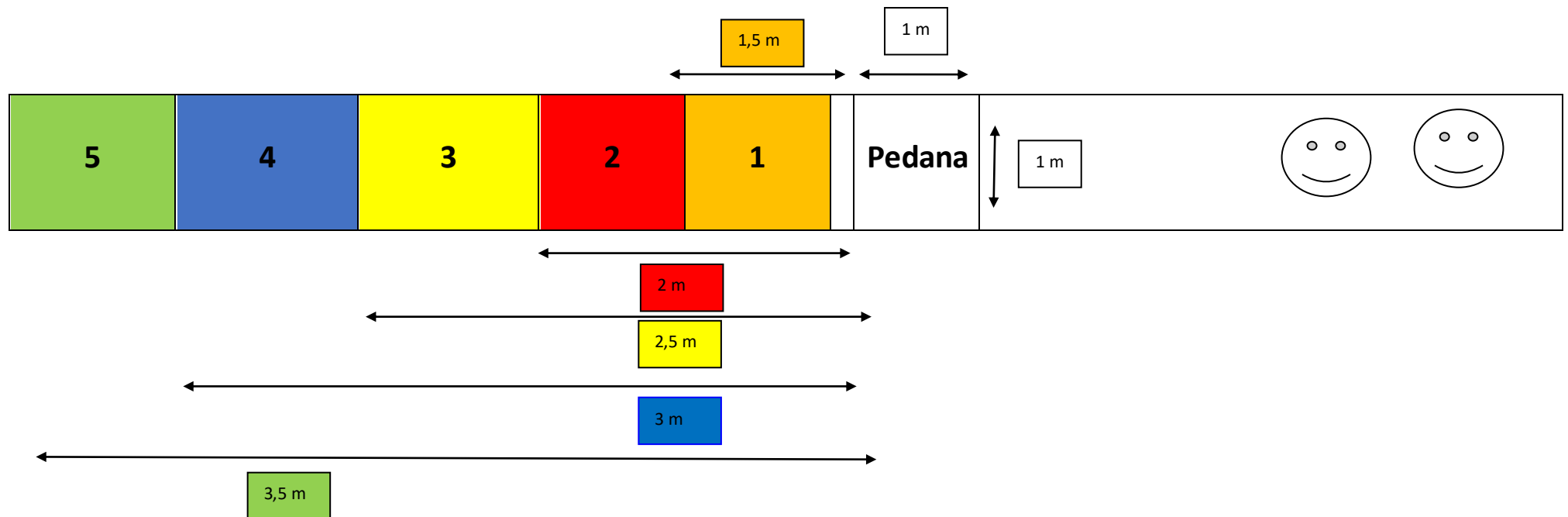
Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Si compone una fila dove i primi quattro hanno un cerchio in mano. A turno partiranno i giocatori e lanceranno il cerchio DA FERMI SENZA SUPERARE LA LINEA cercando di fare centro nei coni posti a diverse distanze; successivamente quando 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	Il punteggio viene assegnato quando il cerchio entra nel cono. <b>Si assegna un punteggio da 1 a 4</b>	1 TUTOR : segna il punteggio per ogni centro in base alla distanza	<p>4 cerchi</p> <p>4 coni posti a diverse distanze</p> <p>4 cinesini per delimitare linea partenza e area tiro</p>





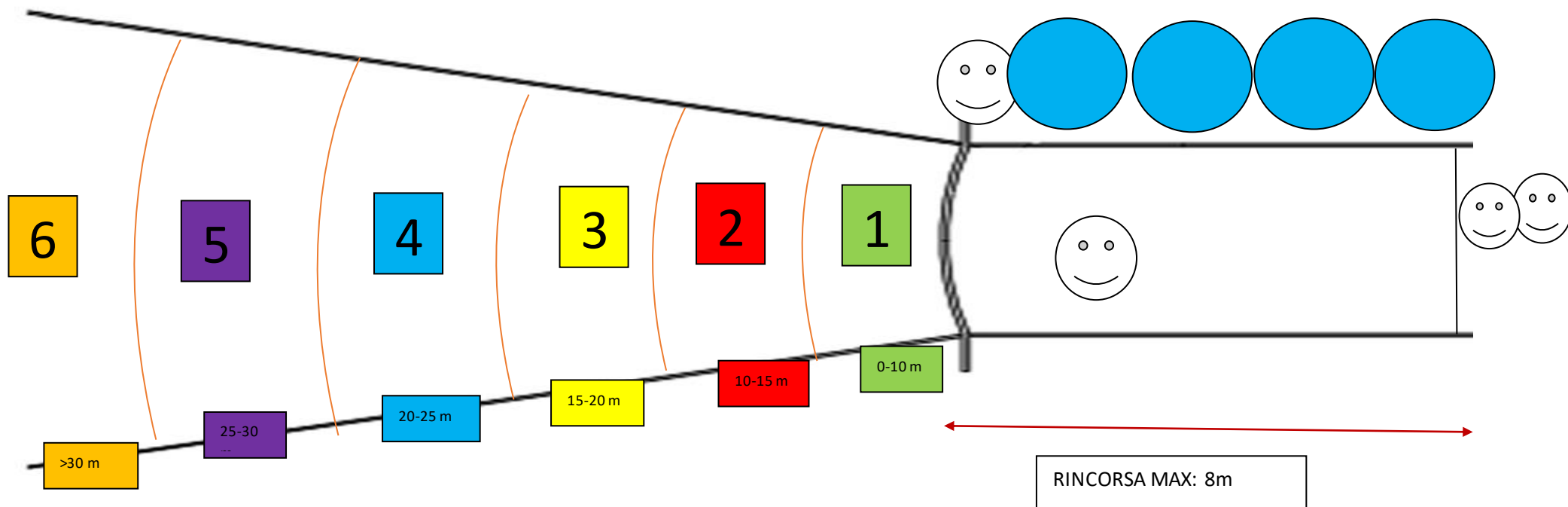
### 3. SALTO IN LUNGO CON ZONE PUNTEGGIO

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



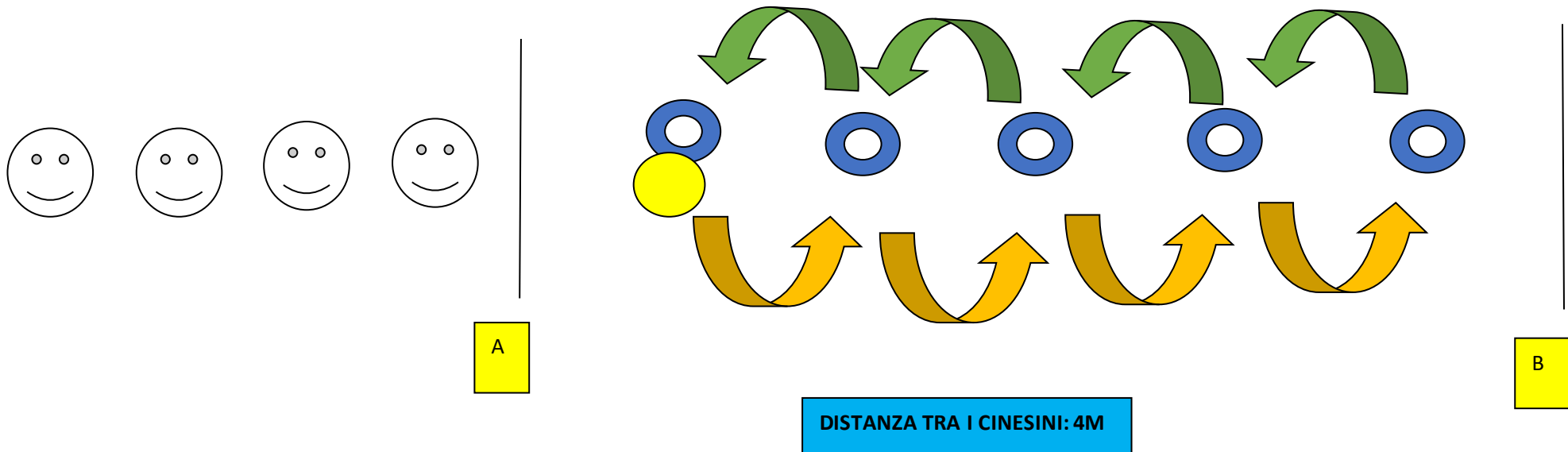
## 4. LANCIO VORTEX CON ZONE PUNTEGGIO

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
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>	7-8 minuti	Viene definito in base al settore di caduta con un punteggio da 1 a 6	1 TUTOR : segna il punteggio in base al settore di caduta  1 VOLONTARIO per gestire la fila	4 vortex Linee delimitatori di lancio 6 coni delimitano i settori 4 cerchi Bandierina



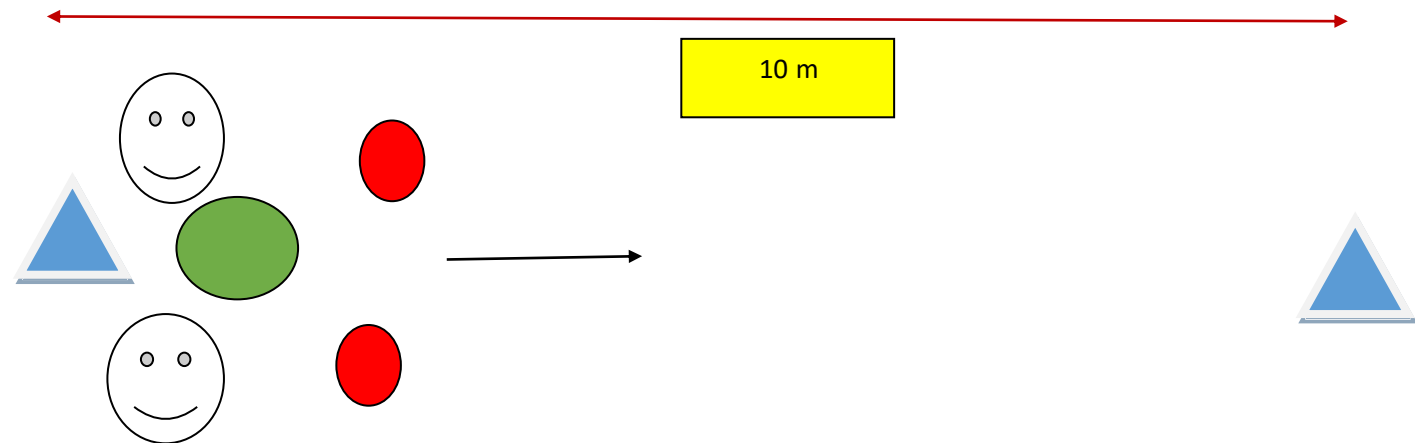
## 5. STAFFETTA PALLINA-CINESINO

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>	8-10 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> 2 CORDE PER DELIMITARE PARTENZA</p>



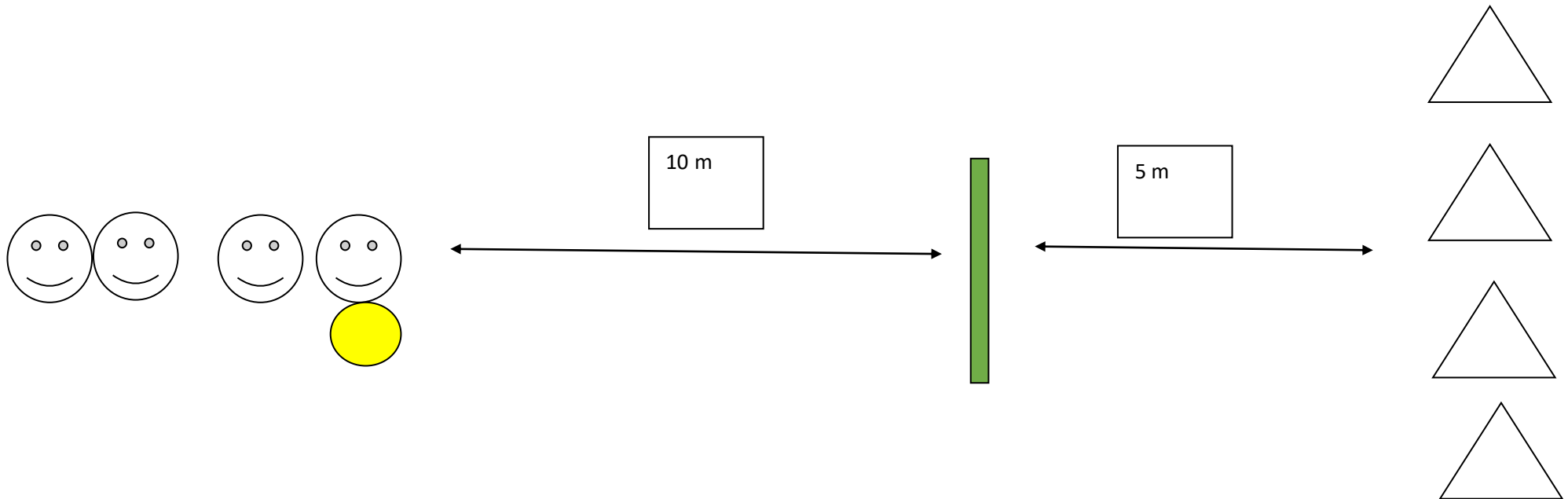
## 6. TRASPORTA CERCHIO IN COPPIA

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>I bambini sono disposti a coppie. Ogni coppia deve trasportare il cerchio con la pancia <b>(SENZA TOCCARE IL CERCHIO CON LE MANI)</b> dal primo cono al secondo, poi quando il cerchio è caduto nel cono parte subito la seconda coppia. Se il cerchio cade la prima volta si riparte dal cinesino rosso.</p> <p><b>Quando i cerchi sono finiti si riparte dalla parte opposta</b></p> <p><b>SI POSSONO FARE ANCHE DUE FILE</b></p>	8-10 minuti	1 punto per ogni cerchio nel cono	<p>1 TUTOR : segna il punteggio per ogni cerchio</p> <p><b>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</b></p>	<p>6 cerchi 2 coni 2 cinesini</p> <p><b>Per due file 12 cerchi 4 coni 4 cinesini</b></p>



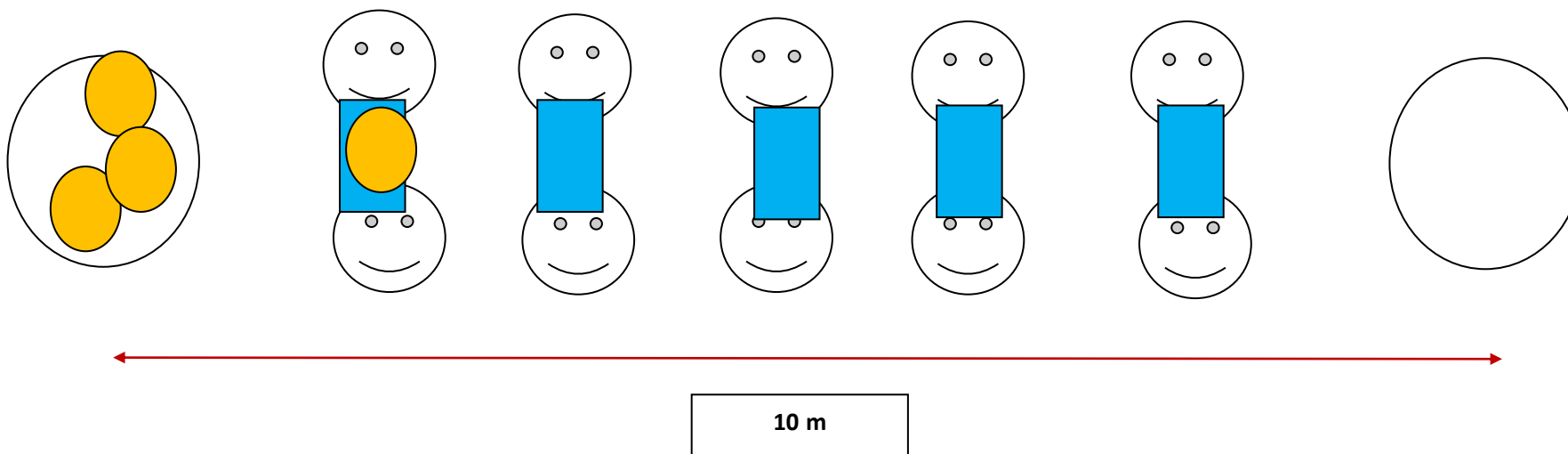
## 7. CORSA, SALTO E COLPISCI CONO

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 LANNCIA 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>	8-10 minuti	Ogni cono colpito vale 1 punto	<p>1 TUTOR : segna il punteggio per ogni cono colpito</p> <p><b>1 TUTOR AGGIUNTIVO in caso di doppia stazione</b></p>	<p>4 palloni 1 ostacolo giallo 4 coni 4 cinesini per delimitare linea partenza e area tiro</p> <p><b>Per due file</b> <b>8 palloni</b> <b>2 ostacoli gialli</b> <b>8 coni</b> <b>8 cinesini</b></p>



## 8. TRASPORTA CON I MATERASSINI

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 fino a che non arriva l'ultima coppia che lascia il pallone a terra. Quando tutti i palloni sono finiti si parte dall'ultima coppia e si ritorna verso l'inizio. 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



## 9. FAI LA STRADA

Svolgimento	Tempo attività	Punteggio	Volontari e compiti	Materiali
<p>Al via il primo giocatore entra nel cerchio, lo raccoglie e salta dentro tutti gli altri cerchi e <b>appoggia il cerchio a terra ATTACCATO ALL'UTLIMO CERCHIO</b>. Il percorso della seguente attività non è rettilineo ma in curva, quindi i cerchi dovranno seguire la linea del <b>cerchio azzurro (la linea di partenza viene messa in diagonale per evitare intralcio dovuto agli altri giocatori nello svolgimento dell'attività)</b> . Il primo giocatore torna indietro e batte il cinque facendo partire il secondo giocatore che farà lo stesso. Quando i cerchi arriveranno alla linea di partenza verrà conteggiato un punto</p>	8-10 minuti	Si acquisisce un punto quando ritorna al punto di partenza (un giro completo)	1 TUTOR : segna il punteggio per ogni giro o mezzo giro compiuto	5 cerchi 2 cinesini per delimitare la partenza(direzionati Corde per cerchio centrale

