

# OGGI SI CORRE

SABATO 12 APRILE

Campo sportivo di Villa D'Arco

14.30 Ritrovo

14.40 Riscaldamento collegiale

15.00 Inizio giochi

16.00 Premiazioni

## ATTIVITA' PREVISTA

### 1. STAFFETTA SPRINT /OSTACOLI

| SVOLGIMENTO   | PUNTEGGIO  | TUTOR   | MATERIALE   |
|---|--|---|---|
| <p>Si predispongono 2 corsie, una in andata con ostacoli e una di ritorno senza. La prima distanza che i bambini percorreranno è quella con gli ostacoli, dopodiché correranno la distanza di sprint come in una normale staffetta, sempre con il testimone in mano.</p> <p>L'attività continua fino a quando il Tutor centrale darà il fischio di fine gioco.</p> <p>Distanze: dalla partenza al primo ostacolo 8 mt, tra gli ostacoli 5 mt, dal quarto ostacolo alla bandierina 8 mt.</p> | <p>La classifica viene determinata in base numero di giri che l'intera squadra percorrerà.</p> | <p>1 tutor che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare i giri effettuati da ogni squadra sulla scheda predisposta.</p> | <p>4 ostacoli di altezza 40/ 50 cm.</p> <p>2 bandierine o cinesini</p> <p>1 testimone</p> |

### 2. FORMULA UNO (percorso di circa 60-80 mt)

| SVOLGIMENTO   | PUNTEGGIO  | TUTOR   | MATERIALE  |
|---|--|---|--|
| <p>Il materiale è organizzato come indicato in figura.</p> <p>La distanza è divisa in tre aree: una per lo sprint su terreno piano, una per lo sprint con slalom tra coni o bandierine e una per lo sprint con ostacoli.</p> <p>L'attività si svolge a staffetta con cambio di testimone; ogni partecipante comincia con una capovolta (o rotolamento) su un tappetino.</p> | <p>La classifica viene determinata in base numero di giri che l'intera squadra percorrerà.</p> | <p>1 tutor che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare i giri effettuati da ogni squadra sulla scheda predisposta.</p> | <p>3 ostacoli di altezza 40/ 50 cm.</p> <p>5 bandierine o coni</p> <p>1 tappetino</p> <p>1 testimone</p> |

### 3. SKIP UMANO

| SVOLGIMENTO   | PUNTEGGIO   | TUTOR   | MATERIALE  |
|---|---|---|--|
| <p>Si forma una fila di bambini seduti a terra a gambe unite e distese in corrispondenza ognuno di un cono, a distanza di 3 metri uno dall'altro. Il primo bambino della fila supera facendo skip tra le gambe dei compagni seduti a terra. Alla fine torna al suo posto di corsa. Parte il secondo, fa lo stesso percorso, ma prima di tornare a sedersi al proprio, supera anche il primo compagno già seduto a terra. Si continua con il terzo bambino ecc.</p> <p>Terminato il giro, il Tutor chiamerà: 'CAMBIO POSIZIONE'; i bambini dovranno posizionarsi proni a terra, supini, in piedi a gambe divaricate (passaggio carponi sotto i compagni), e così a rotazione per il tempo dell'attività.</p> | <p>La classifica viene determinata in base numero di giri che l'intera squadra percorrerà</p> | <p>1 TUTOR che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare i giri effettuati da ogni squadra sulla scheda predisposta.</p> <p>Chiamare il CAMBIO POSIZIONE</p> | <p>Coni o cinesini per indicare la posizione di ogni partecipante.</p> |

### 4. CORSA DEI DADI

| SVOLGIMENTO  | PUNTEGGIO  | TUTOR   | MATERIALE   |
|--|--|---|---|
| <p>Bambini in fila dietro un cinesino o linea delimitatrice; posizionare 6 coni dopo circa 5/8 metri, a una distanza di 3 metri uno dall'altro. Al via il primo della fila tira il dado e correrà attorno al cono corrispondente al numero uscito. Il compagno successivo tira il dado a sua volta, preparandosi a correre nel momento in cui gli viene toccata la spalla, e così via per i successivi fino alla fine del tempo.</p> | <p>La classifica viene determinata in base punteggio totale del numero di giri effettuati lanciando il dado.</p> | <p>1 TUTOR che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare i giri effettuati da ogni squadra sulla scheda predisposta.</p> | <p>Coni o cinesini per indicare la posizione di ogni partecipante.<br/>6 coni</p> |

## 5. MARCIAMO

| SVOLGIMENTO  | PUNTEGGIO  | TUTOR   | MATERIALE  |
|--|--|---|--|
| <p>Gioco a staffetta (senza cambio di testimone, ma con tocco di mano)<br/>Sono necessarie due corsie di 50 mt, : una in andata dove ogni concorrente dovrà marciare e l'altra al ritorno dove invece correrà, rigorosamente in entrambi i casi sopra una linea bianca.<br/>L'attività continua fino a quando il Tutor centrale darà il fischio di fine gioco.</p> | <p>La classifica viene determinata in base punteggio totale del numero di giri effettuati lanciando il dado.<br/>Viene data penalità, se si esce dalla linea marciando o correndo. Ogni 5 penalità viene tolto un giro dal totale.</p> | <p>1 TUTOR che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare i giri effettuati da ogni squadra sulla scheda predisposta.</p> <p>Contare le eventuali penalità.</p> | <p>Coni o cinesini per indicare la posizione di ogni partecipante.</p> |

La marcia verrà effettuata attraverso una camminata veloce, a gambe tese, con rullata dei piedi sopra la riga posta a terra, accentuando il movimento pelvico, ponendo attenzione anche al movimento delle braccia.

## 6. MEMORY SPRINT ( in aggiunta se il numero di bambini lo richiede).

| SVOLGIMENTO   | PUNTEGGIO  | TUTOR  | MATERIALE  |
|---|--|--|--|
| <p>I bambini vengono disposti in fila dietro a una linea di partenza; al via il primo della fila corre veloce verso delle tessere poste in uno spazio prestabilito a 15 mt di distanza, e ne gira 2 a scelta. Se le tessere hanno lo stesso disegno le porta velocemente alla linea di start e batterà il 5 al compagno secondo della fila, Se le tessere non sono uguali, tornerà comunque indietro e il gioco continua.</p> | <p>La classifica viene determinata in base al numero di coppie uguali raccolte</p> | <p>1 TUTOR che avrà il compito di:</p> <p>Controllare il regolare svolgimento del gioco</p> <p>Segnare e registrare le coppie uguali</p> | <p>Coni o cinesini per delimitare partenza e zona della carte memory</p> <p>Carte memory</p> |

# SCHEDA ISCRIZIONE PER SQUADRA

SOCIETA' \_\_\_\_\_

MIN 5 MAX 8 BAMBINI PER SQUADRA

|                      | NOME E COGNOME |
|----------------------|----------------|
| <b>SQUADRA<br/>1</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |
| <b>SQUADRA<br/>2</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |
| <b>SQUADRA<br/>3</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |

|                      | NOME E COGNOME |
|----------------------|----------------|
| <b>SQUADRA<br/>4</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |
| <b>SQUADRA<br/>5</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |
| <b>SQUADRA<br/>6</b> |                |
| 1                    |                |
| 2                    |                |
| 3                    |                |
| 4                    |                |
| 5                    |                |
| 6                    |                |
| 7                    |                |
| 8                    |                |