



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

Servizio infanzia e istruzione del primo grado

Ufficio istruzione del primo ciclo

Via Gilli, 3 - 38121 Trento

Tel. 0461 497235

uis@provincia.tn.it - serv.istruzione@pec.provincia.tn.it



Via della Malpensada, 84 - 38123 Trento

tel. 0461-985080 fax 0461-236949

e-mail trento@coni.it

SPORT
DI
CLASSE

Festa di fine anno



Modello tecnico



24 maggio 2019, ore 9.00/13,30

Centro sportivo Le Albere - Aldeno (TN)

Lancio della pallina

Esecuzione:

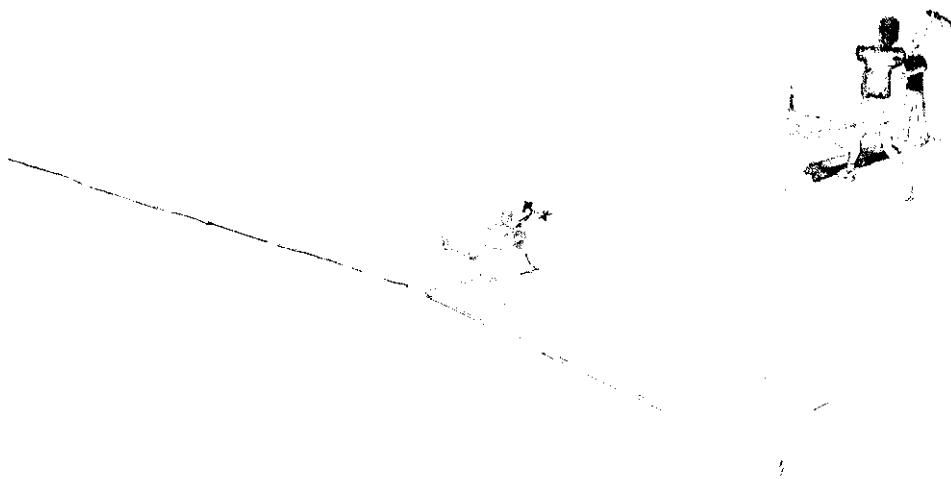
- *Settore di lancio/rincorsa : rettilineo 6 mt. ;*
- *Preparazione e lancio: partenza con "fronte" rivolto al settore di lancio, pallina da tennis tenuta ad una mano sopra la testa, rincorsa, passi speciali - arresto davanti al segno - caricamento attrezzo e lancio in avanti alto ...*

n° prove e misure:

- *due prove consecutive per ciascun allievo; una libera e una misurata;*

Zona di caduta della pallina:

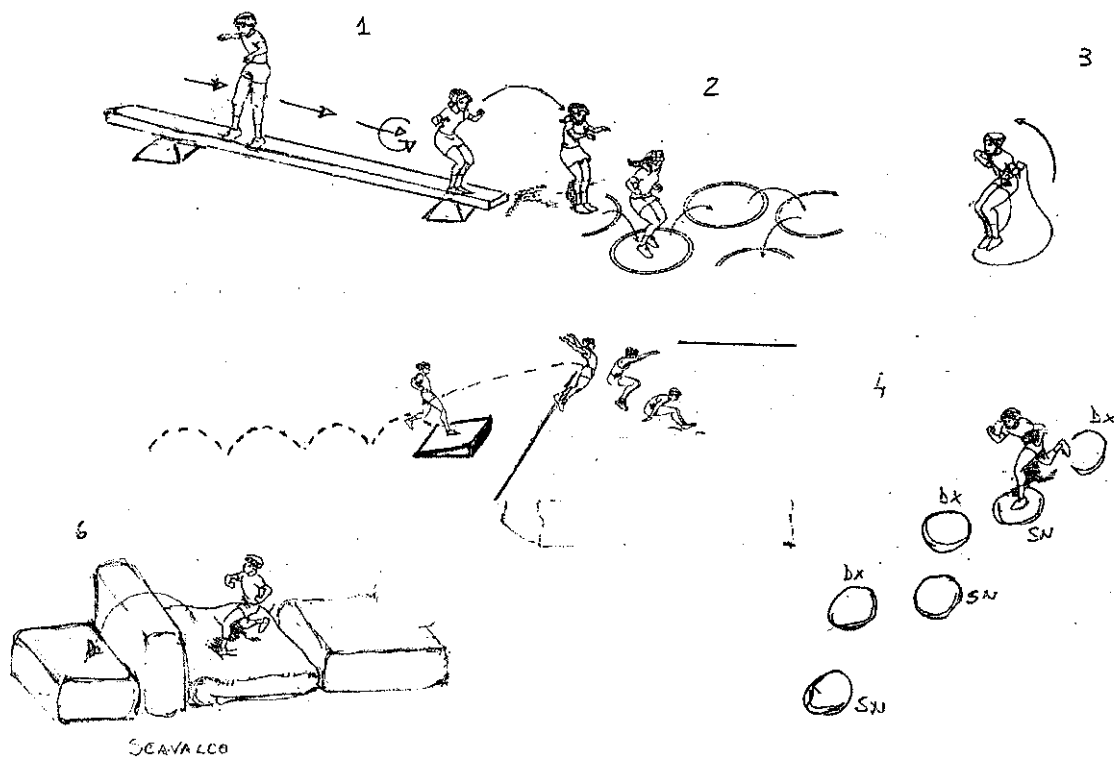
- *tracciatura 5 zone di caduta dell'attrezzo, "graduate" ogni 10 m. , per una più facile misurazione della lunghezza di lancio.*



Abilità ginniche: Circuito di destrezza

Percorso di "abilità" a staffetta per tutti i componenti la classe "a tempo"

✓ Il percorso relativo alle abilità ginniche prevede l'utilizzo delle "stazioni" di seguito raffigurate;



Descrizione percorso:

- stazione 1: salita frontale sulla trave tremula, $\frac{1}{4}$ di giro a dex e traslocazione laterale sulla "trave tremula", $\frac{1}{4}$ di giro a sin e salto a piedi pari divaricati nel cerchio posto in prossimità della fine della trave...
- stazione 2: successivamente, **balzi a rana nei 5 cerchi** successivi a quello in cui si è effettuato il salto dalla trave (cerchi disposti a zig-zag tra loro) ...
- stazione 3: 5 saltelli consecutivi alla corda (giro in avanti),
- stazione 4: camminare sopra **6 balance-trainer** (cuscini propriocettivi in gomma) alternando l'appoggio del piede destro con quello sinistro, senza cadere ne poggiare le mani per terra,
- stazione 5: **salto in lungo** sul tappeto (h.50 cm) con stacco su pedana inclinata,
- stazione 6: corsa e scavalcamiento **tappeti** di diversa altezza...

Esecuzione:

- partenza primo concorrente: **in piedi dietro la linea di partenza, avvio al segnale dello starter;**
- svolgimento: **ogni allievo della classe esegue il percorso così come descritto sopra...;**
- "Cambio": **da effettuarsi con battuta di mano al compagno che "segue" al termine della prova;**
- arrivo: **passaggio ultimo concorrente al traguardo;**

Penalità:

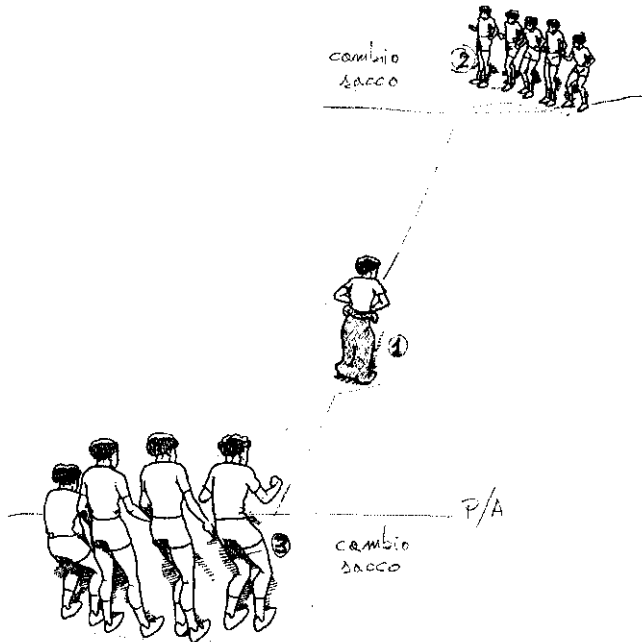
- le penalità, riferite alle scorrette modalità di esecuzione tecnica delle "stazioni" nel percorso, prevedono, su indicazione del giudice ..., l'obbligo immediato di ripetere una seconda volta la "frazione di percorso" che il concorrente ha svolto in maniera difforme dal previsto.

Misure:

- cronometraggio manuale

"Giochi tradizionali" a squadre

➤ LA CORSA NEI SACCHI A STAFFETTA



Tutte le squadre (divise in due gruppi posti "di fronte" tra loro), si schiereranno, parallelamente fra esse, dietro le linee di fondo campo (vedi figura sopra riportata). Al "via" il primo concorrente di ogni squadra, infilatosi nel "sacco", saltella verso il compagno che lo attende dalla parte opposta del campo, cede il "sacco" a quest'ultimo che a sua volta lo indossa e riparte saltellando alla volta del compagno successivo, e così via ... fino all'ultimo frazionista.

Abilità nei giochi sportivi con la palla/attrezzi

Vuotacampo

In un campo da pallavolo, o campo all'aperto di dimensioni simili, diviso a metà da una rete alta 1,50 mt, squadre miste di 8; in ciascuna metà campo sono presenti 16 attrezzi (palle o elementi di spugna, palle in gomma, attrezzi costruiti dai ragazzi, ecc); bisogna lanciare nella metà campo avversaria gli attrezzi presenti nel proprio settore, cercando di tenere il proprio settore vuoto; la partita si sviluppa in 3 "set" di 5 minuti ciascuno

Misure:

- *"Attrezzi" presenti nel proprio campo; prevale la squadra che ha meno attrezzi sul proprio campo.*

Palla in meta

Attività ludico-sportiva che riassume in sé parte delle regole del Rugby e del Frisbee.

In un campo da basket, o campo all'aperto di dimensioni simili, squadre miste di 8, bisogna far sì che il pallone (una palla da pallavolo leggera) venga depositato oltre la riga del campo avversario.

Regole basilari:

- l'inizio del gioco, possesso a sorteggio, avviene dalla linea di meta della squadra che ha vinto il sorteggio;
- la squadra avversaria può difendere solo nella propria metà campo;
- il giocatore in possesso di palla non può muoversi; i suoi compagni dovranno facilitare il passaggio, che può essere effettuato sia in avanti che all'indietro;
- il passaggio non potrà essere effettuato verso il/la compagno/a che ci ha appena passato il pallone;
- non è ammesso il contatto fisico; si può tentare di riconquistare il pallone solo quando questo è in volo;
- se la palla cade a terra (passaggio sbagliato o mancata presa), il gioco passa agli avversari dal punto in cui la palla è caduta a terra;
- è obbligatoria la fase del "terzo tempo" (foto), durante il quale un rappresentante per squadra fa una breve considerazione sull'incontro.

Misure:

- *"Mete" realizzate in 15 min. di gioco; l'azione in corso allo scadere del tempo deve essere portata a termine.*



Terzo tempo