

FINALE REGIONALE TROFEO RAGAZZI 2015 GIOCHI MOTORI cat. 1^ FASCIA

1° GIOCO (percorso a coppie – terziglie)

Materiale: 6 cerchi cm 60 max cm 80, 2 tappetini.

Al via 2 concorrenti A e B si portano oltre alla linea di partenza in decubito supino con i piedi a contatto (creando un "ponte" parallelo alla linea di partenza). La seconda coppia (C D) passa sotto il "ponte" e va a formarne un'altro dando il via alla 3^ coppia (E F) che ripete come la 2^ . Quando la 3^ coppia ha formato il "ponte" A e B passano sotto al 2° e 3° ponte e *tenendosi per mano vanno verso i cerchi per eseguire 3 saltelli a piedi pari uniti all'interno dei cerchi (3 saltelli sempre tenendosi per mano). Di seguito sciogliendo il legamento vanno verso i tappetini dove eseguono una capovolta rotolata avanti con arrivo seduti a gambe divaricate,* rimanendo in posizione in attesa dei compagni. Infatti, nel frattempo, C e D sono passati sotto il 3° ponte e tutti i quattro concorrenti (C D E F) tenendosi per mano a coppie ripetono analogamente da * a*. Quando anche E e F si trovano in posizione seduta con le gambe divaricate, (si sono formate due terziglie) i concorrenti si pongono in quadrupedia supina con le gambe sotto le ascelle del compagno davanti e le mani dietro ai piedi del compagno dietro (la partenza dell'andatura a "millepiedi" va effettuata con le mani di tutti i concorrenti sul tappetino). In questa posizione si portano alla linea di fondo campo

Il gioco termina quando anche gli ultimi concorrenti della terziglia superano la linea di fondo campo con le mani.

Penalità:

15" Ogni prova comunque non eseguita

15" Partenza anticipata

15" L'attrezzo non recuperato e riposizionato dal concorrente in gara

5" piedi non a contatto nel decubito supino

5" ogni saltello in meno

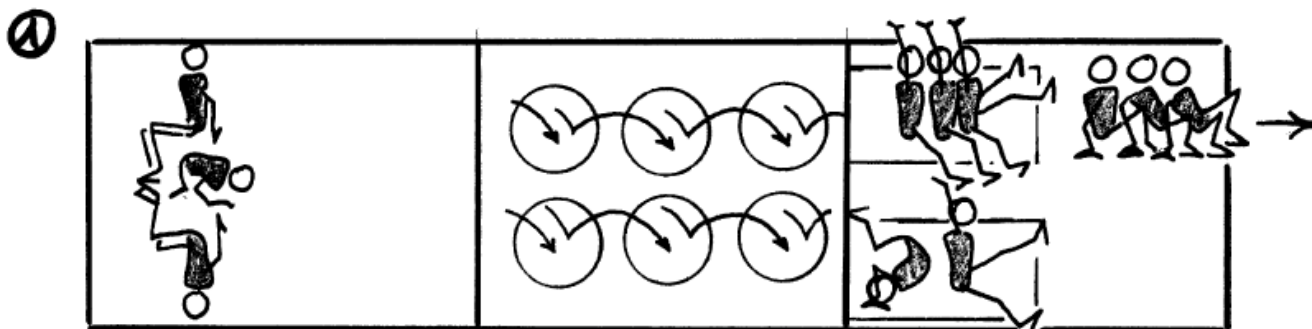
5" saltello non a piedi pari

5" sciogliere il legame con il compagno

5" non mantenere la posizione seduta con le gambe divaricate in attesa dei compagni

5" partire con le mani fuori dal tappetino nel "millepiedi"

5" sciogliere l'andatura a "millepiedi" prima che l'ultimo ginnasta abbia superato la linea di fondo campo con le mani



GIOCHI MOTORI cat. 1^ FASCIA

2° GIOCO (percorso a coppie)

Materiale: 2 tappetini, 2 palle, 1 boa, 2 contenitori.

Al via la prima coppia (A e B) supera la linea di partenza: A si pone in decubito prono a corpo teso con le braccia in alto, B lo supera con un saltello a piedi uniti per posizionarsi a sua volta al suolo nella medesima posizione, A ripete il superamento di B e così di seguito fino a che entrambi hanno eseguito due posizioni a terra e due saltelli. Al termine si portano ai due contenitori contenenti i palloni (A alla prima linea e B alla seconda): preso il pallone e palleggiando (min. 4 palleggi - il primo palleggio deve avvenire dove è posizionato il contenitore) si invertono di posto e rimanendo dietro la propria linea effettuano contemporaneamente uno scambio della palla per rotolamento al suolo e rimettono la palla nel contenitore. Correndo si portano alla linea di fondo, aggirano la boa, arrivano alla linea e con 4 saltelli su un piede e 4 sull'altro giungono ai tappetini, dove eseguono una capovolta rotolata a coppie (A si pone supino sul tappeto impugnando le caviglie di B che a sua volta impugna - portandosi in avanti - le caviglie di A). Infine tenendosi per mano corrono oltre la linea di partenza per dare il via alla coppia successiva. Il gioco termina quando tutte le coppie hanno completato il percorso.

Penalità:

15" Ogni prova comunque non eseguita

15" Partenza anticipata

15" L'attrezzo non recuperato e riposizionato dal concorrente in gara

5" saltello non a piedi pari uniti

5" ogni posizione prona in meno

5" ogni saltello in meno

5" spostamento con palleggi iniziato al di là della linea

5" meno di 4 palleggi

5" rotolare la palla superando la linea

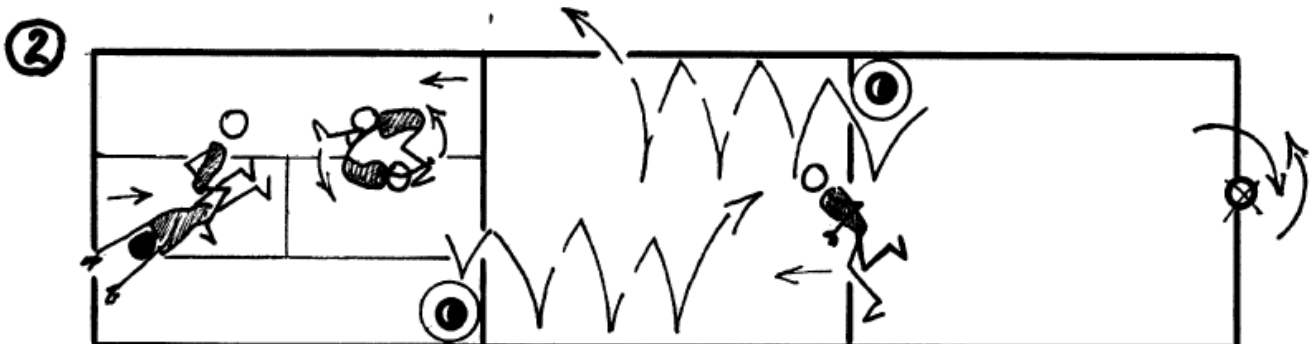
15" non aggirare la boa

5" ogni saltello su un piede in meno

5" sciogliere il legamento durante la capovolta a coppie

5" lasciare il legamento prima del cambio con i compagni

15" dare il cambio prima di aver superato la linea di partenza



GIOCHI MOTORI cat. 1^ FASCIA

3° GIOCO (percorso a terziglie)

Materiale: 1 contenitore, 1 fune mt. 2,5 circa, 1 tappetino, 3 coni/boe, 1 boa.

Al via 3 concorrenti (A B C) prendono la fune posta dentro al contenitore, si posizionano in riga tenendo la fune davanti con entrambe le mani, di corsa raggiungono la prima linea: C esegue 3 saltelli nella fune girante da A e B; sempre tenendo la fune i tre concorrenti superano la seconda linea e uno di loro esegue 4 saltelli a "leprotto" superando da una parte all'altra la fune tenuta a terra tesa alle estremità dai compagni. Sempre tenendo tutti la fune in mano superano la boa di fondo campo e arrivano al tappetino: il concorrente A * prende la fune (tenendola con una o due mani) ed esegue una ruota, arriva in fondo e dall'esterno del tappetino* lancia la fune ai piedi di B in attesa all'altra estremità del tappeto, B ripete da * a * e lancia a C che ripete da * a *. Tutti e tre riprendono in mano la fune ed eseguono lo slalom fra le boe, oltrepassano la linea d'arrivo e consegnano la fune alla seconda terziglia.

I gioco termina quando anche la 2^ terziglia ha completato il percorso e riposto la fune nel contenitore.

Penalità:

15" Ogni prova comunque non eseguita

15" Partenza anticipata

15" L'attrezzo non recuperato e riposizionato dal concorrente in gara

5" sciogliere il legamento della fune quando non richiesto

5" ogni saltello in meno

5" ogni leprotto in meno

5" leprotto eseguito non come descritto

15" non aggirare la boa

15" ogni ruota in meno

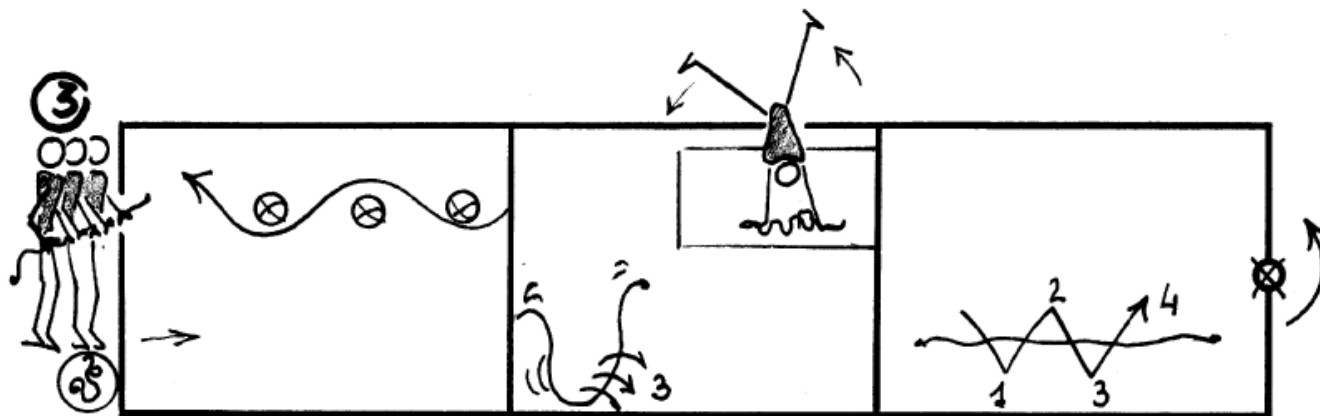
5" fune non tenuta in una o due mani durante la ruota

5" fune non lanciata

5" iniziare lo slalom senza contatto con la fune

5" ogni passaggio di boa in meno nello slalom

15" fune consegnata alla seconda terziglia prima di aver superato la linea di partenza



GIOCHI MOTORI cat. 1^ FASCIA

4° GIOCO (percorso individuale)

Materiale: 1 step, 1 fune, 2 tappetini, 1 boa, 1 contenitore.

Al via un concorrente si porta allo step posto sul percorso (perpendicolare alla linea di partenza), vi sale sopra eseguendo 4 saltelli a piedi pari uniti alternati a 3 saltelli a gambe divaricate ("apro-chiudo" per un totale di 7 saltelli) (il primo saltello è salendo e l'ultimo scendendo alle estremità). Prosegue raccogliendo la funicella posta all'interno del contenitore e con 5 saltelli avanti in spostamento, 1/2 giro, 5 saltelli indietro si porta al materassino dove esegue 2 rotolamenti sull'asse longitudinale con corpo teso tenendo la fune tra le mani (braccia in alto con partenza ed arrivo supini). Di corsa aggira la boa posta a fondo campo, ripone la funicella all'interno del contenitore, cammina a ritroso sullo step, torna oltre la linea di partenza dando il cambio, toccandolo, ad un altro concorrente.

La prova termina quando il 6 concorrente termina la prova oltrepassando la linea di partenza.

Penalità:

15" Ogni prova comunque non eseguita

15" Partenza anticipata

15" L'attrezzo non recuperato e riposizionato dal concorrente in gara

5" ogni saltello in meno sullo step

5" non salire e scendere alle estremità dello step

5" ogni saltello in meno con la fune

5" saltelli in avanti senza spostamento

5" 1/2 giro non eseguito

5" ogni rotolamento del corpo in meno

5" fune non tenuta nelle mani durante i rotolamenti

15" non aggirare la boa

15" dare il cambio prima di aver superato la linea di partenza

④

