

FINALE REGIONALE TROFEO RAGAZZI 2015 GIOCHI MOTORI cat. 2^ 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 la linea di partenza: A, di fronte al compagno, in equilibrio sulle mani ("verticale") mentre B lo sostiene all'altezza dei piedi formando così un "ponte". 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 scende dalla posizione ed insieme a B passano sotto al 2° e 3° ponte "liberando" dalla posizione gli altri compagni. Rimanendo sul posto i concorrenti A C E si posizionano in accosciata. Gli altri 3 ginnasti insieme camminando a gambe divaricate superano il proprio compagno, lo prendono per mano alzandolo e, sempre per mano, raggiungono i cerchi. Sciogliendo il legamento formano due terziglie dorso ai cerchi: i concorrenti eseguono in successione 3 saltelli a piedi pari uniti indietro all'interno dei cerchi. Man mano terminano la prova corrono verso i tappetini dove eseguono una capovolta rotolata indietro: i primi due concorrenti terminano in quadrupedia prona con braccia e gambe tese (fronte verso la linea di partenza) , mentre gli altri compagni, dopo la capovolta si portano dietro al compagno e prendendogli ciascuno una gamba (posizione a carriola) procedono in andatura all'indietro fino a superare la linea di fondo campo. L'andatura deve iniziare con le mani del concorrente sul tappetino.

Il gioco termina quando il concorrente in posizione "carriola" supera 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" scendere dalla posizione di ponte prima di averne formati 3

5" ogni passaggio in meno sul compagno

5" evitare il legamento quando richiesto

5" Ogni saltello in meno

5" saltello non a piedi pari

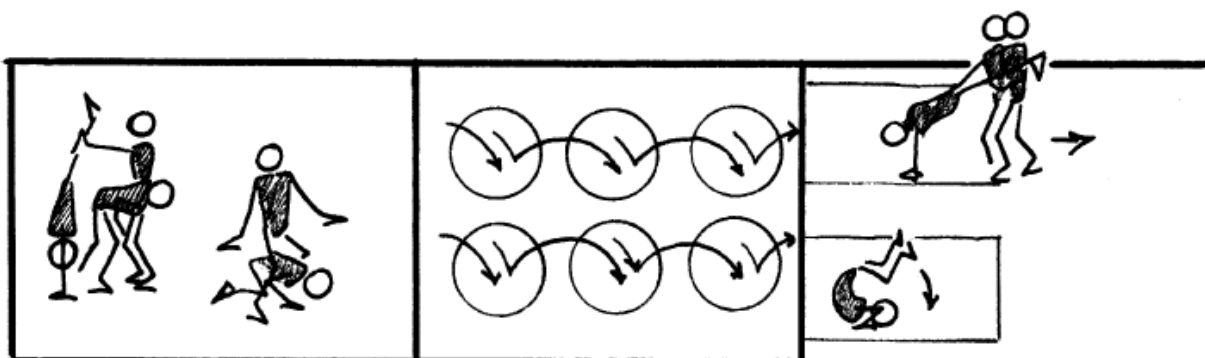
5" saltello non eseguito come descritto

15" ogni capovolta in meno

5" lasciare la presa delle gambe prima di aver superato la linea

5" partire con le mani fuori dal tappetino

5" per il ginnasta in "carriola", non superare la linea con le mani



GIOCHI MOTORI cat. 2^ FASCIA

2° GIOCO (percorso a coppie)

Materiale: 2 tappetini, 2 palle, 1 cerchio cm 60 max cm 80, 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 una ruota i 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 2 posizioni a terra e 2 ruote. Al termine si portano ai due contenitori contenenti i palloni (A alla prima linea e B alla seconda): eseguono sul posto un lancio verso l'alto, un giro su se stessi e la ripresa della palla. Di corsa si scambiano il posto e rimanendo dietro la propria linea effettuano contemporaneamente uno scambio della palla per lancio teso e rimettono la palla nel proprio contenitore. Di corsa aggirano la boa da due direzioni opposte e (trovandosi di fronte) uno dei due passa sotto le gambe dell'altro. Di seguito A sale in "groppa" a B che lo trasporta fino ai tappeti. A scende con i piedi dentro il cerchio posto al lato dei materassini, lo prende e lo impugna lateralmente sopra il tappeto in modo che risulti perpendicolare ad esso. B esegue una capovolta rotolata avanti entrando nel cerchio. Rimesso a posto il cerchio si prendono per mano e corrono oltre la linea di partenza per dare il cambio alla coppia successiva. Il gioco termina quando tutte tre 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" non completare la ruota

5" ogni passaggio sopra in meno

5" ogni posizione a terra in meno

5" lancio non effettuato verso l'alto

5" non eseguire il giro su se stessi

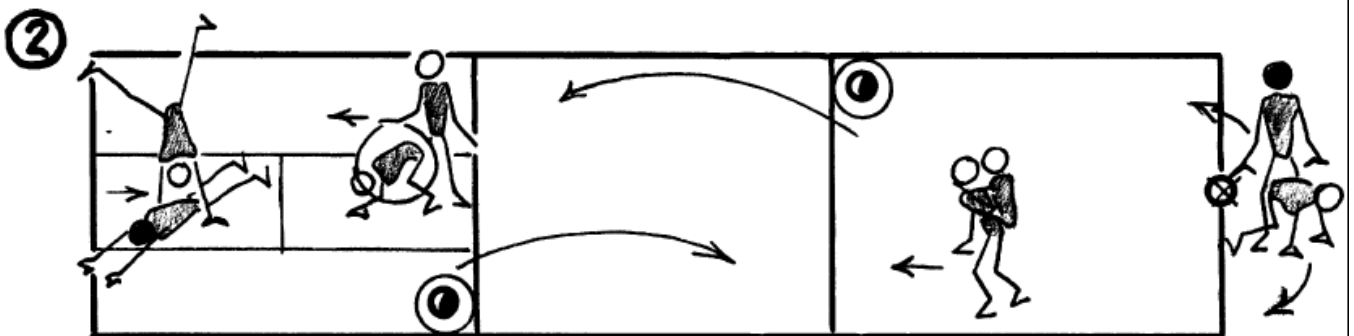
15" non aggirare la boa in direzioni opposte

5" non iniziare l'andatura in "groppa" prima della seconda linea

5" appoggiare i piedi al suolo durante la traslocazione in "groppa"

5" non scendere nel cerchio

5" non superare la linea di partenza prima di dare il via alla coppia successiva



GIOCHI MOTORI cat. 2^ FASCIA

3° GIOCO (percorso a terziglie)

Materiale: 1 contenitore, 1 fune mt. 2,5 circa, 2 tappetini, 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 dietro il dorso con entrambe le mani, di corsa raggiungono la prima linea: C esegue 3 saltelli nella fune girante da A e B; C dà il cambio ad A che esegue i saltelli e di seguito dà il cambio a B che esegue i saltelli; sempre tenendo la fune dietro al dorso i tre concorrenti superano la seconda linea e uno di loro esegue 4 salti a raccolta superando la fune tenuta tesa alle estremità dai compagni in ginocchio (busto eretto - no seduti sui talloni - fune a circa 25 cm da terra). Sempre con la fune in mano dietro al dorso superano la boa di fondo campo e arrivati al tappetino il concorrente A * lancia la fune "raggruppata" all'estremità dei due tappetini, di seguito esegue due capovolte avanti riprende la fune * e dall'esterno dell'estremità del tappetino la lancia ai piedi di B che ripete da * a * e dall'esterno dell'estremità del tappetino la lancia a C che ripete da * a *. Tutti e tre riprendono in mano la fune tenuta dietro al dorso ed eseguono lo slalom fra le boe, oltrepassano la linea d'arrivo e consegnano la fune alla seconda terziglia. Il 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 salto a raccolta in meno

5" fune non tesa

5" fune non sollevata da terra

15" non aggirare la boa

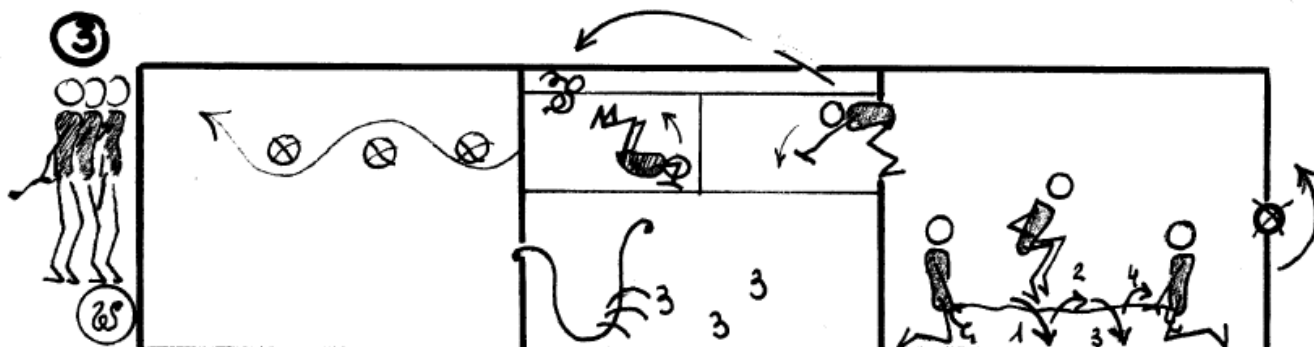
5" lanciare la fune restando sul tappetino

15" non lanciare la fune

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. 2^ FASCIA

4° GIOCO (percorso individuale)

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

Al via un concorrente si porta all'estremità dei due step (perpendicolari alla linea di partenza – uniti sul lato corto) ed esegue 4 saltelli a gambe unite a raccolta con spostamento in avanti e laterale superando lo step. Prosegue raccogliendo la palla all'interno del contenitore e con 4 palleggi ad una mano in spostamento si porta al materassino dove esegue 2 rotolamenti sull'asse longitudinale con corpo teso tenendo la palla tra le mani (braccia in alto con partenza ed arrivo supini). Di corsa aggira la boa posta a fondo campo, ripone la palla nel contenitore, esegue una ruota sugli step e 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 superamento in meno dello step

5" saltello a gambe raccolte non unite

5" non salire (o partire) non scendere (o arrivare) alle estremità dello step

5" ogni palleggio in meno

5" ogni palleggio eseguito a due mani

5" palleggio senza spostamento

5" ogni rotolamento del corpo in meno

15" non aggirare la boa

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

