

MINISTERO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE
DIREZIONE GENERALE PER LA REGIONE CAMPANIA
UFFICIO SCOLASTICO PROVINCIALE – EDUCAZIONE FISICA E SPORTIVA –
SALERNO



G.S.S.
SCUOLA PRIMARIA
2006 – 2007

NORME GENERALI

1. PARTECIPANTI

Sono ammessi a partecipare alle attività di gioco – sport dei GSS tutti gli alunni e le alunne di 3[^], 4[^] e 5[^] primaria.

2. FASI DI SVOLGIMENTO

Nella scuola primaria i giochi si svolgono nella seguente successione: manifestazione di plesso, di circolo, distrettuali e/o interdistrettuali. Al successivo livello provinciale: manifestazioni dimostrative.

3. SVOLGIMENTO DELLE MANIFESTAZIONI E DELLE DIMOSTRAZIONI

a. *Manifestazioni di plesso.*

Vi possono prendere parte tutti gli alunni e le alunne del plesso appartenenti alle classi 3[^], 4[^] e 5[^].

b. *Manifestazioni di circolo.*

Vi possono prendere parte tutti gli alunni e le alunne che hanno già preso parte alle manifestazioni di plesso senza limitazioni, salvo quelle imposte dalla direzione didattica per particolari situazioni obiettive (carenze di impianti, insufficienza di strutture organizzative, difficoltà di trasporti, ecc.).

c. *Manifestazioni distrettuali e/o interdistrettuali.*

E' consigliabile che la manifestazione sia aperta al maggior numero di allievi delle classi 4[^] e 5[^], nei limiti naturalmente delle strutture organizzative. Anche per i tornei a squadre si suggerisce di adottare formule di partecipazione le più ampie possibile.

d. *Dimostrazioni provinciali.*

Accedono alla fase provinciale le sole classi quinte. Sono previste manifestazioni a livello provinciale di corsa campestre, corsa veloce, staffetta, lancio del peso, mini-volley, mini-basket, calcio a 7.

In occasione della fase provinciale possono essere realizzate dalle scuole partecipanti eventuali esibizioni di ginnastica. Le dimostrazioni non hanno alcuna finalità agonistica.

4. ORGANIZZAZIONE DELLE MANIFESTAZIONI

Dalle fasi distrettuali/ interdistrettuali in poi, tutte le manifestazioni saranno organizzate dalla competente Commissione Organizzativa (G.S.S.).

5. GIURIE ED ARBITRAGGI

Nel modulo di adesione ciascun circolo o istituzione deve segnalare alcuni nominativi (docenti e genitori per la scuola; dirigenti sociali ed atleti per le altre istituzioni), da utilizzarsi con compiti di giuria e organizzazione nelle manifestazioni di plesso, di circolo e di distretto.

6. RECLAMI

In seno la commissione dei G.S.S. sarà costituita una commissione disciplinare composta:

- dal Coordinatore di Ed. Fisica, che la presiede;
- da un esperto della commissione tecnica dell'USP di Salerno;
- da un insegnante di scuola primaria;

Sono ammessi soltanto reclami concernenti la posizione irregolare dei partecipanti.

Reclami di altra natura o reclami non documentati vengono respinti dalla commissione giudicante. I reclami devono essere presentati per iscritto alla giuria o all'arbitro, oppure direttamente alla commissione giudicante entro mezz'ora dalla fine della gara o della partita cui si riferiscono. La relativa documentazione può essere presentata anche successivamente ma non oltre 48 ore dalla fine della gara o partita cui si riferisce il reclamo. Allo scopo di evitare contestazioni, chi riceve il reclamo deve apporvi la data e l'ora di ricezione e controfirmarlo. La commissione giudicante deve rispondere per iscritto al reclamante dandone comunicazione, quando necessario.

La risposta al reclamo deve essere data tempestivamente, specialmente quando l'esito del reclamo può modificare la partecipazione alle successive fasi della manifestazione.

7. NORME TECNICHE ED ORGANIZZATIVE

a. Composizione turni di gara e sorteggi.

Per le fasi distrettuali e/o interdistrettuali la composizione delle batterie e dei gironi e il calendario di svolgimento delle partite, saranno predisposte dalla commissione tecnica insieme ai referenti distrettuali designati.

b. Formazione staffette o squadre.

Nelle fasi distrettuali e/o interdistrettuali le squadre o staffette sono rappresentative dei circoli.

c. *Partecipazione a più specialità.*

Nella manifestazione provinciale è obbligatorio la partecipazione alle gare di atletica su pista e corsa campestre.

d. *Casi di parità.*

Ogni qual volta si verificano casi di parità deve essere data la precedenza nella classifica, anche ai fini dell'ammissione alla manifestazione o gara successiva, al partecipante più giovane, e alla squadra o alla staffetta che totalizzi la minore età dei suoi componenti.

8. DOCUMENTAZIONE

In tutte le fasi successive a quella di circolo, il docente accompagnatore dovrà portare con sé elenco nominativo dei ragazzi in duplice copia, a firma del Dirigente scolastico.

9. ASSISTENZA SANITARIA

Per tutti gli studenti partecipanti ai G.S.S. è previsto il controllo sanitario per la pratica di attività sportive non agonistiche a norma del D.M. 2 Ottobre 2000 Art. 29 Allegato 4. Ai fini della copertura assicurativa SPORTASS, gratuita per allievi ed insegnanti, gli elenchi dei partecipanti ai G.S.S., a firma del Dirigente Scolastico, dovranno essere trasmessi alla SPORTASS stessa e per conoscenza alla competente commissione organizzatrice.

10. IMPIANTI ED ATTREZZATURE

Per le manifestazioni di circolo, distrettuali e/o interdistrettuali, ove non siano disponibili impianti scolastici, le commissioni organizzatrici potranno avvalersi di impianti minimi di base, purché corrispondano, in linea generale, alle esigenze tecniche della disciplina ed alle norme generali di sicurezza e di igiene

11. ALTRE NORME

Vedere sotto le voci dei singoli giochi sport.

ATLETICA LEGGERA

1. CORSA CAMPESTRE.

a. *Percorsi per corsa campestre.*

I percorsi debbono essere pianeggianti, su fondo erboso con piccoli ostacoli naturali. Si debbono evitare cadute e danni ai concorrenti. E' opportuno che i terreni di gara si trovino nei pressi di un campo sportivo, di una scuola o di altro edificio dove sia possibile usufruire di locali adatti ad essere utilizzati come spogliatoi. La gara prevede una partenza in piedi dietro una linea, il percorso sarà indicato lateralmente da bandierine ed il traguardo sarà segnalato da un nastro.

Nei punti più critici è opportuna la presenza di una persona che indichi chiaramente ai concorrenti la direzione da seguire. E' necessario che il terreno presenti un ampio spazio per la partenza.

E' previsto l'uso di cartellini da consegnare ai giudici all'arrivo in luogo dei numeri di gara soprattutto per manifestazioni con partecipazione numerosa.

La preparazione è opportuno che abbia luogo su un percorso pianeggiante preferibilmente erboso.

Le distanze da coprire nella gara sono le seguenti per le classi:

- III: metri 300
- IV: metri 400;
- V : metri 500.

b. *Scarpe.*

I concorrenti possono gareggiare con scarpe di qualsiasi tipo purché prive di chiodi e di altri appigli metallici.

c. *Punteggio*

La partecipazione è per squadre, maschili e femminili. Ogni squadra è composta di un massimo di cinque elementi; ai fini del calcolo della classifica finale saranno presi in considerazione i tre migliori risultati ottenuti da studenti appartenenti alla stessa scuola.

Ai partecipanti di squadra verrà attribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza, come segue:

1 punto al primo, 2 punti al secondo, 3 punti al terzo, fino all'ultimo.

2. ATLETICA LEGGERA SU PISTA.

a. Rappresentativa di circolo

Fino alla finale , provinciale , compresa, il numero di atleti che ogni scuola potrà iscrivere alla gare in programma viene stabilito dalla competente C.O.G.S.S.

Partecipazione

La rappresentativa deve obbligatoriamente partecipare a tutte le gare previste dal programma tecnico con i propri alunni: campestre e atletica su pista (corsa piana, staffetta m.50x8, lancio del peso).

b. Punteggi e classifiche

Verrà redatta una classifica per ogni specialità: a tutti i partecipanti di squadra verrà retribuito il punteggio corrispondente alla classifica individuale di appartenenza, come segue.

- 1 punto al primo,2 al secondo,3 al terzo , fino all' ultimo arrivato.
- Ai ritirati e agli eventuali squalificati si assegnano tanti punti quanti sono gli ammessi di squadre più 1. Il punteggio finale di ogni rappresentativa, verrà calcolato sommando i punteggi individuali delle diverse specialità previste dal programma tecnico obbligatorio

c. Casi di parità

In caso di parità nelle gare individuali , prevale l'atleta più giovane.

In caso di parità tra due o più rappresentative prevarrà quella che avrà ottenuto i migliori piazzamenti.

Prove di atletica leggera su pista maschile e femminile, su alcune delle seguenti gare:

- corsa piana metri 50;
- staffetta metri 50X8 (4 maschi + 4 femmine).
- lancio del peso (Kg. 3 per i maschi e Kg. 2 per le femmine) .

3. CORSA PIANA METRI 50.

La partenza della corsa piana può essere effettuata con blocchi o senza blocchi.

5. STAFFETTA METRI 50X8 (SENZA ZONA DI CAMBIO).

Per le staffette non si userà la zona di cambio. Le squadre dovranno essere formate da quattro maschi e quattro femmine.

6. LANCIO DEL PESO

La tecnica di esecuzione è libera ogni concorrente ha a disposizione tre lanci.

STRUTTURA E CARATTERISTICHE DEL PERCORSO

GINNICO PER LE CLASSI 3[^] - 4[^] - 5[^]

1. IL PERCORSO

Il percorso si sviluppa sui lati e all'interno del rettangolo delle dimensioni di m. 7X12 (ABCD). La linea di partenza e di arrivo è il lato AD.

Lungo il lato AB, a partire dalla distanza di m. 1.50 presso l'angolo in A, sono posizionati 4 ostacoli alti m. 0.50 e intervallati tra loro di m. 1.50.

Alla distanza di m. 1.50 dall'ultimo ostacolo, parallelamente al lato AB, sono posti a terra 7 cerchi (diametro m. 0.70) a contatto, posti in alternanza singolo - coppia.

Nell'angolo in B, lungo la diagonale BD, è posto ad una distanza di m. 1.00 da esso un cono. Sulla stessa diagonale a m. 2.00 dal cono è posta un'asse d'equilibrio (dimensioni m. 5.00X0.08X0.05), poggiata su almeno 6 supporti (ceppi o mattoncini) alti m. 0.08 - 0.10. La sua superficie d'appoggio deve essere quella maggiore (m. 0.08 di larghezza).

Sul lato AD, alla distanza di m. 2.00 dal lato CD, è disposto un tappetino (dimensioni m. 1.00X2.00X0.05) con uno dei suoi lati maggiori attiguo alla linea che definisce il lato AD.

A m. 3.00 dal lato maggiore interno del tappetino, parallelamente al lato CD, si trova una scatola, sulla stessa linea, a seguire, sono disposti con intervallo di m. 1.50 tra loro 1 cerchio (diametro m. 0.70) ed un ostacolo (altezza m. 0.50).

A partire da una distanza di m. 3.00 dal lato AD, parallelamente al lato CD, con un intervallo di m. 0.80 tra loro, sono disposti 6 coni.

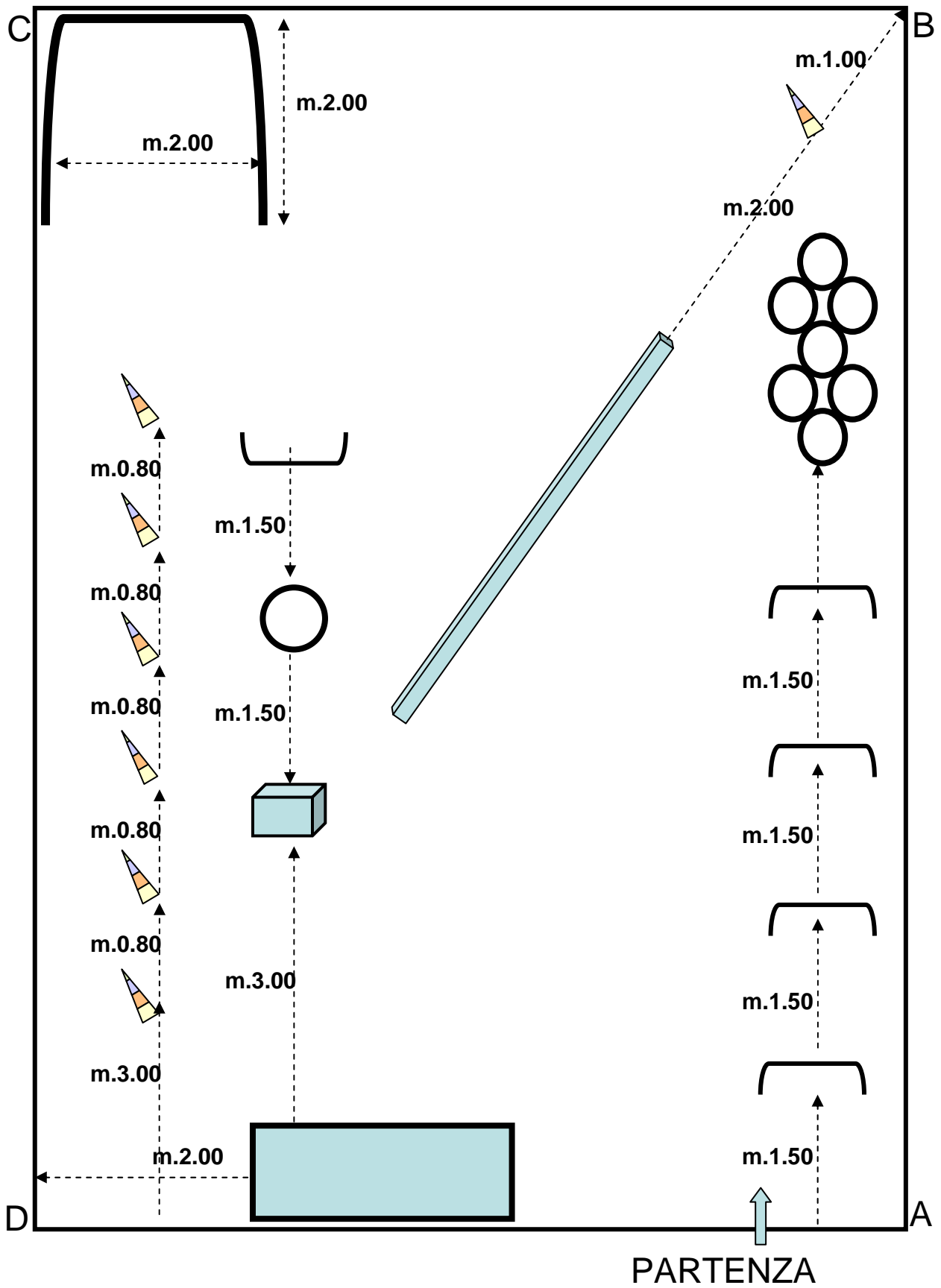
Perpendicolarmente al lato CD e ad una distanza di m. 2.00 dal lato CB, è posta una corda lunga m. 2.00 legata saldamente, all'altezza di m. 2.00 dal suolo, a 2 supporti (es. ritzi per salto in alto). In alternativa, la corda può anche essere agganciata da muro a muro della palestra e quindi attraversare l'intero percorso, purché siano rispettate altezza e distanza dal lato CB.

E' importante, comunque che sia saldamente fissata in modo da non cadere se colpita dalla palla.

2. MATERIALI OCCORRENTI

- Nastro adesivo colorato (larghezza m. 0.05) per delimitare i lati del rettangolo;
- 8 cerchi (diametro m. 0.70);
- 7 coni;
- 1 asse d'equilibrio (m. 5.00X0.08X0.05);
- 6 ceppi o mattoncini (numero minimo consentito);
- 1 scatola (che possa contenere una palla);
- 2 ritti;
- 1 corda (lunghezza minima m. 4.00);
- 5 ostacoli (altezza m. 0.50);
- 1 palla;
- 1 tappetino (m. 2.00X1.00X0.05).

PERCORSO III[^]- IV[^] - V[^]



MODALITA' DI ESECUZIONE – CLASSE III

Il percorso verrà realizzato da squadre di 5 elementi M/F (3+2), appartenenti alla stessa classe o modulo,

Esso verrà eseguito individualmente da ciascun componente la squadra.

Posizione di partenza: seduti a gambe incrociate all'esterno del rettangolo vicino all'angolo A, fronte a quello B .

- a. Alzarsi, anche aiutandosi con le mani, e raggiunti gli ostacoli, passare sotto senza toccare gli attrezzi.
- b. Di corsa giungere davanti ai cerchi. Eseguire in successione un saltello ad un piede e uno a gambe divaricate.
- c. Aggirare la clavetta posta in corrispondenza dell'angolo B, lasciandola alla propria sinistra..
- d. Avvicinarsi all'asse e, salendo dall'estremità , traslocarvi per tutta la sua lunghezza portando le braccia in fuori. Raggiunta l'estremità opposta eseguire un saltello arrivando al suolo a piedi uniti e braccia avanti.
- e. Raggiungere la scatola e recuperare il pallone posto al suo interno .
- f. Ponendosi di fronte alla fila dei coni eseguire palleggiando ad una mano uno slalom tra essi.
- g. Avvicinarsi alla corda tesa in alto e lanciare il pallone al di sopra della stessa. Contemporaneamente passare al di sotto della corda e recuperare il pallone al volo, o dopo che questo ha compiuto un solo rimbalzo a terra.
- h. Dirigersi verso l'ostacolo. Calciare la palla facendola passare sotto l'ostacolo.
- i. Recuperare la palla, passando alla destra dell'ostacolo.
- j. Raggiungere il cerchio, entrarvi ed eseguire un tiro nella scatola (se la palla non entra nella scatola bisogna recuperarla e riporla al suo interno).
- k. Avvicinarsi al tappeto e disporsi in prossimità del suo lato minore fronte al lato AB, a gambe divaricate e tese, braccia avanti.
- l. Piegando le gambe ed appoggiando le mani sul tappeto, eseguire una capovolta in avanti terminando ritti (anche con l'aiuto delle mani) braccia avanti e gambe unite.
- m. Ritornare di corsa al punto di partenza per dare il “ via “ al compagno che attende seduto in fila, toccandolo con una mano.

Di seguito la rappresentazione completa del percorso.

NORME E PENALIZZAZIONI

Il percorso deve essere compiuto, da ogni squadra, entro il tempo massimo di 5' . La squadra mista è composta da 5 (3 + 2) elementi appartenenti alla stessa classe o modulo. Con la partenza del primo concorrente della squadra si avvia la misurazione del tempo a mezzo cronometro e si arresta all'arrivo dell'ultimo bambino al traguardo finale (superamento del lato AD in qualsiasi punto). Tutte le squadre che eseguono il percorso entro il tempo massimo di 5' avranno attribuito punti 130 (punteggio base). A quelle che impiegano da 1'' a 10'' oltre il tempo massimo vengono attribuiti 120 punti; a quelle che impiegano da 11'' a 20'' in più invece vengono attribuiti 110 punti. Così di seguito fino ad attribuire a tutte le squadre partecipanti un punteggio base. Da questo punteggio, per ciascuna squadra, si sottrae quello relativo alle penalizzazioni in cui sono incorsi tutti i suoi componenti. La penalizzazione è 1 punto. Vince la squadra che raggiunge il punteggio più alto. A parità di punteggio vince la squadra che ha comunque effettuato il minor numero di falli. Il percorso deve essere svolto nell'esatta successione eseguendo tutti gli esercizi previsti; pena la squalifica della squadra.

Di seguito le penalizzazioni :

1. Alzarsi prima del segnale di partenza o prima di essere toccato dal compagno precedente (quello che ha terminato il percorso);
2. Urtare gli ostacoli durante il passaggio;
3. Eseguire in modo non corretto i saltelli nei cerchi;
4. Urtare i cerchi;
5. Non aggirare il cono tenendolo alla propria sinistra;
6. Urtare il cono;
7. Non salire dall'estremità dell'asse;
8. Correre anziché camminare sull'asse;
9. Non mantenere le braccia in fuori durante la traslocazione;
10. Poggiare un piede a terra per la perdita dell'equilibrio (ogni volta);
11. Non eseguire il saltello a piedi uniti per scendere dall'asse;
12. Palleggiare a due mani;
13. Non eseguire correttamente lo slalom
 - Saltare uno o più coni;
 - Trattenerne il pallone;
 - Spostare o far cadere i coni (riporli prima di proseguire);
14. Non far passare la palla al di sopra della corda;
15. Far rimbalzare il pallone più di una volta;
16. Far uscire il pallone dal percorso;

17. Non far passare il pallone sotto l'ostacolo;
18. Non posizionarsi nel cerchio per il tiro;
19. Non realizzare il canestro (eventualmente recuperare il pallone e riporre la palla nella scatola), se la palla entra e poi fuoriesce non è penalità;
20. Non assumere la posizione corretta prima di effettuare la capovolta (gambe divaricate e braccia avanti);
21. Non eseguire la capovolta in modo corretto;
22. Non assumere la posizione corretta dopo aver eseguito la capovolta (piedi uniti e braccia avanti);
23. Non toccare la mano del compagno nel cambio;
24. Alzarsi prima di essere stato toccato dal compagno;
25. Uscire dal percorso durante l'esecuzione dello stesso (un punto ogni volta che si esce)

Essendo il tempo massimo di esecuzione abbastanza ampio, sarà determinante per la classifica la precisione e la correttezza.

MODALITA' DI ESECUZIONE – CLASSE IV

Il percorso verrà realizzato da squadre di 5 elementi M/F(3+2), appartenenti alla stessa classe o modulo.

Esso verrà eseguito individualmente da ciascun componente la squadra.

Posizione di partenza: seduti a gambe incrociate all'esterno del rettangolo vicino all'angolo A, fronte a quello B .

- d. Alzarsi, anche aiutandosi con le mani, raggiungere di corsa il primo ostacolo e superarlo scavalcandolo, passare sotto al secondo, superare il terzo ed ancora passare sotto il quarto senza toccare gli attrezzi.
- e. Sempre di corsa, giungere davanti al primo cerchio. Saltare a piedi uniti e divaricati nei cerchi, iniziando a piedi uniti (gioco della settimana);
- f. Aggirare il cono posto in prossimità dell'angolo B, lasciandolo alla propria sinistra.
- g. Salire con il piede destro sull'asse lateralmente ed eseguire una traslocazione laterale per tutta la sua lunghezza, con le braccia in fuori e rivolti fronte all'angolo A. Scendere infine con un saltello a piedi uniti e braccia in avanti.
- n. Dirigersi di corsa verso la scatola e prendere la palla posta al suo interno .
- o. Palleggiando ad una mano, raggiungere i coni ed eseguire uno slalom (sempre in palleggio).
- p. Raggiungere palleggiando la corda tesa in alto e lanciare la palla al di sopra della stessa. Contemporaneamente passare al di sotto della corda e recuperare il pallone al volo.
- q. Raggiungere l'ostacolo. Calciare la palla facendola passare sotto l'ostacolo, scavalcarlo e recuperare velocemente la palla.
- r. Raggiungere il cerchio ed entrarvi. Eseguire un tiro nella scatola (se la palla non entra nella scatola è obbligatorio recuperarla e riporla al suo interno).
- s. Dirigersi verso il tappetino e disporsi in prossimità del suo lato minore (fronte al lato AB); eseguire una capovolta in avanti, con partenza e arrivo a piedi uniti e braccia in avanti.
- t. Ritornare di corsa al punto di partenza, per dare il “via” al compagno successivo che attende seduto in fila, toccandolo con una mano.

Di seguito la rappresentazione completa del percorso.

NORME E PENALIZZAZIONI

Il percorso deve essere compiuto, da ogni squadra, entro il tempo massimo di 6' . La squadra mista è composta da 5 (3 + 2) elementi della stessa classe o ciclo. Con la partenza del primo concorrente della squadra si avvia la misurazione del tempo a mezzo cronometro e si arresta all'arrivo dell'ultimo bambino al traguardo finale (superamento del lato AD in qualsiasi punto). Tutte le squadre che eseguono il percorso entro il tempo massimo di 5' avranno attribuito punti 130 (punteggio base). A quelle che impiegano da 1" a 10" oltre il tempo massimo vengono attribuiti 120 punti; a quelle che impiegano da 11" a 20" in più invece vengono attribuiti 110 punti. Così di seguito fino ad attribuire a tutte le squadre partecipanti un punteggio base. Da questo punteggio, per ciascuna squadra, si sottrae quello relativo alle penalizzazioni in cui sono incorsi tutti i suoi componenti. La penalizzazione è 1 punto. Vince la squadra che raggiunge il punteggio più alto. A parità di punteggio vince la squadra che ha comunque effettuato il minor numero di falli. Il percorso deve essere svolto nell'esatta successione eseguendo tutti gli esercizi previsti; pena la squalifica della squadra.

Di seguito le penalizzazioni :

1. Alzarsi prima del segnale di partenza o prima di essere toccato dal compagno precedente (quello che ha terminato il percorso);
2. Urtare l'ostacolo;
3. Non superare gli ostacoli alternativamente (su – giù);
4. Spostare i cerchi;
5. Sbagliare la successione di esecuzione dei cerchi;
6. Non eseguire correttamente i saltelli a piedi uniti;
7. Non aggirare il cono tenendolo alla propria sinistra;
8. Spostare il cono;
9. Non salire dall'estremità dell'asse con fronte all'angolo A;
10. Non salire sull'asse con il piede destro;
11. Poggiare un piede a terra per la perdita dell'equilibrio (ogni volta);
12. Non mantenere le braccia in fuori durante la traslocazione;
13. Non eseguire il saltello a piedi uniti per scendere dall'asse;
14. Non scendere dall'asse con fronte all'angolo A
15. Non palleggiare raggiungendo i coni;
16. Non eseguire correttamente lo slalom:
 - Saltare uno o più coni;
 - Trattenerne il pallone;
 - Spostare o far cadere i coni (riporli prima di proseguire);

17. Non far passare la palla al di sopra della corda;
18. Non palleggiare nel dirigersi verso i ritti;
19. Non riprendere la palla al volo;
20. Non far passare la palla sotto l'ostacolo;
21. Urtare l'ostacolo;
22. Non realizzare il canestro (eventualmente recuperare il pallone e riporre la palla nella scatola), se la palla entra e poi fuoriesce non è penalità;
23. Non assumere la posizione corretta prima di effettuare la capovolta (gambe divaricate e braccia avanti);
24. Non eseguire la capovolta in modo corretto;
25. Non assumere la posizione corretta dopo aver eseguito la capovolta (piedi uniti e braccia avanti);
26. Non toccare la mano del compagno nel cambio;
27. Alzarsi prima di essere stato toccato dal compagno;
28. Uscire dal percorso durante l'esecuzione dello stesso (un punto ogni volta che si esce)

Essendo il tempo massimo di esecuzione abbastanza ampio, sarà determinante per la classifica la precisione e la correttezza.

MODALITA' DI ESECUZIONE – CLASSE V

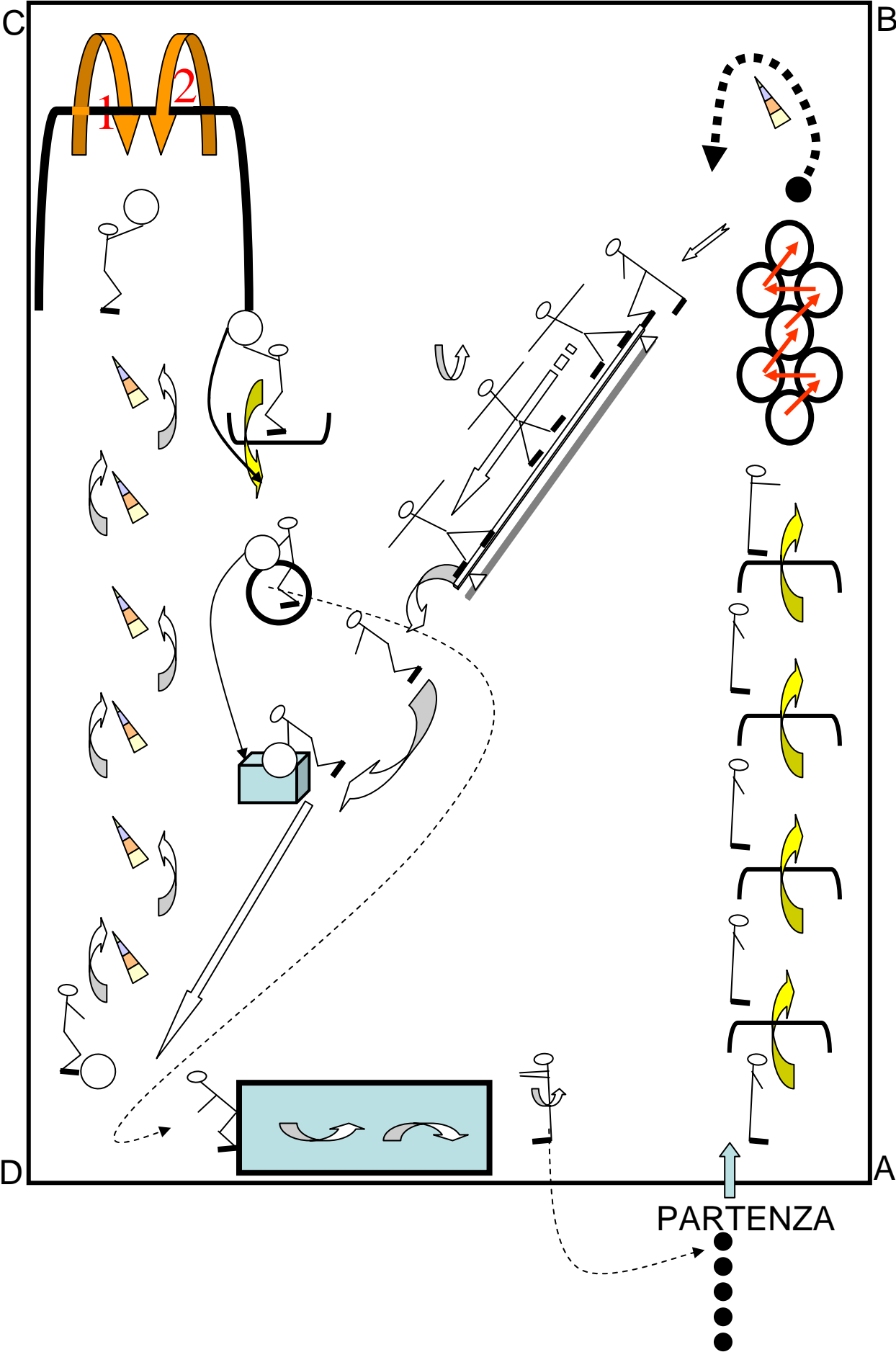
La staffetta si svolge per squadre di 5 elementi M/F (3+2) appartenenti alla stessa classe o modulo. Il percorso verrà eseguito individualmente da ciascun componente la squadra.

Posizione di partenza: seduti a gambe incrociate all'esterno del rettangolo vicino all'angolo A, fronte a quello B .

- h. Alzarsi, avvicinarsi correndo agli ostacoli e superarli saltando.
- i. Raggiungere i cerchi . Eseguire una serie di saltelli a piedi uniti secondo la seguente successione: saltello al centro, avanti a destra, a sinistra e così via.
- j. Aggirare il cono posto in prossimità dell'angolo B, lasciandolo alla propria sinistra.
- k. Avvicinarsi all'asse e, salendo dall'estremità, eseguire una traslocazione nel seguente modo: effettuare 4 passi in avanti, poi dopo essersi girati di $\frac{1}{2}$ giro effettuare 4 passi all'indietro; rigirarsi di un altro $\frac{1}{2}$ giro e avanzare fino al termine dell'asse.
- l. Uscire dall'asse con un saltello a piedi uniti e con le braccia in avanti.
- m. Dirigersi di corsa verso la scatola e prendere la palla posta al suo interno.
- n. Palleggiando ad una mano raggiungere i coni.
- o. Eseguire uno slalom tra i coni guidando la palla con i piedi.
- p. Prendere in mano la palla, raggiungere la corda tesa in alto e lanciare la palla al di sopra di essa. Contemporaneamente passare al di sotto della corda e recuperare il pallone al volo. L'esercizio si ripete in senso opposto.
- q. Di corsa raggiungere l' ostacolo. Saltarlo e contemporaneamente lanciare la palla in alto. Riprendere la palla al volo.
- r. Entrare nel cerchio ed eseguire un tiro nella scatola (se la palla non entra nella scatola è obbligatorio recuperarla e riporla al suo interno).
- s. Dirigersi verso il tappetino e disporsi in prossimità del suo lato minore fronte al lato CD con gambe unite e braccia avanti. Eseguire una capovolta all'indietro terminando ritti gambe unite e braccia avanti.
- t. Effettuare $\frac{1}{2}$ giro e ritornare di corsa al punto di partenza per dare il “ via “ toccandolo con una mano al compagno.

Di seguito la rappresentazione completa del percorso.

PERCORSO V ELEMENTARE



NORME E PENALIZZAZIONI

Il percorso deve essere compiuto, da ogni squadra, entro il tempo massimo di 7' . La squadra mista è composta da 5 (3+2) elementi appartenenti alla stessa classe o modulo. Con la partenza del primo concorrente della squadra si avvia la misurazione del tempo a mezzo cronometro e si arresta all'arrivo dell'ultimo bambino al traguardo finale (superamento del lato A – D in qualsiasi punto). Tutte le squadre che eseguono il percorso entro il tempo massimo di 5' avranno attribuito punti 130 (punteggio base). A quelle che impiegano da 1" a 10" oltre il tempo massimo vengono attribuiti 120 punti; a quelle che impiegano da 11" a 20" in più invece vengono attribuiti 110 punti. Così di seguito fino ad attribuire a tutte le squadre partecipanti un punteggio base. Da questo punteggio, per ciascuna squadra, si sottrae quello relativo alle penalizzazioni in cui sono incorsi tutti i suoi componenti. La penalizzazione è 1 punto. Vince la squadra che raggiunge il punteggio più alto. A parità di punteggio vince la squadra che ha comunque effettuato il minor numero di falli. Il percorso deve essere svolto nell'esatta successione eseguendo tutti gli esercizi previsti; pena la squalifica della squadra.

Di seguito le penalizzazioni :

1. Alzarsi prima del segnale di partenza o prima di essere toccato dal compagno precedente (quello che ha terminato il percorso);
2. Urtare e far cadere gli ostacoli;
3. Non eseguire correttamente la successione dei saltelli nei cerchi;
4. Non eseguire correttamente i saltelli a piedi uniti;
5. Urtare i cerchi;
6. Non aggirare il cono posto nell'angolo B lasciandolo alla propria sinistra;
7. Urtare il cono;
8. Non salire dall'estremità dell'asse;
9. Non mantenere il braccio in fuori durante la traslocazione;
10. Correre anziché camminare sull'asse;;
11. Poggiare un piede a terra per la perdita dell'equilibrio (ogni volta);
12. Non eseguire correttamente la successione dei passi;
13. Non eseguire il saltello a piedi uniti per scendere dall'asse;
14. Non palleggiare per raggiungere i coni;
15. Non eseguire il dribbling correttamente;
16. Non far oltrepassare la palla sulla corda;
17. Non prendere la palla al volo;
18. Non far uscire il pallone dal percorso;
19. Urtare l'ostacolo nel superarlo;
20. Non recuperare la palla al volo;

21. Non posizionarsi nel cerchio per il tiro;
22. Non realizzare il canestro (eventualmente recuperare il pallone e riporre la palla nella scatola), se la palla entra e poi fuoriesce non è penalità;
23. Non assumere la posizione corretta prima di effettuare la capovolta (gambe divaricate e braccia avanti);
24. Non eseguire la capovolta in modo corretto;
25. Non assumere la posizione corretta dopo aver eseguito la capovolta (piedi uniti e braccia avanti);
26. Non toccare la mano del compagno nel cambio;
27. Alzarsi prima di essere stato toccato dal compagno;
28. Uscire dal percorso durante l'esecuzione dello stesso (un punto ogni volta che si esce)

Essendo il tempo massimo di esecuzione abbastanza ampio, sarà determinante per la classifica la precisione e la correttezza.

MINIBASKET

1. SCOPO DEL GIOCO

Lo scopo di ogni squadra è di lanciare la palla nel canestro e di impedire alla squadra avversaria di impossessarsi della palla o di realizzare un canestro.

2. SQUADRA

Ogni squadra mista (almeno 3 alunni di sesso diverso) deve essere costituita da 6 giocatori , dei quali 3 per squadra prendono parte a ciascun tempo di gioco. Alla fine della partita tutti i giocatori devono obbligatoriamente aver preso parte al gioco.

In campo è obbligatoria la presenza per tutta la durata della partita di un giocatore di sesso femminile.

3. TERRENO DI GIOCO

Il campo di gioco deve essere lungo 28 m. E largo 15 m. . Possono essere usate anche misure minori, purché siano rispettate le proporzioni (esempio: m. 26 x 14 ; 24 x 13; 22 x 12). Nel campo devono essere tracciate le seguenti linee:

- Linee laterali e di fondo
- Il cerchio centrale
- Le aree con la linea di tiro libero a 4 m. Dai tabelloni.

(vedi allegato)

I tabelloni sono posti alle due estremità del campo di gioco, parallelamente alle linee di fondo. I loro bordi inferiori devono essere ad un'altezza di m. 2.25 da terra. Le dimensioni dei tabelloni sono: altezza m.0,90- lunghezza m. 1,20 . I canestri hanno le seguenti caratteristiche: altezza m. 2,60 da terra ; diametro cm. 45 ; retine cm. 40 di lunghezza.

4. MATERIALE:

Il pallone può essere di materiale sintetico oppure di cuoio del peso di gr. 400 /500.

I giocatori di ciascuna squadra devono indossare maglie numerate dello stesso colore.

5. DESCRIZIONE DEL GIOCO

La partita si gioca con un solo canestro in metà campo.

Vince la squadra che arriva per prima a 21 punti o che si trova in vantaggio dopo 12 minuti di gioco effettivo. In caso di parità verranno disputati tempi supplementari di 3' ciascuno sino a quando non sussisterà tale parità(vale la regola dei 21 punti).

Il canestro realizzato su azione vale 2 punti, il canestro realizzato su tiro libero vale 1 punto. Non è previsto il tiro da 3 punti.

Durante il gioco devono essere rispettate le seguenti regole:

- La palla viene assegnata inizialmente per sorteggio.
- La squadra in attacco inizierà l'azione oltre la linea dei 3 punti(oppure, in sua assenza, sopra la linea del tiro libero),la palla dovrà essere toccata da almeno due giocatori prima di ogni conclusione a canestro.
- In caso di rimbalzo difensivo, il gioco va ripreso con un passaggio ad un compagno ..
- La palla deve essere giocata con le mani: può essere passata , lanciata o palleggiata.
- Non si può né camminare, né correre con la palla in mano.
- Non si può palleggiare con 2 mani.
- Non si può iniziare di nuovo a palleggiare dopo essersi arrestato con la palla in mano.
- Un giocatore, dopo che ha terminato il palleggio, non deve trattenere la palla più di 5 secondi.
- Nel caso di infrazione, cioè mancato rispetto delle precedenti regole, la palla viene rimessa in gioco da un giocatore della squadra avversaria con una rimessa laterale o dal fondo all'altezza del punto dove è avvenuta la violazione stessa.
- A seguito di un canestro subito la palla viene rimessa in gioco con una rimessa dalle linee di fondo.
- Non esistono limiti di sospensione durante l'incontro; le sostituzioni vanno effettuate a gioco fermo o su canestro subito.
- È vietato spingere, trattenere, colpire l'avversario. In tal caso l'arbitro farà effettuare 2 tiri liberi al giocatore che ha subito il fallo.
- Un giocatore che commette 5 falli viene automaticamente escluso dal gioco.
- Un giocatore che commette un fallo antisportivo , cioè commesso volutamente e con violenza, deve essere espulso.
- Dopo il settimo fallo di squadra(bonus) chi subisce fallo ha a disposizione un tiro libero.
- In caso di canestro realizzato e fallo subito, verrà effettuato un tiro libero.
- Il presente regolamento va sempre applicato ed insegnato tenendo presente la funzione del mini basket. I mini arbitri, in considerazione dei mini atletici, dovranno essere tolleranti durante le partite.

MINI - VOLLEY

1. SCOPO DEL GIOCO

Le squadre si disputano un pallone al di sopra di una rete. ogni squadra tenta di inviare e far cadere il pallone sul terreno avversario. si conquista un punto ogni volta che il pallone cade sul terreno avversario o per errore dell'altra squadra. La squadra che per prima raggiunge 25 punti, con un minimo di due punti di vantaggio sulla squadra avversaria, vince.

2. SQUADRA

Ogni squadra mista (almeno due alunni di sesso diverso) deve essere costituita da 6 giocatori di cui 3 in campo e 3 fuori. i giocatori che stanno fuori entreranno in campo , a turno, ogni volta che si effettua un cambio di palla ovvero quando si commette fallo.

In campo è obbligatoria la presenza per tutta la durata della partita un giocatore di sesso femminile.

3. TERRENO DI GIOCO

Il campo deve essere largo 4.50 m. e lungo 9.00 m. e' diviso in due da una rete alta 2.00 m. .

4. MATERIALE

- Pallone di gomma del peso di 210 / 220 gr.
- casacche di diverso colore

5. DESCRIZIONE DEL GIOCO

I giocatori si schierano in campo in modo libero. Cambiano posto quando la squadra conquista il diritto di battuta. Ruotando di un posto in senso orario. La palla e' messa in gioco dal giocatore di turno che si pone dietro la linea di fondo. Il giocatore colpisce la palla con una mano in modo che superi la rete e cada nel campo avversario. dopo la battuta la palla e' considerata in gioco fino a quando non tocca terra.

Durante il gioco devono essere rispettate le seguenti regole:

- in battuta il giocatore non può entrare in campo ne' toccare la linea di fondo prima di aver colpito la palla;
- durante il gioco i bambini non devono superare la metà campo;
- non si possono eseguire più di tre palleggi per squadra;
- la palla non può essere toccata due volte consecutive dallo stesso giocatore;

esce dal campo il giocatore che nella rotazione dovrebbe andare in battuta ed entra a servire il giocatore di turno.

PALLAMANO-GIOCO DI BASE SEMPLIFICATO

1. SCOPO DEL GIOCO

Segnare il maggior numero di reti

2. SQUADRA

Ogni squadra mista (almeno 3 alunni di sesso diverso) è formata da 8 giocatori di cui 5 in campo (4+1 portiere) e 3 fuori. Durante il gioco i bambini possono essere sostituiti senza limitazioni. Alla fine della partita tutti devono aver giocato.

In campo è obbligatoria la presenza per tutta la durata della partita di un giocatore di sesso femminile.

3. TERRENO DI GIOCO

Il campo di gioco deve essere lungo 26m. e largo 16m. . Al centro delle linee di fondo campo sono disposte le porte larghe 3 m. e alte 1,80 m. E' tracciabile, all'interno del campo di gioco, dinanzi alle porte, un'area difensiva.

4. MATERIALE

- Pallone di gomma 50 – 52 cm, 290 – 330 gr.
- Casacche di diverso colore

5. DESCRIZIONE DEL GIOCO

Ogni partita si articola in 3 tempi di 8' con intervalli di 5' tra un tempo e l'altro. Durante il gioco devono essere rispettate le seguenti regole:

- Il tiro in porta deve essere eseguito ad una mano.
- Non si possono eseguire più di tre passi con la palla in mano.
- Non si può iniziare di nuovo a palleggiare dopo essersi arrestato con la palla in mano.
- Il possessore di palla può spostarsi anche in palleggio.
- E' vietato spingere, trattenere, sottrarre la palla dalle mani dell'avversario.
- Nel caso di fallo (mancato rispetto delle precedenti regole) si batte una punizione indiretta (si deve passare ad un compagno prima di tirare in porta) dal punto in cui è stata commessa l'infrazione.
- Se il fallo commesso sull'avversario è particolarmente grave chi lo ha commesso viene escluso per 1 minuto dal gioco.
- Nel caso che il pallone esca dal campo si effettua una rimessa in gioco dalla riga laterale in corrispondenza del punto in cui è uscita.
- Non si può difendere all'interno dell'area difensiva, in caso d'infrazione la palla passa all'avversario.
- Se su un tiro il portiere tocca la palla e questa esce dietro la linea di fondo campo la palla è della squadra che ha subito il tiro.
- In ogni caso sono da inibire gli interventi diretti sul corpo dell'avversario. Bisogna far comprendere ai bambini che l'uso esagerato del palleggio non favorisce il gioco.

CALCIO A 7

1. SCOPO DEL GIOCO

Segnare il maggior numero di reti

2. SQUADRA

La squadra mista (con almeno 3 alunni di sesso diverso) e' formata da 14 giocatori di cui 7 in campo e 7 fuori, utilizzabili in qualsiasi ruolo e in qualsiasi momento. Alla fine della partita tutti devono aver giocato.

In campo è obbligatoria la presenza per tutta la durata della partita un giocatore di sesso femminile.

3. TERRENO DI GIOCO

Si gioca in campi da calcio a 7 (meta' campo di calcio) in palestra o in spazi adattabili – 50 x 30 – con porte di m. 4 x m. 2

4. MATERIALE

- pallone nr.4
- casacche di diverso colore

5. DESCRIZIONE DEL GIOCO

Ogni partita si sviluppa in 2 tempi di 15' ciascuno con un intervallo di 5'.

Durante il gioco devono essere rispettate le seguenti regole:

- non si applica la regola del fuori gioco;
- il pallone non puo' essere toccato con le mani ad eccezione del portiere;
- la rimessa laterale e' effettuata con le mani;
- nel caso di fallo (mancato rispetto delle precedenti regole) si batte una punizione dal punto in cui e' stata commessa l'infrazione;
- e' vietato spingere, trattenere, colpire l'avversario;
- se il fallo commesso sull'avversario e' particolarmente grave ,chi lo ha commesso viene escluso per 1 minuto dal gioco.

GINNASTICA

1. PROGRAMMA TECNICO

Esercizio collettivo a corpo libero.

2. PARTECIPAZIONE

La partecipazione è prevista per gli alunni/e del II ciclo. Ogni rappresentativa scolastica, anche mista, deve essere composta da un minimo di 4 ad un massimo di 6 elementi.

3. NORME GENERALI

La durata dell'esercizio deve essere compresa tra 50"/1'10". La musica è di libera scelta, suonata da uno o più strumenti, orchestrale e/o cantata. L'esercizio collettivo è di libera ideazione con l'introduzione di alcuni elementi obbligatori. Deve essere eseguito a corpo libero.

La pedana di lavoro è di m. 8x8.

4. ELEMENTI OBBLIGATORI

- Capovolta avanti rotolata con partenza ed arrivo liberi.
- Posizione di equilibrio tenuta 2" su un arto inferiore.
- Mezzo giro perno di 180° in appoggio su una parte del corpo.
- Candela (braccia e gambe in atteggiamento libero) tenuta 2"
- Gli elementi obbligatori devono essere eseguiti contemporaneamente da tutti i componenti la rappresentativa.

5. ABBIGLIAMENTO

- Tenuta sportiva libera

6. PUNTEGGIO

- Il punteggio è ripartito tra composizione ed esecuzione per un totale di 40 punti.
- **Ogni elemento vale un punto.**

Composizione(punti 26)

Valore elementi (punti 4per 6 alunni) punti 24

Utilizzo dello spazio punti 2

Esecuzione(punti 14)

Tecnica corporea punti 10

Lavoro in accordo con la musica punti 2

Sincronia nel lavoro punti 2

=====

Totale punti 40

Falli generali

Esercizio più corto di 50" o più lungo di 1'10"	p.0.50
Uscire fuori pedana durante l'esercizio	p.0.10
Esercizio senza accompagnamento musicale	p.2.00
Manca di accordo tra musica e movimento	p.0.10
Elemento omesso	p.1.00
Errori tecnici	sino a p.0.30 ogni volta
Errori di esecuzione (atteggiamento scorretto degli arti o di tutto il corpo)	sino a p.0.30 ogni volta
Perdita di equilibrio	sino a p. 0.30 ogni volta
Caduta	p.0.50 ogni volta