

Disciplina - Categoria

POLISPORTIVO - ATLETICA

Età dei giocatori

≥ 6 anni

Titolo

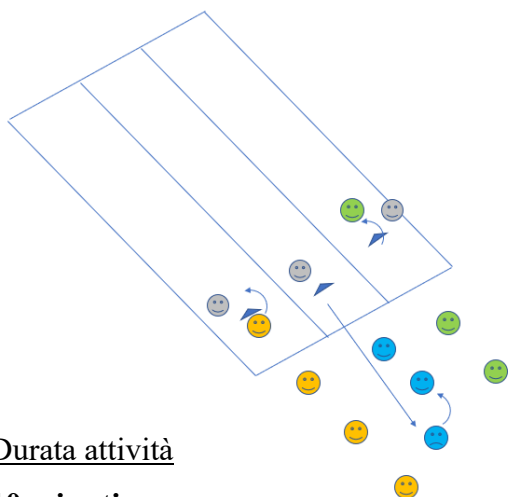
BALZI A STAFETTA

Materiale necessario

1 Cinesino per ogni squadra – Cinesini per segnare la linea di partenza ed arrivo.

Spazio necessario/come organizzarlo

Terreno preferibilmente morbido (terra o erba) della dimensione minima di 2 x 20 metri per ogni corsia.



Durata attività

10 minuti

Spiegazione attività

I giocatori delle varie squadre in gara si schierano dietro la linea di partenza mettendosi in fila indiana distanziati.

Al via dell'animatore il primo giocatore di ogni squadra effettua un balzo in avanti a piedi uniti dal punto indicato da un "segna balzo" (cono o cinesino). Il "segna balzo" verrà spostato dall'animatore nel punto in cui termina il giocatore conclude il balzo.

Dopo il balzo, il giocatore torna di corsa verso compagni e si mette in coda alla propria fila dando il via al compagno che nel frattempo sarà avanzato alla linea di partenza e che ripeterà lo stesso esercizio dopo aver raggiunto il "segna balzo" del compagno che l'ha preceduto.

Il gioco prosegue a rotazione continua di tutti i giocatori della squadra con la progressione del cinesino "segna balzo" fino a quando un giocatore non avrà superato l'arrivo.