



# ATLETICA e PODISTICA POL. BOTTANUCO A.S.D.

IAAF KIDS' ATHLETICS

28.11.2015

## REGOLAMENTO

**Il regolamento dei giochi ospitati durante la manifestazione si attiene a quanto riportato nel manuale IAAF KID'S adottato dalla federazione italiana di atletica leggera per le attività promozionali, salvo introdurre alcune varianti legate agli spazi di gioco e al contenimento dei tempi**

I giochi sono stati divisi in due gruppi, in modo che al massimo sul campo di gioco si svolgano contemporaneamente 3 giochi

Gruppo 1 3.4:Corsa Resistenza – 3.10:Tiro al bersaglio – 3.9:Corsa scala a staffetta

Gruppo 2 3.1:Scatto / Corsa ad ostacoli – 3.7:Salto in avanti – 3.12:Lancio inginocchiato

Ogni squadra all' inizio delle gare si sistemera' negli spazi riservati, in modo da non ostacolare il regolare svolgimento delle gare.

Sara' la giuria che convochera' le squadre (composte da sei miniatleti e da un accompagnatore) a scendere in campo, dopo di che la squadra si "accodera" liberamente ad ogni postazione di gioco

### 3.1 Scatto/Corsa ad ostacoli

**Descrizione in breve:** staffetta con alternanza di scatto e ostacoli  
**Nome della disciplina per ragazzi:** "La fuga di Kanga"

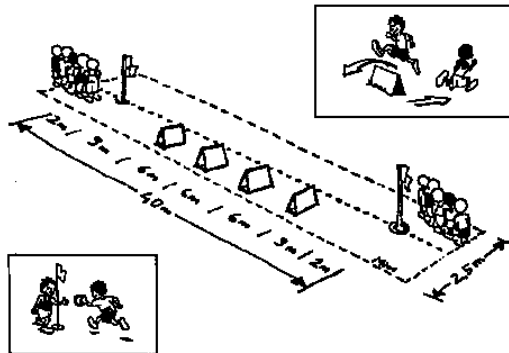
#### Procedura

Il gioco prevede l' utilizzo di due corsie: una con e una senza ostacoli.

Metà della squadra fronteggia l'altra metà, tre atleti alla partenza dei piani e tre alla partenza con ostacoli.

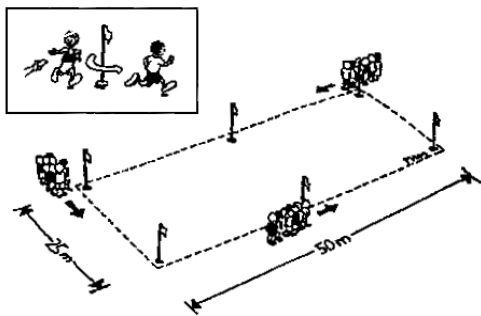
Dopo che un concorrente ha corso la sua frazione piana o ad ostacoli si posiziona dietro i compagni in attesa del turno.

Allo start del giudice, il primo partecipante (n 1) inizia da posizione eretta e corre per circa 30 m piani. Al termine della corsa passa l'anello morbido, utilizzato come testimone, a un compagno di squadra in attesa (n. 2). Anche questo miniatleta parte dalla posizione eretta, ma torna indietro correndo nella corsia con ostacoli (30m). Il cambio successivo avviene nello stesso modo di come si è svolto tra primi due corridori: partito da una posizione in piedi il concorrente successivo (n. 3) corre la distanza piana e passa l'anello al n 4 che percorrerà la sua frazione ad ostacoli, e così via fino a che tutti gli atleti hanno completato il percorso, sia di corsa piana che ad ostacoli All' arrivo dell' ultimo concorrente il giudice blocca il cronometro



#### Classifica

La classifica viene redatta in base al tempo impiegato; vince la squadra che impiega meno tempo



### 3.4 Gara di resistenza

**Descrizione in breve:** due minuti di corsa su un percorso lungo circa 60 mt

**Nome della disciplina per ragazzi:** "Batticuore"

#### Procedura

Il gioco prevede che ciascun miniatleta corra lungo un percorso da un punto di partenza stabilito cercando di percorrere la distanza quante più volte possibile nel tempo di due minuti.

Gareggeranno contemporaneamente tutti i miniatleti di due squadre per volta, partendo da angoli opposti della palestra

Al via ogni concorrente preleva da una cesta una pallina arcobaleno che, al completamento del giro, depositerà in un'altra cesta. Così di seguito ad

ogni giro completato il concorrente preleverà / depositerà una pallina dall' / nell' apposito cesto

Un' indicazione sonora segnerà a tutti i concorrenti l' approssimarsi dello scadere del tempo in modo che possano completare la loro prestazione. Ai fini della classifica saranno conteggiati solo i giri completi

#### Classifica

Vince la squadra che al fischio finale del giudice avrà collezionato il maggior numero di palline corrispondenti al numero di giri effettuati

### 3.7 Salto in avanti accovacciato

**Descrizione in breve:** salti su due piedi da posizione accovacciata  
**Nome della disciplina per ragazzi:** "Salto della rana"

#### Procedura

Da una linea di partenza i partecipanti eseguono salti "a rana" uno dopo l'altro ("salto a rana" = salto accucciati su due piedi).

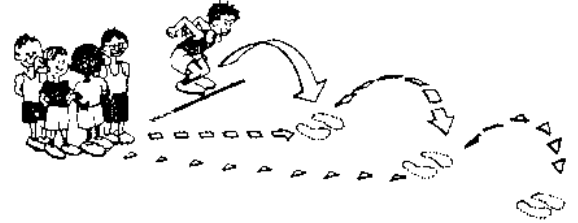
Il primo partecipante sta in piedi con le mani sulla linea di partenza, poi si accovaccia e salta in avanti più lontano possibile, atterrando su entrambi i piedi. L'assistente segna il punto di atterraggio più vicino alla linea di partenza (talloni).

Se un partecipante cade indietro, il punto dove appoggia la mano è quello valido.

Il punto di arrivo, diventa a sua volta linea di partenza per il secondo saltatore della squadra che esegue da lì il proprio "salto della rana".

Il terzo compagno di squadra salta dal punto di atterraggio del secondo e così via.

L'evento è completato quando l'ultimo componente della squadra ha saltato determinando così la misura complessiva del salto. L'intera procedura è ripetuta una seconda volta (secondo tentativo).

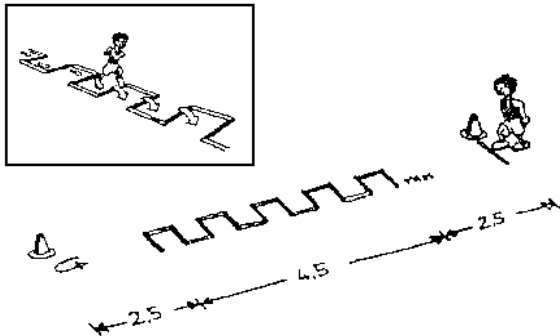


#### Classifica

Il risultato della squadra sarà costituito dal migliore dei due salti effettuati. La misura è registrata a intervalli di un centimetro.

### 3.9 Corsa sulla scala a staffetta

**Descrizione in breve:** correre avanti e indietro attraverso una scala  
**Nome della disciplina per ragazzi:** "Fuoco sotto i piedi"



#### Procedura

Due coni segnaposto, nel punto di inizio e fine della gara, sono posti a una distanza di 10 m. Una scala per la coordinazione è posta a terra alla stessa distanza tra i due coni.

I concorrenti si posizionano per la partenza in prossimità del primo cono. Al comando di via il concorrente corre verso la scala, cammina/corre attraverso la scala il più velocemente possibile e va verso il secondo cono, girandogli intorno, ritorna al cono di partenza dove, passando l'anello morbido, dà il cambio al compagno di squadra.

Il gioco ha termine quando tutti i concorrenti di una squadra hanno completato il percorso.

Se un concorrente non supera, calpesta o salta una parte della scala il giudice di gara segnerà la penalità aggravando il tempo complessivo della squadra di un secondo per ogni infrazione rilevata.

#### Classifica

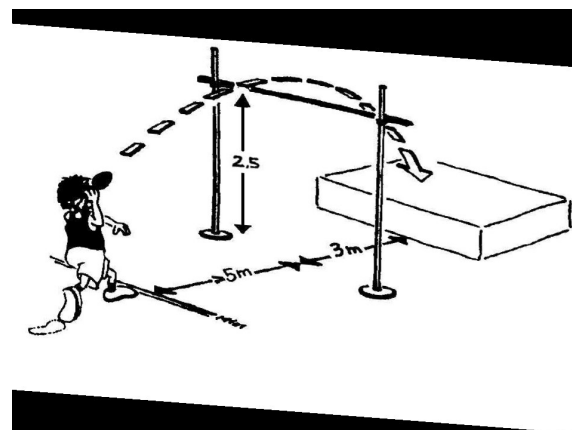
Vince la squadra che impiega meno tempo, penalità incluse.

### 3.10 Tiro al bersaglio

**Descrizione in breve:** Tiro al bersaglio con un braccio  
**Nome della disciplina per ragazzi:** "Tira la bomba"

**Procedura** Il tiro al bersaglio viene eseguito da un'area di rincorsa di 5 m. Una barriera è posta a un'altezza di circa 2,5 m, mentre l'area-bersaglio è indicata sul pavimento 3 m oltre la barriera. L'oggetto designato viene scagliato verso il bersaglio con il concorrente che lo lancia da una distanza scelta dalla barriera. Ogni concorrente ha due tentativi a disposizione per centrare il bersaglio con l'oggetto che lancia. Per ciascun tentativo un concorrente può scegliere di lanciare da una di quattro linee alla distanza di 5, 6, 7 o 8 m dalla barriera alta. Si ottengono tanti più punti quanto più aumenta la distanza dalla barriera.

**Classifica** Centrare il bersaglio (o almeno il suo bordo) è considerato un tentativo riuscito. Vengono assegnati punti per ciascun tiro (tiri da 5 m = 2 punti, da 6 m = 3 punti, da 7 m = 4 punti e da 8 m = 5 punti). Se l'oggetto viene



### 3.12 Lancio inginocchiato

**Descrizione in breve:** lancio di pallone per fisioterapia da posizione inginocchiata  
**Nome della disciplina per ragazzi:** "Rimessa in campo"

#### Procedura

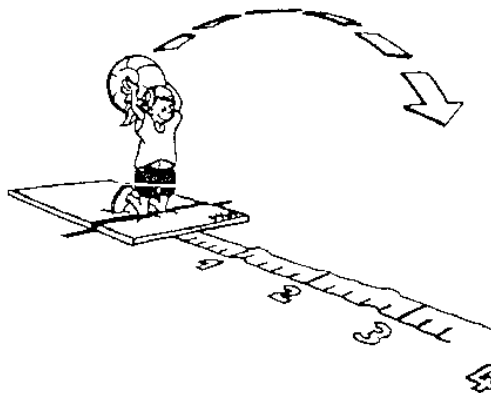
Il concorrente si inginocchia su un tappetino (o altra superficie morbida) di fronte a un oggetto sopraelevato (es. tappeto per capriole morbido o tappeto di spugna), poi si piega all'indietro (tendendo il corpo) e solleva il pallone per fisioterapia (1 kg) eseguendo un lancio in avanti con due mani da sopra la testa alla massima distanza possibile dalla posizione in ginocchio (simile alla rimessa in campo nel calcio).

Dopo il lancio il concorrente può anche cadere in avanti sul cuscino morbido sopraelevato che gli sta di fronte.

#### Classifica

Ciascun concorrente ha diritto a due tentativi. La misura è registrata a intervalli di 20 cm (arrotondando per eccesso quando la palla atterra tra due linee) .

Il miglior risultato nei due tentativi va a far parte del punteggio totale di squadra



#### CLASSIFICA FINALE

Indipendentemente dalla prestazione di ogni singolo partecipante, il risultato di ogni gioco è determinato dalla somma dei risultati di tutti i componenti della squadra.

Il punteggio di ogni singolo gioco viene attribuito in base al piazzamento di ogni squadra, attribuendo 1 punto al primo classificato e N punti all'ultimo in base al numero di squadre iscritte

Per esempio se ci sono venti squadre partecipanti, la migliore avrà 1 punto, la seconda 2, la terza 3 e così via, fino all'ultima che riceverà 20 punti

Se due o più squadre ottengono lo stesso risultato, tutte ricevono i punti attribuiti per quella posizione e i punteggi seguenti rimangono invariati indipendentemente dal numero di squadre con lo stesso risultato. Per esempio se partecipano venti squadre e 3 si sono classificate terze, tutte e 3 le squadre ricevono 3 punti. I punteggi per il quarto e quinto posto (rispettivamente 4 e 5 punti) non sono attribuiti e la squadra successiva è segnata come sesta ottenendo 6 punti e via dicendo;

La graduatoria finale delle squadre si ricava sommando i punteggi realizzati nei sei giochi

**Vince la squadra che collezionando i migliori piazzamenti, avrà totalizzato il punteggio più basso !**

Sarà cura dell'organizzazione aggiornare il tabellone di gara in modo da tener sempre informato il pubblico e gli atleti su risultati e classifiche

**BUON DIVERTIMENTO A TUTTI I PARTECIPANTI !**