

Programma categoria GIOVANISSIMI
NEL BOSCO INCANTATO

I lato:

Attraversare un tunnel , strisciare come un serpente, correre come un riccio (a gattoni) a slalom , aggirare l'albero (boa), in piedi, di corsa

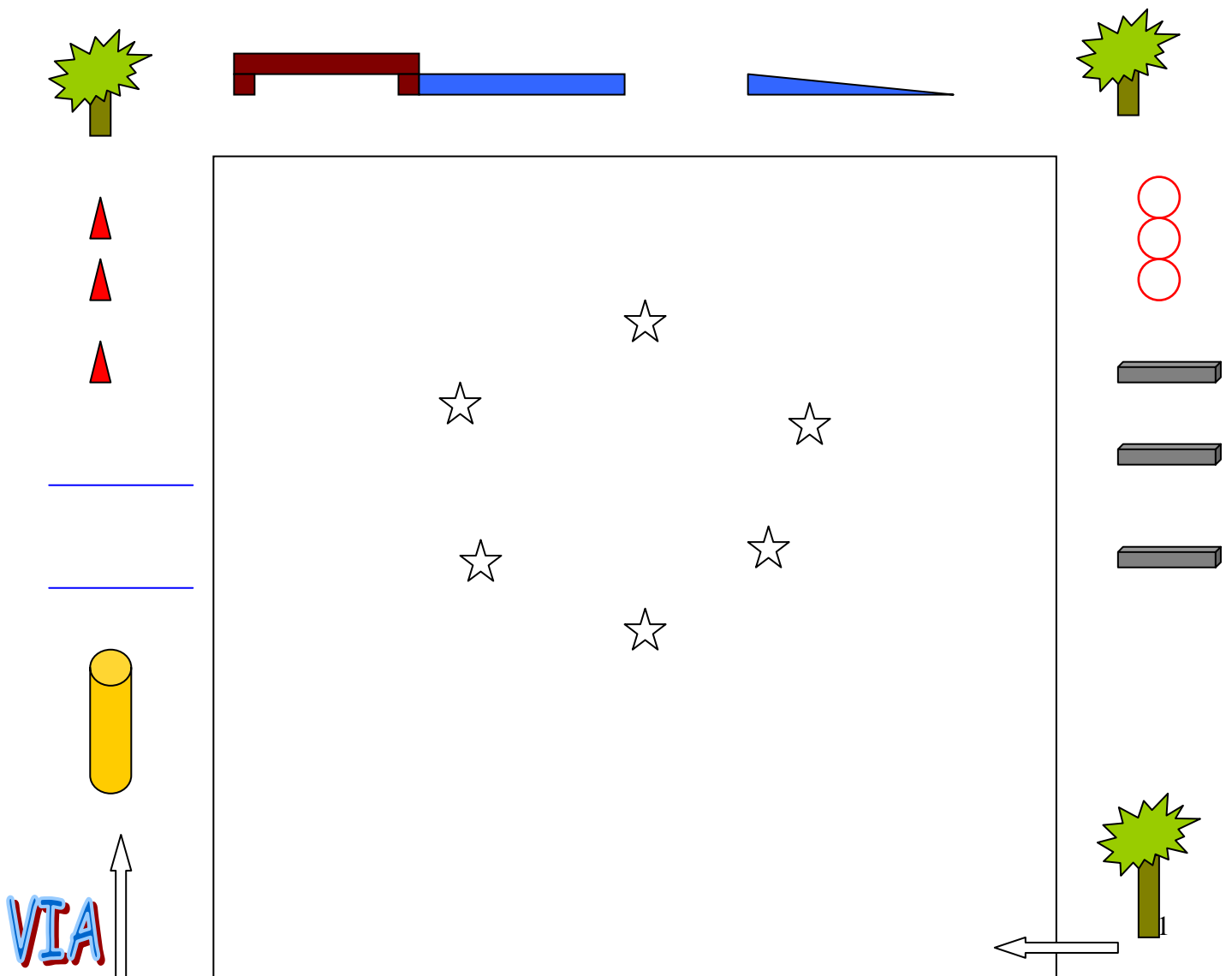
II lato

Gattonare su un tronco di legno (è una panca) scendere posando le mani a terra e fare una capriola o avanzare con le mani fino a poter scendere anche con i piedi, rotolare su di un piano inclinato liberamente (rotolamenti attorno all'asse longitudinale o capovolte) , aggirare l'albero

III lato

Saltare a piedi uniti come un canguro dentro tre cerchi in fila , salire su uno step e fare un saltello a piedi uniti per scendere ,così per tre step, aggirare l'albero e andare nello spazio interno , fermo come una bella statua.

Quando tutti sono nello spazio interno (nella posizione stabilita dall'insegnante , eventualmente segnando la posizione con appositi contrassegni) fermi come statue incantate, la fata (insegnante) li farà rivivere con la musica magica ,ed eseguiranno la coreografia.



E' possibile accompagnare l'esecuzione del percorso con una musica appositamente preparata oppure l'insegnante o chi per lui può raccontare la storia -guida del percorso.

Esempio : C'era una volta un bosco incantato , dove tutti gli animali che ci vivevano , si volevano un gran bene. Un giorno la Fata del bosco chiamò intorno a sé tutti gli animali perché aveva una notizia importante da comunicare. Così partì per primo il serpente Serafino, che strisciava veloce, aveva anche vinto le olimpiadi dei serpenti in una gara di corsa sulla pancia. Poi fu la volta del riccio Riccardo, che correva a slalom fra gli alberi stando attento a non graffiarli con i suoi aculei. C'era anche il coccodrillo Roberto che prendendo la rincorsa su di un tronco d'albero, si tuffava nel fiume e nuotava e rotolava fra le onde. Non mancava la cangura Linda che teneva i suoi cangurini in una tasca sulla pancia e così saltellando e tenendo stretti i suoi piccoli, arrivò insieme a tutti gli altri animali sul prato fiorito . Quando tutti gli animali furono arrivati, la fata disse loro che era il suo compleanno così tutti insieme per la contentezza si misero a ballare .

QUALITA' DEI MOVIMENTI:

CATEGORIA GIOVANISSIMI:

Si ricorda agli insegnanti che in particolare per quanto riguarda i bambini in età prescolare (3-5 anni) la qualità del movimento riguarda la capacità di memorizzazione delle successioni (che si osserva anche se il bambino sta imitando l'insegnante), la capacità di riprodurre i movimenti nelle corrette direzioni (alto,basso,destra sinistra), nei giusti ritmi (veloce e lento) come anche nella capacità interpretativa (se deve eseguire i movimenti del leone tutto il corpo ed anche la mimica facciale può ricordare quell'animale)

CATEGORIA GIOVANI:

per i bambini del primo ciclo scolastico (6-7 anni) le capacità di memorizzazione,riproduzione ed interpretazione del movimento devono essere più precise come anche è richiesta una maggiore precisione tecnica ,per cui ad esempio i rotolamenti devono essere fluidi e non interrotti (attenzione alle capovolte) i salti o saltelli devono avvenire con atterraggi ammortizzati e non rigidi .

VALUTAZIONE :

Per tutti i percorsi,sia della categoria giovanissimi che per la categoria giovani, qualunque sia la composizione della squadra,che va da un minimo di tre a un massimo di 10 ginnasti ,il giudice ,nella valutazione,procederà nel seguente modo: si prende il tempo da quando il ginnasta parte a quando arriva all'ultima boa ,si sommano i tempi di tutti i componenti e si suddivide per lo stesso numero dei componenti per ottenere un punteggio che è la media va poi sommato il bonus ottenuto con la coreografia che sarà:
P.1 = è stata eseguita ;

P.2 = è stata eseguita BENE rispetto alla memorizzazione dei movimenti e alla qualità degli stessi ;

P.3 = ottimo per rispetto al tema che si voleva esporre, rispetto del ritmo musicale e qualità dei movimenti.

PENALITA' :

Riguardo ai percorsi, non vi sono penalità particolari per ambedue le categorie se non quelle generali che riguardano il non rispetto delle linee o delle boe, il non eseguire i compiti come descritti che vengono penalizzati con un'aggiunta di 5" ogni volta.

L'insegnante ha il compito di risistemare le attrezzature che dovessero venire spostate e puo' far ripetere una sola prova che venisse sbagliata completamente
Se una prova non viene eseguita vi è una penalità di 10" o.v.

Riguardo la coreografia la valutazione della qualità del movimento, l'efficace svolgimento di un tema e l'aderenza al ritmo ,determina l'acquisizione di un BONUS da sommarsi al punteggio ottenuto con i percorsi (vedi valutazione) .

Esempio 5 squadre in gara ottengono: 5p. la prima classificata, 4p. la seconda fino ad 1 p. la quinta classificata a cui va sommato il bonus ,vince chi ha il punteggio maggiore; le squadre in classifica vengono poi suddivise in tre fasce (qualunque sia il numero delle squadre in gara) per cui non si avrà un unico vincitore ma vi saranno le squadre in fascia ORO,fascia ARGENTO, fascia BRONZO.