



G+S-Kids: Introduzione Lotta - Lezione 10

Torneo Rookies

Autore

Esperti G+S-Kids Lotta

Condizioni quadro

Durata della lezione	≥60 minuti
Livello	<input checked="" type="checkbox"/> basso <input checked="" type="checkbox"/> medio <input type="checkbox"/> impegnativo a seconda del tipo di torneo e del numero di partecipanti
Età consigliata	da 5 a 10 anni, a seconda delle capacità e delle attitudini
Grandezza del gruppo	Da 6 a 12 (circa lo stesso peso) un monitore, fino a 18 due monitori, fino a 24 tre monitori
Luogo del corso	Quadrilatero di tappeti in palestra o locale di lotta
Sicurezza	Vedi indicazioni nel documento di base «Lotta G+S-Kids»

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

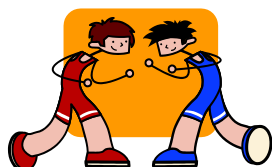
I bambini sperimentano per la prima volta una competizione di lotta sotto forma ludica.

Indicazione

Durante lo svolgimento del torneo deve essere presente almeno un monitore G+S lotta che si occupa di illustrare le regole, come il fairplay, il sistema di punteggio, la vittoria per 'schienata' e le prese. È consigliato utilizzare un materasso di lotta o altri tipi di materassi. È importante che non vi siano degli spazi tra un materasso e l'altro (pericolo di ferimento).

Questo torneo può essere organizzato alla fine delle lezioni 1-9 oppure come un primo avvicinamento alla lotta per dei principianti.

Contenuto



Torneo Rookies

Il termine inglese Rookies significa principianti, esordienti...

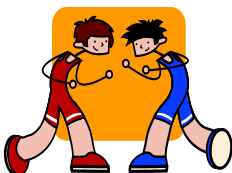
Il torneo Rookies si indirizza ai principianti (bambini e bambini) in età di asilo e di scuole elementari che vogliono scoprire la lotta su un materasso.

La Federazione svizzera di lotta ha elaborato questa forma di torneo in collaborazione con gli esperti G+S-Kids. L'obiettivo di questa lezione è di far scoprire la lotta ai bambini di tutta la Svizzera in maniera ludica.

Come organizzare un torneo Rookies?

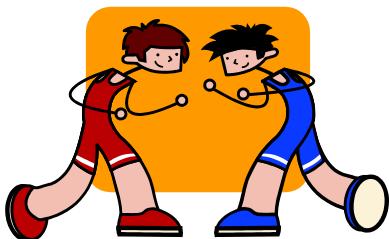
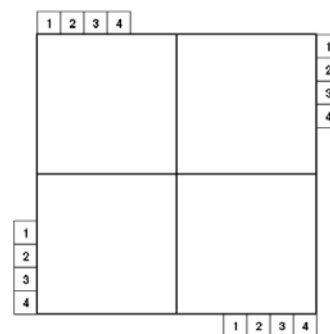
1. Contattare le autorità scolastiche (asilo e scuola elementare)
2. Fissare una data e riservare la palestra (ad esempio un sabato pomeriggio)
3. Distribuire gli inviti e i volantini
4. In collaborazione con il personale insegnante, valutare se prima del torneo è possibile organizzare qualche lezione di prova (lezioni G+S Kids)
5. Per avere maggiori informazioni su questo sport consultare il sito di [Swiss Wrestling](http://www.swisswrestling.ch)

6.



Organizzazione del torneo Rookies

1. Iscrizione preliminare o sul posto.
2. Tenuta: pantaloncini e maglietta.
3. Ripartire i partecipanti in gruppi di quattro (a seconda del peso, dell'età e delle conoscenze di lotta). In generale si può tollerare una differenza di peso del 10% all'interno dello stesso gruppo.
4. Un monitore/lottatore dirige il riscaldamento.
5. Breve dimostrazione con due giovani lottatori di un club di lotta.
6. Breve presentazione delle regole (punti, vittoria per schienata, fairplay).
7. Lotta in gruppi di due (partner dello stesso peso).
8. Se sono iscritti più di quattro gruppi (16 lottatori), organizzare un percorso di agilità per i lottatori che non sono sul ring.
9. Presentazione dei gruppi di Rookies (gruppi di quattro, su un quarto del materasso: circa 5 metri x 5). I lottatori prendono posto su quattro sedie predisposte agli angoli del tappeto (vedi schizzo a destra).
10. Un allenatore/animatore dirige i combattimenti all'interno di ogni gruppo (4 lottatori = 6 combattimenti).
I combattimenti durano due minuti e si svolgono uno dopo l'altro secondo il piano seguente: 1:2, 3:4, 1:3, 2:4, 1:4, 2:3.
11. Annunciare la classifica subito dopo la fine dei combattimenti (oro, argento, 2 x bronzo) e distribuire un premio (maglietta, asciugamano, bevanda, sacca da sport o altri regali sponsorizzati).
Per la classifica si tengono conto dei seguenti criteri:
 - 1: Numero delle vittorie
 - 2: Scontri diretti
 - 3: Numero dei punti singoli
12. Organizzare un punto di rifornimento.
13. Durante l'annuncio dei risultati distribuire un invito per tre mesi di allenamento gratuito in un club o in una delle vostre scuole di lotta.
14. Preparare e pubblicare un articolo coi risultati.



La licenza Rookies della SARV

La Federazione svizzera di lotta (SARV) offre la licenza Rookies per un anno a tutti i partecipanti a un torneo Rookies. Questa licenza può essere richiesta al responsabile delle licenze su presentazione della classifica del vostro torneo. Indirizzo: www.ringen.ch (rubrica SARV – Zentralvorstand).

La licenza permette ai giovani lottatori di partecipare ad altri tornei Rookies o ai tornei giovanili Piccolo (vedi calendario SARV). Per ottenere informazioni ci si può rivolgere al responsabile G+S Lotta e/o al responsabile delle speranze della SARV.