

# UBS KIDS CUP

## Documentazione dettagliata staffetta



[ubskidscup.ch](http://ubskidscup.ch)

In Zusammenarbeit mit



Stadt Zürich  
Sportamt



bewegungskultur

Co-Veranstalter



WELTKLASSE  
ZÜRICH



# Indice dei contenuti

1.	Concetto di staffette a squadre	3
2.	Infrastruttura	4
3.	Discipline dell' UBS Kids Cup	5
3.1	60m-Sprint	5
3.2	Salto in lungo	6
3.3	Lancio della pallina	7
4.	Modulo della staffetta	8
4.1	Staffetta corri e salta	8
4.2	Staffetta con ostacoli/rischi	9
4.3	Staffetta puzzle-biathlon	10
5.	Moduli opzionali	11
5.1	Giochi	11
5.2	Approvvigionamento	11
6.	Preparazione	12
6.1	Documentazione per la preparazione	13
6.1.1	Preparazione nelle lezioni di educazione fisica per la giornata sportiva di atletica leggera	13
6.2	Sommario del materiale	14
6.2.1	Materiale per le discipline base	14
6.2.2	Materiale per le staffette	15
6.2.3	Cassa del materiale per la giornata sportiva	16
6.2.4	Recapito del materiale per l'UBS Kids Cup	16
6.3	Aiutanti	17
6.3.1	Bisogno di aiutanti per le discipline base	17
6.3.2	Bisogno di aiutanti per le staffette a squadre	17
6.3.3	Aiutanti in altri campi organizzativi	18
6.3.5	Sommario generale degli aiutanti	19
7.	Svolgimento	20
7.1	Gruppi	20
7.1.1	Formazione dei gruppi	20
7.1.2	Programma dei gruppi	20
7.2	Valutazione e software di valutazione	20
8.	Contatto	21
8.1	Weltklasse Zürich	21

## 1. Concetto di staffette a squadre

Come supplemento alla documentazione base introduttiva "giornata sportiva di atletica leggera nelle scuole" viene presentata di seguito, in dettaglio, la variante con le staffette a squadre.

Visto che durante il programma delle discipline classiche dell'atletica leggera viene svolta una singola gara e si ha quindi a che fare con lunghi tempi di attesa, è stato elaborato in dettaglio questo concetto, che sviluppa lo spirito di gruppo e permette di riempire le pause. Il nocciolo del concetto di "staffette a squadre" è composto da tre staffette a squadre attrattive, che possono poi essere comprese nella valutazione (risultati) globale.

### Staffette a squadre

Per diminuire le pause tra le discipline classiche dell'atletica leggera e allo stesso tempo per farli divertire, gli allievi e allieve (AeA) partecipano a diverse staffette a squadre divisi in gruppi da 5-7 persone. In queste tre discipline supplementari sono integrati i movimenti di corsa, salto e lancio sottoforma di gioco e di competizione. Gli AeA, a gruppi, assolvono l'intero programma autonomamente a seconda della tabella oraria, con le tre discipline dell'atletica leggera e le tre staffette, e organizzano allo stesso tempo le strategie separatamente. Accanto quindi al divertimento e al gareggiare in comune, vengono sviluppate anche l'autonomia, la solidarietà e la dinamica di gruppo.

Variante modulo „staffette a squadre“		
Modulo UBS Kids Cup	Modulo delle attività	Modulo opzionale
<ul style="list-style-type: none"><li>• 60m Sprint</li><li>• Salto in lungo (zona di staccio)</li><li>• Lancio della pallina (200g)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Staffetta corri e salta</li><li>• Staffetta con osacoli/rischi</li><li>• Staffetta puzzle-biathlon</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tornei</li><li>• Giochi di squadra</li><li>• Approvvigionamento</li></ul>

## 2. Infrastruttura

È possibile svolgere una giornata sportiva di atletica leggera in ogni infrastruttura scolastica con spazi accessori abbastanza grandi. A seconda del numero dei partecipanti può essere necessario disporre di più di due corsie per lo sprint e più di una piattaforma del salto in lungo e del lancio della pallina.

Idealmente la giornata sportiva dovrebbe tenersi in un'infrastruttura che presenta una pista di atletica di 400m. In questo caso lo schizzo sottostante indica un possibile orientamento delle postazioni.



## 3. Discipline dell' UBS Kids Cup

### 3.1 60m-Sprint

Sulla distanza dei 60m sprint viene misurato il tempo. Al via conta la velocità di reazione, durante lo sprint é invece cruciale la velocità massima raggiunta.

#### Svolgimento

Tutti gli AeA hanno solo una prova. Corrono due AeA allo stesso tempo. Il via avviene in posizione eretta, senza blocchi di partenza.

#### Valutazione

Lo starter si assicura che tutti i corridori siano dietro la linea di partenza. Dà il comando "ai vostri posti"- "pronti" – e il via al suono della pistola.

#### Misurazione

Sulla linea di partenza i cronometristi avviano il tempo e lo stoppano quando il corridore ha superato il traguardo con il busto (non le estremità come la testa, le braccia o i piedi).

#### Prova nulla

In caso di partenza anticipata il corridore viene ammonito. In caso di una ripetuta partenza anticipata la prova viene considerata come nulla e valutata con uno "zero".

Inoltre é da valutare con uno „0" anche quando un corridore lascia la sua corsia e invade quella accanto ostacolando qualcuno. Chi è stato ostacolato, può ripetere la prova.

#### Infrastruttura

Su una pista di 400m vengono marcati i 60m (dalla linea di partenza alla linea del traguardo). Se non c'è a disposizione nessuna pista, il tutto può essere spostato su erba. In questo caso verranno misurati 60m e preparate due o più corsie con dei cinesini.

#### Materiale

- metro per misurare i primi 60m e aggiungere almeno 10m di spazio alla fine
- 15 piloni
- 1 pistola starter
- 2 cronometri
- 2 fogli di postazione con materiale per scrivere e documentazione

#### Aiutanti

- 1 starter (che dà il comando del via)
- 2 cronometristi che annotano i risultati (= totale 3)

#### Consiglio

Per chi annota i risultati e anche per gli AeA é di aiuto avere una lista di partenza chiara.

## 3.2 Salto in lungo

La disciplina del salto in lungo era già praticata nell'antica Grecia in un modo simile. Dall'introduzione dei giochi olimpici moderni nel 1896 ad Atene, si combatte per l'oro olimpico anche nel salto in lungo. La velocità della rincorsa, la forza esplosiva nello stacco e la tecnica influiscono fortemente sulla prestazione

### Svolgimento

Tutti gli AeA hanno 3 prove (tentativi), delle quali viene preso in considerazione il miglior risultato. Le 3 prove vengono fatte dagli AeA in una successione definita. Tutti gli AeA assolvono quindi la prima prova, poi tutti la seconda e infine la terza. La lunghezza della rincorsa viene decisa da ogni A.

### Valutazione

Un salto viene valutato, quando lo stacco su una gamba avviene nella zona di stacco. La zona di stacco è di 80cm, quindi 30cm prima e 20cm dopo l'asse di battuta. Se la zona di stacco non è già indicata, deve essere marcata con un nastro adesivo bianco.

### Misurazione

Si viene misurato dal primo segno dalla zona di stacco di qualsiasi parte del corpo nella sabbia (per facilitare la misurazione viene usato un picchetto) fino al punto più avanti dello stacco (punta dei piedi).

### Consiglio

Il misuratore appoggia il suo piede dopo lo stacco sul punto di stacco, in modo da facilitare la misurazione.

### Prova nulla

La prova viene valutata con uno „0“ quando qualcuno manca la zona di stacco, quindi salta verso la zona. Inoltre è ritenuto nullo anche un salto, nel quale l' A dopo aver fatto il salto esce calpestando la buca della sabbia. Il saltatore deve lasciare la pedana passando accanto alla buca della sabbia.

### Infrastruttura

Buca di sabbia di almeno 6 x 2.5m, rincorsa di almeno 30m

### Materiale

- 1 metro 10m
- 1 picchetto
- 1 rastrello
- nastro adesivo bianco per marcare la zona di stacco
- 2 fogli della postazione con materiale per scrivere e documentazione

### Aiutanti

- 1 che scrive i risultati
- 2 misuratori (e responsabile della buca della sabbia) (= totale 3)

### Consiglio

In alcune infrastrutture in presenza di un alto numero di allievi possono essere organizzate 2 o più pedane. Come misuratori si possono prendere AeA che sono in un momento di pausa.

### 3.3 Lancio della pallina

Il lancio della pallina é la forma base del lancio, viene utilizzato anche dai bambini nel gioco delle palle di neve o nel gettare il sasso nel laghetto. Sono quindi determinanti la forza veloce e la coordinazione. Il movimento base del lancio della pallina é presente in numerosi sport come ad esempio la pallamano, il basket, o anche il tennis (servizio e smash).

#### Svolgimento

Tutti gli AeA hanno a disposizione 3 lanci con la pallina da 200g, viene considerata la misura più lunga. I 3 lanci vengono fatti dall'A direttamente uno dopo l'altro, in modo da facilitare la misurazione del lancio più lungo.

#### Misurazione

Il punto di misurazione si trova a metà della corsia di rincorsa nel margine anteriore della linea di lancio (o pedana di lancio). Viene misurato il lancio più lungo, il punto zero del metro si posiziona sul primo punto di impatto della pallina al suolo. Chi annota i risultati può leggere la lunghezza sul punto di misurazione e annotarla in centimetri.

#### Prova nulla

Se si calpesta con una qualsiasi parte del corpo o si sorpassa l'asse di lancio (o la linea di lancio) il lancio é ritenuto nullo e viene valutato con uno 0. Inoltre é nullo anche un lancio che finisce al di fuori della zona di impatto.

#### Infrastruttura

La pedana per il lancio si trova all'interno della pista di atletica con una zona di rincorsa sul campo erboso o sulla pista e un settore di impatto delimitato da cinesini (a seconda del posto). Viene consigliata una zona di rincorsa di una larghezza di almeno 4m e una lunghezza minima di 8m. Per l'orientamento degli AeA si possono posizionare dei nastri di stoffa per segnalare il campo di lancio per ogni distanza pari a 10m.

#### Materiale

- 6 palline di 200g
- 1 picchetti
- 1 metro
- 12 cinesini
- ev. asse per marcare la linea di lancio con il punto di misurazione nel mezzo
- 2 foglio della postazione con materiale per scrivere e documentazione

#### Aiutanti

- 1 marcatore dei 3 lanci
- 1 misuratore del lancio
- ev. 2 "raccattapalle"

#### Consiglio

Se la infrastruttura lo permette, é utile prevedere una corsia di rincorsa e una linea di lancio di pista o cemento.

## 4. Modulo della staffetta

### 4.1 Staffetta corri e salta

#### Svolgimento

La squadra (composta normalmente da 6 persone) prova a raccogliere più punti possibili sia percorrendo il giro a corsa (di ca. 100m), che saltando la cordicella, in un tempo di 5 minuti (dal fischio iniziale a quello finale).

La squadra si organizza autonomamente, gli AeA decidono chi corre, chi salta o chi si riposa. Tutti gli elementi del gruppo possono/devono fare entrambi gli esercizi. Sul percorso della corsa possono esserci al massimo due persone allo stesso momento, riconoscibili grazie ad una casacca colorata (o un nastro).

Ogni squadra riceve un colore differente in modo che il conteggio sia possibile, visto che corrono da 3 a 6 squadre allo stesso tempo. Il passaggio della casacca (o del nastro) al corridore successivo, vale come cambio. La casacca (o il nastro) deve essere indossata. Si corre in senso antiorario. Ogni corridore può correre tanti giri, quanti sono stati definiti tatticamente o finché non è stanco.

Al salto della cordicella sono invece impegnati assieme 3 compagni di squadra. Intanto che due AeA girano la cordicella, il terzo salta nel mezzo più volte che può. I compagni di squadra decidono quando è il momento di darsi il cambio.

Per gli AeA delle elementari il salto con la corda avviene singolarmente, così che non sia troppo difficile e che la pausa tra i saltelli e la corsa sia maggiore.

#### Valutazione:

I punti raccolti nella corsa vengono moltiplicati per un fattore di 10 e sommati ai punti del salto della cordicella in modo da avere il totale dei punti della squadra.

#### Materiale

- 10-15 bastoncini
- Nastri divisorii
- 6 cordicelle
- Casacche di diversi colori
- 1 fischietto
- fogli della postazione
- Materiale per scrivere e documentazione

#### Aiutanti

- 1 responsabile
- 6 persone che contano



## 4.2 Staffetta con ostacoli/rischi

### Svolgimento

La squadra (normalmente composta da 6 persone) corre a gruppi di due persone a seconda dell'ordine di successione degli AeA. 5 AeA si piazzano sulla linea di partenza uno dietro l'altro e un A dall'altra parte sulla linea di distanza da lui scelta (il rischio deve essere scelto dagli AeA a seconda della stima delle loro capacità). Il team da due deve riuscire a percorrere l'andata (primo corridore supera 2 ostacoli, ad esempio una panchina, un piccolo ostacolo o una cassa, dalla linea di partenza fino alla distanza scelta) e il ritorno (secondo corridore passa gli stessi due ostacoli dalla linea di distanza fino al traguardo), in un tempo dato (es. 10 secondi), incluso il cambio (come le staffette a pendolo). Avviene un fischio iniziale e un fischio finale, quando il tempo dato è scaduto. Se il team da due è riuscito a sorpassare la linea del traguardo nel tempo dato, riceve il punteggio della linea di distanza che ha scelto (la linea più vicina dà un punto, la linea più lontana 5). Se il team non è riuscito a tornare al traguardo, allora non riceve nessun punto.

Se avviene una partenza falsa, o viene spostato o toccato un ostacolo durante il superamento, allora il team non riceve nessun punto per quella batteria. Le linee di distanza sono poste a 21m/ 22m /24m/25.5m/27m, gli ostacoli a 7 e 14m dalla linea di partenza.

La squadra ha in totale 6 tentativi (corrono 2 A per tentativo). Lo svolgimento viene organizzato in modo che gli A, che cominciano dalla linea di partenza (quindi con l'andata), nella seguente iniziano invece dalla linea di distanza (quindi fanno il ritorno). In pratica chi ha fatto l'andata fa il ritorno e chi ha fatto il ritorno si mette in fila alla partenza fino a quando tutti hanno corso entrambe le tratte.

### Valutazione

Conta la somma dei punti raccolti in tutti i tentativi dell'intera squadra (quindi la somma dei 6 risultati raggiunti).

### Materiale

- 7-14 bastoncini
- Nastro divisorio
- 4 panchine (in alternativa = 6 cassoni; 12 piccoli ostacoli da allenamento o casse)
- 6 testimon
- 1 cronometro
- 1 fischietto
- fogli della postazione
- Materiale per scrivere e documentazione

### Aiutanti

- 1 responsabile
- 6 giudici di linea

## 4.3 Staffetta puzzle-biathlon

### Svolgimento

La squadra (normalmente composta da 6 persone) cerca di recuperare assieme i 20 pezzi e di formare il più velocemente possibile, grazie al giusto incastro, il puzzle dato. Gli AeA scelgono la composizione del team autonomamente: 5 elementi sono corridori, 1 invece costruisce il puzzle. Dopo il fischio di inizio il primo corridore del team corre con il testimone dalla linea di partenza fino alla linea di lancio (distanza = 20 m). Qui prende una pallina da tennis e prova a centrare il canestro (contenitore a una distanza di 3m). Se la pallina da tennis rimane nel canestro, allora il corridore può prendere uno dei pezzi di puzzle che sono esposti, se la pallina non entra nel canestro (o se rimbalza fuori da esso) non può prendere nessun pezzo. Il corridore torna indietro il più velocemente possibile e dà il testimone al prossimo compagno e il pezzo di puzzle (se lo ha guadagnato) alla persona che lo sta costruendo. Si continua così fino a quando tutti i pezzi sono stati recuperati. Il tempo viene stoppato quando il puzzle è stato interamente costruito e messo sul tavolo (o sul pavimento).

Dopo la gara, i pezzi del puzzle devono venire divisi dall'aiutante, rimescolati e riportati sulla linea del lancio, così che la difficoltà rimanga uguale per tutti!

### Valutazione

Conta il tempo (in minuti e secondi), che il team ha usato per completare il puzzle.

### Materiale

- 7 bastoncini
- segatura per marcare la linea di lancio/corsie
- 6 testimoni
- 30 palline da tennis
- 6 puzzle
- 6 canestri
- 6 cronometro
- 1 fischietto
- fogli della postazione
- Materiale per scrivere e documentazione

### Aiutanti

- 1 responsabile
- 6 controllori

## 5. Moduli opzionali

### 5.1 Giochi

La giornata sportiva di atletica leggera può essere abbinata e completata, a seconda del tempo a disposizione, e dell'organizzazione generale, con altre diverse idee di giochi o di tornei.

Una possibile variante è l'introduzione di un torneo al pomeriggio per completare la gara di atletica leggera del mattino. È anche possibile programmare delle postazioni di gioco o tornei intercalati con le postazioni di atletica leggera. Questo tipo di organizzazione funziona bene soprattutto quando il numero di partecipanti è piccolo e ci sono delle buone infrastrutture a disposizione.

Accanto ai tornei tradizionali dei grandi sport di squadra come il calcio, il basket, o la pallavolo è anche utile provare delle nuove discipline come l'Ultimate Frisbee, il baseball, il smolball o il rugby. Naturalmente queste dovrebbero già essere introdotte prima nelle lezioni di educazione fisica.

Per un buon ambiente e motivazione si possono anche introdurre concorsi in discipline non usuali come ad esempio la misurazione della velocità di un tiro o la precisione del tiro. Queste postazioni danno valore alla giornata sportiva e creano una buona differenziazione, ma non sono sempre così semplici da mettere in pratica, a volte servono delle infrastrutture apposite.

Si trova sostegno per l'organizzazione dei tornei sul sito

[www.sportunterricht.ch/download/spielturnier/spielplaene.pdf](http://www.sportunterricht.ch/download/spielturnier/spielplaene.pdf)

### 5.2 Approvvigionamento

Gli AeA devono avere la possibilità di avere sempre a disposizione liquidi. Questo può essere gestito centralmente o con dell'acqua alle postazioni o con una stazione di rifornimento. In alternativa si può indicare agli studenti di portare una borraccia riempita. Possibilità di riempire la borraccia devono essere messe a disposizione anche in questo caso.

Sotto il link internet seguente sono presentate idee e linee guida sull'alimentazione:

[www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesundheit\\_und\\_praevention/schularzt/ernaehrung/ernaehrungsrichtlinien.html](http://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesundheit_und_praevention/schularzt/ernaehrung/ernaehrungsrichtlinien.html)

## 6. Preparazione

La seguente checklist dà uno sguardo generale sui vari punti di preparazione prima della giornata sportiva.

To Do	Quando	Responsabile
Scegliere la data	Mesi prima	Resp. giornata sportiva
Registrazione come UBS Kids Cup (ubs-kidscup.ch)	Mesi prima	Resp. giornata sportiva
Riservazione dell'infrastruttura sportiva e materiale	Mesi prima	Resp. giornata sportiva
Ricerca di aiutanti supplementar	1 mese prima	Resp. giornata sportiva
Fare un briefing con i docenti	1 mese prima	Resp. giornata sportiva
Allenare gli AeA nelle lezioni	1 mese prima	Tutti i docenti di sport
Organizzazione sanità- soccorso	1 mese prima	Resp. giornata sportiva
Organizzazione approvvigionamento	1 mese prima	Approvvigionamento postazioni
Briefing del team e aiutanti	1-2 giorni prima	Resp. giornata sportiva
Disposizione e svolgimento delle postazioni	Alla mattina, prima della giornata sportiva	Resp. giornata sportiva
Scarica il software di valutazione in Excel (all'indirizzo <a href="http://www.ubs-kidscup.ch">www.ubs-kidscup.ch</a> ) e inserisci tutti gli studenti su excel	1-2 giorni prima	Resp. giornata sportiva
Valutazione i risultati	Fino alla vigilia	Resp. giornata sportiva

## 6.1 Documentazione per la preparazione

### 6.1.1 Preparazione nelle lezioni di educazione fisica per la giornata sportiva di atletica leggera

Discipline atletica leggera (3-6 lezioni)

Gli AeA dovrebbero esercitare tutte le discipline già almeno durante 3-4 settimane prima della giornata sportiva. Per uno svolgimento senza intoppi e veloce della giornata sportiva è importante che gli AeA conoscano bene le regole delle singole discipline (ad esempio la struttura e il numero dei tentativi) e delle attività complementari.

Consigli per gli AeA e i docenti nella preparazione alla giornata sportiva:

60m-Sprint:

- Correre dritti e con l'aiuto delle braccia
- Alzare le ginocchia e correre facendo passi grandi e che prendono tanto spazio
- Correre sulla pianta anteriore del piede
- Esercitare il via e l'accelerazione

Salto in lungo:

- Decidere la rincorsa così da incontrare la zona di stacco.
- Introdurre e ripetere la tecnica di stacco
- Atterraggio sulla sabbia

Lancio della pallina:

- Introdurre e ripetere rincorsa di 3 o 5 passi
- Decidere la rincorsa, in modo da non „regalare“ troppo ma nemmeno di superare la linea
- Introdurre e ripetere la tecnica di lancio
- Fare diversi giochi che comprendono i lanc

Staffetta a squadre (3-6 lezioni)

Se vengono fatte delle competizioni per classe durante la giornata sportiva, allora gli AeA devono essere istruiti sulle regole e sullo svolgimento già nelle lezioni di educazione fisica. Queste forme di staffetta sono nuove per la maggior parte degli AeA. Grazie ad una spiegazione dettagliata e la continua ripetizione gli AeA guadagnano sicurezza e cominciano a capire le possibilità tattiche. Inoltre, grazie a questa preparazione, si facilita il compito durante la giornata sportiva, perché i partecipanti non necessitano più di un'introduzione base.

Consigli per gli AeA e i docenti per la preparazione della giornata sportiva:

Staffetta corri e salta:

- Saltare la corda in 3
- Tattica per la suddivisione del team in corridori e saltatori
- Tattica per lo svolgimento dei diversi compiti (correre/saltare/girare la corda), così che gli AeA si possono riposare dopo la corsa e il salto

Staffetta con ostacoli/rischio:

- Superamento ostacoli
- Passaggio del testimone in una staffetta a pendolo
- Tattica per la scelta delle giuste linee di distanza

Staffetta puzzle-biathlon:

- Centrare il canestro con le palline da tennis
- Tattica per la scelta del giusto costruttore di puzzle nel gruppo

## 6.2 Sommario del materiale

Il materiale della seguente tabella é necessario per ogni postazione di ogni disciplina. Il materiale deve essere moltiplicato a seconda delle postazioni della disciplina presenti, nel caso di più infrastrutture, ad es. per 2 postazioni di salto in lungo si ha bisogno del doppio del materiale scritto per il salto in lungo.

### 6.2.1 Materiale per le discipline base

Disciplina	Materiale
Materiale generale	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pettorali di partenza</li><li>• Fogli dei risultati</li><li>• Materiale per scrivere e documentazione a sufficienza</li><li>• Ev. set di cartelli indicatori</li><li>• Ev. megafono</li><li>• Ev. ufficio ammobiliato</li><li>• Ev. computer</li><li>• Ev. stampante</li><li>• Ev. apparecchio fotografico per documentare</li></ul>
60m-Sprint	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pistola dello starter</li><li>• 2 cronometri</li><li>• Fogli della postazione con materiale per scrivere e documenti</li><li>• Ev. metro per la misurazione dei 60m+margine d'arrivo di almeno 10m (se non c'è già una demarcazione)</li><li>• Ev. 15 cinesini (ogni 10m)</li><li>• Ev. 1 tavolo (per chi annota i risultati)</li><li>• Ev. 1 sedia (per chi annota i risultati)</li><li>• Ev. 1 ombrellone (per chi annota i risultati)</li></ul>
Salto in lungo	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 metro 10m</li><li>• 1 picchetto</li><li>• 1 rastrello per la sabbia</li><li>• Fogli della postazione con materiale per scrivere e documenti</li><li>• Ev. nastro adesivo bianco per marcare la zona di stacco</li><li>• Ev. 1 scopa</li><li>• Ev. 1 tavolo</li><li>• Ev. 1 sedia</li><li>• Ev. 1 ombrellone</li></ul>
Materiale generale	<ul style="list-style-type: none"><li>• 6 palline da 200g</li><li>• 3 picchetti, metro di almeno 60m</li><li>• Fogli della postazione con materiale per scrivere e documenti</li><li>• Ev. 12 cinesini per marcare da entrambi le parti il settore dell'impatto (a 10/15/20/30/40/50m)</li><li>• Ev. asse per marcare la linea di lancio con il punto di misurazione nel mezzo</li><li>• Ev. 1 tavolo</li><li>• Ev. 1 sedia</li><li>• Ev. 1 ombrellone</li></ul>

## 6.2.2 Materiale per le staffette

Il materiale elencato in seguito é necessario per 6 gruppi che partono parallelamente. Per giornate sportive con un numero minore di partecipanti (fino a ca. 20) sono da prevedere strutture con solo 3 partenze parallele quindi anche un minor impiego di materiale.

Disciplina	Materiale
Materiale generale per le staffette	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 - 4 metri (50m)</li> <li>• Fogli dei risultati dei gruppi</li> <li>• Ev. macchina fotografica per la documentazione</li> </ul>
Staffetta corri e salta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demarcazioni del giro</li> <li>• Demarcazioni postazioni salto cordicella</li> <li>• 7 cordicelle</li> <li>• 12 casacche di diversi colori; risp. nastri</li> <li>• 14 contatori a mano</li> <li>• 1 fischietto</li> <li>• 1 cronometro</li> <li>• Fogli delle postazioni con materiale per scrivere e documenti</li> <li>• Ev. 1 tavolo (per la persona che scrive)</li> <li>• Ev. 1 sedia (per la persona che scrive)</li> <li>• Ev. 1 ombrellone (per la persona che scrive)</li> </ul>
Staffetta con ostacoli/rischio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ostacoli (ad es. 4 panchine 6 cassoni o 12 ostacoli leggeri o 12 cassette o ...)</li> <li>• Demarcazioni per la partenza e l'arrivo (ad es. 7/14/21 bastoncini o 7/14/21 paletti; risp. cinesini; o ...)</li> <li>• Demarcazioni delle corsie (ad es. Segatura o nastro divisorio con picchetti o 35 paletti, risp. cinesini)</li> <li>• 6 testimoni</li> <li>• 1 fischietto</li> <li>• 1 cronometro</li> <li>• Fogli delle postazioni con materiale per scrivere e documenti</li> <li>• Ev. 5 cinesini (1/2/3/4/5) per marcare le linee di distanza</li> <li>• Ev. 1 tavolo</li> <li>• Ev. 1 sedia</li> <li>• Ev. 1 ombrellone</li> </ul>
Staffetta puzzle-biathlon	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demarcazioni per la partenza e l'arrivo</li> <li>• Demarcazioni delle corsie</li> <li>• 6 canestri</li> <li>• 30 palline da tennis</li> <li>• 7 puzzle resistenti all'acqua</li> <li>• 1 fischietto</li> <li>• 6 cronometri</li> <li>• 6 testimoni</li> <li>• Fogli delle postazioni con materiale per scrivere e documenti</li> <li>• Ev. 6 tavoli per appoggiare i puzzle</li> <li>• Ev. 6 contenitori per i pezzi di puzzle e 6 per depositare le palline</li> <li>• Ev. 1 tavolo</li> <li>• Ev. 1 sedia</li> <li>• Ev. 1 ombrellone</li> </ul>

### 6.2.3 Cassa del materiale per la giornata sportiva

La giornata sportiva dovrebbe generalmente aver luogo in una scuola o in una infrastruttura sportiva dove il materiale è a disposizione. Il materiale speciale, che è necessario per lo svolgimento delle staffette a squadre, può essere comandato come cassa del materiale esclusivamente per la giornata sportiva di atletica leggera con staffette a squadre tramite la registrazione a UBS Kids Cup. La cassa del materiale verrà recapitata in tempo per la giornata sportiva ed è da ritornare il giorno dopo la giornata dall'organizzatore. Oggetti persi e difettosi devono essere indicati e dovranno essere pagati.

La cassa del materiale per la giornata sportiva di atletica leggera con le staffette a squadre comprende il seguente materiale:

Contenuto della cassa del materiale per la giornata sportiva di atletica leggera con le staffette a squadre
<ul style="list-style-type: none"><li>• 14 contatori a mano</li><li>• 7 puzzle resistenti all'acqua</li></ul>

### 6.2.4 Recapito del materiale per l'UBS Kids Cup

Inoltre l'organizzatore di una giornata sportiva di atletica leggera riceve, a seconda della sua registrazione sul sito web ([www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch)) il seguente materiale 2 settimane prima della giornata. Questi non devono essere ritornati, ma possono essere tenuti dalla scuola:

Materiale UBS Kids Cup
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pettorali di partenza</li><li>• Fogli dei risultati</li><li>• 1 rotolo di nastro divisorio UBS Kids Cup (250m)</li><li>• Ombrelloni</li><li>• Sedie</li><li>• Tavoli pieghevoli</li><li>• Tenda pieghevole</li><li>• Parete laterale</li></ul>



## 6.3 Aiutanti

### 6.3.1 Bisogno di aiutanti per le discipline base

In previsione della giornata sportiva viene definito un docente responsabile per ogni disciplina. Quest'ultimo, assieme agli aiutanti assegnati, ha la responsabilità di eseguire per tempo i compiti necessari al funzionamento della postazione, di gestirla e di riordinare alla fine con l'aiuto degli AeA. Per la staffetta sono previsti 6 aiutanti per tutte le 3 staffette, che possono essere impegnati a gruppi di due per la disposizione di ogni staffetta.

Disciplina	Aiutante e compiti
60m-Sprint	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ordinatore di partenza (dà anche il via non appena i cronometristi sono pronti, si assicura che i prossimi due partenti siano pronti)</li><li>• Cronometrista sulla linea del traguardo</li><li>• Persona che scrive i risultati</li></ul>
Salto in lungo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Persona che scrive i risultati (riporta i risultati sui fogli dei risultati, chiama i prossimi scolari)</li><li>• Misuratore 1 (controllo del punto di stacco e posizionamento del punto 0)</li><li>• Misuratore 2 (controllo punto di atterraggio e misurazione della lunghezza)</li><li>• Responsabile della buca di sabbia (rastrellare)</li></ul>
Lancio della pallina	<ul style="list-style-type: none"><li>• Persona che scrive i risultati (riporta i risultati sui fogli dei risultati, chiama i prossimi scolari)</li><li>• Misuratore 1 (controlla pedana e misura la lunghezza)</li><li>• Misuratore 2 (marca la lunghezza del luogo dell'impatto, misura il lancio migliore)</li><li>• 1-2 AeA per la raccolta delle palline</li></ul>

### 6.3.2 Bisogno di aiutanti per le staffette a squadre

In previsione della giornata sportiva viene assegnato un docente responsabile ad ogni staffetta. Quest'ultimo, assieme agli aiutanti assegnati, ha la responsabilità di eseguire per tempo i compiti necessari al funzionamento della postazione, di gestirla e di riordinare alla fine con l'aiuto degli AeA. Per il posizionamento delle strutture delle staffette possono esser messi a disposizione per ogni staffetta 2 (1) dei 6 (3) aiutanti.

Disciplina	Aiutanti e compiti
Staffetta corri e salta	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 responsabile (informa gli AeA sullo svolgimento, dà il segnale di inizio e fine e scrive i risultati sul foglio dei risultati del gruppo)</li><li>• 3 - 6 persone che contano (contano i giri e i salti di ogni gruppo per ogni stazione tramite due contatori a mano)</li></ul>
Staffetta con ostacoli/rischi	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 responsabile (informa gli AeA sullo svolgimento, dà il segnale di inizio e fine e scrive i risultati sul foglio dei risultati del gruppo)</li><li>• 3 - 6 aiutanti (comunicano dopo ogni tentativo i punti raccolti alla persona che scrive i risultati, quindi se gli AeA hanno raggiunto il traguardo prima del segnale e quale linea di distanza hanno toccato)</li></ul>
Staffetta puzzle-biathlon	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 responsabile (informa gli AeA sullo svolgimento, dà il segnale di inizio e fine e scrive i risultati sul foglio dei risultati del gruppo)</li><li>• 3 - 6 controllori (un controllore per ogni stazione, sorvegliano che il pezzo viene preso solo se centrato il canestro, danno indietro le palline, fermano il tempo quando il puzzle é finito, disfano il puzzle e lo riportano al suo posto e preparano le palline)</li></ul>

### 6.3.3 Aiutanti in altri campi organizzativi

Campi Organizzativi	Compiti
Dirigente/Info	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1-2 aiutanti</li> <li>• Al punto informativo, i bambini possono prendere il loro numero di partenza personale e il loro foglio di punteggio personale. L'Infopoint è anche il punto di contatto centrale per domande e informazioni generali sui bambini.</li> </ul>
Speaker	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 speaker</li> <li>• Lo speaker ha la funzione di dare il benvenuto a tutti gli AeA alla giornata sportiva e di lanciare la stessa. Informa sui luoghi delle postazioni e presenta i vari responsabili della postazione.</li> </ul>
Valutazione	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2-4 aiutanti</li> <li>• Per la valutazione dei risultati si devono prevedere 2 aiutanti dopo la fase a postazioni. Due assistenti possono aiutare a leggere i risultati per facilitare l'iscrizione dai fogli delle postazioni. La valutazione, rispettivamente le premiazioni possono avvenire anche, senza problemi, dopo la giornata sportiva.</li> </ul>
Soccorso/sanità	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 aiutanti</li> <li>• Si deve avere sul posto, dall'inizio della giornata sportiva, un responsabile della sanità/soccorso. Il luogo della postazione samaritani viene comunicato a tutti gli AeA dallo speaker durante il saluto di benvenuto. Questa persona responsabile può anche trattarsi di una persona formata.</li> </ul>
Approvvigionamento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 aiutanti</li> <li>• Durante la giornata qualcuno si deve occupare che tutti i partecipanti si sentano bene. Oltre all'approvvigionamento degli AeA è da controllare anche che gli aiutanti nelle postazioni ricevano abbastanza cibo e bevande, in quanto questa funzione può diventare impegnativa. Se viene fatta una pausa di mezzogiorno, si consiglia di considerare le linee guida sull'alimentazione dei servizi scolastici sulla salute</li> </ul>

Un esempio di come possa risultare un piano degli aiutanti, si trova sotto il sito [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch) nella rubrica download.

### 6.3.5 Sommario generale degli aiutanti

Nel seguente sommario sono descritti gli aiutanti necessari per lo svolgimento della giornata sportiva di atletica leggera con staffette a squadre. A seconda della grandezza della giornata e del numero delle infrastrutture tecniche a disposizione si necessita di un numero diverso di aiutanti. Per una buona organizzazione è consigliato avere un numero di aiutanti pari all'ordine descritto come ottimale. Per altri diversi piccoli lavori si possono prendere senza problemi degli AeA che si stanno riposando o che non possono partecipare.

Campi organizzativi	Infrastruttura/postazione semplice (120 AeA)		Infrastruttura/postazione doppia (240 AeA)	
	minimo	ottimale	minimo	ottimale
60m-Sprint	2	3	4	6
Salto in lungo	2	3	4	6
Lancio della pallina	2	3	4	6
Staffetta puzzle-biathlon	1	1	1	2
Staffetta corri e salta	1	1	1	2
Staffetta con ostacolo/ rischio	1	1	1	2
Dirigente/informazioni	1	2	1	2
Speaker	0	1	0	1
Valutazione	2	4	2	4
Sanità/soccorso	0	1	0	1
Approvvigionamento	0	1	0	2
Somma	13-15	20-24	22-24	36-40

Per una struttura tripla o quadrupla è da ricalcolare il numero di aiutanti per le 3 discipline base.

## 7. Svolgimento

### 7.1 Gruppi

#### 7.1.1 Formazione dei gruppi

Per fare in modo di bilanciare i gruppi e rispettare la competizione, si dovrebbero mischiare i ragazzi e le ragazze, così che almeno 2 elementi di ogni sesso siano presenti nel gruppo.

Altrimenti per il resto la suddivisione dei gruppi è a libera scelta. Si possono creare gruppi della stessa classe, o di anni misti o con altre varianti.

Nelle giornate organizzate finora si sono fatte buone esperienze con gruppi di anni scolastici mescolati. Come esempio si possono prendere 2 allievi per ogni anno e formare un gruppo di 6. Questo modo di fare i gruppi incentiva la conoscenza e va oltre i confini della classe.

Per una suddivisione dei team senza mescolare le età o per la suddivisione a seconda delle classi c'è la possibilità di lanciare una competizione gli uni contro gli altri, nella quale i più giovani cercano di battere i ragazzi più grandi.

#### 7.1.2 Programma dei gruppi

Gli AeA assolvono l'intero programma autonomamente con le tre discipline dell'atletica leggera e le tre staffette a seconda della loro tabella oraria nei loro gruppi e organizzano anche la loro strategia per le staffette. Il gruppo decide tra le sue fila un capo gruppo, che si prende la responsabilità di presentarsi con il proprio gruppo completo per tempo alla postazione. Il capo gruppo è anche responsabile di dare i fogli dei risultati di tutti i componenti del gruppo alla persona che annota i risultati della disciplina in questione. Dopo aver assolto la disciplina riprenderà i fogli dei risultati completati.

### 7.2 Valutazione e software di valutazione

La raccolta dei risultati sul posto avviene tramite i singoli fogli dei risultati. Su questi vengono marcati tutti i risultati di tutte le discipline della UBS Kids Cup e vengono infine iscritti nel file MS Excel delle valutazioni. Questo software si trova gratuitamente (dopo l'iscrizione avvenuta della manifestazione) sul sito [www.ubs-kidscup.ch](http://www.ubs-kidscup.ch) sotto la rubrica download. Con il file MS-Excel oltre alla classifica dei gruppi o classi si possono leggere anche le classifiche della UBS Kids Cup (il risultato delle 3 gare) separatamente per ragazzi e ragazze e per l'anno di età.

Come preparazione sui fogli singoli dei risultati vanno iscritti i nomi degli AeA e il numero del pettorale da essi ricevuto. Dopo questo procedimento, nel file della valutazione si vedono già tutti i nomi degli AeA e quindi la susseguente immissione dei risultati per la valutazione avviene più velocemente. Questo è comodo soprattutto per chi vuole fare la premiazione direttamente sul posto dopo la giornata.

Il software è collegato ad una scala di note indicativa, con le note che dipendono dall'anno di età in relazione alla prestazione. Si tratta di un esempio di Swiss Athletics e della commissione per l'atletica leggera della Federazione Svizzera di Ginnastica (FSG), sviluppato sulle basi di una tabella di note di 10 punti della FSG e grazie all'esperienza di esperti maestri di educazione fisica, che hanno voluto mettere le basi per una giusta correlazione tra prestazione e note.

## 8. Contatto

### 8.1 Weltklasse Zürich

Weltklasse Zürich  
UBS Kids Cup  
Baslerstrasse 30  
8048 Zürich  
Tel. 044 495 80 84  
[info@ubs-kidscup.ch](mailto:info@ubs-kidscup.ch)