

JOC	FLING-IT	Codi	BDR-CJ010
------------	-----------------	-------------	-----------

Número de participants
De 2 a 20 participants
Edat recomanada
A partir de 8 anys
Espai i requisits tècnics
<ul style="list-style-type: none"> • Espai interior o exterior molt ampli
Material
<ul style="list-style-type: none"> • 2 xarxes quadrades, de nylon, de 8 manetes (super Fling it) • 4 xarxes quadrades, de nylon, de 4 manetes (Fling it) • 10 pilotes de goma • Instruccions del joc

Fotografia / Esquema


Objectiu del joc
Un dels objectius principals d'aquest joc és treballar la cooperació i la cohesió de grup.

Funcionament / Regles

Abans de res...

- Hem de tenir molta cura de no llançar materials pesants ja que fàcilment poden ocórrer accidents.
- Tots els jocs que a continuació s'expliquen estan basats en la xarxa de 4 manetes. El fet d'utilitzar la Super Fling-it només suposa augmentar el nombre de jugadors per xarxa.

Per començar...

Amb dos jugadors: cadascun agafarà dues manetes

Amb tres jugadors: un n'agafa dos i els altres només una ja sigui amb les dues mans o amb tan sols una.

Amb quatre jugadors: cadascun una maneta (amb una o dues mans)

Recomanació- quan són dos jugadors s'ha de començar agafant la xarxa i tenint les mans aixecades a l'alçada de les espatlles. Les mans han d'estar separades l'una de l'altre només uns 5 cms. Quan es posen d'acord baixen els braços fins als malucs i ràpidament aixequen i estiren els braços (separant-los i buscant una bona amplitud) altre cop fins a les espatlles.

Quan hi posem la pilota ens assegurarem de dipositar-la més o menys al mig per tal d'aixecar-la correctament.

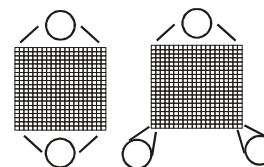
A l'hora de recollir la pilota els jugadors s'han de moure ràpidament al lloc on la bola caurà tenint cura de tenir la xarxa més o menys oberta. Si es vol tornar a enlairar cal sempre poder estirar cap en fora i aixecar (la tendència natural és només d'aixecar).

PROPOSTES DE JOCS

LLANÇAR (2, 3, 4 jugadors per cada xarxa i pilota)

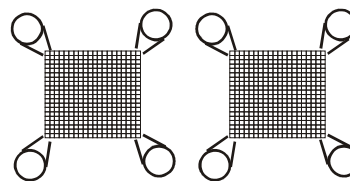
Els jugadors cooperen plegats per enlairar la pilota i recollir-la quan cau. Tots els jugadors s'han de moure amb la xarxa.

Sugeriment: per començar i treballar l'aspecte cooperatiu és bo començar primer sense la pilota.



CREUAR (de 4 a 8 jugadors; 2 xarxes i una pilota)

L'equip A llança la bola a l'equip B i quan aquest la recull, la torna a passar a l'equip A.



DOBLE CREUAMENT (de 4 a 8 jugadors; almenys 2 xarxes i una pilota)

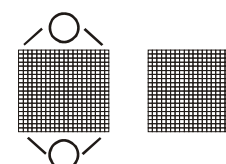
Els dos equips amb xarxa i pilota cadascun han de llançar al mateix temps la seva pilota i recollir la de l'altre. Quan ja se'n sap es pot augmentar el nombre d'equips (i per tant, de xarxes i pilotes), i tots a la vegada.

LLANÇAR AMB DINSTÀNCIA (de 2 a 4 jugadors per xarxa; 1 xarxa, 1 bola i quelcom per posar senyals al terra)

Els jugadors han d'intentar llançar la bola a la distància més gran possible. Es posa una marca o senyal allà on la bola hagi aterrat.

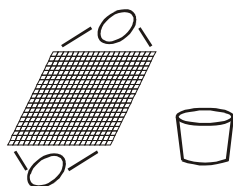
CANVIAR (2 jugadors per xarxa; 2 xarxes i una pilota)

Es prepara una altra xarxa estesa al costat. Es llança la pilota amb una xarxa a suficient alçada com per deixar aquesta xarxa i anar a buscar l'altra per recollir la pilota abans que aquesta toqui al terra.

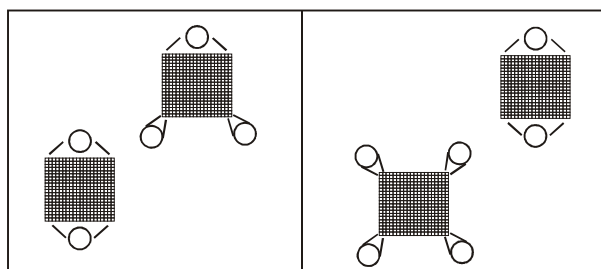


BASKET (de 2 a 4 jugadors per xarxa; 1 xarxa, una bola i un recipient o una altra xarxa)

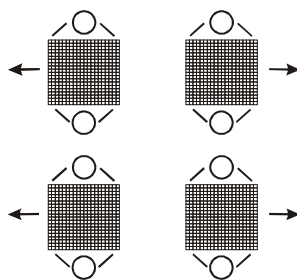
Puntuar a partir de l'intent d'introduir la pilota a la cistella o xarxa col·locada a una certa distància. Puntuació suggerida: 3 punts per ficar-la; dos punt si només la toquem; 1 punt si la deixem a 2 pams de la cistella.


VOLEI FLING (2 equips de 4 a 8 jugadors cadascun; xarxa de volei o cordill enlairat, de 4 a 6 fling-it's -2 o 3 per cada equip- i una pilota de volei)

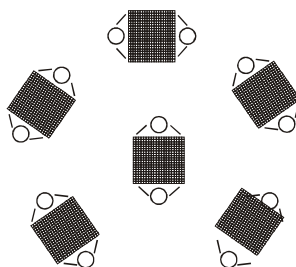
Llançar la bola a l'altre camp per damunt de la xarxa o cordill mentre l'altre equip intenta recollir-la i tornar-la. Es compta com en un partit de volei.


ALLUNYAMENT x PARELLA (mínim 4 jugadors podent formar tants equips parells com puguem; dues xarxes i una pilota)

Els jugadors aniran passant-se la pilota des d'una certa distància. Quan el passi a aquella distància ha estat ben passat i recollit per un i altre equip. Els equips faran dues passes per allunyar-se més i ho tornaran a intentar. Pot ser un bon procediment, muntar els equips per files separant-se inicialment uns 3 metres. Hi pot haver algú, també, per assenyalar els canvis de distància.


ALERTA!(de 10 a 20 jugadors; 1 xarxa per cada dos jugadors i només 1 pilota)

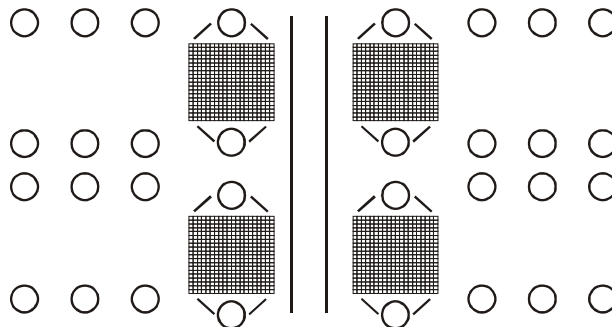
Totes les parelles es numeren i fan un cercle més o menys ample i es deixa al mig del cercle una altra parella amb la pilota. Aquesta parella quan cridi "FLING-it" afegirà un nombre. La parella amb aquell nombre correrà cap al mig a recollir la pilota i així successivament comptant els errors de les parelles (els errors poden ser de llançament – si la pilota quan cau a terra va a parar fora del cercle format per les parelles - o de recollida – quan la parella cridada no caça la pilota al vol)



RELLEU de CREUAMENTS de FLING-IT's (molts equips; 4 xarxes, 2 pilotes i material per deixar senyals al terra)

Cada equip forma parelles i es subdivideixen, a cada costat de dues línies separades a una certa distància, formant files i mirant-se els uns als altres. La primera parella d'un costat llança la pilota a l'altre costat. Un cop llançada, la parella que ha fet el tir, dona la xarxa a la parella del seu darrera i se'n va cap a la cua. Els de l'altre costat, que han recollit la bola, llancen i fan el mateix. El primer equip que completa correctament un cicle és el guanyador.

Els recollidors l'han d'agafar a l'aire. Quan la pilota cau només ells mateixos poden anar a buscar-la sense deixar anar la xarxa i tornar a llançar des de la línia.



Informació dinamització

Valor pedagògic

La cohesió i la cooperació del grup és molt important per aquest joc. El treball en equip.

Observacions i recomanacions per a la dinamització

Informació complementària