



**FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA**



# **CRICKET DEVELOPMENT PROGRAMME LEVEL 1**

**[cricketitalia.org](http://cricketitalia.org)**



**cricketitalia.org**

DISCLAIMER

The CDP resources are to give teachers, volunteers and parents guidance on how they could deliver cricket sessions and aid a child's development. They provide expert skills and drills to work on along with objectives to follow the national curriculum . While we try our hardest to make the resources accurate and up to date, please make your own judgement on the location and delivery of the CDP sessions. We accept no liability to you or any third party in respect of your use of the resources.








Copyright © 2024  
Charlie Hartley - Cricket Development Programme  
All rights reserved

Published by  
Cricket Development Programme  
B49 5LQ

cricketitalia.org

## Obiettivi di base del bowling

NB: L'insegnante/allenatore può decidere su quale abilità concentrarsi durante ciascuno dei giochi o chiedi agli studenti su cosa vogliono concentrarsi

-  Grip- Cucitura
-  Presa - Rotazione delle gambe
-  Grip-Off Spin
-  Braccio anteriore + Follow through
-  Decolla e corri
-  Decisionale
-  Abilità comunicative

# GIOCHI DI BOWLING



## GIOCHI PER MIGLIORARE LE ABILITÀ

LPS ceppo colpito



Linea LPS



Lunghezza LPS



MPW- Ceppo colpito



MPW - Precisione della linea



MPW - Precisione della lunghezza



Tiro al bersaglio



Abbattili - Bowling



Cricket continuo





FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA

## ULTIMA PERSONA IN PIEDI CEPPO COLPITO

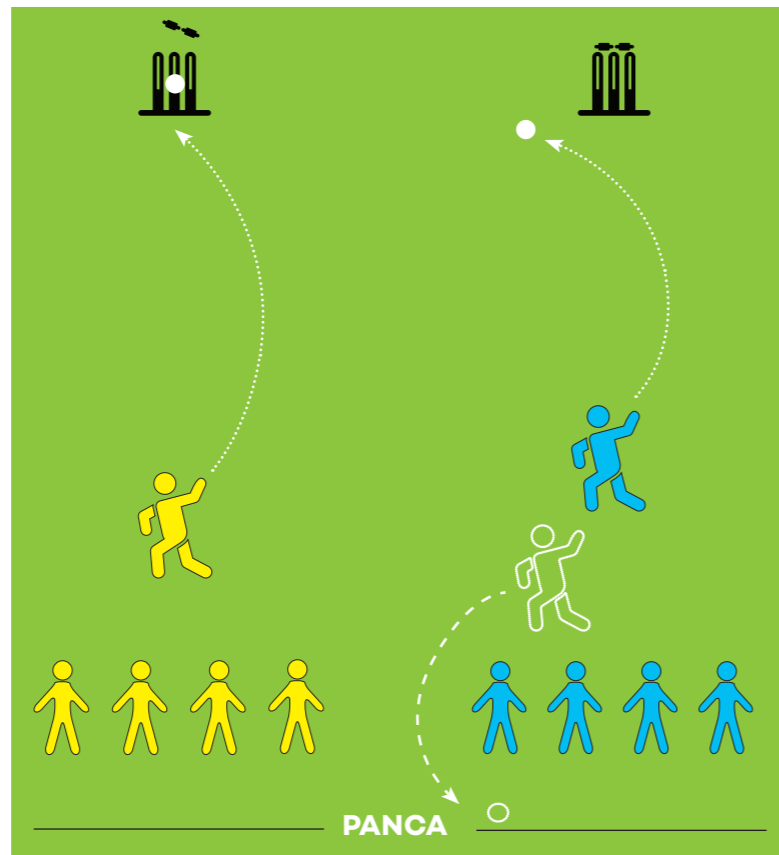
### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket. Se un giocatore colpisce e l'altro no, il giocatore che colpisce può rimanere in piedi. Quello che non si è seduto. Se entrambi mancano o colpiscono, rimangono nella loro squadra. Una volta che la squadra non ha giocatori in piedi, l'altra squadra vince.

### Obiettivi:

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con una concentrazione sulla precisione.
- Utilizzate i riferimenti dei esercizi per il studenti su cui concentrarsi per migliorare.



## ULTIMA PERSONA IN PIEDI PRECISIONE DELLA LINEA

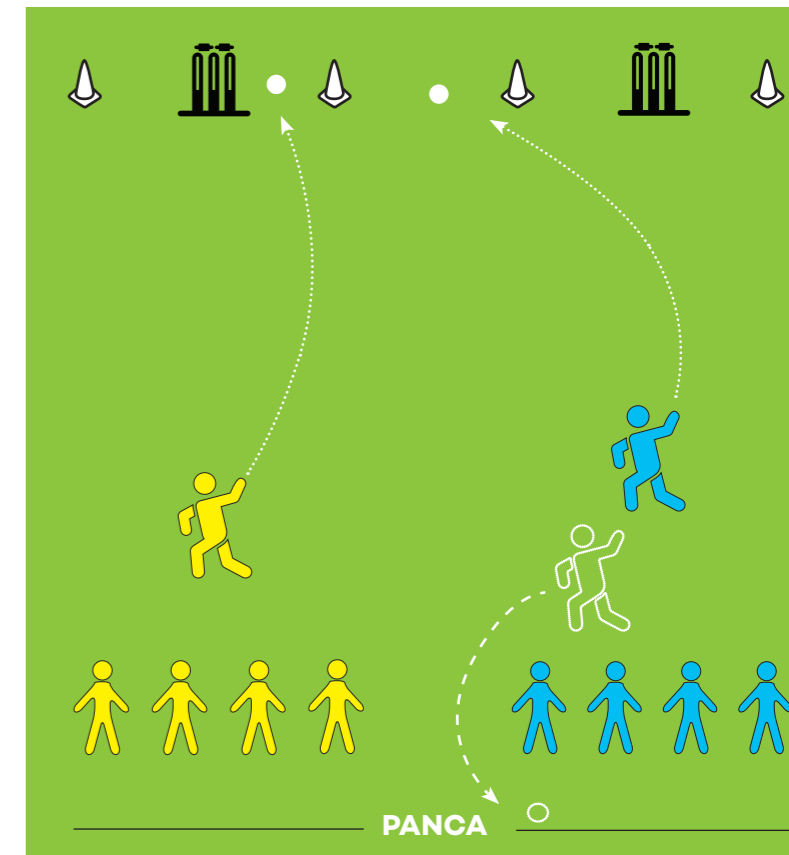
### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket con due coni alla stessa distanza su entrambi i lati dei ceppi. Se un giocatore lancia tra i coni e l'altro no, il giocatore che lancia tra i coni può rimanere in piedi. Quello che non si è seduto. Se entrambi mancano o colpiscono, rimangono nella loro squadra. Una volta che la squadra non ha giocatori in piedi, l'altra squadra vince.

### Obiettivi:

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con particolare attenzione alla linea della palla quando viene rilasciata.
- Usa i riferimenti degli esercizi su cui gli studenti possono concentrarsi per migliorare.
- Coordinazione occhio-mano





FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA

### ULTIMA PERSONA IN PIEDI PRECISIONE DELLA LUNGHEZZA

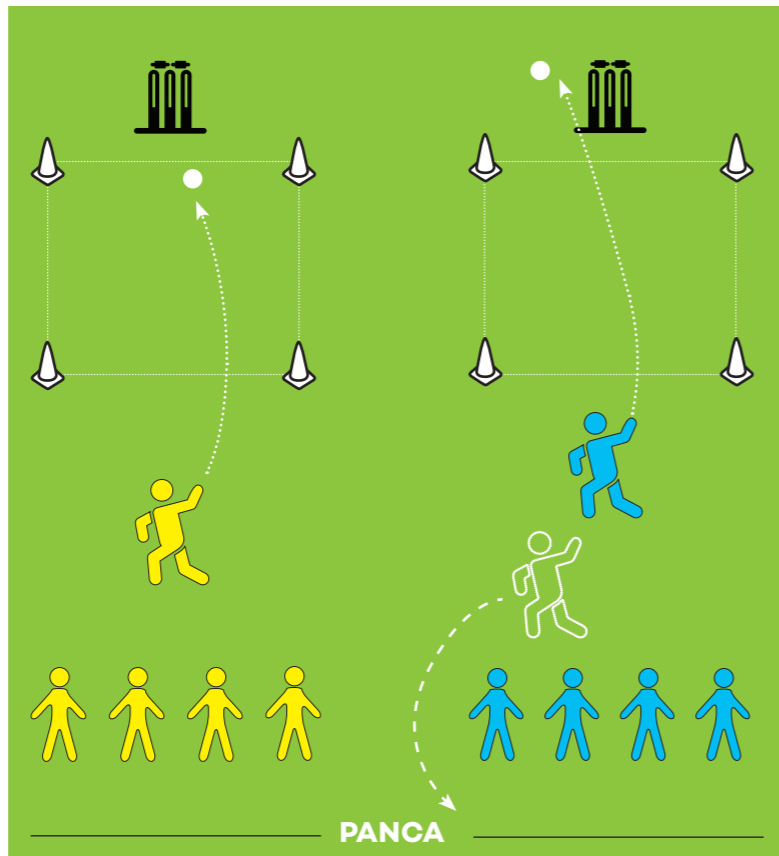
**Descrizione:**

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket con 4 coni creando una scatola su una "buona lunghezza". Se un giocatore lancia nell'area e l'altro giocatore no, il giocatore che lo ottiene nella zona può rimanere in piedi. Quello che non si è seduto. Se entrambi mancano o colpiscono, rimangono nella loro squadra. Una volta che la squadra non ha giocatori in piedi, l'altra squadra vince.

**Obiettivi:**

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con un focus sulla lunghezza della palla che sono il bowling.
- Utilizzate i riferimenti dei esercizi per il studenti su cui concentrarsi per migliorare.



### VINCE IL MAGGIOR NUMERO DI PUNTI CEPPO COLPITO

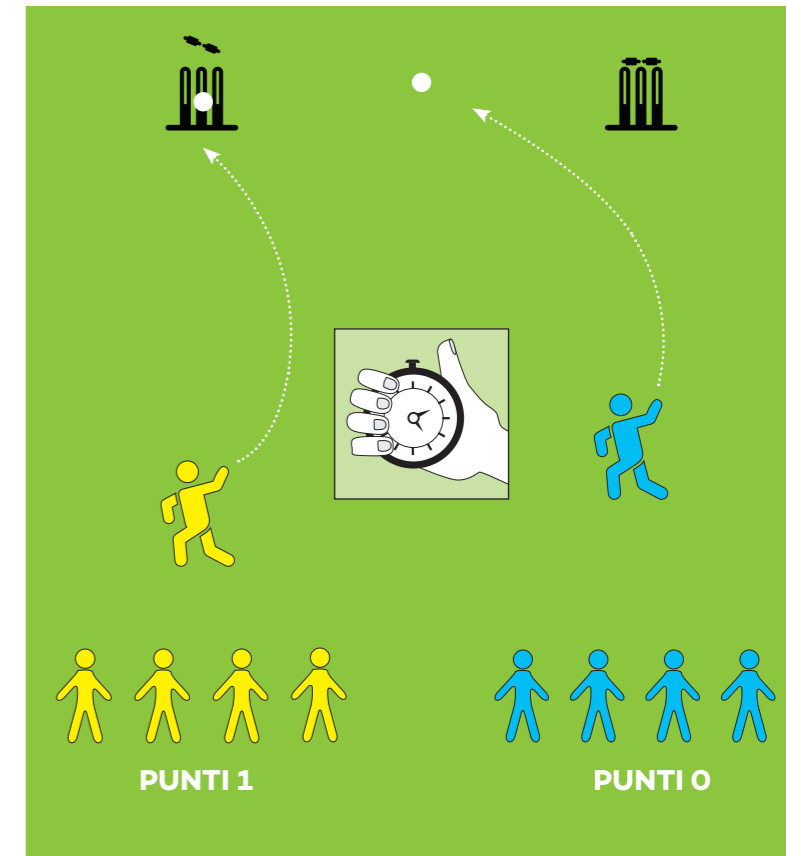
**Descrizione:**

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket, se colpiscono i ceppi ottengono 1 punto alla loro squadra. La squadra con il maggior numero di punti alla fine del tempo vince la partita.

**Obiettivi:**

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con una concentrazione sulla precisione.
- Utilizzate i riferimenti dei esercizi per il studenti su cui concentrarsi per migliorare.



## VINCE IL MAGGIOR NUMERO DI PUNTI PRECISIONE DELLA LINEA

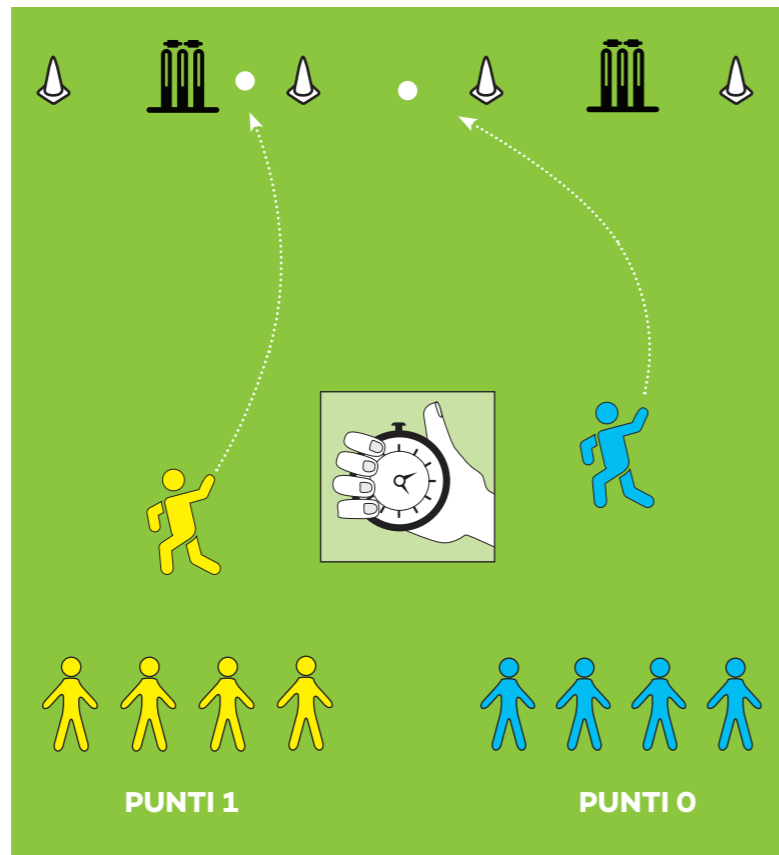
### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket con 4 coni creando una scatola su una "buona lunghezza". Se un giocatore lancia nell'area, quel giocatore ottiene 1 punto per la sua squadra. La squadra con il maggior numero di punti alla fine del tempo vince la partita.

### Obiettivi:

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con una concentrazione sulla linea della palla quando viene rilasciata.
- Usa i riferimenti degli esercizi su cui gli studenti possono concentrarsi per migliorare.



## VINCE IL MAGGIOR NUMERO DI PUNTI PRECISIONE DELLA LUNGHEZZA

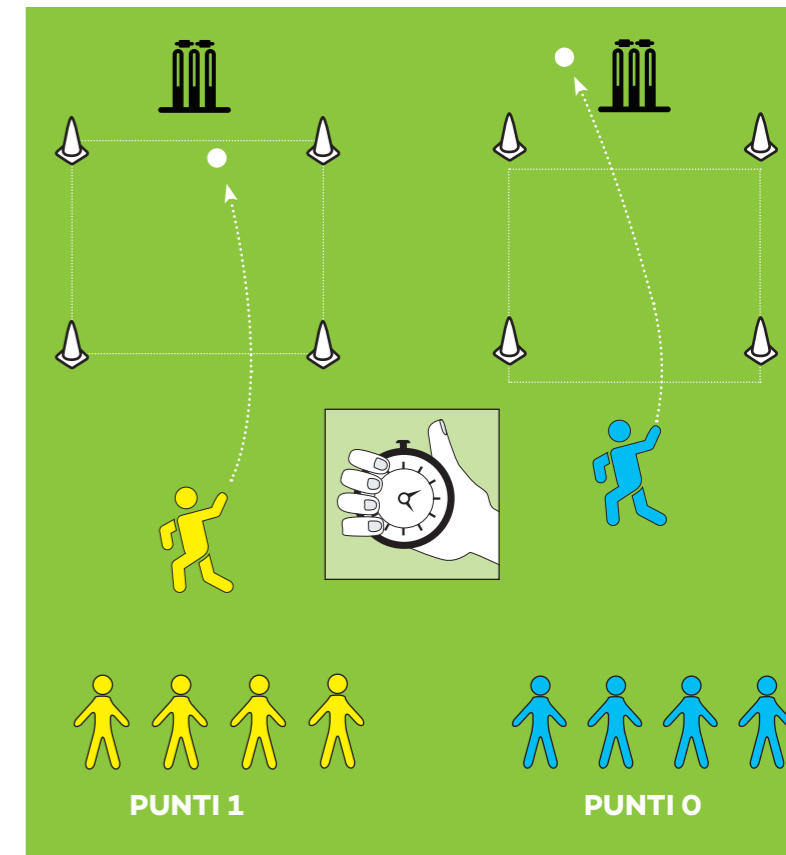
### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre. 1 giocatore di ogni squadra lancerà ai wicket con 4 coni creando una scatola su una "buona lunghezza". Se un giocatore lancia nell'area, quel giocatore ottiene 1 punto per la sua squadra. La squadra con il maggior numero di punti alla fine del tempo vince la partita.

### Obiettivi:

- Un ottimo esercizio per il bowling di volume con particolare attenzione alla lunghezza della palla che stanno lanciando.
- Usa i riferimenti degli esercizi su cui gli studenti possono concentrarsi per migliorare.



## TIRO AL BERSAGLIO

### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre e fai in modo che ogni giocatore affronti qualcun altro dell'altra squadra. Posiziona un cono/oggetto al centro di entrambi i giocatori (mantenendo una distanza di sicurezza tra i giocatori).

Entrambi i giocatori, a turno, lanciano verso il loro partner e cercano di colpire il cono. Ogni giocatore che colpisce un cono ottiene un punto per la propria squadra.

Rendilo più facile ingrandendo il cono/oggetto.

### Obiettivi:

- Per far sì che gli studenti si concentrino davvero su un bersaglio specifico quando giocano a bowling per migliorare la precisione.



## ABBATTILI - BOWLING

### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre di colori diversi e fai in modo che ogni giocatore affronti qualcun altro dell'altra squadra. Posiziona due coni di colore diverso al centro di entrambi i giocatori (mantieni una distanza di sicurezza tra i giocatori). Entrambi i giocatori, a turno, cercano di colpire il cono che rappresenta il colore della loro squadra e se uno dei giocatori lo fa, lo portano via. La squadra vince una volta che tutti i coni vengono portati via. Rendilo più facile ingrandendo il cono/oggetto.

### Obiettivi:

- Per far sì che gli studenti si concentrino davvero su un bersaglio specifico quando giocano a bowling per migliorare la precisione.
- Usa i riferimenti degli esercizi su cui gli studenti possono concentrarsi per migliorare.





## CRICKET CONTINUO

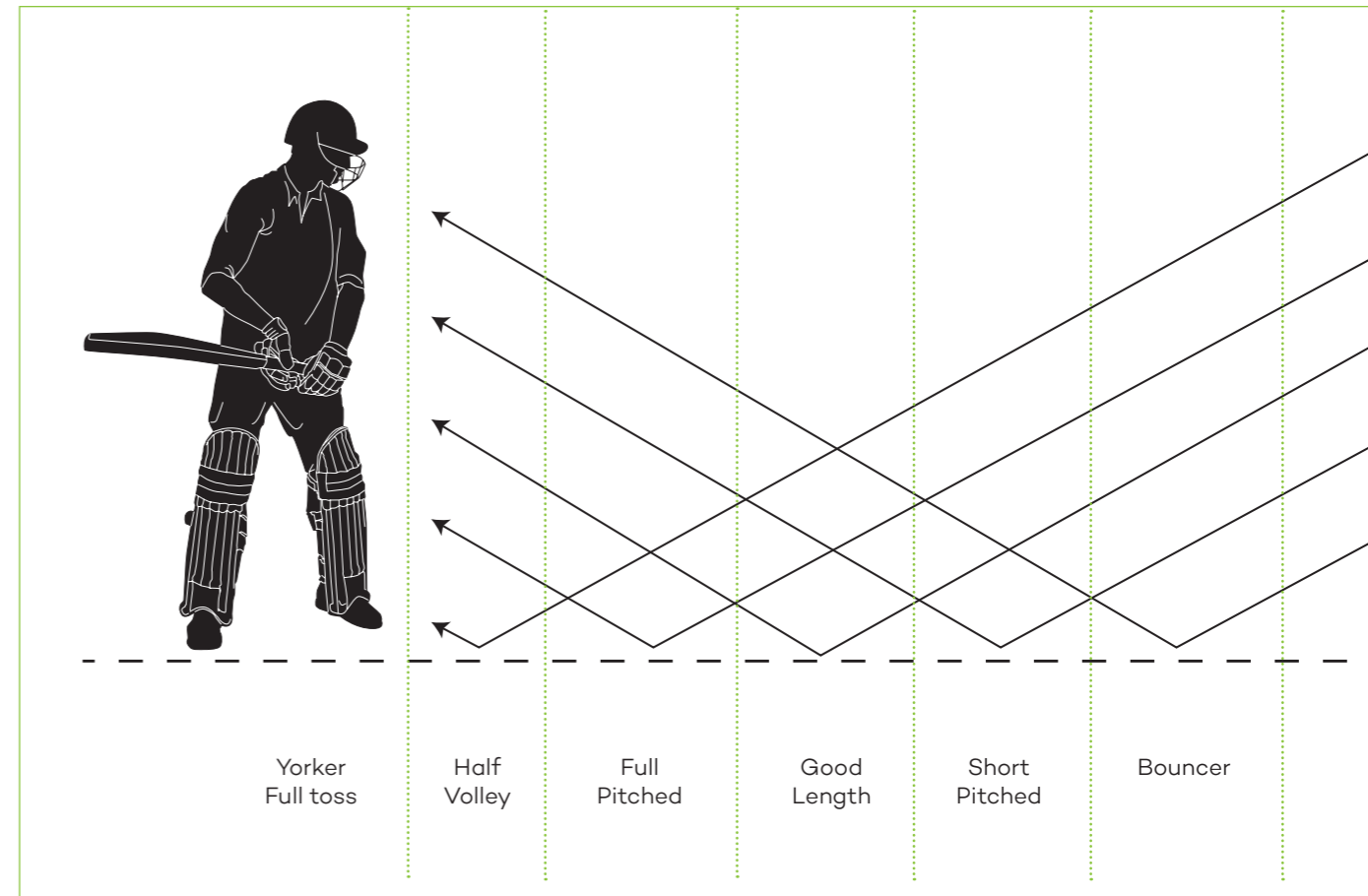
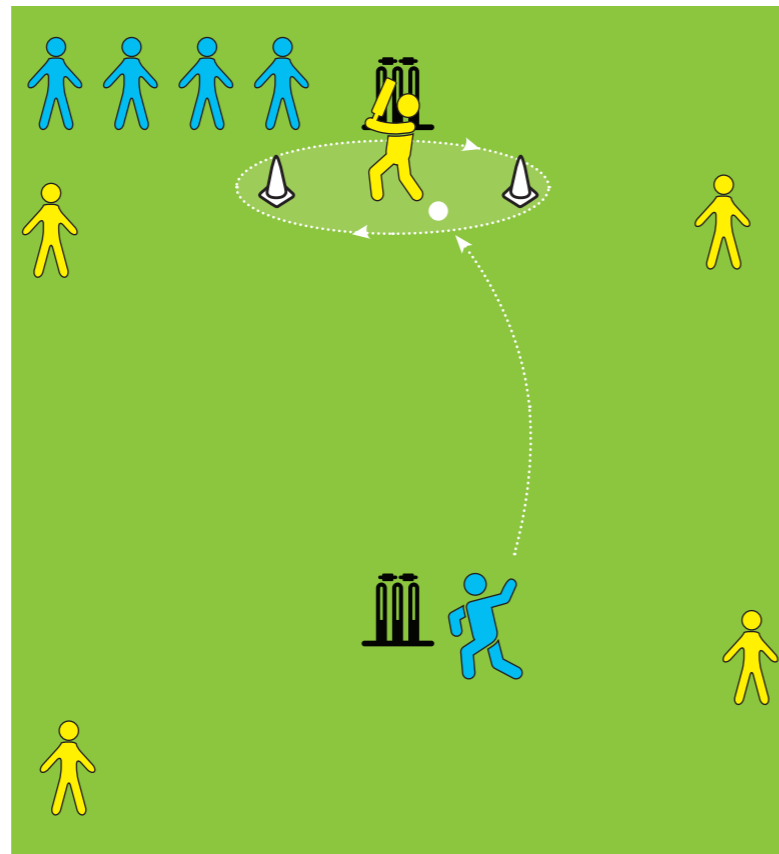
### Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Dividi in due squadre per giocare una partita di cricket. Ogni giocatore, a turno, lancia un over (6 palle) al battitore. Il lanciatore può lanciare di nuovo quando la palla viene messa in campo e restituita alle sue mani. Quando il battitore colpisce la palla, può correre il maggior numero di volte intorno ai coni per guadagnare punti, ma se prova a correre troppi può essere eliminato perché non è tornato ad affrontare la palla successiva. (Se gli studenti non giocano a bowling in modo abbastanza accurato, permetti loro di esercitarsi nell'esercizio della posizione del polso, rilasciando da vicino all'orecchio.)

### Obiettivi:

- DIVERTIMENTO
- Consente all'allenatore di concentrarsi su qualsiasi aspetto del gioco che deve essere migliorato







FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA

---

[cricketitalia.org](http://cricketitalia.org)