



**FEDERAZIONE
CRICKET ITALIANA**

CRICKET DEVELOPMENT PROGRAMME LEVEL 1

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

Un moncone 10 lanci

Sfida i giocatori a fare 10 lanci a un ceppo o a un oggetto da diverse distanze e registra quante squadre hanno colpito. Vedi se riescono a ripeterlo più tardi con altri successi qualche settimana dopo

Appello e celebrazione più fantasioso

Un appello è un modo per chiedere all'arbitro se è fuori o meno gridando "Howzat". Sfida i tuoi giocatori a realizzare i video più creativi.

Si aggrappa a un muro senza cadere

Sfida i tuoi giocatori a vedere quante prese continue riescono a fare contro un muro prima di far cadere la palla. Questa è una grande sfida per testare la concentrazione e aiutare a migliorare la coordinazione occhio-mano.

Maggior numero di catture in un minuto

Sfida i tuoi giocatori a vedere quante prese riescono a fare con un amico o contro un muro in un minuto.

Inizio della sfida / Colpisci un oggetto

Sfida i tuoi giocatori a cercare di colpire un piccolo bersaglio che si trova vicino ai ceppi. Prepara un'area in cui i giocatori possono lanciare e posiziona un oggetto da colpire. Più piccolo è l'oggetto, meglio è.

Trapano per linea di bowling

Chiedi ai giocatori di esercitarsi con l'esercizio di linea su (pagina 134)

RISCALDAMENTO



**FEDERAZIONE
CRICKET ITALIANA**

Montagne e Valli

Hockey a mano

Tocco conico con richiami

Coppie di chiamate per prendere la palla

O e X

Tag Endzone

Tennis a mano

Cattura del bruco

MONTAGNE E VALLI

Descrizione:

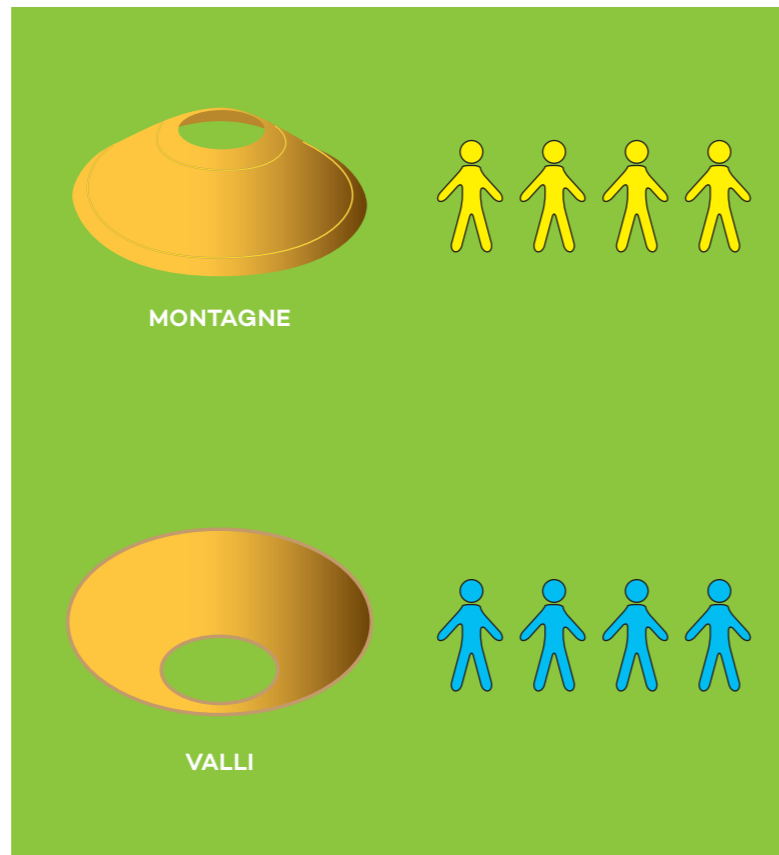
Giocatori: 2 squadre 4+

Spargi i coni sul pavimento con i coni uniformi corretti e scorretti verso l'alto: una squadra è costituita da montagne (coni verso l'alto), l'altra sono valli (coni capovolti).

Ogni squadra deve cercare di trasformare tutti i coni nel proprio tipo e dopo un determinato tempo vince la squadra con il maggior numero di coni nella posizione corretta per la propria squadra.

Obiettivi:

- Migliora il processo decisionale.
- La competizione reciproca simula situazioni di pressione.



HOCKEY SU GOMMA

Descrizione:

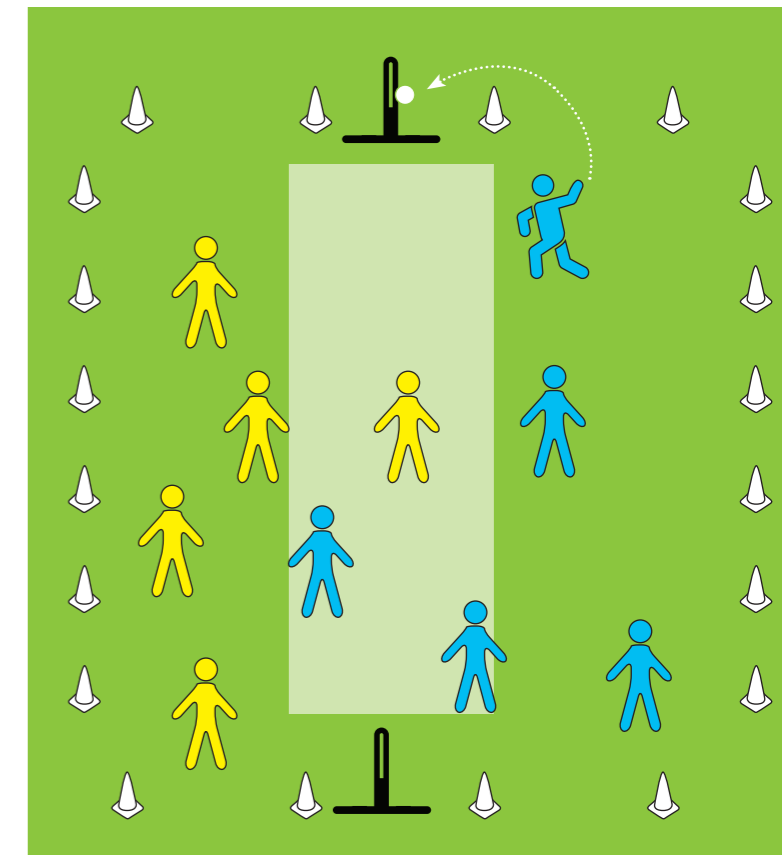
Giocatori: 2 squadre 4+

Due squadre giocano all'interno di un rettangolo contrassegnato da coni con un singolo moncone a ciascuna estremità. Ogni squadra mira a colpire il ceppo (segnare) passando la palla ai propri compagni di squadra fino a quando non sono abbastanza vicini da mirare al moncone.

I giocatori non possono correre con la palla. Le catture perse o mancate comportano la consegna all'altra squadra. Vittorie con il maggior numero di punti

Obiettivi:

- Abilità di elaborazione verbale.
- Linguaggio semplice e forte.
- Velocità e svolta rapide.



TOCCO CONICO CON RICHIAMI

Descrizione:

Giocatori: 4+ in coppia

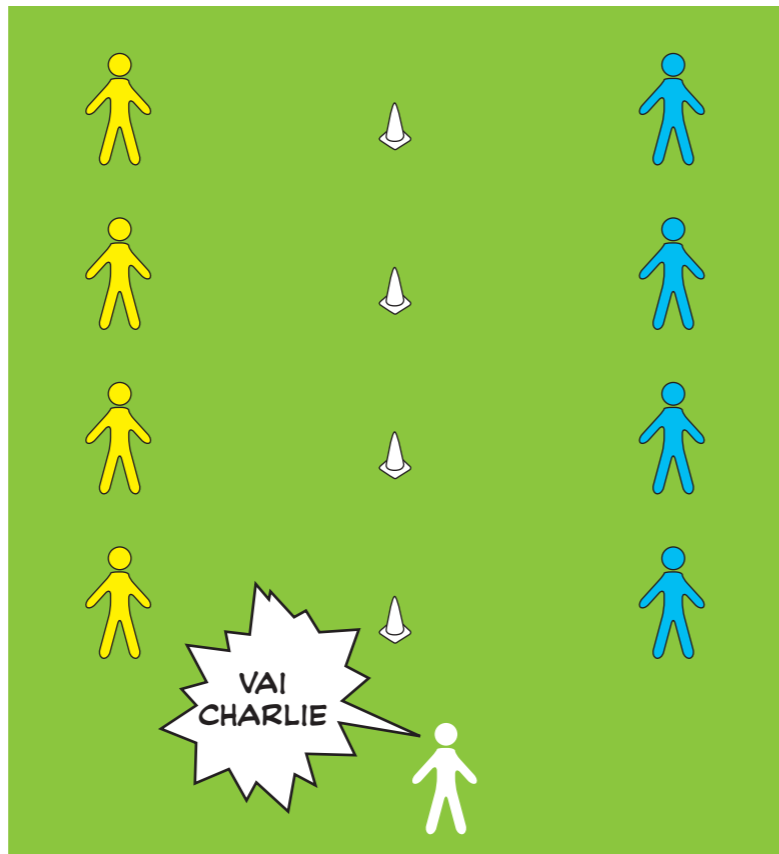
I giocatori si mettono a coppie alla stessa distanza da un cono sul pavimento. L'allenatore dà istruzioni, quando dicono GO i giocatori devono afferrare il cono.

L'allenatore può modificare la distanza dei giocatori dal cono per renderlo più facile o più difficile.

Obiettivi:

- Velocità, agilità e rapidità.

Gli esercizi a cono sono essenziali per sviluppare il gioco di gambe e le capacità di controllo del corpo



COPPIE DI CHIAMATE PER CATTURARE LA PALLA

Descrizione:

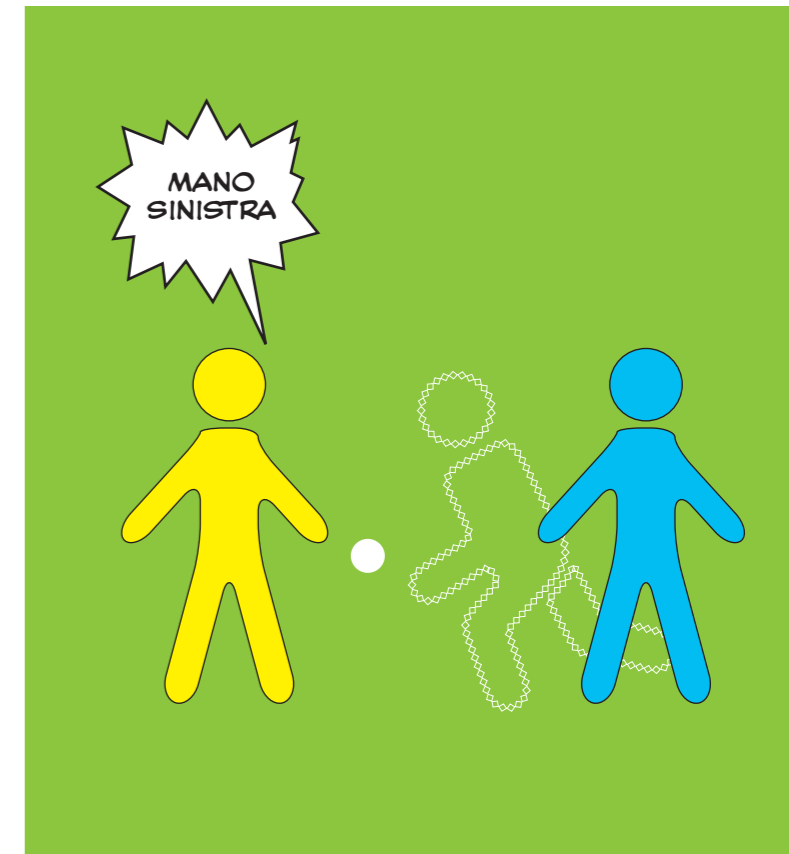
Giocatori: coppie

I giocatori si mettono in coppia, uno tiene una palla all'altezza della testa e lascia cadere la palla mentre chiama un'istruzione su come prendere la palla al loro partner, ad esempio mano sinistra, mano destra, entrambe le mani.

I giocatori dovrebbero farlo a turno e puoi anche aumentare la distanza per rendere le prese più difficili.

Obiettivi:

- Abilità di elaborazione verbale.
- Linguaggio semplice e forte.
- Velocità e svolta rapide.





O'S E X'S

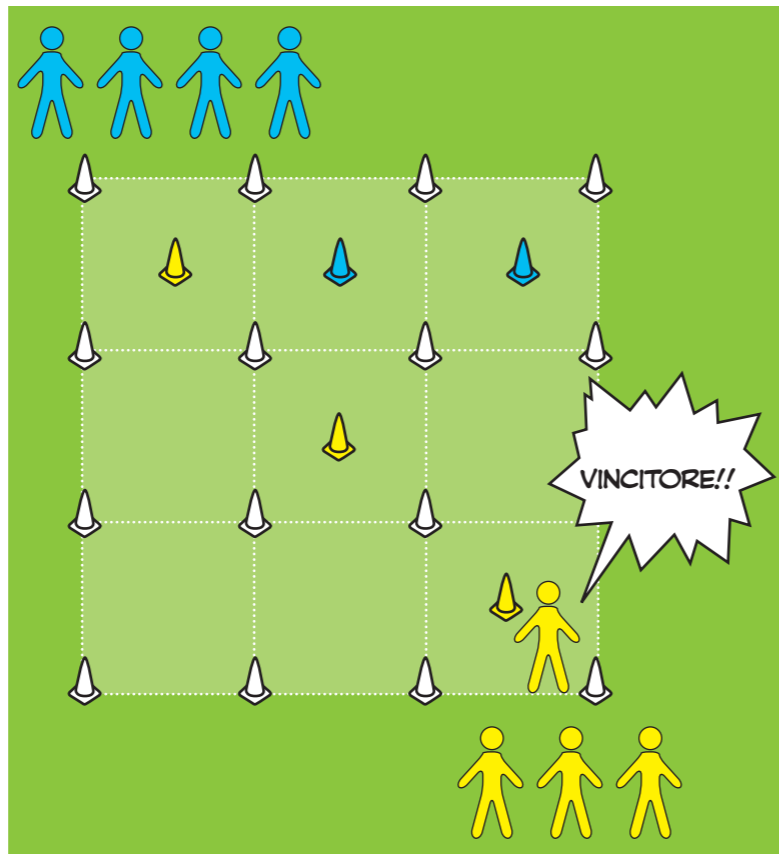
Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

Crea 9 aree tra due squadre. I giocatori corrono e lasciano cadere il loro cono colorato in un'area e tornano per taggare il prossimo compagno di squadra. Vince la prima squadra a fare una linea

Obiettivi:

- Migliora l'agilità.
- Competizione l'uno contro l'altro per situazioni di pressione.
- Migliora la risoluzione dei problemi.



RACCOLTA ENDZONE

Descrizione:

Giocatori: 4+ in squadre

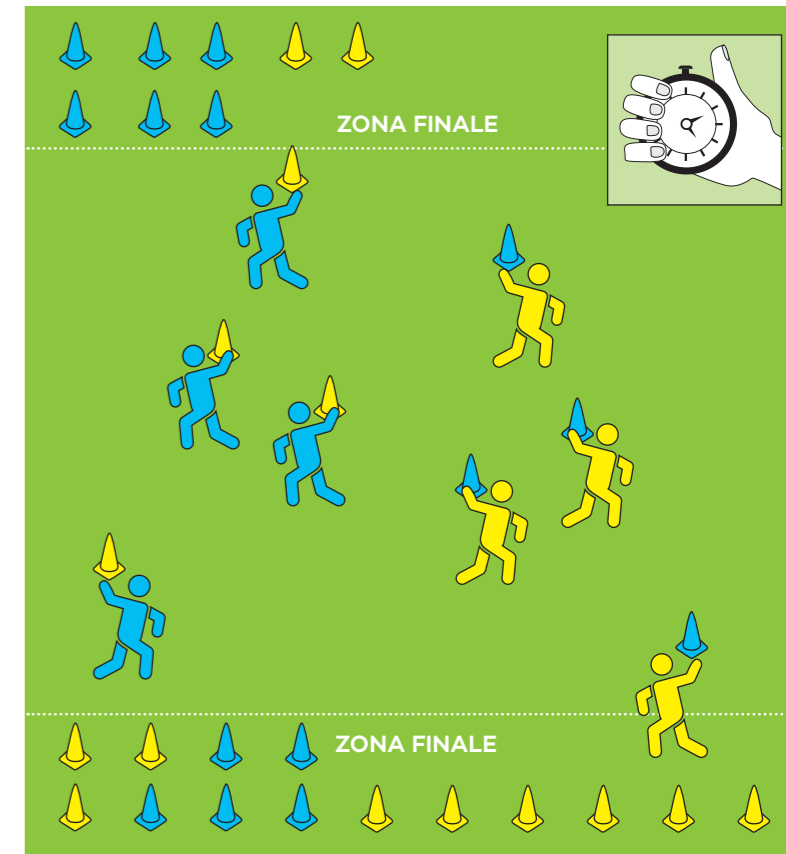
Entra in due squadre, entrambe con una endzone.

Posiziona una quantità uguale di coni di colore diverso in ogni endzone. Nelle piccole partite a tempo, ogni squadra deve correre dall'altra parte per recuperare un cono e riportarlo nella propria zona.

Alla fine del tempo vince la squadra con il maggior numero di coni nella propria endzone.

Obiettivi:

- Abilità di elaborazione verbale
- Linguaggio semplice e forte
- Velocità e svolta rapide



TENNIS A MANO

Descrizione:

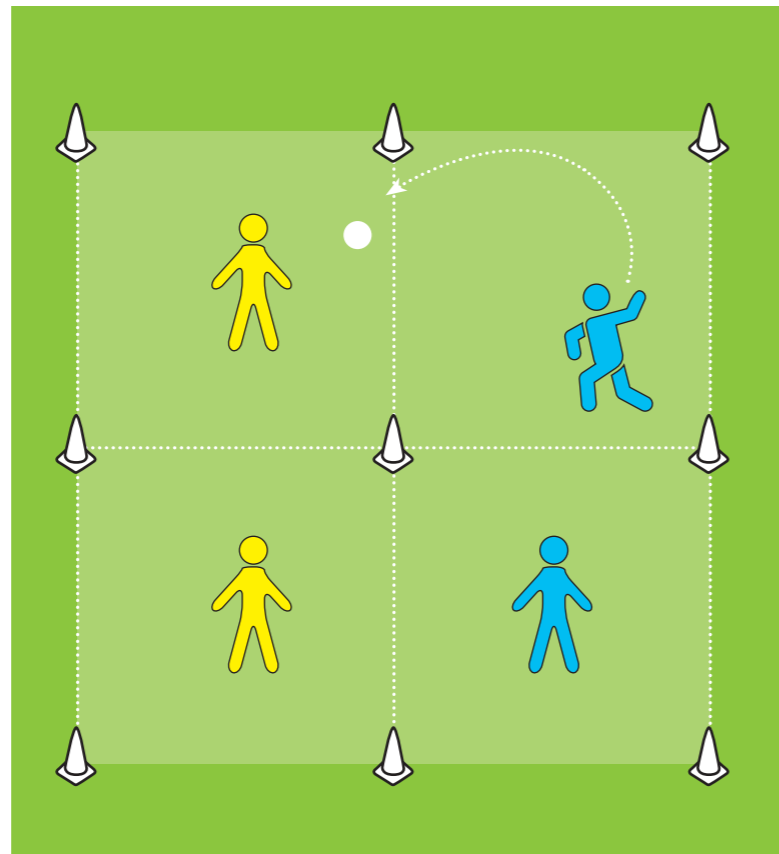
Giocatori: 2+

Ogni giocatore ha la propria casella, (in questo esempio ce ne sono quattro, giocatori) Ogni giocatore tocca la palla in un'altra casella per il giocatore da colpire - chi commette un errore mancando la palla o non toccandola in un'altra zona perde un punto, inizia con 5 punti ciascuno.

Obiettivi:

- Migliora la coordinazione occhio-mano e il gioco di gambe.

L'allenatore può rendere questo più difficile aggiungendo nuove regole, ad esempio usa solo la tua mano non dominante.



CATTURA DEL BRUCO

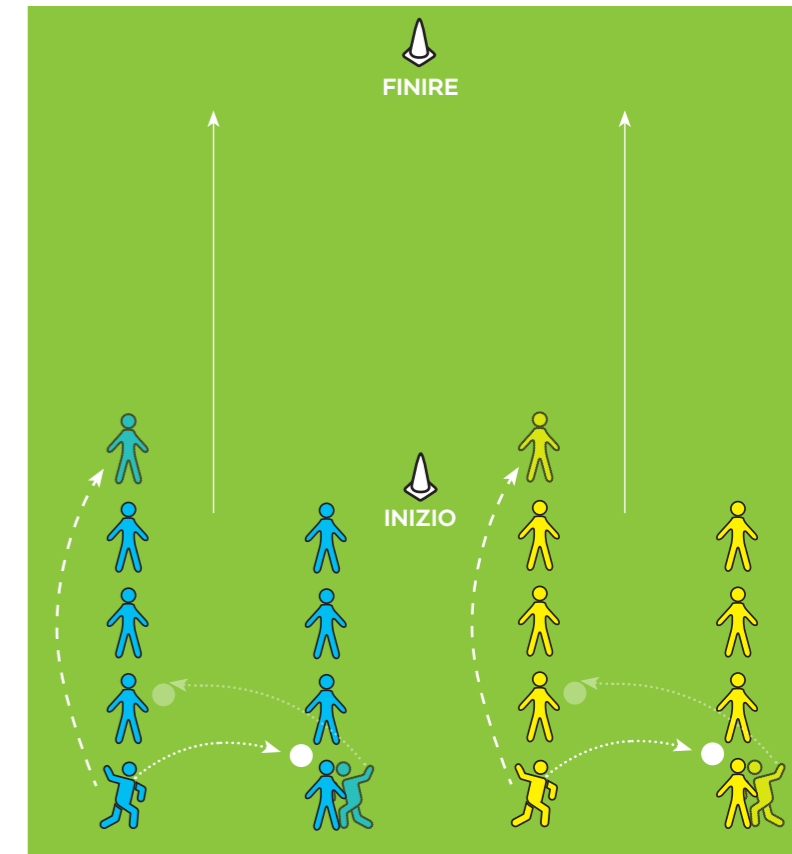
Descrizione:

Giocatori: 8+

I coni sono posizionati a ciascuna estremità dell'area. I giocatori sono divisi in 2 squadre. Il primo giocatore passa al giocatore opposto e poi corre in avanti; Questo continua fino a quando il "bruco" raggiunge i coni terminali. Se un giocatore lascia cadere la palla, deve tornare all'inizio.

Obiettivi:

- Comunicazione
- Legame di squadra
- Incoraggia le grandi mani aperte
- Testa e mani in linea con la palla
- Velocità e svolta rapide





FEDERAZIONE
CRICKET ITALIANA

cricketitalia.org