INVIATO DA
Irmgard

ON
05/07/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Un disco fa il programma - Frisbee



Vengono spiegati gli sport del frisbee e vengono elencate le idee per realizzare un frisbee insolito.

Questo articolo è un articolo della rivista Forum.

Sport di frisbee da imitare:

Gli antichi greci lanciavano il "disco"; gli studenti dell'Università di Yale si lanciavano l'un l'altro le teglie del forno, le "frisbie".

Attualmente esistono 11 discipline in cui si svolgono regolarmente competizioni. Queste sono:

Lancio lungo, lancio al bersaglio, lancio con galleggiante, lancio-run-catch, disc golf e discathon come discipline individuali.

Ulimate, freestyle, guts, DDC e dog frisbee si disputano a squadre.

Alcuni di questi giochi sono descritti brevemente qui. Possono essere giocati come tali, ma possono anche essere incorporati in una competizione di livello superiore.

Ultimate

L'Ultimate (noto anche come frisbee rugby, frisbee a zona o frisbee di linea) è la disciplina suprema degli sport del disco. Si gioca in due squadre di 7 giocatori. L'obiettivo è raggiungere l'area di meta opposta lanciando il frisbee. Il giocatore in possesso del frisbee non può camminare ed è coperto al massimo da un avversario

coperto al massimo da un avversario. Se il disco cade a terra o viene afferrato da un avversario, la direzione di gioco cambia. È vietato il contatto fisico o lo strappo dell'attrezzatura sportiva.

Negli sport di lega, l'Ultimate si gioca senza arbitro. I giocatori segnalano da soli i falli. Se le parti in causa non raggiungono un accordo entro circa 10 secondi, la partita viene ripetuta.

Potete trovare istruzioni più dettagliate sull'Ultimate Frisbee qui.

Disc golf

I giocatori di golf sudano per l'eccitazione; questo vale anche per il disc golf. Dopo tutto, ci vuole molta concentrazione per "infilare" il frisbee in buca. L'idea è semplice ma impegnativa: Quanti lanci servono per centrare il bersaglio?

Dopo che tutti hanno effettuato il loro lancio, continua a giocare chi è più lontano dalla "buca", esattamente dal punto in cui si è posato il frisbee.

Naturalmente potete scegliere il bersaglio in base ai membri del vostro club di golf e regolare la distanza.

Discathon

L'obiettivo è completare un percorso stabilito nel minor tempo possibile. Il giocatore dispone di due frisbee. Il secondo viene giocato dal punto in cui è atterrato il primo e così via...

Il percorso può anche attraversare boschi o fossati. Magari si deve lanciare il frisbee attraverso un anello o addirittura superando un ostacolo.

La Discathon può essere organizzata anche come staffetta.

Flubber-Guts (variante di Guts)

Il disco può essere toccato solo con una parte del corpo alla volta (afferrare con una mano - sì; premere contro lo stomaco con l'altra mano - no). È consentito far ruotare il frisbee verso l'alto con la mano o il piede e poi qualcun altro lo prende.

Lancio lungo / lancio del bersaglio

Queste due discipline possono essere integrate in un gioco in varie forme.

Come gioco di record, i lanciatori senza talento probabilmente perdono la loro gioia abbastanza rapidamente. In gruppo, invece, contribuiscono alla somma dei lanci lunghi oltre i 200 m, wau!

Informazioni sul lancio ...

Il lancio di rovescio è il più comune, i lanciatori destri tirano alla loro sinistra.

Il lancio di dritto ha un aspetto più casuale; sembra che l'avambraccio del lanciatore voli con esso, ed è così che si sente per i non esperti.

Esistono anche innumerevoli lanci di prestigio. Che sia dall'alto, tra le gambe o da dietro, tutto è permesso.

Consigli per il lancio:

- Lanciare dritto; far passare il frisbee in linea retta.
- Il frisbee deve essere lanciato orizzontalmente, leggermente sotto la spalla.
- Torsione; aprire il polso appena prima del rilascio e rilasciare il frisbee come se stesse rotolando fuori dalla mano. Imprimete molta forza alla rotazione, ma non fatela "schizzare" in modo casuale
- Per evitare che il frisbee rotoli in una direzione, si può inclinare il frisbee nella direzione opposta quando si affonda e si lancia, e nel corso del volo "rotolerà" fino a fermarsi in orizzontale.
- Con molta rotazione e un po' di angolazione, il frisbee vola in un ampio arco come se stesse scivolando su un piano inclinato.

Il lancio dell'arco funziona in entrambe le direzioni. Dipende da quale lato si inclina il frisbee.

... e la cattura

"Spero che nessuno mi passi il frisbee. Sicuramente mi romperò le dita"

Ma d'ora in poi si prende solo con il...

... Tecnica del sandwich

Tutti i professionisti del frisbee catturano in questo modo e per una buona ragione.

Il frisbee in avvicinamento viene ricevuto dalle mani sovrapposte. In questo modo, tutti gli altri giocatori sanno che si intende prendere il frisbee. Non appena il disco è volato tra le mani, le si stringe insieme e il frisbee è domato, indipendentemente dalla forza del lancio.

Oltre alla presa con una sola mano, esistono altri modi artistici di prendere il disco. Il trick catching, come il trick throwing, fa parte di ogni mite serata estiva; lasciatevi ispirare.

La capacità di prevedere la traiettoria si chiama "lettura del bersaglio". Con un lancio ad arco, si va direttamente al punto in cui si trova il frisbee all'altezza della presa, senza seguire l'arco del frisbee.

Informazioni generali sull'uso

Ecco alcuni consigli per scegliere il frisbee giusto:

- I bambini lanciano meglio i frisbee più piccoli e leggeri. Se il frisbee è troppo pesante/grande, potrebbero non lanciarlo a lungo. Un frisbee più leggero ha maggiori probabilità di essere trasportato dal vento.
- I frisbee sono disponibili in tutti i colori.
  Un frisbee giallo è più facile da trovare nell'erba, uno rosso nella neve e uno fluorescente di notte.
- Usate i frisbee nuovi solo sull'erba. Segnate i vecchi frisbee per giocare sull'asfalto. Il bordo si irruvidisce rapidamente e ferisce l'acchiappatore (tranne che per le prese a sandwich).

I bordi e le superfici ruvide possono essere sciolti con un accendino o raschiati con un coltello da borsa.

L'uso improprio ha un potenziale

Un bollettino informativo Besj pubblicizzava un frisbee che può essere usato anche come piatto.
Chi vi impedisce di usare il vostro piatto come frisbee? Le seguenti idee artigianali:

Frisbee in vinile
Il frisbee in vinile è un'idea artigianale particolare:

In una ciotola resistente al calore di vostra scelta, mettete un disco in vinile selezionato che sicuramente il proprietario non vorrà mai più ascoltare!

Versate quindi dell'acqua bollente sul disco e utilizzate delle spatole di legno per aiutare il vinile a trovare la sua nuova forma. Attenzione! L'acqua calda a temperature di 50°C e oltre può causare gravi lesioni.

Il comportamento in volo è da moderato a buono, a seconda della forma.

CD Frisbee
Un CD, lanciato come un frisbee, tende a "rotolare" molto. Si può ovviare a questo problema creando un bordo con del nastro adesivo largo. Si può premere il bordo verso il basso durante il lancio e si rialzerà una volta rilasciato.

Comportamento di volo simile a quello di un piccolo frisbee. È adatto per l'uso in interni, poiché è piccolo e leggero.

Frisbee di stoffa
Per rendere il gioco divertente è sufficiente un pezzo di stoffa bordato con un orlo appesantito.

Il tessuto non deve essere necessariamente rotondo. È possibile anche un'altra forma di base, come un triangolo, lettere...

I cavi elettrici (filo o filo isolante), i piombi da pesca, la sabbia, ecc. sono adatti per essere appesantiti. Il divertimento all'interno e all'esterno è pre-programmato.

Un disco fa un programma_YW

Fonte di riferimento



- **Contenuto e immagine:** Forum Kind numero 3/04, pagina 25 + 26 Gli sport del frisbee e la loro realizzazione.

© Copyright www.forum-kind.ch

- **Autore:** Lukas Voellmy

Weitere Informationen

Categorie
Giochi e attività

Tag
Frisbee
Forum
Sport
Creatività
Artigianato artistico

Età
8–12 anni
13–16 anni
a partire dai 16 anni

Numero di partecipanti
Nessun dato disponibile.

Bibbia
Manca questa informazione.

Durata
Nessun dato disponibile.

Terreno / Dintorni
In ambienti chiusi

Materiale
Quasi senza sforzo

Scarica il file
Download del file disponibile

KI Generierter Inhalt
Contenuto
Categorie
Tag
Età
Numero di partecipanti
Bibbia
Terreno / Dintorni
Materiale

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/it/wiki/art/un-disco-fa-il-programma-frisbee