

## PROGRAMMA TECNICO

### CURRUCULARE

- PRESENTAZIONE E UTILIZZO ATTREZZATURA :
- PISTA DA BOWLING E IDENTIFICAZIONE DI TUTTE LE SUE COMPONENTI ( FOTO E SLIDE PER OGNI STUDENTE )
- BIRILLI
- BOCCIA
- CORRETTA IMPUGNATURA DELLA BOCCIA
- IDENTIFICAZIONE BIRILLI SUL PIN DECK
- SCORE (SEGNAPUNTI)
- PUNTEGGIO BIRILLI ABBATTUTI
- ESERCITAZIONE PRATICA MANUALE NEL CONTEGGIO DEI BIRILLI ABBATTUTI
- APPLICAZIONE DEI CALCOLI MATEMATICI A SEGUITO DELLO STRIKE O DELLO SPARE :  
( ABBATTIMENTO DEI BIRILLI CON IL PRIMO TIRO A DISPOSIZIONE O CON ENTRAMBI I TIRI A DISPOSIZIONE PER OGNI FRAME DI GIOCO)
- COORDINAZIONE NEL MOVIMENTO PER UN LANCIO CORRETTO DELLA BOCCIA NELL'ABBATTIMENTO DEI BIRILLI :  
(PENDOLO DEL BRACCIO, PRIMO, SECONDO, TERZO , QUARTO PASSO , SCIVOLATA E LANCIO DELLA BOCCIA)

### POMERIDIANO

#### ESERCIZI A RISPOSTA MULTIPLA SUL PERCORSO CURRICULARE

#### ESERCIZI DI RISCALDAMENTO PRE-PARTITA

#### ESERCIZI DI DEFATICAMENTO POST-PARTITA

#### ESERCIZI DI TIMING NEI 4 PASSI DI APPROACH, IDENTIFICAZIONE PUNTO DI PARTENZA DIFFERENTE PER OGNI ATLETA, SCIVOLATA E LANCIO

#### SCELTA DELLA BOCCIA ,LA FORATURA DELLA BOCCIA MODI DIVERSI DI IMPUGNATURA



## POSIZIONE DELLA MANO PER LE DIVERSE TIPOLOGIE DI RILASCIO BOCCIA

### TIPOLOGIA DI GARE

### CATEGORIE DEGLI ATLETI

### ESERCIZI A RISPOSTA MULTIPLA

Sede legale: Via G.B. Piranesi, 46 – 20137 Milano (MI)  
Codice Fiscale e Partita IVA: 12705480965

Sede operativa Biliardo: Via G.B. Piranesi, 46 – 20137 Milano (MI)  
[segreteriaibiliardo@fisbb.it](mailto:segreteriaibiliardo@fisbb.it) – Tel. 0270002609

Sede operativa Bowling: Via F. Antolisei, 6 – 00173 Roma (RM)  
[segreteriaibowling@fisbb.it](mailto:segreteriaibowling@fisbb.it) – Tel. 063311705



Disciplina Sportiva Associata  
Paralimpica riconosciuta dal  
**Comitato Italiano Paralimpico**



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL **CONI**