



**FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA**






# **CRICKET DEVELOPMENT PROGRAMME - PRINCIPIANTE -**

## **Lista di controllo**

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

## LISTA DI CONTROLLO PER IL BOWLING

## CONVALIDATA DALL'INSEGNANTE

Posso tenere la palla sulla mia mazza per 10 colpi	
Posso tenere la palla alta con la mia mazza per 20 colpi	
Posso fare 2 catture mentre sono in equilibrio su una gamba sola	
Posso fare 4 catture stando in equilibrio su una gamba sola	
Posso fare 6 prese stando in equilibrio su una gamba sola	

## LISTA DI CONTROLLO DEL CRICKET

## CONVALIDATA DALL'INSEGNANTE

Mi è stato insegnato a giocare a bowling con il braccio teso	
Posso colpire una palla tra due coni che si trovano a 1 metro di distanza da 2 metri di distanza	
Posso colpire una palla tra due coni che si trovano a 1 metro di distanza da 5 metri di distanza	
Posso colpire una palla tra due coni che si trovano a 1 metro di distanza da 10 metri di distanza	
Posso colpire una palla tra due coni che si trovano a 1 metro di distanza da 20 metri di distanza	


## LISTA DI CONTROLLO DEL CRICKET

## CONVALIDATA DALL'INSEGNANTE

Posso fare 3 prese di fila con la mia mano non dominante	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Posso fare 4 prese di fila con la mia mano non dominante	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Posso fare 5 prese di fila con la mia mano non dominante	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Ho segnato 5 punti nel cricket di velocità	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Ho segnato 10 punti nel cricket di velocità	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA






## LISTA DI CONTROLLO DEL CRICKET

## CONVALIDATA DALL'INSEGNANTE

Ho segnato 20 punti nel cricket di velocità	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
La mia squadra ha vinto una partita di cricket veloce	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Posso usare un braccio teso per lanciare la palla da fermo	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Ho ottenuto 20 punti nel gioco piramidi (battuta)	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA
Ho ottenuto 50 punti nel gioco piramidi (battuta)	 FEDERAZIONE CRICKET ITALIANA

## LISTA DI CONTROLLO DEL CRICKET

## CONVALIDATA DALL'INSEGNANTE

Ho praticato il cricket lontano da scuola	
Posso mettermi nella posizione corretta della posizione di battuta	
Riesco a mettermi nella posizione corretta della posizione di bowling	
Sono stato al mio club di cricket locale per giocare nelle reti	
Ho iniziato CDP livello 1	

Complimenti per aver completato il CDP. Una volta che hai avuto ogni aspetto della lista di controllo firmato dal tuo insegnante o allenatore, potresti essere la prossima SUPERSTAR del cricket.

Consegnalo al tuo insegnante per ricevere il tuo certificato CDP firmato.

Buona Fortuna.





**FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA**