

Giocare – Giochi di reazione: Correre – La caccia

Le corse con cambiamento di compagno permettono di mantenere una tensione e un'intensità elevate.

A gruppi di quattro. Un bambino si trova davanti agli altri del suo gruppo. Il primo movimento che fa (segnale di partenza), scatena i cacciatori dietro di lui. Chi riesce a superarlo prima del traguardo?



Varianti

- Due bambini corrono piano uno dietro l'altro, ad una distanza che hanno concordato in precedenza. Una volta che A (davanti) raggiunge una linea prestabilita, tutti e due partono per uno sprint. B cerca di superare A prima di un traguardo. Ripetere 2-3 volte, poi cambiare ruoli o il compagno.
- A si trova dietro una linea di partenza; quando B la supera può partire e cerca di superare B. All'aperto la linea di partenza è l'ombra di A.
- I bambini sono sdraiati, seduti, in ginocchio in due colonne. A diversi segnali di partenza chi sta dietro cerca di superare quelli davanti.

Fonte: [Manuale di educazione fisica, Volume 3, fascicolo 4](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO