

# Sci di fondo: Agire – Forme di gioco: Slalom umano

In questa staffetta non sono per forza i bambini più veloci a spuntarla. La reazione e l'agilità sono capacità altrettanto importanti.

Senza bastoni. Due squadre dal livello simile si affrontano in uno slalom umano su una pista identica e sufficientemente lunga, se possibile in linea retta. I bambini sono disposti uno dietro l'altro mantenendo una distanza di circa cinque metri.

Iniziano a muoversi appena il compagno collocato dietro di loro li sorpassa e si fermano cinque metri dopo il primo della fila.

Vince la squadra che non ha più giocatori sulla pista di slalom.



## Variante

### Più difficile

- Tutta la squadra avanza molto lentamente durante lo slalom umano.

## Osservazioni

- La distanza tra gli allievi deve sempre essere identica.
- Non sono permessi i contatti fisici.

**Materiale:** coni (per segnalare la zona di partenza e la zona di arrivo)

## Da sapere

Le staffette e i percorsi presentano dei vantaggi ma anche degli inconvenienti che il monitore deve sempre tenere presenti e che grazie a regole chiare non diventano un problema.

### Vantaggi

- Le staffette e i percorsi stimolano lo spirito agonistico.
- Rafforzano lo spirito di squadra.
- Permettono di sfogarsi e di lavorare con un'intensità elevata.

## Inconvenienti

- La qualità è molto spesso posta in secondo piano.
- I rischi di infortuni sono più elevati.

---

Fonte: Charles Pralong, collaboratore scientifico e allenatore Swiss-Ski



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**