

Sicurezza in acqua – Sicurezza – Prevenire l'annegamento: Autovalutazione/ Autoconsapevolezza: Biathlon

Gli allievi devono osservare una situazione illustrata in una fotografia e riuscire a capire se si tratta di una situazione di emergenza o meno.

Ogni allievo riceve una scheda rossa e una verde. Gli allievi nuotano da un punto di partenza verso diverse immagini ([foto di situazioni di emergenza](#)) distribuite nella piscina. Le foto illustrano una situazione. Gli allievi valutano se si tratta di una situazione di emergenza (scheda rossa) oppure di una situazione non pericolosa (scheda verde). In seguito tornano a nuoto al punto di partenza, da dove ripartono verso la prossima foto.



Varianti

- Distribuire in cerchio, nuotare da foto a foto?

Obiettivi

- Valutare correttamente la situazione sulla foto

Regole

- Osservare la foto e poi aggiungere una scheda rossa/verde.

Organizzazione

- Libera

Materiale: [foto plastificate di situazioni di emergenza](#) (pdf), [schede rosse e verdi plastificate](#) (pdf)

Fonte: Cornelia Bühlmann, Judith Christen, esperte SSS



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP