Pattinaggio – Giochi di squadra: L'atomo

Rafforzare la capacità di reazione in gruppo è lo scopo principale di questo esercizio ludico.

Ragazze e ragazzi pattinano liberamente. Ad un certo punto il docente grida un numero tra uno e cinque. Questa cifra corrisponde al numero di allievi che devono comporre un cerchio il più velocemente possibile. Il gruppo che si forma deve in seguito fare tre girotondi prima di sciogliersi e tornare a pattinare liberamente, sino all'esclamazione del prossimo numero.

Variante

più difficile

Il docente sceglie i diversi modi in cui i ragazzi devono pattinare prima e dopo essersi riuniti in cerchio (ad esempio: passo incrociato).

Osservazione: Questo gioco è particolarmente indicato per allenare i ragazzi a formare i gruppi velocemente.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO