

Muoversi di più nella scuola dell'infanzia – Sequenza libera: Slalom gigante

Questo esercizio può essere proposto come gioco libero. I bambini corrono lungo una corda posata per terra.

Il bambino tiene due «bastoncini di sci» nelle mani, camminando o correndo – se possibile all'aria aperta – eseguendo uno slalom gigante lungo una corda collocata per terra.



Varianti

- In posizione raccolta, in punta di piedi, sui talloni, ecc.
- Con dei sacchetti di sabbia (= neve sulla testa), indossare un berretto, infilare i guanti, ecc.
- Al posto della corda: paletti da slalom, ceppi di legno, grosse pietre, ecc.

Materiale: paletti da slalom o bastoncini di legno o di bambù (= piccoli bastoni da sci), coni, ceppi di legno, palle riccio, grosse pietre, corda lunga, sacchetti di sabbia

Fonte: Mélanie Eschler, Marianne Kühni



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO