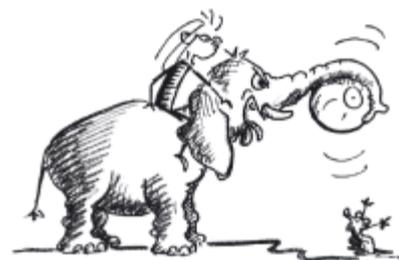


Ritmo – Basi: L'elefante e i topolini

In questo esercizio i bambini utilizzano un ritmo a quattro tempi e adattano il ritmo di marcia ad una determinata battuta di base.

I bambini marciano in silenzio per la palestra seguendo una determinata battuta di base (topolini). La prima battuta di una misura a quattro tempi viene sempre accentuata facendo rimbalzare a terra un pallone medicinale (elefante).



Materiale: pallone medicinale

Fonte: inserto pratico «mobile» 47/2008



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO