

# Giochi all'aperto – Fondo duro, prato, parco giochi: Il gioco dell'ombra

Durante questo esercizio i bambini allenano due aspetti distinti: la velocità e la capacità di orientamento nello spazio in cui si trovano.

I bambini sono suddivisi a coppie: uno scappa, l'altro cerca di calpestare l'ombra del compagno.



## Varianti

- Uno esegue tutta una serie di movimenti, l'altro imita l'ombra del compagno.
- Comporre delle figure con le ombre.

**Osservazione:** più piccoli, che ancora non hanno un buon orientamento nel gruppo, devono essere introdotti con una certa prudenza a questo tipo di giochi di corsa in gruppo.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO