

Giocare – Giochi di inseguimento: Colpito e affondato

Questo esercizio consiste in una variante di «colpito e affondato». Come gli altri acchiappini, anche questo è ideale per stimolare il sistema cardiovascolare.

Ogni bambino è in un cerchio che tiene con entrambe le mani affinché si possa spostare liberamente. Il cacciatore è senza cerchio e ha una palla. Se il cacciatore riesce a deporre la palla nella «nave» (cerchio) di uno dei compagni, si cambiano i ruoli.



Materiale: cerchi, palle

Fonte: Corina Wilhelm, G+S Sport per i bambini



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO