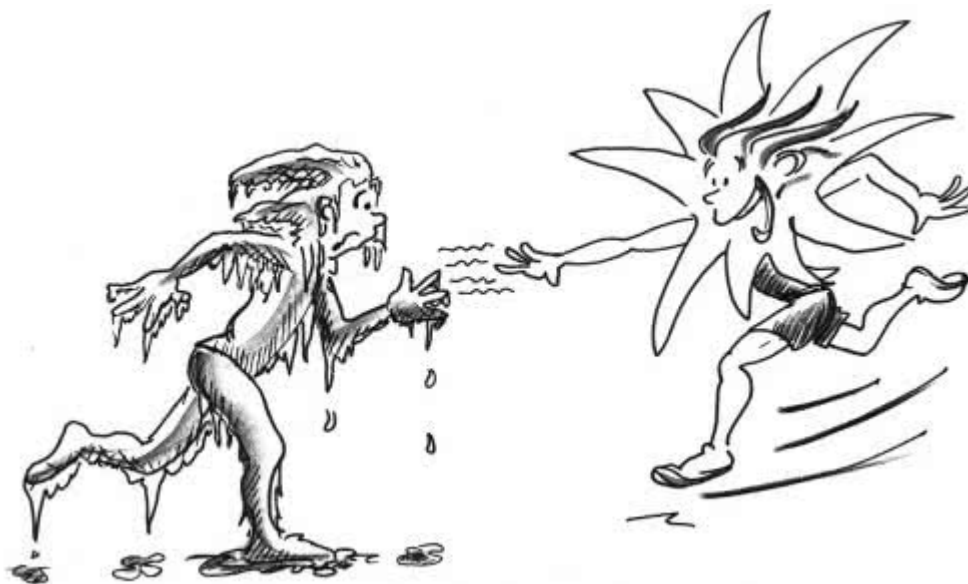


Percezione in movimento – Senso del movimento: Giochi estensivi – Battaglia degli dei (ghiaccio e sole)

Attraverso la rapida alternanza di movimento e stasi, i bambini percepiscono la tensione e il rilassamento dei muscoli.



Storia: gli dei del ghiaccio lottano contro le dee del sole.

Gli dei del ghiaccio (uno o più bambini) danno la caccia alle dee del sole (uno o più bambini). Quando una dea viene toccata da un dio del ghiaccio, rimane immobile, congelata, con tutti i muscoli contratti per il freddo. Potrà muoversi solo quando un'altra dea del sole la riscaldierà, sfiorandola con i suoi raggi.

Fonte: Manuela Zgorski-Lätsch, fisioterapista dipl. FH, psicomotricista l'B'P, aikido 3° dan, Centre Kumano, Bienne; Jsabelle Scheurer, responsabile formazione G+S Ginnastica



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO