

Percezione dello spazio: La corsa fra i bastoni

Durante questo esercizio gli allievi devono riuscire a memorizzare dei tragitti su uno spazio schematico semplice. Imparano a osservare dei percorsi riportati su delle semplici cartine e poi li effettuano sul campo.

Sei picchetti delimitano un campo di gioco rettangolare (tre sui lati lunghi e due su quelli corti). Su dei fogli di carta si disegnano diversi percorsi che uniscono i paletti fra loro.

Si deve prendere una carta, osservare brevemente il percorso (ad es. per dieci secondi), lasciarla ed effettuare il percorso.



Varianti

più difficile

- Camminare all'indietro
- Far percorrere ad un allievo un percorso a caso, che poi tutti gli altri devono ripetere.

Materiale: paletti, montanti



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO