

Muoversi di più nella scuola dell'infanzia – Transizioni: Skilift

Grazie a questo esercizio i bambini migliorano la forza delle braccia sperimentando le sensazioni che regala la scivolata.

I bambini sono in piedi su resti di moquette (sci) e si spingono in avanti aggrappandosi a una corda.



Variante

Avanzare stando seduti

Materiale: resti di moquette, o uno skateboard, sci di legno o di cartone, corda

Fonte: Vanessa Bieli, Anja Wili



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO