

Pattinaggio: Ciao a tutti

Un esercizio ludico che permette ai bambini di riscaldarsi e ambientarsi sul ghiaccio.

I bambini si dispongono a coppie uno di fronte all'altro. Ogni coppia si saluta in diversi modi, ad ognuna viene abbinato un preciso movimento del corpo.

Esempio:

- «Bat-ti i pie-di» (battere cinque volte i pattini sul ghiaccio)
- «Ma-ni co-sce» (battere quattro volte le mani sulle cosce)
- «Sfre-ga-ti» (sfregare tre volte le mani)
- «Cia-o» (stringere la mano)
- «Sa-lu-te» (compiere tre giri su se stessi)
- «Bat-ti cin-que» (dare il cinque)
- «A do-po» (cambiare il compagno)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO