

Imparare a nuotare: Per i più avanzati

Questa lezione è destinata ai nuotatori avanzati. I bambini si esercitano nel nuoto, nella battuta di gambe del crawl e nell'espirazione in acqua in diversi modi.

Condizioni quadro

- Durata della lezione: 30 minuti
- Livello di capacità: 3° anno di scolarizzazione
- Età: 8-9 anni
- Dimensione del gruppo: 7-9 bambini, da 10 bambini 2 docenti
- Luogo: vasca non-nuotatori
- Sicurezza: adattare la profondità dell'acqua ai bambini. Mantenere tutti i partecipanti nel campo visivo, i bambini possono muoversi in modo molto insicuro nell'acqua



Obiettivi di apprendimento

- Respirazione di lato, propulsione

→ [Imparare a nuotare: Per i più avanzati](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO