

Percezione in movimento: Lezione – Senso del movimento

Questa lezione tipo si concentra sul senso del movimento. Con degli esercizi di aikido nella parte principale i bambini e gli adolescenti diventano più consapevoli dell'esecuzione di un movimento.



Condizioni quadro

- **Durata:** 60 minuti
- **Età:** 7-12 anni
- **Livello scolastico:** scuola elementare

Obiettivi di apprendimento

- Allenare il senso del movimento

Materiale: tappetini posti in cerchio per il saluto e la riflessione, carte con smiley

Lezione – Senso del movimento

Fonte: Manuela Zgorski-Lätsch, fisioterapista dipl. FH, psicomotricista IBP, 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