

Attrezzi manuali – Cerchi: Cerchi rotolanti

In questo esercizio i bambini fanno molte esperienze con il cerchio basate sulla coordinazione. Le innumerevoli possibilità a loro disposizione non mancheranno di infondere divertimento e gioia.

Far rotolare il cerchio per tutta la palestra in avanti, all'indietro, lateralmente con una mano o con entrambe le mani.



Varianti

- Spingere il cerchio con l'ausilio di un bastone.
- Far rotolare il cerchio in avanti e quando supera una linea, correre davanti ad esso per fermarlo, oppure superarlo e saltare sopra il cerchio.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 29/2007, Mariella Markmann, Claudia Harder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO