

Giochi all'aperto – Sul ghiaccio: La pariglia

Grazie a questo esercizio, i bambini si abituano ai pattini e fanno le prime esperienze di scivolamento.

Due bambini che già sanno pattinare tengono ciascuno un'estremità di un lungo bastone. Un terzo può tenersi al centro del bastone e viene trascinato sul ghiaccio dai compagni.



Varianti

- Il bambino al centro della pariglia esegue in movimento piccole prove di abilità: basso sulle ginocchia, su un piede solo, con una mano sola, saltelli sopra piccoli ostacoli, a occhi chiusi.
- Sempre in tre: quello in mezzo procede all'indietro.
- La carrozza: due bambini sono i cavalli e trascinano per mezzo di un cerchio o di una corda un compagno, che sta seduto o in piedi.

Materiale: bastoni, cerchio, corde, piccoli ostacoli



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO