

I rituali nello sport per i bambini – Ristabilire la calma/Rituali per le pause: Stilles Land

In questo esercizio i bambini percepiscono i movimenti solo in modo visivo. Il silenzio inoltre permette di raggiungere un buon grado di concentrazione.

I bambini non possono parlare o fare rumore. L'insegnante mostra loro diverse figure e posture, che i bambini devono imitare il più rapidamente possibile.



Fonte: Sport per i bambini G+S



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO