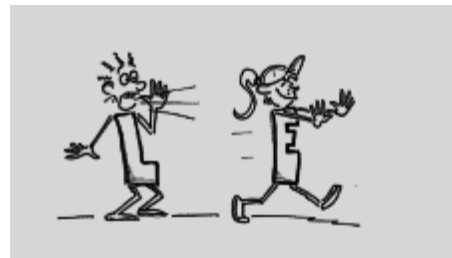


Percezione dello spazio: Ascoltami!

Durante questo esercizio una persona segue il segnale acustico emesso da un'altra mentre cammina o corre. In questo modo si esercita l'udito.

A coppie: l'uno di fronte all'altro, ad una distanza di una decina di metri. Uno dei due deve raggiungere a occhi chiusi l'altro, che gli indica la direzione da seguire gridandogli continuamente destra o sinistra.



Varianti

più difficile

- Cambiare la posizione di chi parla
- Piazzare diverse «guide» in un determinato spazio



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO