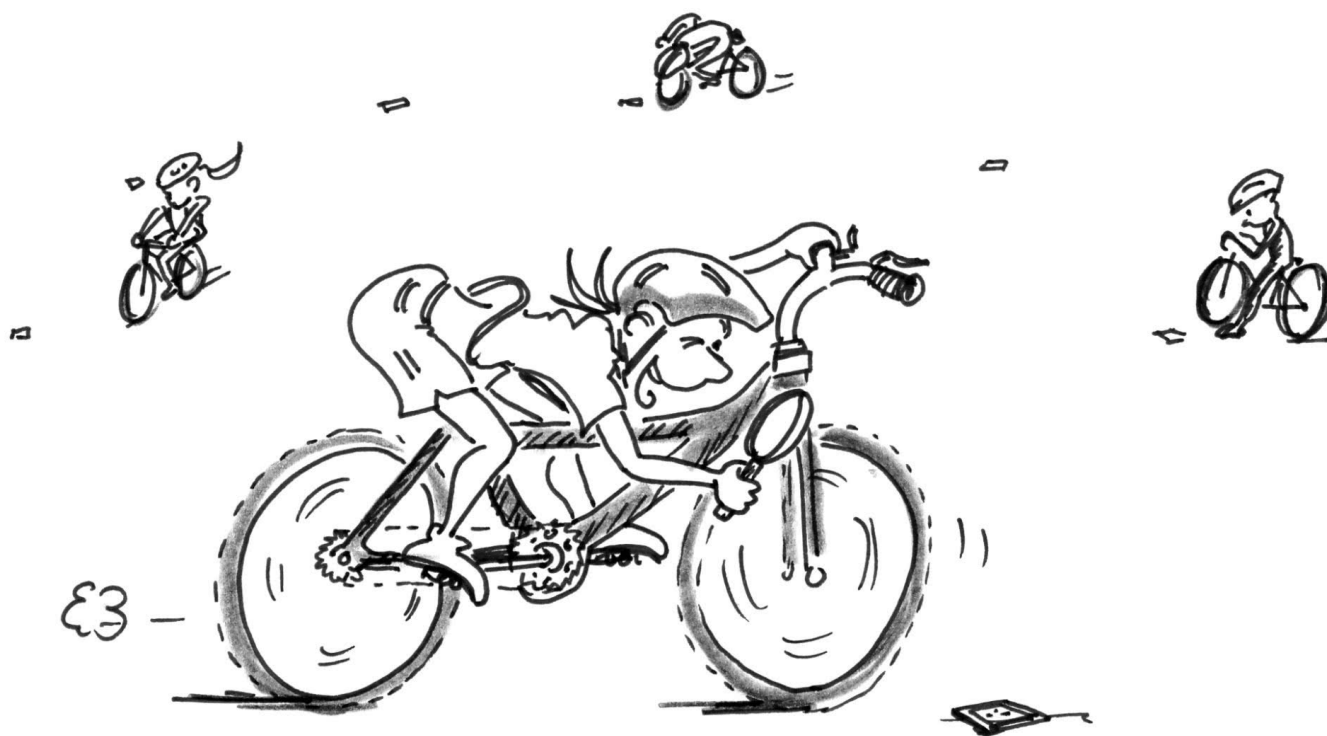


Andare in bicicletta – Insegnare le basi: Basics 3 – Gioco «Memory in circuito»

Gli allievi giocano a memory in bici ed esercitano l'equilibrio, cercando di pedalare lentamente fino a fermarsi completamente.



In un grande cerchio, distribuire il maggior numero possibile di carte da memory scoperte; solo una carta per ogni coppia. Tutti i partecipanti si muovono liberamente all'interno del cerchio e cercano di memorizzare il maggior numero possibile di simboli. A un segnale del docente o del monitore, tutti rientrano e devono disegnare o trascrivere possibilmente tutti i simboli. Chi riesce a memorizzare meglio i simboli?

Varianti

- Si possono osservare i simboli soltanto durante un giro.
- Si gioca in squadra e dopo ogni giro si annota un simbolo. Quale squadra riesce ad annotare per prima tutti i simboli?
- Le carte devono essere descritte nell'ordine in cui sono posizionate a terra.

Condizioni quadro

Terreno: piazzale

Materiale: carte da memory, carta e penna

Gruppi: 2-16 partecipanti

Forma organizzativa: squadra contro squadra o esercizio individuale

Tecnica: pedalare lentamente, stare fermi sul posto

Durata: 10 minuti

Livello: F1

Fonte: Tabea Ulmer (capoprogetto sport di massa presso Swiss Cycling), Daniela Keller (esperta G+S Ciclismo) e Flurin Dörig (responsabile della formazione presso Swiss Cycling Guide)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO