

Imparare a nuotare: Giochi in acqua – Autolavaggio

Per abituarsi agli spruzzi d'acqua i bambini eseguono un esercizio che ricorda un autolavaggio, ideale per familiarizzarsi con l'acqua.

I bambini formano una galleria. Un allievo (auto sporca) passa dall'autolavaggio che ha programmato (pulizia a fondo, media o superficiale).

I bambini ai lati spruzzano la macchina in funzione del programma scelto.



Materiale: anelli

Altri giochi nell'acqua

- [Con palloni](#) (Manuale di nuoto, fascicolo 1, Principi di base, capitolo: Nuotare e giocare con i palloni, pag. 18-19)
 - [Staffette](#) (Manuale di nuoto, fascicolo 1, Principi di base, capitolo: Altre forme ludiche, pag. 22)
 - [Giochi di inseguimento](#) (mobilesport.ch > Sport > Sport per i bambini > Giocare)
 - [Giochi di corsa](#) (mobilesport.ch > Sport > Sport per i bambini > Giocare)
- [Esercizi: preparazione ai test di Swiss Swimming e swimsports.ch](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO