

Attrezzi – Cassone svedese: In canoa!

Grazie a questo esercizio gli allievi imparano a cooperare. Se svolto sotto forma di staffetta suscita l'entusiasmo generale.

A gruppi di quattro alunni. L'ultimo elemento del cassone viene rovesciato e utilizzato come una canoa. Ogni gruppo ha a disposizione cinque paletti di legno da collocare sotto la canoa, ciò che permette di spostarla. Un alunno è seduto nella canoa, un compagno la spinge e gli altri due si occupano di raccogliere i bastoni dietro la canoa e di disporli nuovamente davanti ad essa.



Variante

Svolgere l'esercizio sotto forma di staffetta.

Materiale: paletti

Fonte: Insetto pratico «mobile» 17/2006, Claudia Harder, Mariella Markmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO