

Attrezzi – Panchina: Il duello

In questo esercizio i bambini lottano in modo ludico e corretto. L'obiettivo è di dar prova di abilità e di una buona tattica.

Due alunni si dispongono in piedi su una panchina rovesciata palmo contro palmo. L'obiettivo è di far cadere il compagno dalla panchina.



Variante

Utilizzare un grande cuscino come arma.

Materiale: cuscini di grandi dimensioni

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO