

G+S-Kids – Lanciare e ricevere: Le patate bollenti

Un esercizio che invita i bambini a spostarsi correndo a suono di musica. Essi imparano a giocare con la palla stando in movimento in un gruppo e a mantenere uno sguardo d'insieme.



A suon di musica i bambini si spostano correndo per la palestra. In gioco ci sono diverse patate bollenti che si devono passare al compagno il più velocemente possibile. Quando il maestro interrompe la musica chi è in possesso di palla si «brucia le dita» e deve mostrare un passo di danza, prima che il gioco possa riprendere.

Varianti

- Passare la palla in diversi modi: prima di consegnarla al compagno toccarlo alla schiena con la palla; passaggi a terra solo di primo tocco.
- Sequenza: i bambini sono disposti in cerchio e i palloni vengono passati o consegnati da uno all'altro. A un certo punto tutti iniziano a muoversi liberamente, ma si deve continuare a seguire lo stesso ordine per i passaggi.
- Palloni di diverso tipo: in gommapiuma, palloni da ginnastica, mini palloni, palle da pallavolo, da pallamano, da tennis.

Materiale: palle in gommapiuma, palle da ginnastica, da pallavolo, da pallamano, da tennis



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO