

Attrezzi – Tappetini: Taxi

L'aspetto centrale di questo esercizio è lo spirito di squadra. Gli allievi trasportano da un punto all'altro un compagno sdraiato su un tappetino.



Formare dei gruppi di cinque allievi. Un bambino si sdraia sul tappetino e si fa trasportare dagli altri quattro. Invertire i ruoli.

Variante

Fra colli e valli; attraversare alcuni ostacoli (sulle panchine, sotto le sbarre, tra i paletti, ecc.).

Materiale: paletti, panchine, sbarre

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO