Allenamento con attrezzi – Griglia per la coordinazione: Che animale sei?

I bambini emulano volentieri il modo di spostarsi degli animali. Questo approccio conferisce un carattere molto ludico all'esercizio.

Gli allievi imitano degli animali sulla griglia. I compagni cercano di indovinare di quale animale si tratta.

Variante

Rendere l'imitazione di animali ancor più realistica. Come saltella, salta, corre una lepre, un canguro, una rana, una tigre, ecc.?

Fonte: «mobile» 5/2007, pagg. 29-31, Eva e Hansruedi Baumann, Ralph Hunziker

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO