

Atletica leggera – Ostacoli: Sfida

In questo esercizio da svolgere sotto forma di staffetta gli allievi imparano a superare gli ostacoli il più velocemente possibile. Ogni ostacolo superato vale un punto.



Chi supera più velocemente uno, due o tre ostacoli? Prevedere diverse gare con più squadre.

Variante

Il vincitore ottiene dei punti per la propria squadra. Un punto per ogni ostacolo superato + 1.

Materiale: ostacoli

Fonte: G+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO