

Acqua: Trasportare la pallina

Imparare ad espirare soffiando infonde sicurezza. I bambini non inghiottono più (così spesso) acqua.



Ogni allievo ha una pallina da ping pong, che deve trasportare il più velocemente possibile sul bordo opposto soffiando in acqua.

Varianti

più facile

- Trasportare la pallina in due

più difficile

- Muovere due palline contemporaneamente. Chi riesce a trasportare la sua pallina più lontano?
- Si può prendere aria una sola volta.

Materiale: Palline da tennistavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO