

Nuoto, Pallanuoto, Tuffi – Forme di base del movimento in acqua: Lottare, scontrarsi – Catena umana

I bambini si esercitano nella difesa di uno spazio o un oggetto in modo corretto (fairplay) e imparano a controllare le proprie emozioni. Allenano in modo ludico abilità e forza.

Suddividi i bambini in due gruppi. Tenendosi per mano, un gruppo forma una catena e si muove nell'acqua poco profonda. L'altro gruppo cerca di superare la barriera immergendosi, nuotando e arrampicandosi.

più facile

- Utilizzare le tavolette come anelli della catena (aiutano la squadra avversaria a superare l'ostacolo)

più difficile

- Giocare in acqua profonda

Materiale: Ev. tavolette

Fonte: swiss aquatics



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO