

A scuola di coraggio – Capriole e altre figure: Spazio ai più piccoli

Anche i più piccoli possono lanciarsi in esercizi basati su capovolte, capriole e altre figure acrobatiche grazie a delle postazioni adatte alle loro capacità. In questo modo possono decidere da soli quali tipi di capovolte e capriole fare.



Questi contenuti sono un aiuto e una fonte d'ispirazione per l'insegnamento del movimento con i bambini e sono tratti dal manuale [«Courageux c'est mieux»](#) (disponibile anche in tedesco) composto di 80 schede su cui figurano spiegazioni e illustrazioni per ogni esercizio.

→ [I nostri esercizi](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP