



SALTA INSIEME

ATTIVITA' ESORDIENTI B e C CONEGLIANO domenica 25 APRILE 2015

L'attività è stata pensata ipotizziamo circa 100-120 bambini partecipanti. Ci sono sei stazioni dove i bambini divisi per gruppi a rotazione eseguono tutte le attività proposte. Si possono formare in ogni stazione 2 gruppi di 8-10 componenti ciascuno. Ogni gioco può durare dai 10' ai 12' minuti e aggiungendo le pause per i cambi e le brevi spiegazioni 4'-5' minuti, tutta la manifestazione dura al massimo 1h e 45'.

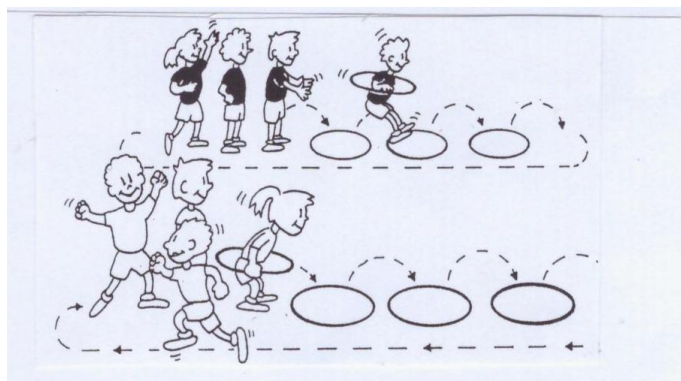
Riscaldamento di gruppo:

10' di corsa libera su un'area prestabilita durante i quali dopo un segnale dell'istruttore i bambini effettuano anche dei cambi di direzione/andatura ed esercizi.

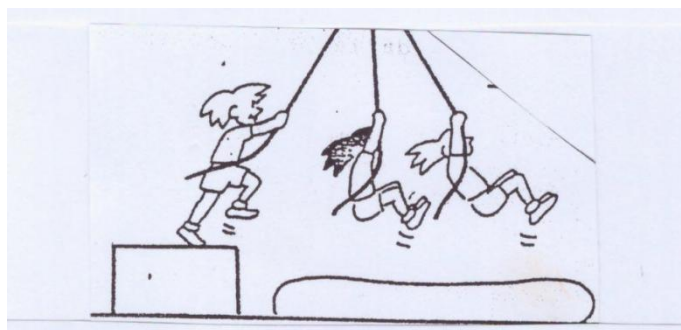
1. Due ritti (ben fissati al suolo) collegati alla sommità con un elastico (o con una fune alla quale sono appesi dei palloncini colorati). I bambini, disposti in due file, dopo una breve rincorsa ed uno stacco cercano di toccare con le mani, con il capo o con una sola mano l'elastico o il palloncino.



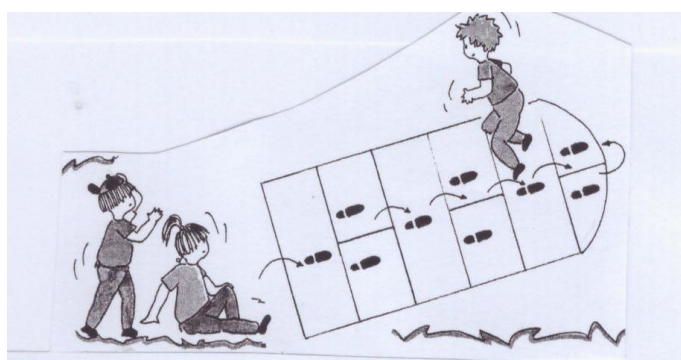
2. Cinque-sei cerchi disposti in fila uno vicino all'altro. Al segnale il primo concorrente di ogni squadra entra nel primo cerchio, lo solleva e saltellando a piedi pari (o su un solo piede) nei cerchi lo deposita in fondo alla fila e di corsa si porta in coda ai propri compagni e via di seguito gli altri.



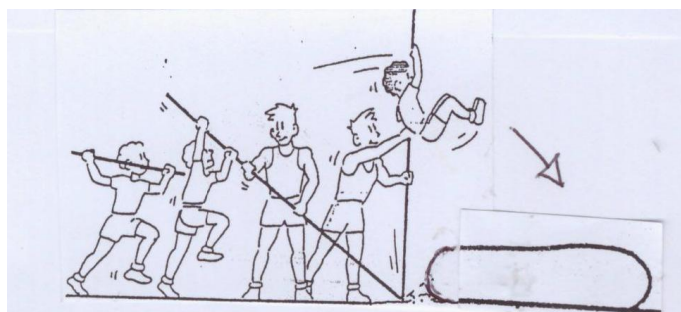
3. Sulla porta da calcio vengono fissate due funi. Utilizzando una panca (un plinto o altro) i bambini disposti in due file parallele oscillano con la fune e atterrano su un materassone.



4. Su una o più campane disegnate al suolo i bambini divisi in due o più file eseguono saltelli vari (su un piede, a piedi pari, uniti e divaricati, ecc) di andata e ritorno.



5. Se è disponibile una buca del salto in lungo (oppure utilizzando il materassone dell'asta o dell'alto) e un'asta aiutare il bambino a saltare e atterrare utilizzando l'attrezzo.



6. Da sopra un plinto o un minitrampolino i bambini saltano in basso atterrando sul materassone.

