



## GIOCASTAFFETTE

ATTIVITA' ESORDIENTI B e C  
QUINTO DI TREVISO giovedì 18 giugno 2015

L'attività è composta da sei stazioni. I bambini divisi per gruppi a rotazione eseguono tutte le stazioni proposte.

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. Il cerchio che ruota.** Far ruotare il cerchio spingendolo con il palmo della mano, aggirare un cono posto a circa 15/20 metri, ritornare verso la partenza e dare il cambio al compagno.



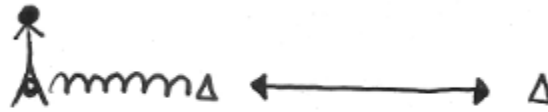
**2. Slalom tra i cerchi.** Alcuni bambini in fila, altri uno vicino all'altro in riga tenendo in mano un cerchio a formare una catena. I bambini che sono in fila, uno alla volta, eseguono uno slalom passando dentro e fuori dei cerchi tenuti in mano dai compagni.



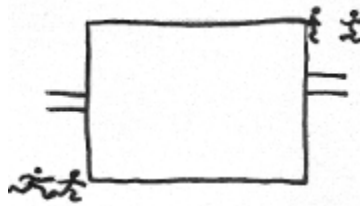
**3. Trasportare il materassino.** A gruppi di 3-4, i bambini con le braccia sollevate tengono in equilibrio un materassino con sopra un cono e camminano veloci per 10/15m, aggirano un cono e tornano indietro.



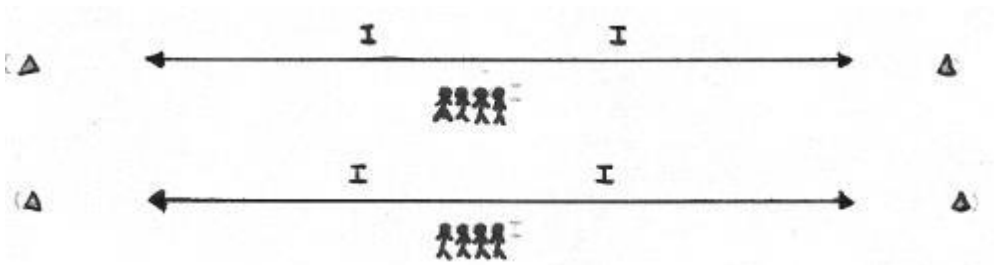
**4. Salti a canguro.** Con il pallone tra le gambe eseguire dei saltelli a piedi pari per 5 metri e poi con il pallone in mano aggirare un cono a 15 metri di distanza e tornare indietro.



**5. Staffetta giro.** Corsa ad inseguimento con ostacolini tra due gruppi di bambini con cambio su due vertici opposti di un percorso quadrangolare.



**6. Staffetta 4x40 m.** Corsa tra due gruppi di bambini su due percorsi a navetta paralleli con ostacolino.



ATLETICA QUINTO MASTELLA