

SALTO DEL CANGURO

Cosa serve?

MATERASSI o TAPPETINI

Stendi i tappetini lungo una linea con spazi sempre più grandi e fai saltare i bambini da un'isola all'altra.

Prima li fanno provare con entrambi i piedi insieme, poi anche con un run-up(Corri e Salta)

Puoi anche sostituire facilmente i tappetini con pennarelli, linee, pittura con il gesso se non hai tappetini disponibili.

Regola gli spazi vuoti e la lunghezza degli ostacoli a seconda dell'età e delle dimensioni dei bambini.

Sfida 2: Salta su isole sempre più distanti

Stendi i tappetini lungo una linea con spazi sempre più grandi e fai saltare i bambini da un'isola all'altra.

Suggerimenti

La distanza per saltare sempre di più può essere un divario sempre crescente tra i tappetini o utilizzando tappetini sempre più lunghi per saltare.

Puoi anche dipingerlo sul pavimento con il gesso o usare il nastro adesivo.

Obiettivi

Focus principale: La differenziazione, l'adeguamento dei salti alle lacune sempre più grandi è migliorata.

Inoltre: Fisicità, forza in particolare e ritmo. Insegna ai bambini a usare le braccia per aumentare lo slancio e aiutare a saltare ulteriormente e anche a mantenere l'equilibrio.

Progressioni

Cerca di mantenere un modello coerente con i tuoi piedi o varia gli spazi tra i tappetini per aumentare la sfida o viceversa per renderlo più facile.