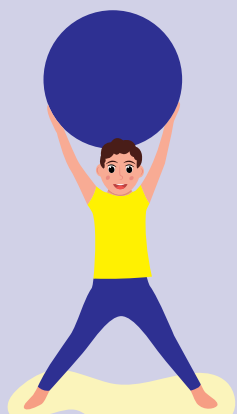




21



# "Gioco dell'Oca" della Ginnastica

**1** Alzati e siediti per 8 volte

**2** Tocca il pavimento porta le mani al soffitto per 5 volte

**3** Chi indovina l'animale avanza di 2 caselle!  
Chiedi agli altri giocatori di indovinare.  
Pensa ad un animale, imitane i movimenti.

**4** Fermo un giro!  
STOP

**5** squadra a gambe unite per 3 secondi

**6** Candela contando fino a 8

**7** Spaccata per 5 secondi

**8** Fermo un giro!  
STOP

**9** 2 salti della rana

**10** Capovolta

**11** Torna al via!  
Via

**12** 2 giri su te stesso

**13** Rattoppia!

**14** 1 salto gambe divaricate

**15** Cammina come una giraffa attorno al tavolo

**16** Un avversario ti dirà cosa fare

**17** Scegli una riga a terra e fai 8 salti a destra e sinistra

**18** Rattoppia!

**19** In equilibrio su una gamba, occhi chiusi, contando fino a 8

**20** Copia la posizione del disegno per 5 secondi

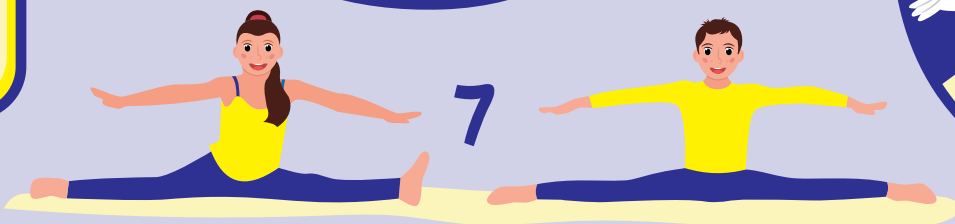
**21** Arrivo

**22** che passi sotto le tue gambe

**23** 3 coniglietti

**24** Un applauso al vincitore!

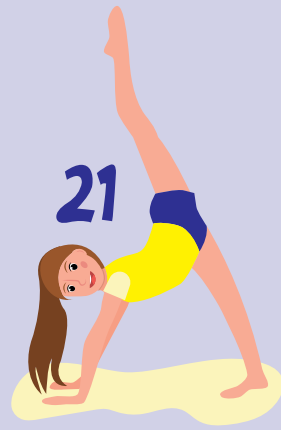
Suggeriamo di giocare con un solo dado



7



21



21



#adgrsiallenaacasa