

Acrobatica di gruppo – Lezione 1: Tu e io, insieme

Durante questa lezione, gli allievi svolgono dei giochi motori che comportano il contatto fisico. Inoltre, sono introdotti diversi esercizi per aumentare la tensione corporea, che sono una parte importante della lezione.

Condizioni quadro

- Durata della lezione: 45 minuti
- Livello scolastico: 6°-8° anno
- Livello di capacità: principianti
- Livello di apprendimento: acquisire



Obiettivi di apprendimento

- Afferrarsi senza timidezza, toccarsi e interagire con i compagni con riguardo
- Applicare in modo differenziato la tensione corporea

[Lezione 1: Tu e io, insieme](#) (pdf)

[Immagini: Prime acrobazie in coppia](#) (pdf)

Fonte: Corinne Spichtig, docente di movimento e sport all'Alta Scuola pedagogica di Berna



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP