

Tema del mese 03/2017: Acrobatica di gruppo III

Con gli allievi del livello secondario è possibile effettuare molte evoluzioni di acrobatica di gruppo interessanti e stimolanti. Il presente tema del mese chiude la serie «Acrobatica di gruppo».

L'acrobatica di gruppo permette di sperimentare insieme usando i movimenti del corpo. Le figure sono preparate, svolte e presentate a coppie o in gruppo. L'acrobatica di gruppo offre l'opportunità unica di raccogliere esperienze fisiche che non rientrano nei movimenti quotidiani e che possono diventare spettacolari.



Una particolarità di questi movimenti, a cui occorre portare particolare attenzione nell'insegnamento, sono i contatti fisici mirati e utili allo scopo finale. Per ottenere esperienze di successo, è fondamentale essere in grado di collaborare in modo funzionale con altre persone, in quanto coppia o gruppo. Fintanto che gli aspetti legati alla sicurezza (v. pag. 6) sono rispettati, non vi sono limiti per creare e provare nuove forme.

Insegnamento adeguato ai livelli e all'età

Questo tema del mese presenta idee per insegnare l'acrobatica di gruppo per il livello secondario. Prima di iniziare a mostrare e spiegare gli esercizi, occorre in particolare prendersi del tempo per osservare il gruppo e le sue particolarità affinché l'insegnamento diventi un'esperienza positiva.

Nella raccolta di esercizi, sono prima presentati esercizi e forme di gioco che richiedono la collaborazione tra gli allievi aiutandoli così ad abituarsi al contatto fisico. Segue una scelta di figure di acrobatica di gruppo dinamiche e statiche da provare e sperimentare.

Alla fine sono presentati compiti aperti che offrono spazio per presentazioni e creatività. Per alcuni esercizi, sono disponibili dei filmati. Per la figura «Stare in piedi sulle spalle» è proposta una sequenza metodologica che mostra tappa per tappa come arrivare alla forma finale e che permette a tutti gli allievi di fare esperienze positive (v. ultimo riquadro del sommario).

Tema del mese

- [Acrobatica di gruppo](#) (pdf)

Articoli

- [I giovani del livello secondario](#)

- Sfide e opportunità
- Obiettivi pedagogici
- Indicazioni per la sicurezza
- Aiutare e assicurare
- Sollevare, portare e tenere

Esercizi

- Per iniziare
- Acrobazie dinamiche
- Acrobazie statiche
- Forme creative e di presentazione
- Rituali conclusivi

Sequenza metodologica

- «Stare in piedi sulle spalle» (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO