

Acrobatica di gruppo III – Per iniziare: Direzione lavori

Gli allievi devono collaborare come se si trovassero su un cantiere durante questo esercizio basato sull'equilibrio e la corsa.

Formare dei gruppi da 3 a 5 allievi. Il capomastro (docente) dà agli allievi diverse indicazioni per costruire un edificio umano. Gli allievi cercano di costruire l'edificio rispettando le direttive.

Quale dei gruppi termina la propria opera per primo?

Esempi:

- Vorrei una costruzione in cui solo 3 mani e 2 piedi toccano il suolo.
- Solo 2 persone possono toccare il suolo.
- ... 1 schiena, 2 piedi, 2 mani.
- ... 4 mani, 4 ginocchia.
- ... ecc.



Fonte: Corinne Spichtig, Yann Krieger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO