Acrobatica di gruppo: Trasporto di un tronco d'albero

Un esercizio che favorisce il contatto fisico. Sette bambini sdraiati per terra rotolano nella stessa direzione trasportando con loro un compagno (il tronco d'albero).

Almeno 7 bambini si stendono per terra sulla pancia stretti uno vicino all'altro. Un bambino fa il tronco d'albero e si distende di schiena in perpendicolare sugli altri fino alla vita lasciando fuori le gambe. Dopo il segnale iniziano tutti a rotolare contemporaneamente in una direzione. Il «tronco d'albero» viene così spostato in avanti. Appena l'ultimo bambino è libero dal peso del tronco, corre in avanti e si riallaccia alla fila di bambini che rotolano.

Osservazione: Prima di trasportare il tronco d'albero, occorre esercitare il rotolamento in gruppo in una direzione senza carico. Per il trasporto con le mani, è necessario segnalare la fine dell'esercizio con un ordine. Il tronco viene spostato afferrandolo sotto le spalle con le mani.

Varianti

più difficile

I bambini stesi rotolano in una direzione. Invece di muovere una persona (tronco d'albero) trasportano un tappetino.

più facile

Il tronco d'albero viene trasportato sulle mani. Almeno 10 bambini sono stesi per terra a cerniera. Ovvero in due file, stretti, testa vicino a testa con le mani alzate. Il tronco d'albero si stende prudentemente con la schiena sulle mani e si lascia trasportare dall'altra parte.

Trasporto di un tronco d'albero varianti più facile

Video MediaPlayer (wmv) | Video Quicktime (mov)

Trasporto di un tronco d’albero varianti più difficile

Video MediaPlayer (wmv) | Video Quicktime (mov)