

Sport e handicap – Omogeneizzazione: La sfida dell'equilibrio

Le abilità motorie comparabili, come l'inclinazione della sedia a rotelle o stare in equilibrio su un monociclo, rendono possibile l'apprendimento in comune.

Sostenendosi a una parete o una sbarra, l'allievo A prova a stare in equilibrio sul monociclo. L'allievo B, in sedia a rotelle, cerca di inclinare la sua sedia. I due movimenti presentano le stesse sfide coordinative.

L'equilibrio può essere tenuto dando leggeri impulsi in avanti e indietro sulla ruota (sedia a rotelle) e sui pedali (per il monociclo). Durante i movimenti, gli allievi condividono le loro impressioni.



Variante

- La mano libera dell'allievo che si trova sul monociclo e una mano della persona in sedia a rotelle si toccano per un breve momento (battere le mani). Lanciarsi una pallina di giocoleria.

Osservazione: l'allievo sul monociclo può usare la spalla della persona in sedia a rotelle invece della parete. Spostarsi in avanti insieme (sedia a rotelle inclinata).

Materiale: monociclo

Fonte: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO