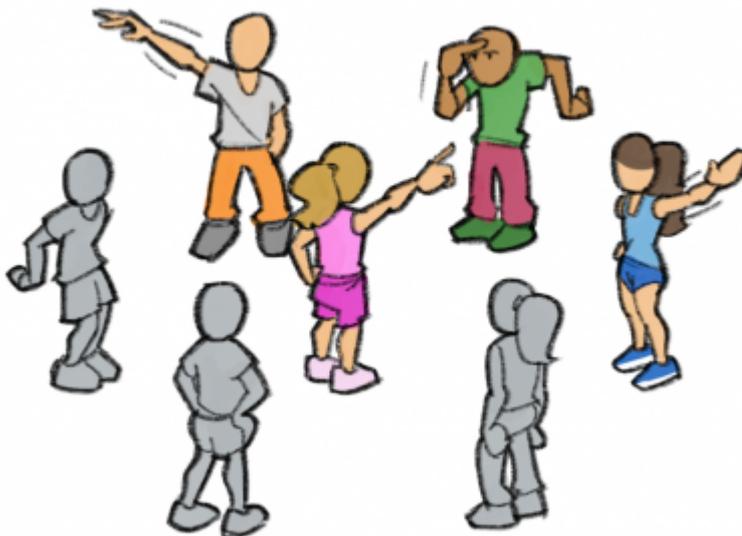


## Giochi di transizione – Con molto spazio: Aquila, marmotta e stambecco

Questo permette di rifornirsi di energia fresca. È molto apprezzato da grandi e piccini.



Gli allievi formano un cerchio. Un allievo è al centro del cerchio, nomina un animale e indica un compagno. Questo, così come i rispettivi vicini a sinistra e a destra, devono rappresentare immediatamente l'animale con i movimenti corretti:

- Marmotta: l'allievo al centro fischia, gli allievi a sinistra e a destra ascoltano appoggiando una mano dietro all'orecchio che si trova in direzione della marmotta.
- Aquila: l'allievo al centro ha una visione panoramica, facendosi ombra con la mano sopra gli occhi scruta l'orizzonte. Gli allievi a sinistra e a destra simulano dei movimenti di ali con il braccio a destra e rispettivamente a sinistra (parte esterna) dell'aquila.
- Stambecco: l'allievo al centro usa le braccia per imitare le corna di uno stambecco. Gli allievi a sinistra e a destra raspano a terra con il piede (piede vicino allo stambecco).

Chi compie un errore oppure reagisce troppo lentamente si deve spostare al centro del cerchio e a sua volta dare indicazioni.

## Variante

- Insieme alla classe, creare altri animali con i rispettivi movimenti per aumentare il numero di possibilità (animali possibili).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**