

Sport e inclusione – Due e più ruote: Balletto su due ruote

Gli allievi, durante questo esercizio, si spostano su delle ruote adeguandosi alla situazione.



Comporre una coreografia in gruppi di quattro fino a sei con biciclette, skateboard e pattini in linea. I gruppi si mostrano a vicenda il loro balletto. Quest'ultimo deve avere un'introduzione, una parte principale e un finale. Introduzione e parte finale vanno eseguite congiuntamente, la parte principale può essere strutturata singolarmente con i vari mezzi.

Esempio pratico: in un gruppo, c'è un ragazzo ipovedente, che deve essere affiancato da un compagno, in particolare nella presentazione individuale della parte principale. Ogni gruppo mostra agli altri il suo balletto

Adeguamenti in caso di disabilità

- **motoria:** non spostarsi all'indietro con la sedia a rotelle.
- **percettiva e comportamentale/cognitiva:** fornire idee per la composizione individuale della parte centrale – attenzione alla sicurezza.

Materiale: biciclette, skateboard, pattini inline

Informazioni generali in caso di disabilità

- **visiva:** concordare l'accompagnamento e i segnali; «Aaalt» fermarsi al massimo entro 10 m; «Alt» fermarsi entro 3 m; «Stoop» interrompere subito il percorso – pericolo!
- **uditiva:** attenzione ai giramenti di testa e ad eventuali disturbi dell'equilibrio. I veicoli provenienti da dietro non vengono percepiti – pericolo!
- **percettiva e comportamentale/cognitiva:** accompagnamento – valutazione dei pericoli e della velocità.
- **motoria:** consentire esperienze motorie scivolando, rotolando, viaggiando anche senza sedia a rotelle. «Imbottire» gli attrezzi – evitare i punti di pressione.

Fonte: «All'aperto con handicap – Schede outdoor PluSport». Ingold Verlag, CH-3360 Herzogenbuchsee. 2017



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO