

A scuola di coraggio – Rotolare e girare: Artisti di strada

Le capovolte e le altre figure acrobatiche hanno un carattere ludico che questo esercizio sfrutta appieno. I bambini hanno bisogno dell'aiuto dell'insegnante all'inizio.



Provare delle acrobazie con un compagno o più compagni: ad esempio lo stand su una panchina, evitando pressioni sulla colonna vertebrale.

Materiale: pista di tappetini

Fonte: [Baumann, H. \(2003\). A scuola di coraggio. Herzogenbuchsee: Ingold.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP