

Good Practice – Forme di base del gioco per Danze standard/latine: Altre forme – Un cerchio dietro l'altro

Tutto il gruppo si allena in contemporanea sulla coordinazione. Il gioco è molto adatto al riscaldamento.

I bambini e i giovani formano un cerchio e si prendono per mano. Infilano un cerchio in un braccio e devono fargli fare tutto il giro passandoci attraverso, senza mai lasciare la presa delle mani.



Variante

- Usare due cerchi uno di fronte all'altro, cercando di raggiungere quello opposto (anche con più di due cerchi)
- Cambiare direzione a un segnale
- Appendere un cerchio su ogni coppia di mani; tutti passano attraverso i cerchi in contemporanea, senza che questi si tocchino.

Materiale: Uno o più cerchi

Fonte: Wullschleger, N., Schaub, J., Schärer, S. (2024): Manual Tanzen Standard/Latein. Kinder und Jugendliche. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO