

Corpo, movimento e sport - Classe Seconda

Scheda n. I

Passaggi di serratifa in testa o caporiga di sinistra a destra nelle coppie in fila o in riga

1) Classe disposta per coppie legate per mano (in basso/in alto) in fila che camminano o corrono sul perimetro interno della palestra o dello spazio operativo all'aperto eseguendo al segnale.

- cambio di compagno (libero o precisato con serratifa in testa o viceversa capofila in coda).

Coppia serratifa in testa (uno guida lo spostamento e l'altro, legato, lo segue), al segnale cambio di ruolo con:

- passaggio dentro le coppie sottopassando il legamento;
- passaggio dentro le coppie sopraffassando il legamento;
- passaggio dentro e fuori dalle coppie rompendo il legamento;
- passaggio a zig zag tra le coppie.

DATA	NOTE

2) Classe disposta per coppie con fronte reciproca legate per mano a braccia avanti (in basso/in alto) su due righe che camminano lateralmente a passi successivi o incrociati o galoppiano lateralmente o corrono lateralmente a balzi incrociati sul perimetro interno della palestra o dello spazio operativo all'aperto eseguendo al segnale:

- cambio di compagno (libero o precisato con caporiga di destra della riga interna a sinistra o viceversa).

Coppia serratifa in testa (uno guida lo spostamento e l'altro, legato, lo segue), al segnale cambio di ruolo con:

- passaggio dentro le coppie sottopassando il legamento;
- passaggio dentro le coppie sopraffassando il legamento;
- passaggio dentro e fuori dalle coppie rompendo il legamento;
- passaggio a zig zag tra le coppie.

DATA	NOTE

Corpo, movimento e sport - Classe Seconda

Scheda n. 2

Giochi nelle coppie e nei piccoli gruppi di collaborazione e aiuto reciproco

1) Classe per coppie in fila con fronte corrispondente in spostamento libero nello spazio operativo, al segnale cambio di ruolo e poi di compagno con:

- uno eretto sostiene un piede del compagno che si sposta eretto saltellando sull'altro piede (cambio di gamba);
- uno sostiene un piede del compagno che si sposta con le mani e l'altro piede a terra in quadrupedia prona (cambio di gamba);
- uno sostiene un piede del compagno che si sposta con le mani e l'altro piede a terra in quadrupedia supina (cambio di gamba);
- uno sostiene entrambi i piedi del compagno che si sposta con le mani a terra in quadrupedia prona;
- uno sostiene entrambi i piedi del compagno che si sposta con le mani a terra in quadrupedia supina.

DATA	NOTE

2) Classe per coppie in fila con fronte corrispondente (e con uno bendato) in spostamento libero nello spazio operativo, al segnale cambio di ruolo e poi di compagno con:

- chi è davanti guida il compagno bendato che gli poggia le mani sulle spalle e cerca di capire le direzioni dalla posizione delle spalle;
- chi è dietro dirige il compagno bendato che gli sta davanti, tenendogli le mani sulle spalle e orientandole nelle diverse direzioni da prendere;
- gioco di caccia per coppie in cui quello dietro è bendato: chi è davanti cerca di dare paccate sul sedere a chi si trova bendato dietro nelle altre coppie, mentre cerca di evitare al proprio compagno bendato che si trova a rimorchio di ricevere molte pacche dalle altre coppie.

DATA	NOTE