

Esercizio

Creare insieme una sequenza di movimenti

Si tratta di un gioco con il dado in cui due gruppi di quattro persone lavorano allo stesso compito. Per ciascuna delle colonne indicate sotto, si tira il dado una volta. Il numero del dado determina l'elemento o l'attrezzo ausiliario.

Come combinare gli elementi delle colonne 1 e 2 con l'attrezzo ausiliario per creare una sequenza di movimenti? Dopo un periodo di preparazione nei gruppi predefinito, i risultati sono presentati agli altri. In seguito, si tira di nuovo il dado.

Lancio del dado 1

 e  [rotolare di lato](#)

 e  [candela piedi contro piedi](#)

 e  [sedersi sui piedi](#)

Lancio del dado 2

 e  [ruota da capoeira](#)

 e  [stand sulle mani](#)

 e  [bilanciarsi sui piedi in avanti](#)

Lancio del dado 3

 e  cassone

 Swissball

 anelli

 e  panchina

Materiale: dado, schede di lavoro e/o tablet, 2 cassoni, 2 palloni, 2 parallele, 2 strutture di anelli, 2 cavalletti, spalliera, tappetini