

IL ROTOLONE TRAVOLGENTE

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-la-coordinazione-motoria/multi-sport/rotolone-travolgente>

Cosa serve?

Fazzoletti, Musica

I bambini giocano a gruppi di 5; 3 bambini sono sdraiati al suolo a corpo teso, uno di fianco all'altro, a una distanza che consenta agli altri 2 bambini in piedi di fare lo slalom tra di loro.

Compito dei 3 bambini sdraiati è quello di rotolare tutti nella stessa direzione con braccia in alto e gambe unite e tese, mantenendo la velocità di rotolamento uguale a quella degli altri compagni rotoloni.

Essi rotoleranno verso la coppia di bambini che si trova in piedi ed i 2, per non essere travolti, si sposteranno facendo lo slalom: se il primo supera un rotolone spostandosi sulla destra, l'altro lo supererà passando a slalom alla sua sinistra.

I 2 giocatori si incroceranno più di una volta lungo i loro percorsi; nei punti di intersezione delle traiettorie, i componenti della coppia si scambieranno un fazzoletto.

Lo slalom tra i corpi rotolanti si interrompe momentaneamente quando i 2 bambini, non avendo più compagni-rotoloni davanti, dovranno sdraiarsi al suolo, come si erano sdraiati precedentemente i 3 compagni-rotoloni, e cominciare a rotolare nella loro direzione.

Nel momento in cui la coppia si sdraia a terra, i primi 2 componenti che erano al suolo si sollevano in piedi e fanno l'esercizio di slalom.

L'attività si ripete fino a che tutti avranno provato almeno una volta entrambi i ruoli

EVOLUZIONE DEL GIOCO

-Ripetere l'attività utilizzando la musica; ai bambini disposti al suolo sarà richiesta l'esecuzione di rotazioni in corrispondenza degli accenni principali della musica. A coloro che eseguono gli slalom sarà richiesta una corsa sincronizzata alla musica ed al compagno di coppia

-Alternare corsa in avanti e laterale o passo saltellato durante lo slalom

-Alternare allo slalom il superamento dei compagni che rotolano con un "salto del gatto" (stacco su un piede ed atterraggio sull'altro)