

MELA MARCIA

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-la-coordinazione-motoria/tradizionali/mela-marcia>

Cosa serve?

Fazzoletto

I giocatori, da 8 a 16 o più, formano un ampio cerchio.

Uno di essi rimane al di fuori del cerchio e, mentre corre all'esterno del cerchio formato dai compagni, lascia cadere un fazzoletto alle spalle di uno di essi.

Quest'ultimo, dopo aver raccolto il fazzoletto, deve rincorrere il compagno, cercando di prenderlo prima che vada ad occupare il posto lasciato libero.

Per assicurarsi che tutti i bambini partecipino al gioco, si può inserire la regola per cui chi "sta sotto" deve cambiare sempre l'avversario cui lasciare il fazzoletto

EVOLUZIONE DEL GIOCO

-Invertire i sensi di rotazione tra chi scappa e chi prende: quest'ultimo deve correre in direzione opposta a chi ha lasciato il fazzoletto

-Fare 2 giri prima di poter andare ad occupare il posto lasciato libero

-Dividere il gruppo in più cerchi con meno bambini, che giocano in parallelo

-Cambiare andature all'indietro, di lato con galoppo laterale...

-Partire da seduti o da sdraiati