

EQUILIBRIO

Finalità	Percezione del sé corporeo.
Adatto per	6/ 14 anni
Apprendimento previsto	Presa di coscienza del "peso corporeo".
Locali	Palestra
Materiali	Stereo + CD (sottofondo musicale).
Adulti	Un conduttore per ogni gruppo di 13 allievi.
Descrizione	Si forma una coppia: uno è il burattinaio e l' altro la marionetta. La marionetta è mossa da un filo immaginario tenuto dal burattinaio. Il filo parte dal centro della testa e tiene la marionetta in equilibrio spostandola in avanti, indietro, a destra, a sinistra. Se il filo viene tagliato, l'equilibrio viene a mancare e, per non cadere, la marionetta deve per forza spostare il peso del proprio corpo sulla gamba libera dal peso. In questo modo il corpo riacquista l'equilibrio su tutti e due i piedi, o sul piede destro, o sul piede sinistro.
Varianti	Stessa attività, non in coppia, ma individuale, da fermi.

Il burattinaio e la marionetta

