

La siepe

All'interno, infanzia (3-6 anni), fanciullezza (6-12 anni), adolescenza (> 12 anni), piccoli gruppi (meno di 15), grandi gruppi (più di 15), Per fare, Animazione teatrale, espressivo, con il corpo, ONLINE BANCADATI

Descrizione del gioco:

I partecipanti corrono sul posto cercando di muovere il più possibile gambe e braccia . Di fronte a ciascuna siepe immaginaria, l'animatore grida: "SIEPE!". Tutti i partecipanti insieme superano con un salto la siepe gridando "SIEPE!"

L'esercizio non va prolungato troppo. Cinque o sei siepi saltate sono largamente sufficienti. Occorre prevedere, a fine esercizio, un breve momento per recuperare la respirazione normale

Osservazioni:

Questo esercizio persegue i seguenti obiettivi:

- riscaldamento
- espulsione delle tensioni accumulate
- concentrazione del gruppo