

IL CORPO E LA SUA RELAZIONE CON LO SPAZIO E IL TEMPO

CLASSE PRIMA

LEZIONE N 7

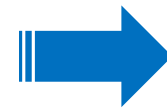
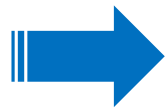
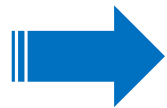
LABORATORIO: **LE BOLAS**



MATERIALE:

- **2 CALZE**
- **RISO**
- **PELLICOLA TRASPARENTE**
- **SPAGO O NASTRO COLORATO**





**METTI ALCUNI PUGNI
DI RISO SOPRA UN FOGLIO
DI PELLICOLA**

**CHIUDI BENE LA PELLICOLA,
FORMANDO UNA
PALLINA**

**INSERISCI LA
PALLINA NELLA CALZA**

**SPINGI LA PALLINA BENE
SUL FONDO DELLA CALZA E
FERMALA CON UN NASTRO**

LE TUE **BOLAS SONO PRONTE!!!**

**(SE VUOI PUOI ABBELLIRLE CON
ALTRI NASTRI COLORATI)**



E ORA SI GIOCA...

IL GIOCOLIERE

INIZIAMO UNA MANO ALLA VOLTA.
BRACCIO TESO, UTILIZZA SOLO IL POLSO
E LA PALLINA NELLA CALZA GIRA...



...GIRA AVANTI



...GIRA INDIETRO

**RICORDA... PER DIVENTARE BRAVISSIMI
SERVE TANTO ALLENAMENTO.**

**DEVI RIPETERE QUESTI MOVIMENTI TANTE TANTE VOLTE,
UN PO' CON LA MANO DESTRA E UN PO' CON LA MANO SINISTRA.**

**MANTIENI SEMPRE IL BRACCIO TESO
E LAVORA CON IL POLSO.**



SPERIMENTA E DIVERTITI!



**ATTENZIONE!
ASSICURATI CHE INTORNO A TE
CI SIA SPAZIO SUFFICIENTE PER FAR ROTEEARE
LE BOLAS**

ORA RILASSIAMOCI...

METTITI A TERRA, RANNICCHIATO...

SEI UN PICCOLO SEMINO...

PIANO PIANO IL PICCOLO SEME CRESCE, POCO ALLA VOLTA...

CRESCE, CRESCE FINO A TRASFORMARSI IN UN BELLISSIMO FIORE...

**E IL FIORE SI STIRACCHIA, FACENDOSI ACCAREZZARE DAI RAGGI
DEL SOLE E CULLARE DAL VENTICELLO PRIMAVERILE...**

