

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

**CLASSE SECONDA**

**LEZIONE N 5**

# IL RIGHELLO

OGGI TI DEVI TRASFORMARE IN UN RIGHELLO...



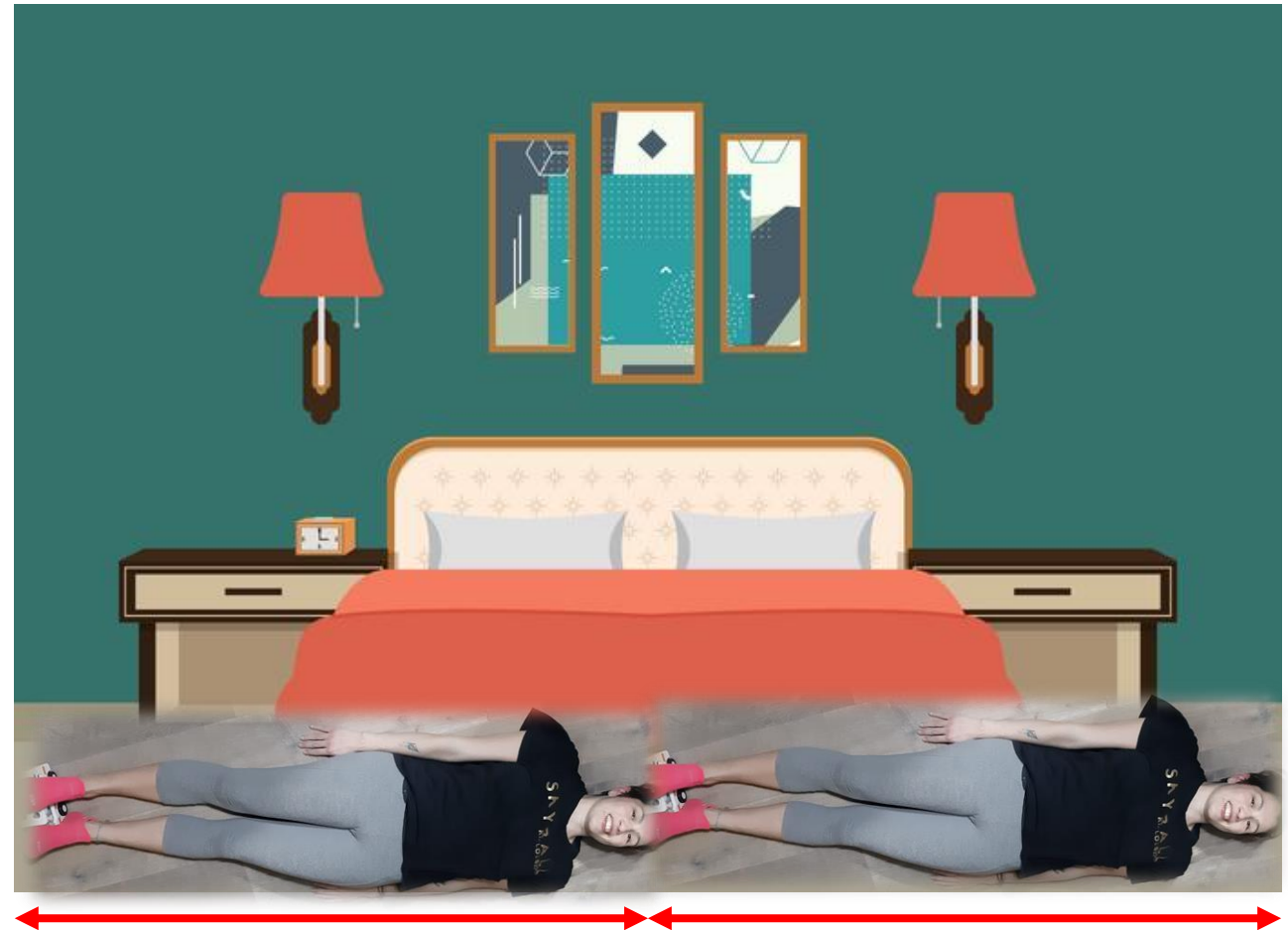
PUOI UTILIZZARE LA TUA  
**ALTEZZA**



OPPURE LA TUA **LARGHEZZA**  
(A BRACCIA APERTE, DA UNA MANO ALL'ALTRA)

ORA ARMATI DI CARTA, PENNA E DEL **RIGHELLO** (OVVERO IL TUO CORPO)  
E MISURA LE STANZE, IL CORRIDOIO, IL LETTO...

AD ESEMPIO LA MIA  
CAMERA DA LETTO  
È LARGA **2 ME**



# LA BOLLA DI SAPONE

SEI ALL'INTERNO DI UNA  
FRAGILISSIMA **BOLLA DI SAPONE**.

MUOVITI PER CASA CON LE BRACCIA  
LARGHE (MI RACCOMANDO, NON  
PUOI ABBASSARLE O PIEGARLE)  
E CERCA DI NON TOCCARE NULLA!

SE TOCCHI UN OGGETTO O UNA PERSONA  
LA BOLLA ESPLODE E A TE TOCCA UNA

**PENITENZA!!!**

OGNI VOLTA CHE ESPLODI  
CAMBIA PENITENZA



- STAI IN EQUILIBRIO SU UN PIEDE PER 20 SECONDI CON UNA MANO SULL'ORECCHIO E UNA SUL GINOCCHIO
- FAI 5 SALTII DOPO ESSERTI SDRAIATO CON LA PANCIA A TERRA OGNI VOLTA
- SIEDITI A TERRA E RIALZATI PER 10 VOLTE



**E ORA RILASSATI...**

**SDRAIATI,  
CHIUDI GLI OCCHI  
E IMMAGINA DI SOFFIARE  
LENTAMENTE TANTE BOLLE DI SAPONE**

**! RICORDA, RESPIRA LENTAMENTE...  
L'ARIA ENTRA DAL NASO ED ESCE DALLA BOCCA**

