



Disciplina - Categoria

POLISPORTIVO

Età dei giocatori

≥ 9 anni

Titolo

SPECCHIO

Materiale necessario

Nessuno

Spazio necessario/come organizzarlo

Qualsiasi tipo di terreno della dimensione sufficiente a contenere tutti i partecipanti sufficientemente distanziati gli uni dagli altri.

.....

Durata attività

10 ÷ 15 minuti

Spiegazione attività

Lo scopo è quello di imitare l'animatore che gli sta di fronte senza perdere l'equilibrio (pena la squalifica) come se fossimo la sua immagine riflessa allo specchio.

Si può fare -come versione più difficile- l'opposto dello specchio cioè simulare la realtà: se l'animatore di fronte a noi alza la destra anche noi alziamo la destra e non la sinistra come farebbe uno specchio; accumula una penalità chi riesce per ultimo all'adeguarsi allo specchio oltre a chi non vi riesce.