

49

- ○ ○ ○ ○ EXPRESIÓN VERBAL
- ● ● ○ ○ EXPRESIÓN CORPORAL
- ● ○ ○ ○ CREATIVIDADE
- ○ ○ ○ ○ VOCABULARIO
- ● ○ ○ ○ ESCOITA ACTIVA
- ● ○ ○ ○ TRABALLO EN GRUPO
- ○ ○ ○ ○ DIFICULTADE

8 ou máis participantes
15 minutos

Tipo remudas

Coordinación. Distensión

CARREIRAS

“Á VOLTA DA TABERNA”

MATERIAIS

Calquera obxecto sobre o que dar voltas unha persoa (por exemplo, uns paus...).

ESPAZO

Espazo amplo para correr.

DESCRICIÓN

Grupos de persoas colocadas tras dunha mesma liña.

É unha carreira de remudas normal.

A peculiaridade é que ao chegar ao outro extremo do campo e antes de regresar, os corredores deben dar voltas sobre si mesmos.

Isto fai que sintan un leve mareo no camiño de regreso.

A resistencia ao mareo dunhas persoas a outras pode variar enormemente.

Cómpre que a actividade sexa un xogo e non un suplicio. E evitar accidentes!

Para iso, convén non pasar de voltas.

VARIANTES

Variante 1. Pode indicarse un número xenérico de voltas -por exemplo tres- ou ir aumentando unha volta por cada corredor ou corredora.

Variante 2. Poden darse voltas antes de saír e ao chegar ao outro extremo realizar unha proba de habilidade (encestar unha canastra, enfiar unha agulla, estoupar un globo...).

