



# RECINTO ELETTRIFICATO A 3 LIVELLI

Élménypedagógia



8 - 20  
partecipanti



1-3 ore



all'aperto



lavoro di  
gruppo



## SCOPO

- COSTRUZIONE DI UN GRUPPO
- costruire la fiducia
- processo decisionale
- creatività corporea

## MATERIALI

- 3 funi di 10 metri (5 mm di diametro)

## PREPARAZIONE

I facilitatori devono trovare 2 alberi con i tronchi che possono essere abbracciati e che sono al massimo 6-8 metri di distanza l'uno dall'altro. Poi deve creare 4 spazi dal basso verso l'alto dove i partecipanti possono attraversare l'immaginario "recinto elettrico".

Preparare quel tratto di 3 corde parallele tra gli alberi a diverse altezze:

- una a 40 centimetri da terra
- uno all'altezza della vita e del torace dei partecipanti
- uno a livello della testa.
- Se si conosce il doppio chiodo di garofano, questo è un vantaggio, ma se non lo si conosce, si può anche usare qualsiasi tipo di nodo che allunga e fissa la corda sul tronco dell'albero.

Questa attività ha bisogno di 2 facilitatori, per motivi di sicurezza. Devono prestare maggiore attenzione ai partecipanti quando vengono sollevati o salgono: ci dovrebbe essere un facilitatore per ogni lato della recinzione per sostenere gli "ascensori", prestando particolare attenzione ad evitare che qualcuno atterri sulla testa o sul collo. Se vedete che non stanno facendo il sollevamento in sicurezza, fermateli e lasciate che ci provino ancora e ancora, finché non trovano un modo sicuro per farlo.

## INTRO

Questa attività è una sfida per i partecipanti ma anche molto divertente, devono attraversare una recinzione elettrica immaginaria con sollevamenti creativi del corpo.

# 3 PASSI:

1. Si inizia l'attività con il simbolo di una recinzione elettrica e che il gruppo deve attraversarla senza toccare le corde. Devono far attraversare la recinzione ad un certo numero di persone a determinati livelli:

- al livello più basso (il più facile) - 1 o 2 persone
- al livello basso - 2 persone
- al livello intermedio - 4 persone
- a livello della testa (la più difficile) - tutto il resto

2. Prima di iniziare, il facilitatore comunica le regole di sicurezza:

- Toccare - È importante comunicare ed essere consapevoli in anticipo di dove i partecipanti che vengono sollevati si sentono a proprio agio ad essere toccati
- Sollevare - dovrebbe essere fatto in modo fluido e sicuro, il che significa: con molta attenzione, con consapevolezza delle proprie azioni e lentamente. Quando si solleva in alto, diverse persone tengono la persona con le mani dal basso; la persona assume una postura da mummia - mani incrociate sul petto, corpo teso e assicurarsi che le persone siano pronte dall'altra parte per ricevere la persona sollevata.
- È vietato arrampicarsi sulle ossa (colonna vertebrale e ginocchio). È meglio non usare la schiena di qualcuno come sostegno. Si può chiedere ai partecipanti di posizionare i piedi a 10 cm dal ginocchio di una gamba piegata (90 gradi) - a metà coscia, verso l'anca del partecipante di sostegno.

3. (40 min) Il gruppo inizia l'attività, se qualcuno tocca le corde, l'intero gruppo deve iniziare l'attività dall'inizio e ci riesce quando tutti i partecipanti riescono ad attraversare il campo elettrico senza toccare le corde.

4. Il facilitatore riunisce il gruppo in cerchio per condividere e riflettere sull'esperienza...

## RIFLESSIONE:

Quanto ti sei sentito sicuro/affidato durante l'attività?

Qual è stato il suo processo di successo?

In che modo questa attività sostiene il vostro gruppo e la vostra capacità di recupero individuale?

Quali risorse avete scoperto a questo scopo?

## COMMENTI:

Potete variare il numero di partecipanti che attraversano i diversi livelli a seconda della forma fisica dei vostri partecipanti.

RECINTO ELETTRIFICATO  
A 3 LIVELLI

