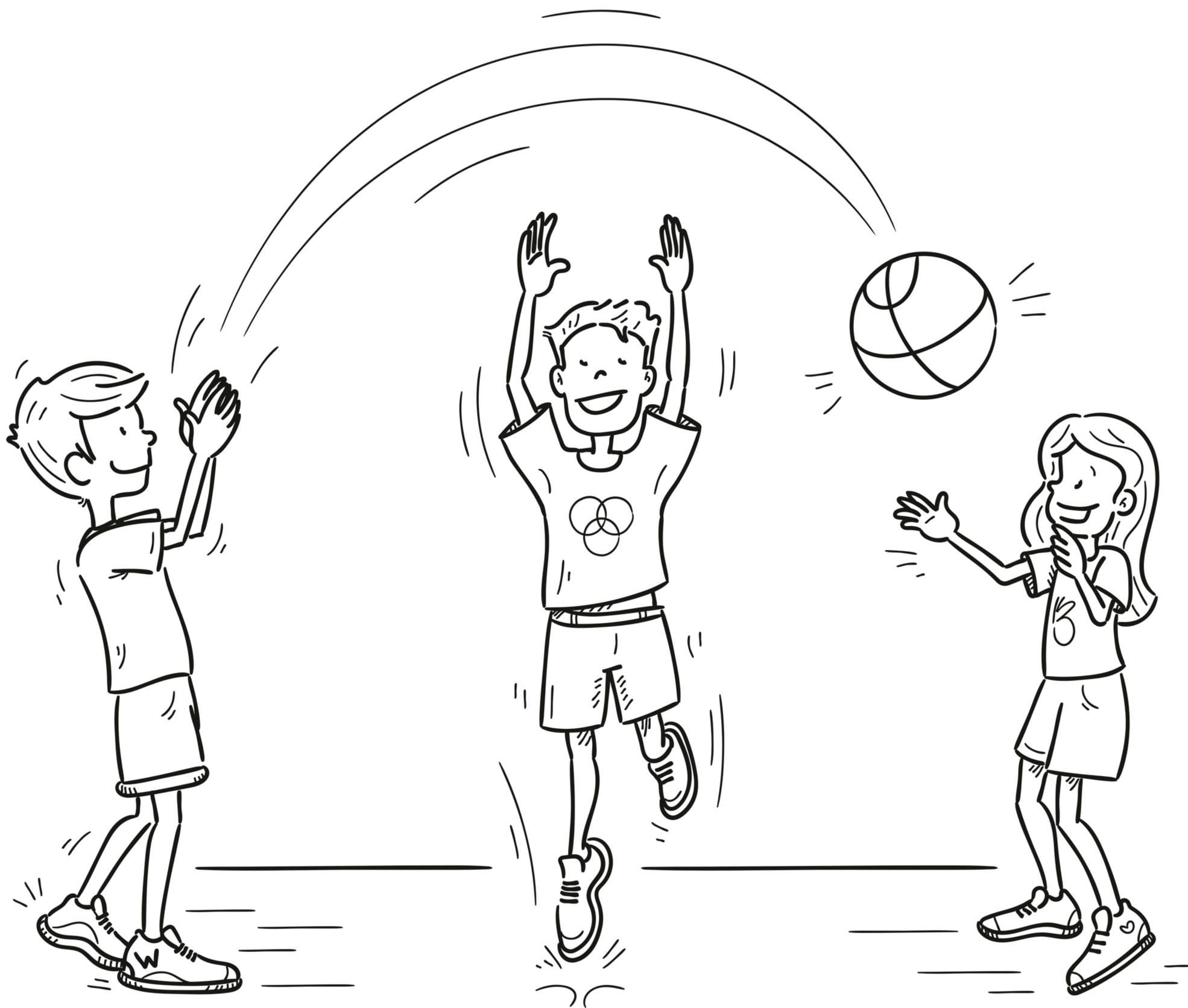


Roberto Poggi

Ginnastica 4^a/5^a



Guida didattica di educazione motoria
per l'insegnante della scuola primaria

©Pianetabambini Editori
ISBN 979-12-80300-32-4

SUGGERIMENTI

Gli esercizi di ginnastica proposti in forma di gioco sono il frutto di vent'anni di esperienza di insegnamento con i bambini. Esulano da rigidi protocolli di lavoro, per lasciare che i ragazzi abbiano la possibilità e la gioia di sperimentare ogni movimento, nuovo o già vissuto, in modo da vivere completamente e soggettivamente l'esperienza motoria.

Il ruolo dell'insegnante è fondamentale nel guidarli, ma, per essere efficace, il suo intervento dovrà essere "limitato".

Abbiamo dato soltanto per alcuni giochi durate e regole rigide. Per lasciare che ogni gioco duri il tempo necessario, l'insegnante potrà regolarsi in base alle reazioni dei bambini e alle interpretazioni che essi daranno alle diverse situazioni proposte.

La sperimentazione è alla base dei giochi, quindi non sarà necessario che l'insegnante corregga o modifichi le posture.

In queste schede i giochi sono più strutturati e sarà richiesto ai bambini di eseguire in situazioni più precise ciò che nelle classi precedenti hanno liberamente sperimentato.

Si introducono quindi delle limitazioni di tempo e sarà utile una minor tolleranza sui margini di "errore".

Gli obiettivi sono permettere ai bambini di affinare i movimenti, migliorare la consapevolezza motoria e aiutarli ad appropriarsene sempre di più.

La funzione dell'insegnante quindi sarà quella di fornire un aiuto esterno, per guidare gli allievi nel loro percorso di crescita motoria, adeguando di volta in volta i tempi, le regole, gli spazi a disposizione e le modalità di esecuzione dei giochi, per garantire a ogni allievo, durante ogni esperienza, il massimo risultato possibile.

L'autore **Roberto Poggi**, laureato in Scienze motorie e sportive, personal trainer esperto in allenamento funzionale e ginnastica posturale, Mental coach, Operatore pilates, è stato per oltre 20 anni insegnante di giochi di motricità nella Scuola dell'infanzia e nella Scuola primaria.

Indice

• ASSALTO AL CASTELLO	3
• SALVO, QUASI SALVO, COLPITO!	4
• ATTENZIONE AGLI ACULEI	5
• PIRATI E TESORI	6
• PROTEGGI I TESORI	7
• DOMA IL CAVALLO	8
• LA PINZA	9
• IL CONFINE	10
• LANCIO E SEGUO	11
• ATTENZIONE ALLA CODA	12
• I GRILLI NEL PRATO FIORITO	13
• LE CATAPULTE	14
• BOWLING	15
• LO SPECCHIO MAGICO	16
• PALLONCINI GONFI E SGONFI	17
• IL TUFFO NEL VUOTO	18
• IL FULMINE IMPAZZITO	19
• SCHIACCIA IL COLORE	20
• IL MURO	21
• LA RETE	22
• IL LABIRINTO	23
• I CINQUE PERCORSI	24
• SACCHI DI SABBIA	25
• LE QUATTRO TORRI	26
• LANCIA E CAMBIA	27
• SCHIACCIO, MI SDRAIO, RIPRENDO! ..	28
• LA STAFFETTA DELLE CATENE	29
• LE MANDRIE DI BUFALI	30
• LA RAGNATELA	31
• LE STAFFETTE DEL SOFFIO	32



ASSALTO AL CASTELLO

OBIETTIVO



Schemi motori di base, agilità, rapidità, orientamento.

INFO



- **Come?** Tutti in ruoli diversi.
- **Materiali:** tappeti, conetti, panchine, borse, tappeti, cubi, fitball, palloni.

- L'insegnante delimita una zona della palestra con tappeti e ostacoli, costruendo un castello munito di torri e portone centrale. All'interno di un'area posta sul lato corto della palestra fa posizionare 8 bambine e bambini, che saranno i difensori del castello. Nello spazio rimanente della palestra, l'insegnante dispone conetti, panchine, borse, tappeti, cubi, fitball, palloni.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



X = DIFENSORI

O = ASSALITORI

SALVO, QUASI SALVO, COLPITO!

OBIETTIVO



Schemi motori del correre, saltare, lanciare ed afferrare; agilità, forza, orientamento nello spazio.

INFO



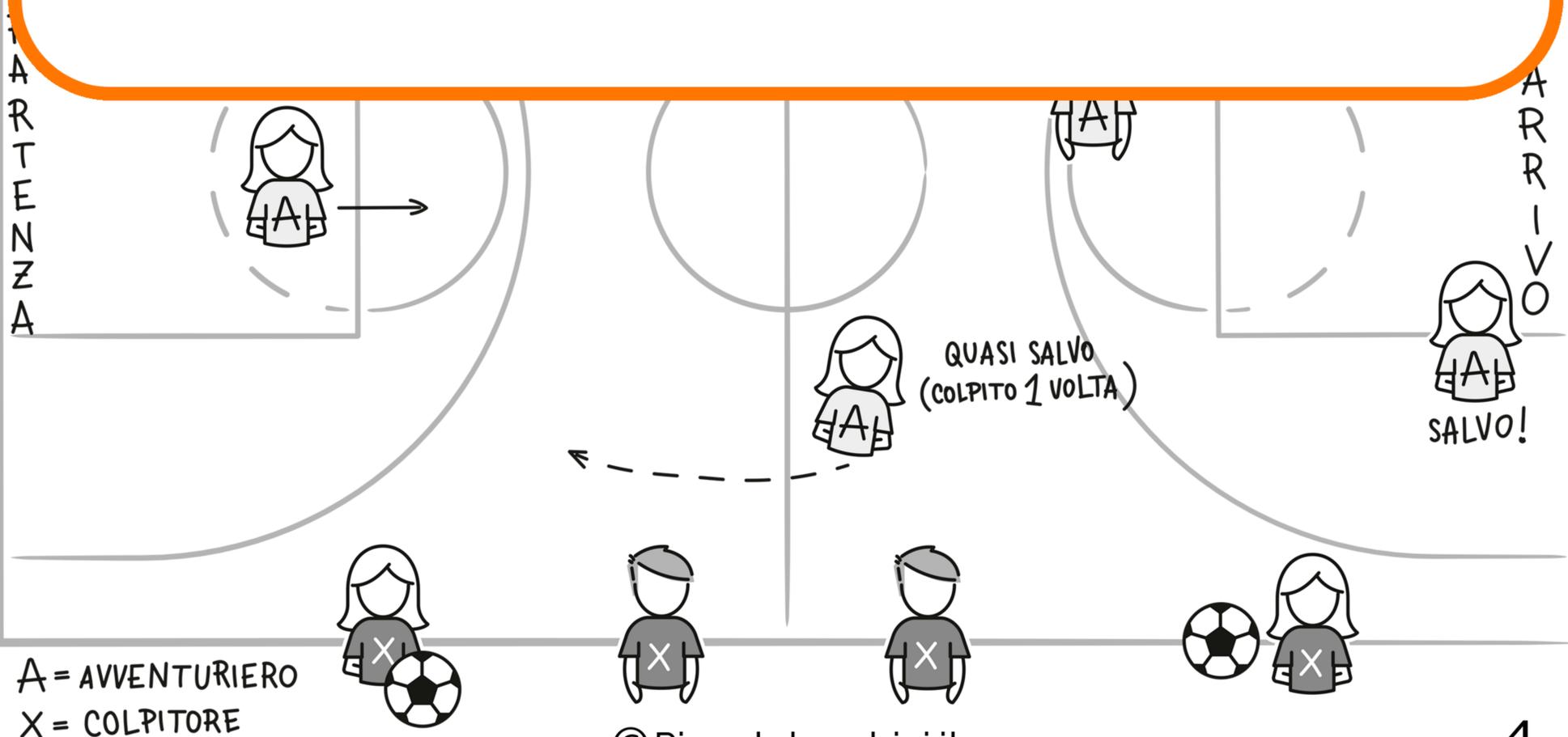
- **Come?** A squadre.
- **Materiali:** nastro di carta, palloni.

- L'insegnante racconta la storia di 10 avventurieri che devono attraversare una strada impervia e piena di trappole rappresentate da pietre rotolanti e buche. Di seguito, traccia a terra con del nastro di carta 2 righe parallele, lunghe quasi quanto la lunghezza della palestra. All'inizio e alla fine di questa "strada" si trova-

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



ATTENZIONE AGLI ACULEI

OBIETTIVO



Coordinazione oculo-manuale, presa fine, agilità.

INFO



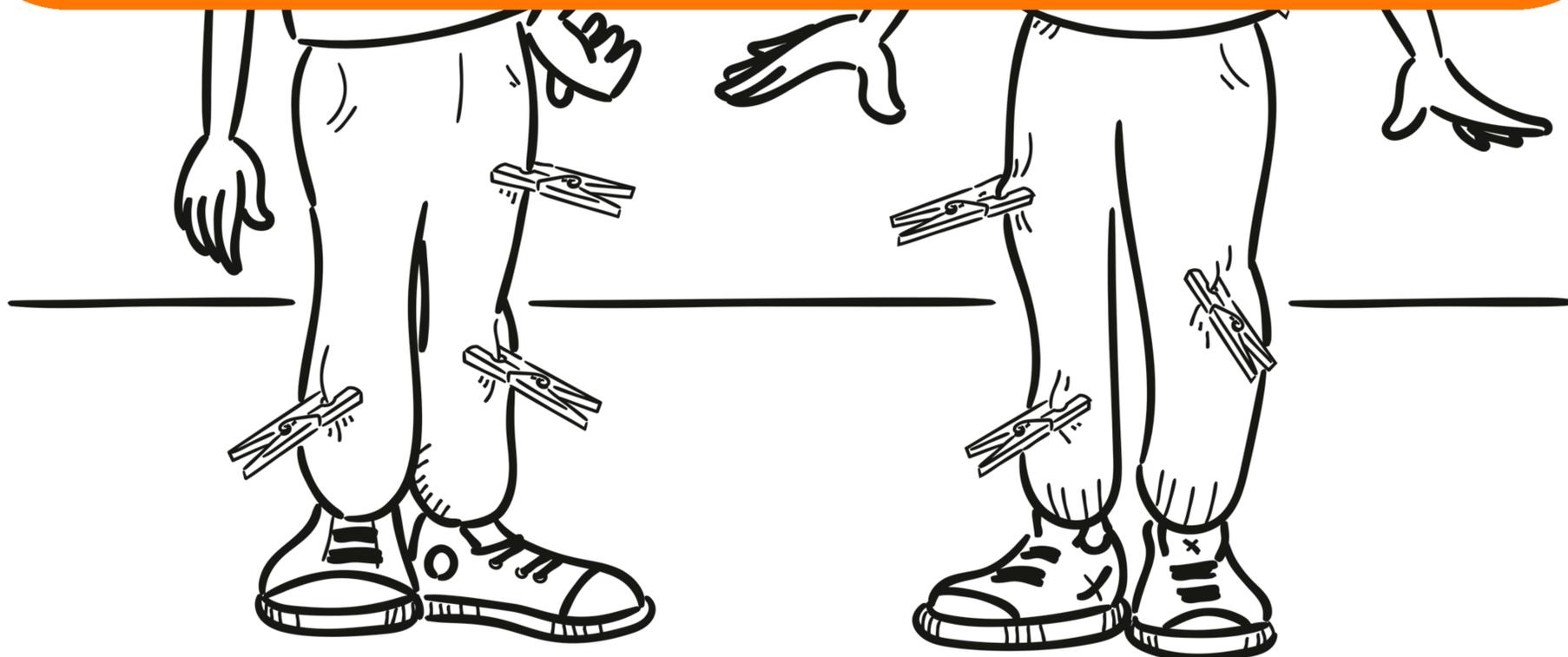
- **Come?** A coppie.
- **Materiali:** mollette da bucato.

- L'insegnante distribuisce le mollette a tutti gli allievi/e (dandone circa 7 a testa). Divide la classe a coppie e le dispone per tutto lo spazio a disposizione, poi invita gli allievi a mettersi tutte le mollette attaccate al corpo (sulle spalle, sulle braccia, sulle gambe, sul busto...) per diventare tanti istrici con gli aculei.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



PIRATI E TESORI

OBIETTIVO



Lavoro di squadra, schema motorio della corsa o del tipo di movimento scelto (correre, gattonare, strisciare) rapidità, orientamento nello spazio.

INFO



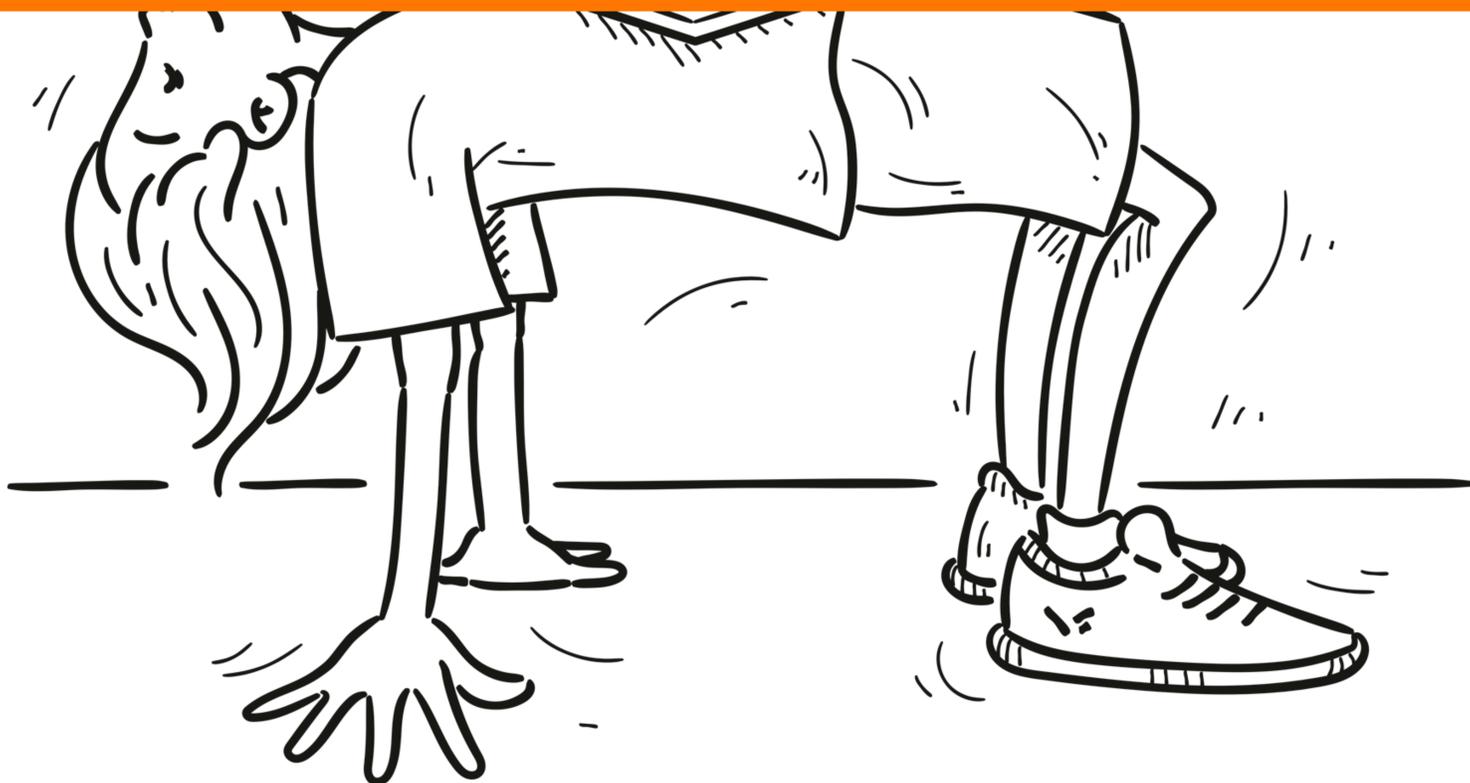
- **Come?** A squadre.
- **Materiali:** oggetti di colori diversi.

- L'insegnante dispone tanti oggetti colorati nella palestra, descrivendoli come tesori preziosi dal valore diverso. Attribuisce agli oggetti gialli, che rappresentano l'oro, 5 punti; a quelli azzurri, che sono d'argento, 4 punti; a quelli rossi, che sono d'oro, 3 punti; a quelli verdi, che sono d'oro, 2 punti; a quelli neri, che sono d'oro, 1 punto.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



PROTEGGI I TESORI

OBIETTIVO



Agilità, rapidità, coordinazione generale, lettura della situazione.

INFO



- **Come?** A squadre.
- **Materiali:** sedie, panchine.

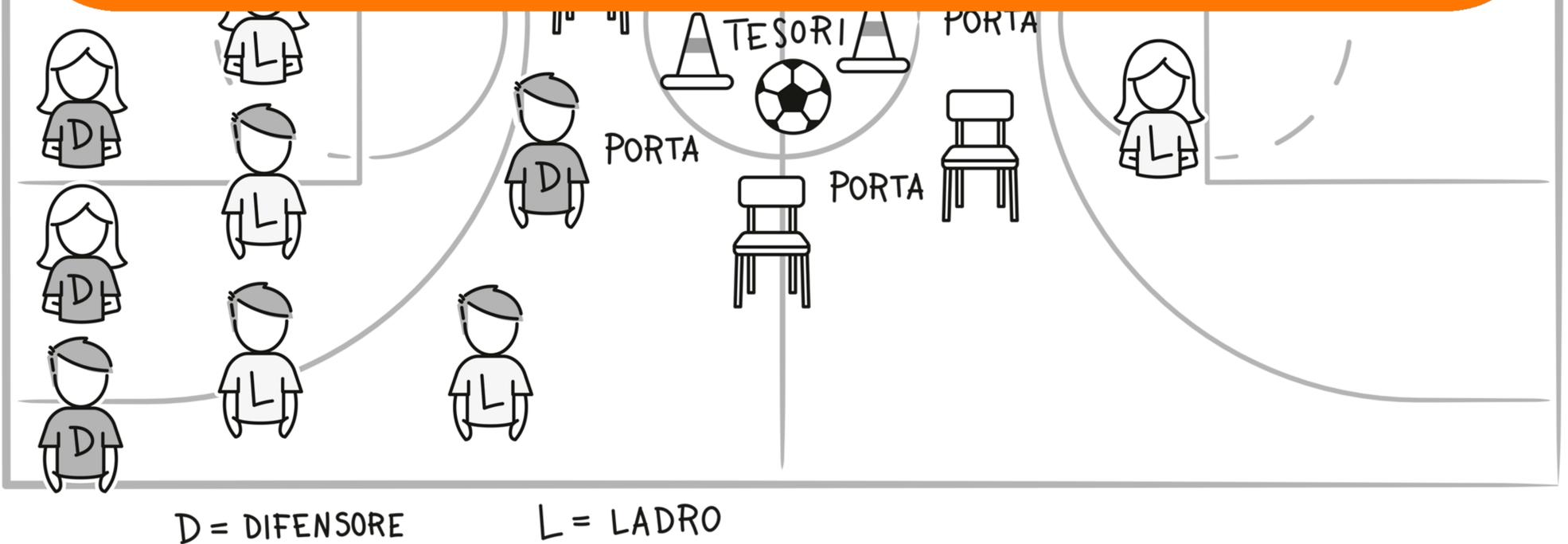
- Al centro della palestra, l'insegnante disegna un cerchio grande almeno 6 metri di diametro, utilizzando delle sedie o panchine. Sulla circonferenza lascia 5 spazi aperti, che rappresentano le porte di accesso alla torre dei tesori.

Poi dispone 3 difensori della torre all'esterno della circonferenza e 3 ladri più

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



DOMA IL CAVALLO

OBIETTIVO



Agilità, forza, coordinazione generale.

INFO



• **Come?** A coppie.

- L'insegnante divide la classe a coppie e le dispone sparse per la palestra. Un componente della coppia è il cavallo e sta in piedi a 4 zampe, mentre il compagno in piedi è il domatore.

Al Via il domatore deve riuscire a salire in groppa al cavallo per domarlo.

Questa è una coppia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



LA PINZA

OBIETTIVO



Forza.

INFO



- **Come?** A coppie.
- **Materiali:** palloni.

- L'insegnante divide la classe a coppie e distribuisce un pallone a ogni coppia. Stando sdraiati a terra, i membri della coppia devono afferrare contemporaneamente la palla con le mani, come se fossero due pinze.

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

 APPUNTI DELL'INSEGNANTE

.....

.....

.....

.....

.....

IL CONFINE

OBIETTIVO



Agilità, collaborazione e lavoro di squadra, rapidità.

INFO



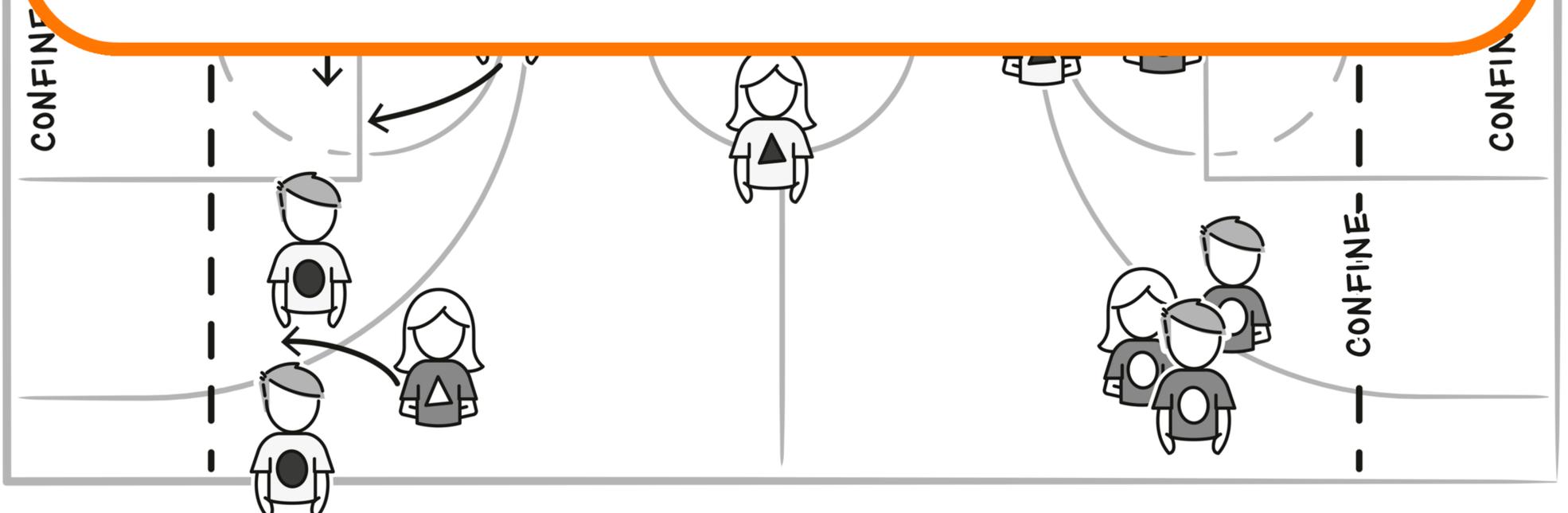
- **Come?** A squadre.
- **Materiali:** nastro di carta.

- L'insegnante divide la palestra in 3 zone con un nastro di carta a terra: 2 sono uguali e si trovano sui lati opposti della sala, chiamati confini; 1 zona più grande sta al centro ed è chiamata terra di nessuno. Poi divide la classe in 2 squadre e le dispone nelle zone confine. L'insegnante chiede alle squadre di scegliere 4

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



▲ INTRUSI SQUADRA 1
● DIFENSORI SQUADRA 1

△ INTRUSI SQUADRA 2
○ DIFENSORI SQUADRA 2

LANCIO E SEGUO

OBIETTIVO



Lanciare, afferrare, orientamento nello spazio, visione d'insieme del gioco, agilità.

INFO



- **Come?** In gruppo.
- **Materiali:** palloni (per la *seconda variante*: pettorine)

- L'insegnante dispone la classe in ordine sparso nella palestra, poi dà a 4 bambine e bambini un pallone a testa. Al Via, i possessori dei palloni devono lanciarli a un compagno e, correndo, andare a prenderne il posto. Nel frattempo, chi riceve il pallone deve spostarsi da un posto a un altro. Nel frattempo, chi riceve il pallone deve spostarsi da un posto a un altro.

Questa è una copia dimostrativa.
Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



LA CLASSE È DISPOSTA IN ORDINE SPARSO NELLA PALESTRA.
I PALLONI SONO DATI A 4 BAMBINI CHE DOVRANNO LANCIARLI AI COMPAGNI E SEGUIRE IL PASSAGGIO, CORRENDO NEL POSTO DI CHI RICEVE IL PASSAGGIO

Prima variante: l'insegnante distribuisce a 5 allievi una pettorina. Le pettorine indicano che non si può prendere il posto di quel bambino o bambina dopo avergli lanciato la palla.

Seconda variante: tutta la classe indossa una pettorina, metà di un colore e metà di un altro. I passaggi possono essere fatti solo tra pettorine dello stesso colore.

ATTENZIONE ALLA CODA

OBIETTIVO



Preso fine, agilità, rapidità, coordinazione oculo-manuale, orientamento nello spazio.

INFO



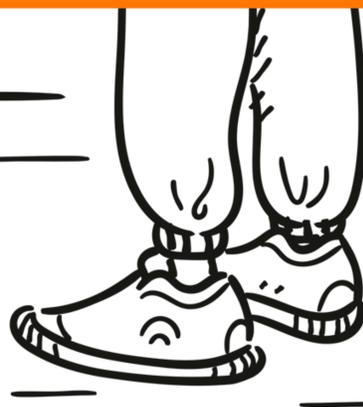
- **Come?** In gruppo con ruoli diversi o a squadre.
- **Materiali:** corde colorate.

- L'insegnante distribuisce a metà classe delle corde colorate e mostra a chi le riceve come indossarle: piega in quattro ogni corda e infila un estremo della mini corda nella vita dei pantaloni dietro la schiena, come se fosse una coda. Al via, chi è senza coda deve cercare di

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



Variante: l'insegnante divide la classe in tre squadre. Metà componenti di ogni squadra hanno la coda, gli altri sono dei cacciatori che devono rubare la coda alle squadre avversarie. Prima di riprendere la caccia, chi riesce a rubare una coda deve prima portarla nella "tana" della sua squadra. Vincerà la squadra che ruberà più corde avversarie.

I GRILLI NEL PRATO FIORITO

OBIETTIVO



Lancio, forza, coordinazione oculo manuale, schema motorio dell'afferrare.

INFO



- **Come?** In gruppo.
- **Materiali:** palloni.

- L'insegnante dispone bambine e bambini seduti nella palestra in ordine sparso. Poi dice a tutti di trasformarsi in fiori colorati, di diverse forme e dimensioni. Distribuisce a cinque bambine o bambini un pallone. I bambini devono passarsi il pallone tra loro, trasformandosi in un fiore.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



LE CATAPULTE

OBIETTIVO



Forza, precisione, presa, lancio.

INFO



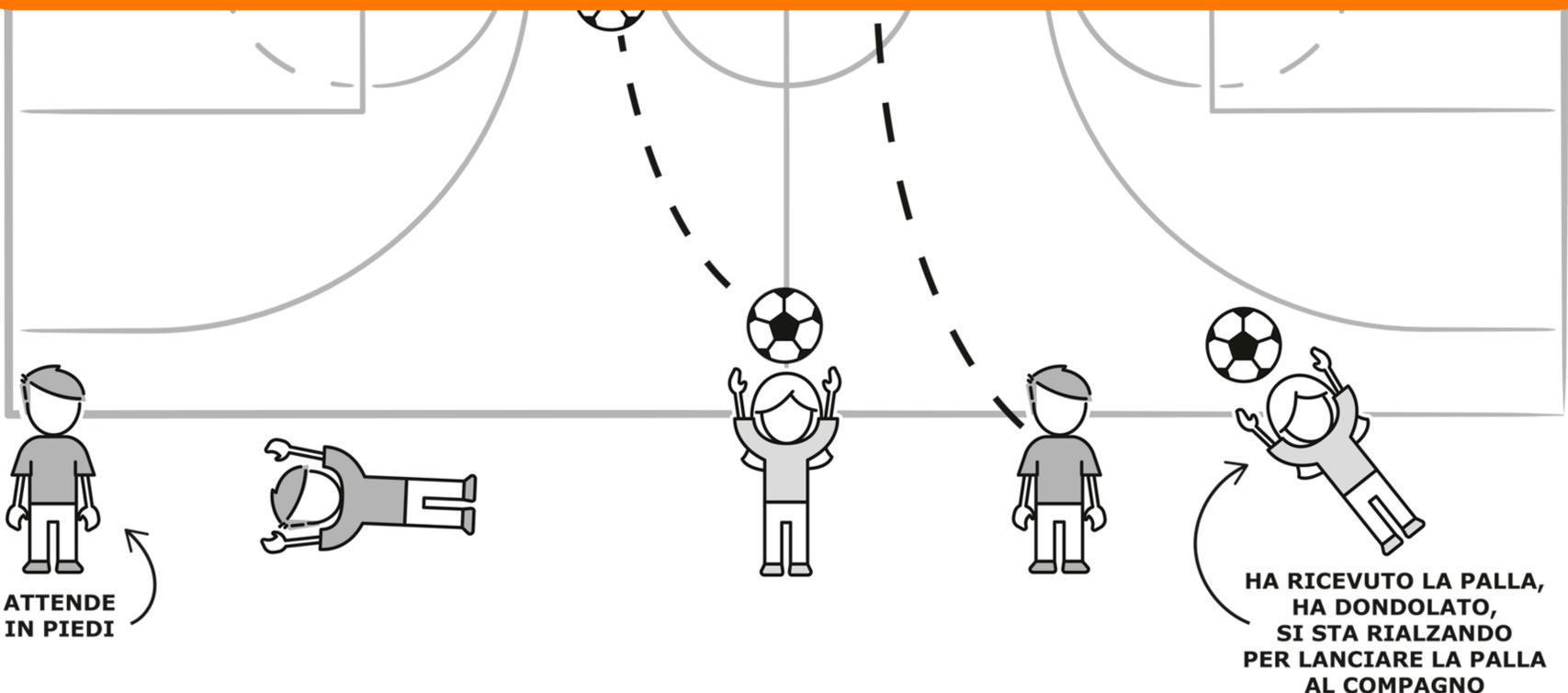
- **Come?** A coppie.
- **Materiali:** palloni.

- L'insegnante dispone la classe a coppie su due righe poste sui due lati della palestra, in modo che ogni bambina o bambino abbia un compagno di fronte. Poi distribuisce a metà dei bambini un pallone. I bambini che ricevono il pallone non devono essere necessariamente sulla stessa riga, ma due bambini della stessa riga.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



BOWLING

OBIETTIVO



Precisione, agilità, forza, coordinazione generale.

INFO



- **Come?** A squadre.
- **Materiali:** palloni.

- L'insegnante divide la classe in due squadre e distribuisce a ognuna quattro palloni, che serviranno per giocare a bowling. Le squadre devono disporsi una di fronte all'altra sui lati opposti della palestra.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

LO SPECCHIO MAGICO

OBIETTIVO



Osservazione,
coordinazione generale,
tutti gli schemi motori, attenzione.

INFO



• **Come?** In gruppo.

- L'insegnante dispone tutta la classe in ordine sparso in una metà della palestra e si mette dall'altra parte di fronte a loro, poi spiega che tutti dovranno copiare ogni suo movimento, come se si trovassero davanti a uno specchio.

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

PALLONCINI GONFI E SGONFI

OBIETTIVO



Conoscenza della respirazione, interpretazione e immedesimazione, orientamento nello spazio.

INFO



• **Come?** In gruppo con ruoli diversi.

Preparazione

Imparare a osservare fin da piccoli le reazioni di corpo e mente durante la respirazione è molto utile. L'insegnante spiega alla classe l'importanza della

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

Al Via, gli alunni devono gonfiarsi e diventare il più grande possibile e, a quel punto, i palloncini gonfi devono muoversi per lo spazio a disposizione, imitando il movimento di un palloncino libero in aria.

Quando, dopo un tempo prestabilito, l'insegnante dice ai palloncini di sgonfiarsi e tornare a terra, bambine e bambini si dovranno muovere velocissimi (come palloncini che si sgonfiano senza controllo), poi adagiarsi nuovamente a terra, in attesa che il signor Palloncione torni a gonfiarli.

IL TUFFO NEL VUOTO

OBIETTIVO



Consapevolezza corporea, fiducia in se stessi e nei compagni.

INFO



- **Come?** In gruppo con ruoli diversi.
- **Materiali:** conetti, sedia o panchina, tappeto.

- L'insegnante dispone dei conetti sul pavimento formando una strada, alla fine della strada mette una sedia grande o una panchina attaccata a un tappeto grande e molto spesso, tipo quello del salto in alto. La strada non deve essere lunga, ma avere almeno tre curve prima di concludersi con la sedia.

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

Poi l'insegnante dice alla classe di disporsi in fila per uno.

Il primo della fila deve stare di fronte alla strada con gli occhi chiusi.

Al Via, l'insegnante guida il primo della fila con la voce fino alla sedia, poi lo invita a salire sulla sedia: a questo punto, l'insegnante fa girare l'alunno/a con la schiena rivolta verso il grande materasso e lo invita a lasciarsi cadere nel vuoto sul materasso, senza aprire gli occhi.

Dopo il salto nel vuoto, l'alunno/a apre gli occhi, si alza e guida il secondo alunno verso la sedia, come in precedenza ha fatto l'insegnante con lui/lei.

Poi, il secondo alunno fa lo stesso con il terzo e così via fino alla fine.

Bambine e bambini che hanno già sperimentato sia il tuffo sia la guida si rimettono in fila e ripetono tutto per un altro giro, così si formeranno delle coppie diverse perché nel secondo giro l'insegnante non guiderà nessuno.

Il gioco finisce quando tutti hanno svolto due giri.

IL FULMINE IMPAZZITO

OBIETTIVO

Orientamento, rapidità, agilità, collaborazione.

INFO

- **Come?** Uno contro tutti.

- L'insegnante sceglie un fulmine impazzito.

Il resto della classe si dispone in ordine sparso per tutta la palestra.

L'insegnante chiede agli alunni di immaginare di trovarsi all'interno di un

Questa è una copia dimostrativa.
Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.
©Pianetabambini.it

.....
.....
.....
.....
.....
.....

SCHIACCIA IL COLORE

OBIETTIVO

Coordinazione oculo-manuale, attenzione, rapidità.

INFO

- **Come?** In gruppo.
- **Materiali:** cerchi di 4 colori, palloni.

- L'insegnante dispone a terra dei cerchi colorati, possibilmente di quattro colori (verde, rosso, blu e giallo).

Poi distribuisce un pallone a ognuno.

Questa è una copia dimostrativa.
Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.
©Pianetabambini.it

.....

.....

.....

.....

.....

.....

IL MURO

OBIETTIVO



Destrezza, precisione, controllo corporeo.

INFO



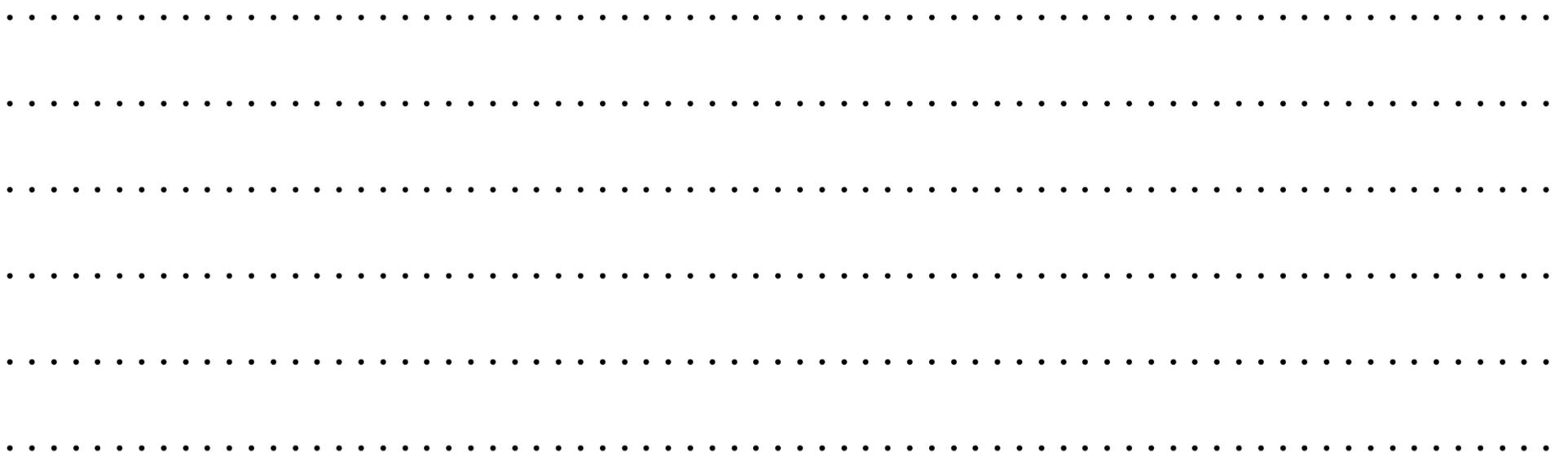
- **Come?** Uno contro tutti.
- **Materiali:** nastro di carta, palloni.

- L'insegnante sceglie una bambina o un bambino che diventa il cannoniere. Poi invita tutti gli altri a disporsi sul lato lungo della palestra, formando un muro. L'insegnante traccia una linea a terra con del nastro di carta a circa 5 metri dal

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



LA RETE

OBIETTIVO



Agilità, collaborazione, controllo corporeo.

INFO



• **Come?** All'inizio tutti contro 4, poi tutti contro tutti.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

• Questo gioco è la rivisitazione del gioco dello "sparviero". L'insegnante dispone 4 bambine e bambini al centro di ogni lato della palestra e fa mettere il resto della classe al centro della palestra. L'insegnante spiega che i lati della palestra sono i lati di una rete da pesca e che in mezzo alla rete ci sono

to
A
c
s
C
n
C
C
c
C
le
n
Il
M
Il
n
c
M
In
han
quando sono da soli uno per lato, sia quando dovranno unirsi ai pesciolini catturati per muoversi coordinati verso il centro della palestra senza lasciare spazi vuoti percorribili dai pesciolini liberi per scappare. Inoltre, l'insegnante deve osservare la capacità degli alunni di reagire a una situazione di stress, procurata dalla riduzione progressiva dello spazio libero a disposizione per scappare; l'insegnante deve osservare soprattutto la loro capacità di passare dal ruolo di preda a quella di cacciatore, dove dovranno sfruttare l'esperienza appena vissuta (preda) per catturare gli altri pesciolini. Ogni situazione di stress, se ben modulata e diretta senza creare ansia o eccessiva competizione, porta alla crescita del bambino; in questo caso, allo sviluppo delle capacità di collaborazione, decisionale (scegliere una via di fuga nel minor tempo possibile) e, aspetto da non sottovalutare, la capacità di sfruttare una seconda possibilità imparando da un errore precedente o da una situazione sfavorevole.

IL LABIRINTO

OBIETTIVO



Orientamento nello spazio,
collaborazione.

INFO

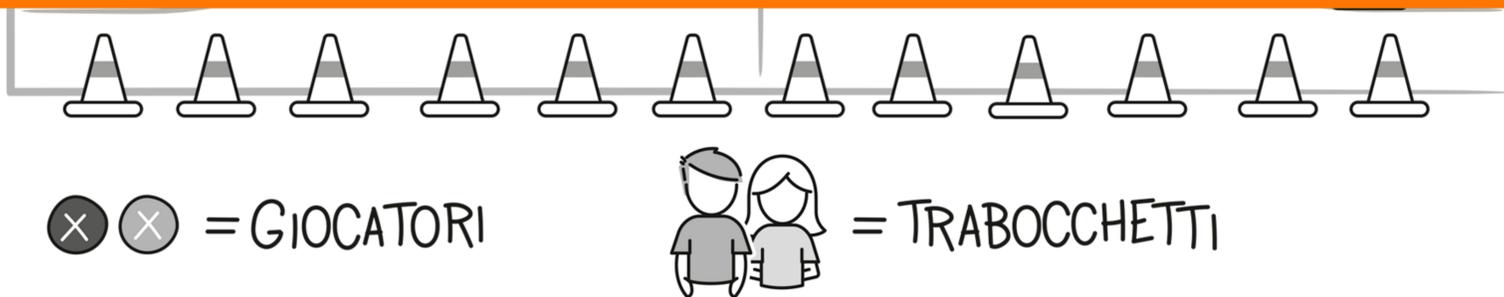


• **Come?** In coppia, a turno.

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



Nota: l'insegnante dovrebbe disegnare prima il labirinto per avere ben chiaro il posizionamento dei muri, compresi i trabocchetti. Non deve però modificarlo durante il gioco: i "muri trabocchetto" si spostano, ma come previsto nel disegno iniziale. L'insegnante dà un tempo limite per uscire. Se la coppia, scaduto il tempo, non sarà riuscita a uscire dal labirinto, l'insegnante dichiarerà finito il gioco e cambierà la coppia. Il **tempo** massimo **di gioco**, incluso il cambio di coppia, è di venti minuti.

I CINQUE PERCORSI

OBIETTIVO



Verifica sviluppo schemi motori e capacità coordinative e condizionali.

INFO



- **Come?** Divisi in gruppo.
- **Nota:** è un gioco di controllo dei progressi dei ragazzi.

- L'insegnante prepara 5 percorsi sul lato lungo della palestra e divide la classe in 5 gruppi, anche non di numero uguale, invitando ogni gruppo a disporsi in fila per uno davanti a un percorso.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

Percorso 4: capovolta in avanti; capovolta all'indietro; camminata del bruco fino a un conetto; ritorno in skip alto, fino al fondo della fila.

Percorso 5: camminata in affondo per 6 passi; calciata dietro per 5 metri, fino al conetto e ritorno; camminando sui talloni per 5 metri, salto laterale di 4 ostacoli bassi (un giro a destra e un giro a sinistra); poi rientro nella fila.

L'insegnante comunica la durata delle serie (non sono *manches*, perché non è una gara) che di solito è di 3-5 minuti: allo stop i gruppi scivolano verso destra e cambiano percorso (chi si trova nel percorso 5 corre verso il percorso 1).

SACCHI DI SABBIA

OBIETTIVO



Forza

INFO



• **Come?** Divisi in squadre.

- In base al numero degli alunni, l'insegnante divide la classe in 2 o più squadre, tenendo conto che in ogni squadra possono esserci 1 o 2 portatori e da 3 a 6 sacchi di sabbia. Il numero ottimale di componenti è: 2 portatori e 6 sacchi di sabbia, quindi per esempio, su una classe di 24 allievi, le squadre saranno 3. **Importante:** il gioco ha come obiettivo l'allenamento della forza, ma l'insegnante deve formare gruppi omogenei per evitare ai trasportatori fatiche eccessive

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

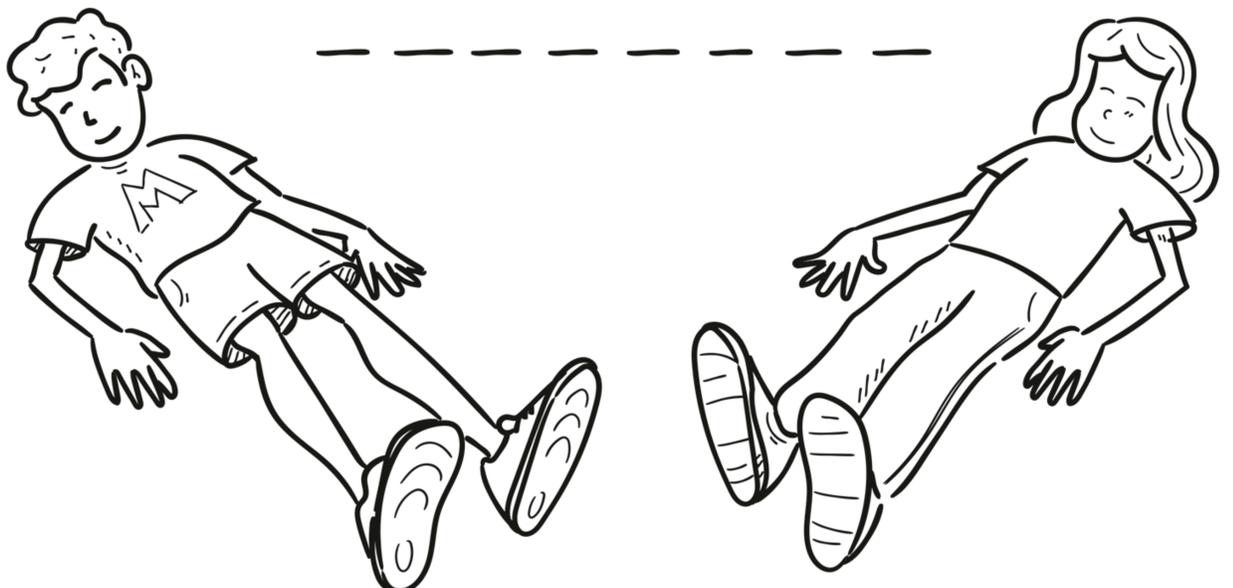
©Pianetabambini.it

breve tempo possibile.

La figura deve essere ben riconoscibile e chiusa.

Il gioco termina quando tutte le squadre avranno completato la loro figura.

A quel punto, l'insegnante verifica la correttezza delle figure disegnate e, in base anche a chi avrà finito prima, dichiarerà la squadra vincitrice.



LE QUATTRO TORRI

OBIETTIVO



Velocità, collaborazione, agilità, destrezza, lancio, presa.

INFO



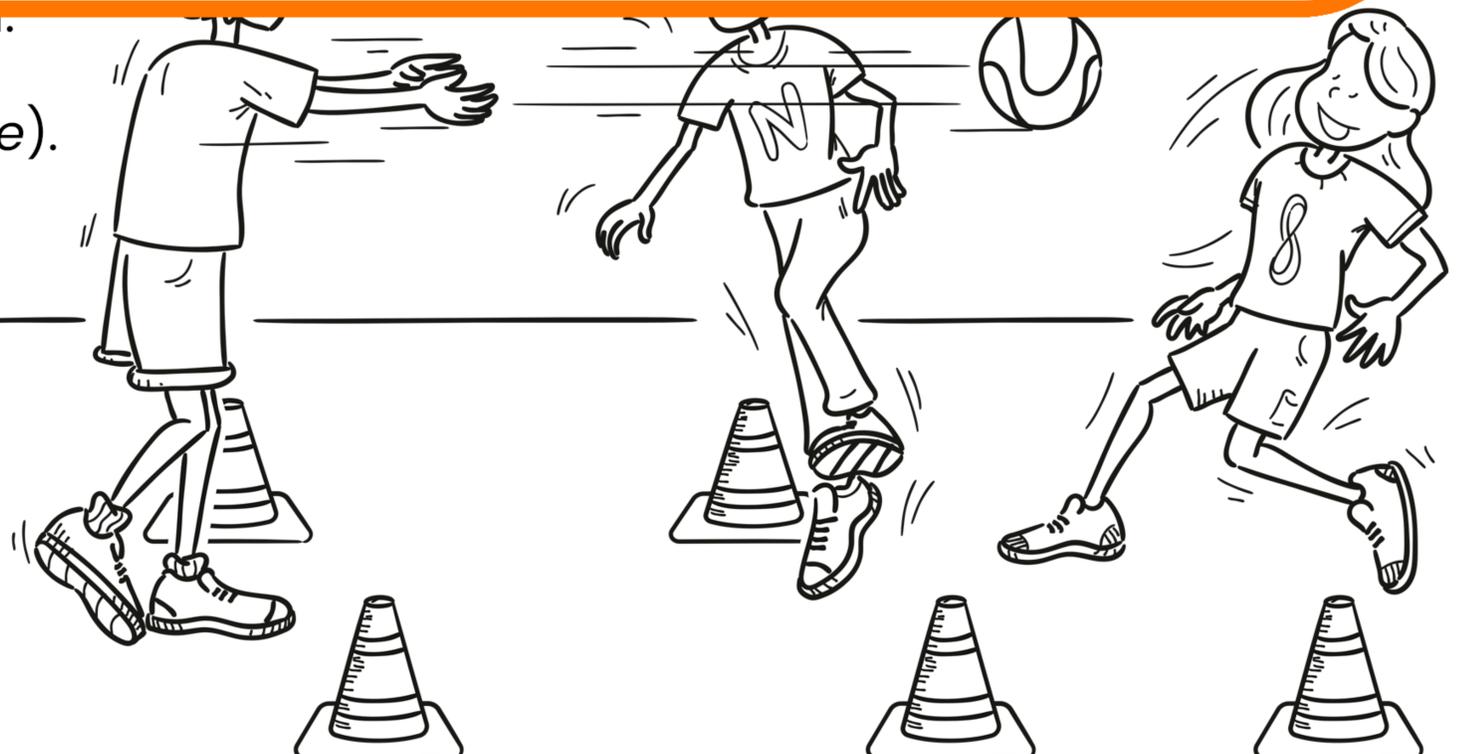
- **Come?** Divisi in squadre.
- **Materiali:** conetti, palloni.

- In ogni angolo della palestra, l'insegnante dispone a rettangolo 4 conetti, per formare le torri e mette al centro della palestra altri 4 conetti, con dentro dei palloni (le frecce). Il numero dei palloni deve essere uguale o superiore al numero dei cavalieri. Poi divide la classe in 4 squadre, con un numero variabi-

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



catturato a sua volta.
Il gioco è a tempo (5 minuti per *manche*).
Massimo 3 *manche*.
Al termine di ogni *manche*, vince la squadra che ha più prigionieri.

LANCIA E CAMBIA

OBIETTIVO



Collaborazione, destrezza, lancio, presa, orientamento, coordinazione spazio-temporale.

INFO



- **Come?** Divisi in squadre.
- **Materiali:** palloni.

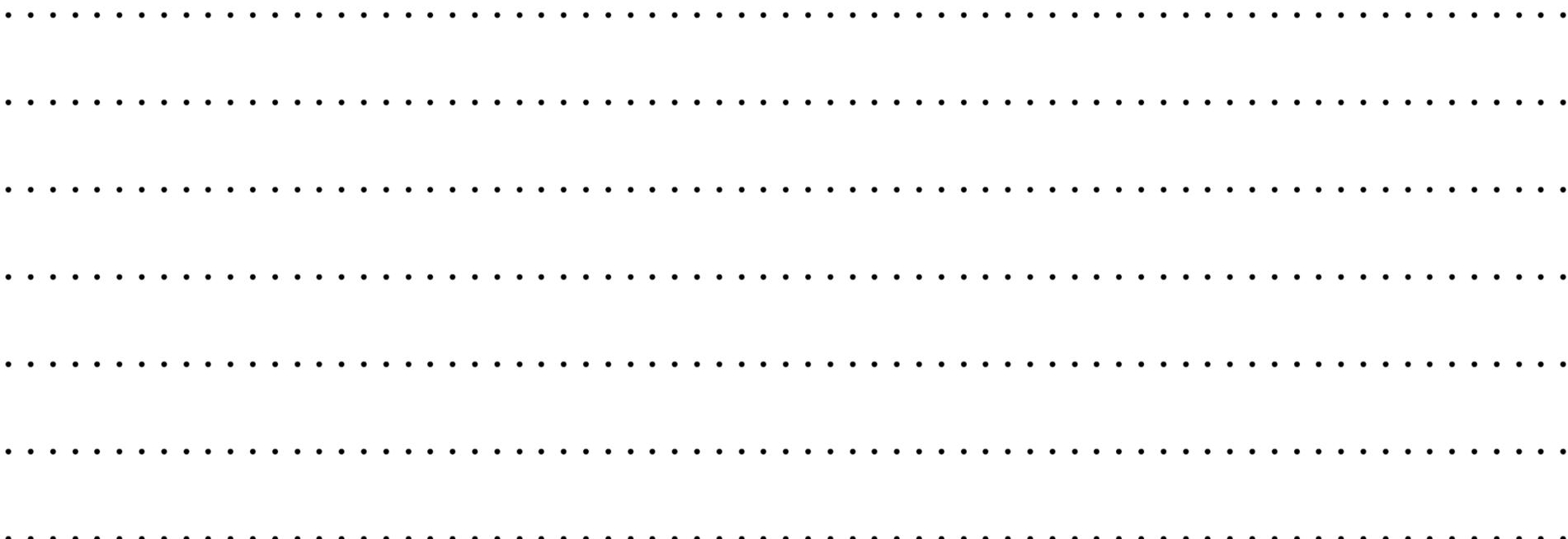
- L'insegnante chiede alla classe di disporsi in ordine sparso nell'intera area della palestra.

Poi distribuisce a 3 alunni un pallone a testa.

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



SCHIACCIO, MI SDRAIO, RIPRENDO!

OBIETTIVO



Destrezza, lancio, presa, forza, coordinazione oculo-manuale, coordinazione nello spazio.

INFO



- **Come?** Tutti insieme.
- **Materiali:** palloni
(nella *variante*: nastro di carta)

- L'insegnante chiede alla classe di disporsi in ordine sparso nella palestra e distribuisce un pallone ad ogni alunno.

Al Via, ogni alunno deve far rimbalzare forte la palla a terra, sdraiarsi e riprendere

Questa è una copia
dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono
essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

LA STAFFETTA DELLE CATENE

OBIETTIVO



Forza, collaborazione, lavoro di squadra.

INFO



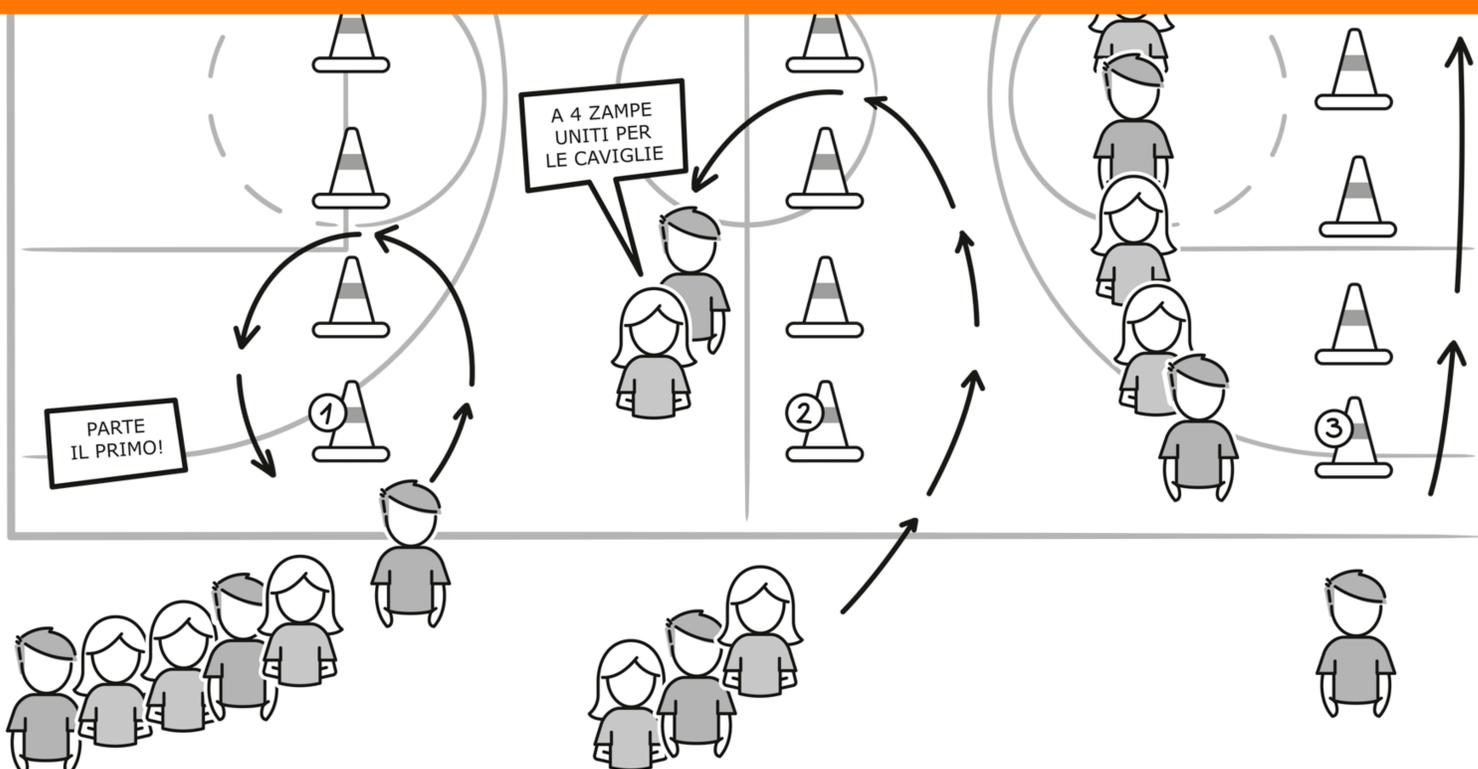
- **Come?** Divisi in squadre.
- **Materiali:** conetti.

- L'insegnante dispone sul lato lungo della palestra 3 conetti che indicano il punto dove dovranno disporsi le file dei ragazzi. Successivamente ne dispone altri 6 per ogni fila, distanti circa 1 metro uno dall'altro, sempre uno di fila all'altro, per tracciare una strada che arriva fino al lato opposto della palestra.

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



LE MANDRIE DI BUFALI

OBIETTIVO

Orientamento, leadership.

INFO

• **Come?** In gruppo.

- L'insegnante chiede alla classe di disporsi in ordine sparso per la palestra, di mettersi a quattro zampe e di iniziare a pensare come si muovono e si spostano i bufali. L'insegnante individua poi tre alunni che, quando l'insegnante dice «capo branco», diventano i capo branco e devono essere seguiti dagli altri:

Questa è una copia dimostrativa.
Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.
©Pianetabambini.it

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

LA RAGNATELA

OBIETTIVO



Coordinazione motoria, destrezza, equilibrio.

INFO



- **Come?** In gruppo.
- **Materiali:** conetti, bastoni, corde colorate (sono dei kit fatti apposta per le scuole).

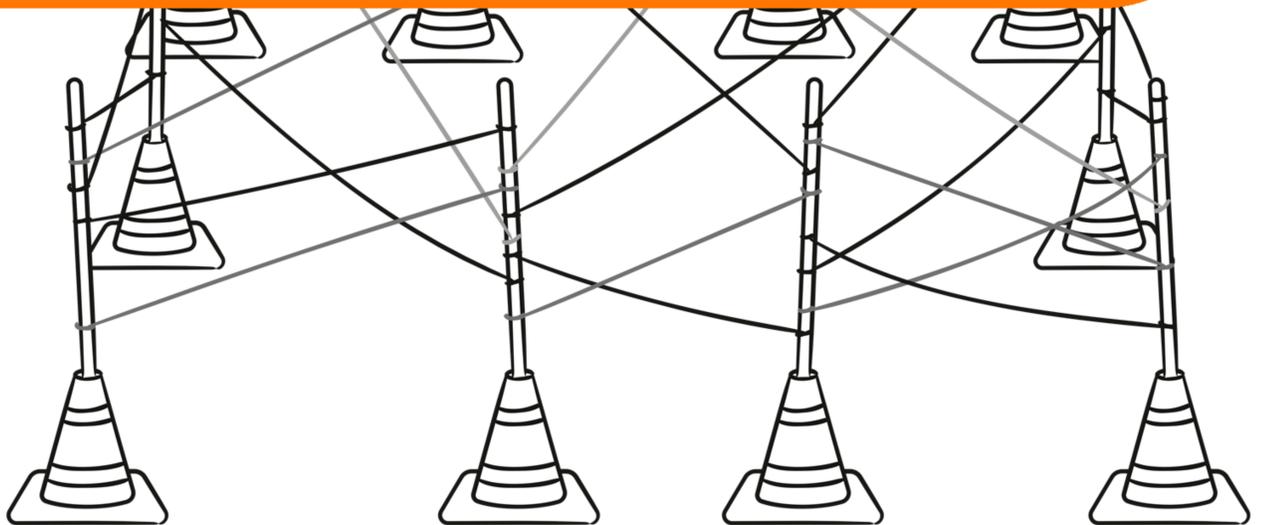
- L'insegnante dispone su gran parte della superficie della palestra o del cortile circa 30/40 conetti e infila un bastone nel foro superiore del conetto. Poi, con delle corde colorate (per poter individuare le zone più difficili con il colore rosso

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it

- su un fianco;
- se trovi una **corda gialla**, devi passare all'indietro;
- se trovi una **corda nera**, devi tornare indietro e cambiare strada;
- se trovi **corde di altri colori**, puoi scegliere il passaggio che vuoi.



Non ci si può appoggiare ai compagni per attraversare la corda.

LE STAFFETTE DEL SOFFIO

OBIETTIVO



Respirazione, collaborazione, schema motorio del gattonare.

INFO



- **Come?** Divisi in squadre.
- **Materiali:** palloncini, cannuccie grandi, cerchi.

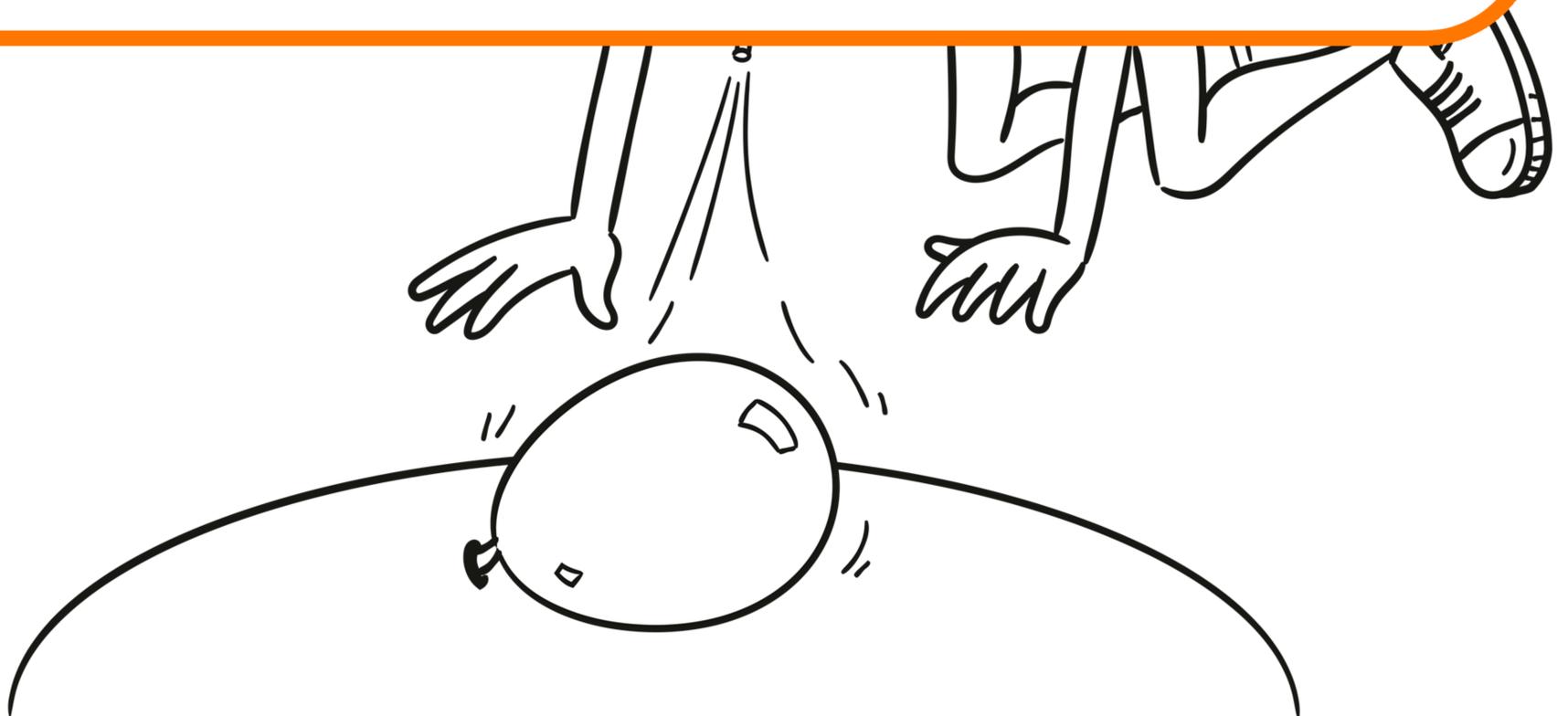
- L'insegnante divide la classe in 3 o più squadre, a seconda della disponibilità della classe, e mette ogni squadra a circa 5 metri dall'altra.

Fa disporre i componenti di ogni squadra in fila per uno. Dispone un cerchio

Questa è una copia dimostrativa.

Tutti i nostri libri possono essere acquistati sul sito.

©Pianetabambini.it



Pianetabambini Editori

Autore

Roberto Poggi

Direzione e progettazione editoriale:

Erica Zampieri

Grafica e impaginazione:

Vittorio Orlando

Illustratore:

Davide Cruccas

Tutti i diritti sono riservati. È vietata la riproduzione dell'opera o di parti di essa, con qualsiasi mezzo se non espressamente autorizzato dall'editore.

Per esigenze didattiche ed editoriali alcuni brani sono stati ridotti e/o adattati. L'editore è a disposizione degli aventi diritto per eventuali omissioni o inesattezze nella citazione delle fonti.

Sito web:

<https://pianetabambini.it>

Contatti:

pianetabambini.it@gmail.com

© 2022 Pianetabambini Editori

Identificativo ISBN:

979-12-80300-32-4