



## Mostrate i piedi...

Consiglio della settimana 1 | Settimana 45/07  
Apprendimento in movimento

<b>Scopo</b>	Aumentare sensibilità e motricità dei piedi; rafforzarli
<b>Materie</b>	Tutte le materie
<b>Presupposti</b>	Diversi oggetti, telo di grandi dimensioni
<b>Forma sociale</b>	Tutta la classe
<b>Tempo occorrente</b>	5-10 minuti
<b>Preparazione</b>	Disporre sul pavimento diversi oggetti e poi coprirli con un telo.

### Esecuzione

Gli allievi devono cercare di riconoscere gli oggetti nascosti sotto il telo tastandoli con i piedi. Dopo che tutti sono stati individuati si può sollevare il telo e gli oggetti possono essere afferrati, sollevati, passati al compagno o raggruppati, usando però solo le dita dei piedi. A seconda degli oggetti usati si possono prevedere consegne successive: costruire qualcosa, scrivere o disegnare.

### Particolarità Varianti

Ulteriori possibilità:

- disposti in cerchio passarsi l'un l'altro un oggetto usando i piedi.
- Scriversi dei messaggi usando i piedi.
- Su un grande foglio di carta disegnare con un piede un triangolo e con l'altro un quadrato.

### Fonte

Bildung braucht Bewegung (L'istruzione ha bisogno di movimento), ASEF



# La bussola

Consiglio della settimana 2 | Settimana 46/07  
Apprendimento in movimento

<b>Scopo</b>	Scoprire i punti cardinali tramite il movimento
<b>Materie</b>	Geografie, scienze naturali
<b>Presupposti</b>	Campo di gioco a scacchiera in cortile (ev. usare la scacchiera disegnata per la dama)
<b>Forma sociale</b>	Classe intera o lavoro in gruppi
<b>Tempo occorrente</b>	10 - 15 minuti
<b>Preparazione</b>	Disegnare il campo di gioco sul cortile della pausa con il gesso.
<b>Esecuzione</b>	Alcuni allievi (all'inizio il docente stesso può mostrare come funziona) dirigono i compagni sulla scacchiera. A ogni direzione corrisponde un punto cardinale, come quando si osserva una carta geografica Nord = avanti, Sud = indietro, Est = destra, Ovest = sinistra. Combinazioni fra i punti cardinali (ad es Nordest corrispondono ad uno spostamento in diagonale nella direzione indicata).
<b>Particolarità Varianti</b>	Due squadre (due coppie guidate ciascuna da un compagno) cercano di imprigionare un compagno (che si muove guidato a sua volta da un altro). Per ogni mossa tutti e tre i partecipanti hanno a disposizione due spostamenti. Si procede per ordine prestabilito. È possibile costringere in un angolo il „fuggitivo“ in modo che non possa più muoversi? Lo stesso gioco può essere svolto come gara a gruppi. In questo caso i gruppi vengono guidati ciascuno da diversi allievi che si alternano al comando.
<b>Fonte</b>	1070 Spiel und Übungsformen, Bewegtes Lernen (integrato et modificato del'ASEF)





# Il giardino delle sculture

Consiglio della settimana 3 | Settimana 47/07  
Apprendimento in movimento

## Scopo

Scoprire il proprio corpo, imparare i numeri riportati su un dado

## Materie

Matematica (anche prescolare)

## Presupposti

I bambini conoscono i numeri da 1 a 6 e possono riconoscerli sulle facce di un dado. Dado di grandi dimensioni

## Forma sociale

Lavoro individuale o di gruppo

## Tempo occorrente

5 minuti

## Preparazione

Non necessaria

## Esecuzione

Chi dirige il gioco lancia il dado e spiega le consegne corrispondenti per formare una statua. Ad esempio se esce il tre: ci si deve fermare toccando terra con tre parti del corpo. Nei lanci successivi non dare indicazioni verbali, ma lanciare il dado fino a che non siano usciti tutti e 6 i numeri e tutti i bambini abbiano trovato posizioni ad essi relative.

## Particolarità Varianti

Gioco a gruppi: il primo lancio di dado stabilisce il numero di bambini che lavorano insieme; il secondo lancio quanti appoggi usare. Tutto il gruppo deve formare in questo modo una scultura stabile.

Il gioco può essere integrato con conoscenze linguistiche: per stabilire quanti sono i punti di appoggio si verificano le sillabe di una parola, detta a voce o scritta su un cartello.

## Fonte

Bewegte Schule – Bewegtes Lernen!  
Alta scuola pedagogica della Svizzera centrale  
di Lucerna; (modificato dall'ASEF)



# In forma per la settimana

Consiglio della settimana 4 | Settimana 48/07  
Appuntamenti in movimento

<b>Scopo</b>	Iniziare una settimana con energia, grazie al movimento
<b>Materie</b>	Tutte
<b>Presupposti</b>	Nessuno
<b>Forma sociale</b>	Lavoro di gruppo
<b>Tempo occorrente</b>	5-10 minuti
<b>Preparazione</b>	Suddividere la classe in 6 gruppi, ognuno dei quali prepara quattro sequenze motorie (ad es. coordinazione, concentrazione, meditazione, semplici giochi, ecc.).
<b>Esecuzione</b>	All'inizio della settimana, prima della prima ora, un gruppo presenta una sequenza, che esegue poi con tutta la classe. Se si hanno sei gruppi in tal modo ci si può muovere una volta alla settimana per diversi mesi, con un impegno limitato per ciascuno degli allievi chiamati a preparare la mini lezione.
<b>Particolarità Varianti</b>	Per garantire un'attività variata si possono attribuire ai gruppi temi diversi da cui trarre le sequenze motorie. Se l'iniziativa ha successo si può ampliare la sua portata, magari introducendola ogni giorno. Buon divertimento!
<b>Fonte</b>	Bildung braucht Bewegung (L'istruzione ha bisogno di movimento), ASEF



# La palla si muove...

Consiglio della settimana 5 | Settimana 49/07  
Pausa in movimento

**Scopo** Muoversi durante la ricreazione; favorire il contatto fra le classi, esperienze di gruppo.

**Materie** Ricreazione

**Presupposti** 3-4 palloni da ginnastica; il gioco viene organizzato dai docenti che sorvegliano la pausa (direzione del gioco).

**Forma sociale** Una classe intera o diverse classi

**Tempo occorrente** 10-15 minuti

**Preparazione** Gli allievi che vogliono partecipare si annunciano al docente responsabile all'inizio della ricreazione.

**Esecuzione** Usando uno o più palloni da ginnastica si fanno vari giochi (accogliendo le eventuali idee degli allievi):

- Gli allievi si dispongono in cerchio con la spalla sinistra rivolta verso l'interno, poi iniziano a passarsi una palla dall'uno all'altro al di sopra della testa. Si possono usare più palloni, magari facendoli circolare anche in senso opposto (attenzione al momento in cui si incrociano!). Quanti giri si fanno fare ai palloni senza che cadano mai a terra?
- Gli allievi si mettono seduti uno di fronte all'altro formando due cerchi concentrici; quelli all'esterno con i piedi e quelli del cerchio interno con le schiene verso il centro. Le coppie devono poter tenere sollevato un pallone da ginnastica con i piedi, per poi passarlo alla coppia di fianco. Anche in questo caso lo scopo del gioco è far fare al pallone almeno un giro completo senza farlo cadere.

**Particolarità  
Varianti** Utilizzando palloni più piccoli è possibile anche passare la palla al compagno davanti attraverso le gambe divaricate.

**Fonte** Bildung braucht Bewegung (L'istruzione ha bisogno di movimento), ASEF



# Lettura incrociata

Consiglio della settimana 6 | Settimana 50/07  
Apprendimento in movimento

<b>Scopo</b>	Sostegno delle competenze coordinative e rispetto del compagno
<b>Materie</b>	Tutte
<b>Presupposti</b>	Nessuno
<b>Forma sociale</b>	Lavoro con il compagno
<b>Tempo occorrente</b>	Nell'ambito della lezione
<b>Preparazione</b>	Due allievi disposti di fronte ad un metro e mezzo circa di distanza. Uno dei due riceve un testo da leggere.
<b>Esecuzione</b>	<p>L'allievo, in piedi e a braccia distese, tiene il foglio davanti a se a distanza tale da consentire al compagno di leggerlo. Dopo aver letto una frase questi da un segnale, al quale il compagno cambia posizione:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ sulla punta dei piedi;</li><li>■ su una gamba sola;</li><li>■ su una gamba in punta di piedi;</li><li>■ fare qualche passo avanti e indietro su una linea immaginaria;</li><li>■ abbassarsi lentamente sulle ginocchia e rialzarsi;</li><li>■ su una gamba sola, abbassarsi sul ginocchio e rialzarsi (senza mettere a terra l'altro piede); ecc.</li></ul> <p>Una volta letto il testo si scambiano i posti.</p>
<b>Particolarità Varianti</b>	Chi legge può farlo anche ad alta voce e al termine fare una domanda su al compagno riguardante il contenuto.
<b>Fonte</b>	Bildung braucht Bewegung (L'istruzione ha bisogno di movimento), ASEF



# „Stai in piedi su una gamba sola...“

Consiglio della settimana 7 | Settimana 51/07  
Apprendimento in movimento

## Scopo

Sostegno delle competenze linguistiche; descrivere quanto osservato

## Materie

Lingue

## Presupposti

Foto e disegni che rappresentano persone prese in varie posizioni

## Forma sociale

Lavoro con il compagno (A+B)

## Tempo occorrente

Nell'ambito della lezione

## Preparazione

Fare un po' di spazio; dare ad A due foto

## Esecuzione

B chiude gli occhi mentre A studia le foto. Il suo compito è quello di portare B con indicazioni chiare ad assumere la posizione riportata nella prima foto, senza ricorrere ad altri ausili che la voce.

Si passa poi alla posizione della seconda foto.

La prima posizione è ancora impressa nella mente? Se sì, si può ora passare dalla prima alla seconda, dando vita a delle sculture viventi.

## Particolarità Varianti

Se tutti gli „scultori“ ricevono la stessa fotografia si può fare una specie di gara a chi riesce a guidare il compagno nella posizione più vicina all'originale.

## Fonte

Bildung braucht Bewegung (L'istruzione ha bisogno di movimento), ASEF