

PROPOSTE DIDATTICHE



“Fabulazione e drammatizzazione nelle attività motorie”

1

di
Adelia Villa

Testi e Disegni di
Adelia Villa

INTRODUZIONE

Questo opuscolo presenta tre lezioni di educazione motoria con spunti e proposte di lavoro che, adeguatamente scelte e modulate, possono essere utilizzate con bambini di età compresa tra i 4 e gli 8 anni.

La strategia didattica utilizzata è quella della “drammatizzazione”.

Il bambino a questa età ha una spiccata e naturale propensione per il mondo della fantasia, comunica attraverso un linguaggio semplice ed immediato, gioca con il proprio corpo.

La drammatizzazione utilizza come strumenti il racconto fantastico, la fabulazione, il gioco di finzione, che rappresentano le chiavi di accesso all’attenzione, alla partecipazione e alla comprensione.

- Il **racconto fantastico** asseconda la natura stessa del bambino il quale, immagina, fa finta di..., si immedesima, crea e, in tal modo, vive esperienze uniche e fuori dal comune che può provare solo utilizzando la fantasia (volare, trasformarsi, interpretare personaggi, saltare nel tempo...).
- La narrazione dell’insegnante (**fabulazione**), che non è fatta di sole parole ma anche di gestualità, mimica, espressione del viso, tono della voce, fa leva sulla emotività del bambino consentendogli di comunicare in modo semplice e immediato.
- Il **gioco di finzione** mette in gioco tutti gli aspetti della personalità coinvolgendo globalmente il bambino e rendendolo “attore protagonista”, anche se inconsapevole, del proprio processo formativo.

Prima lezione

Proposta n° 1 Il racconto: PETER PAN

Materiale occorrente: Grossi tappeti, cerchi, ostacoli, panche e qualsiasi altro oggetto/attrezzo che nella fantasia dei bambini possa trasformarsi in una nuvola, una grotta, una montagna...

La palestra è il cielo, mentre alcuni grossi tappeti disposti in ordine sparso rappresentano le nuvole. In assenza di grossi tappeti sono comunque adatti semplici tappetini.

L'insegnante interagisce con i suoi allievi narrando la storia di Peter Pan e suggerendo i movimenti da eseguire, lascerà comunque spazio alla creatività ed alla capacità di improvvisare.

Peter saluta i Bimbi Sperduti che ha incontrato sull'Isola che non c'è e spicca il volo nel cielo sopra la baia, alla ricerca di nuove avventure: eccolo che muove le braccia come se fossero le ali di un gabbiano. Facciamo come lui, ci basterà poco per imparare a volare e presto potremo giocare a nascondino con gli uccelli o, se preferite, potremo tuffarci dentro le nuvole attraversandole come saette.



Muove le braccia come ali

Voliamo sempre più in alto, puntando il nostro naso dove il cielo è più bluviaaaaaaa!

.....Bbrrr!! Ma che freddo fa quassù, l'aria è davvero frizzante, abbassiamoci, appena sopra le onde, per scaldarci un po'.....

.... e ora torniamo a guardare quant'è bello il mondo visto dall'alto.....

Peter è già diventato un esperto pilota e noi, che non siamo meno bravi di lui, possiamo seguirlo ovunque: che avvitamenti....e che virate fantastiche..... che vertiginose picchiate che impennate da capogiro.....



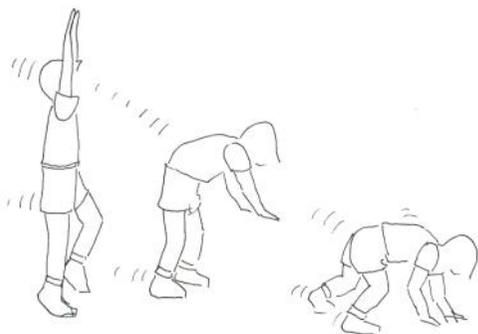
Avvitamenti, virate, picchiate, impennate

La breve narrazione che segue non ha finalità schiettamente motorie. I bambini vengono tuttavia incoraggiati a fare un uso evocativo dei loro sensi per disegnare, colorare, profumare e personalizzare, nella loro fantasia, la scenografia della storia che stanno interpretando.

Quante diverse tonalità ha il colore del mare: è celeste vicino alla spiaggia dove il fondale è più basso, è blu cobalto man mano che l'acqua si fa più profonda, azzurro dove si intravedono le rocce del fondo, turchese dove l'acqua è più torbida, guardate poi che scintillio di luci nel punto dove il sole riflette i suoi raggi!

Voliamo a pelo dell'acqua.... sentite gli spruzzi dell'acqua che solleticano il viso, passate la lingua sulle labbra...sono salate vero? Il

sapore di salsedine va su su per il naso come una nebbiolina profumata di alghe e di mare..... Ascoltate il rumore del vento quando voliamo a gran velocità.....sibilafischia....Whuuuu!!!



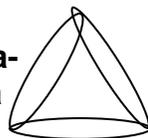
Voliamo a pelo d'acqua....

Accidenti e questo cos'è? Volavo troppo vicino alle onde ed un'acciuga che ha fatto un balzo fuori dall'acqua mi è finita in bocca...puah!!! Odio il pesce crudo!

Ma che fatica volare! Ho i muscoli tutti indolenziti..... ed anche Peter è piuttosto stanco, allora allarghiamo le ali e lasciamoci trasportare dalle correnti d'aria calda

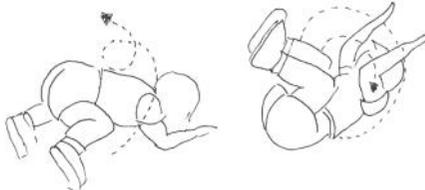
I bambini si muovono eseguendo evoluzioni e movimenti ampi ma molto lenti e controllati, lasciandosi guidare dalla narrazione dell'insegnante....

Ora la palestra diventa il mare, mentre le nuvole si trasformano in rocce, arricchiamo quindi la scenografia con alcune grotte sottomarine ottenute con tre cerchi.



Ad un tratto, un'onda più alta delle altre raggiunge minacciosa Peter che rimane travolto da un vortice di schiuma.....Shciaff !!!! Un finimondo di bollicine.....Shciafff!!!

Peter è spaventato e trattiene il respiro....ma proprio quando gli sembra di non poterne più...si accorge di riuscire a respirare anche sott'acqua: meno male, nelle storie di fantasia tutto è possibile !!!



Peter rimane travolto....



...un abile nuotatore..

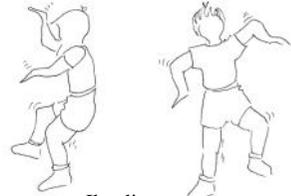
Tranquillizzato comincia a nuotare dimostrando di essere un abile nuotatore, esegue tuffi, avvita-menti, giravolte e scivolote a pelo d'acqua come se non avesse fatto altro in vita sua.....che campione!

Ma....quello che cos'è? Uno squalo? Tranquilli è solo un delfino che nuota sfoggiando la sua bella pinna dorsale.



Lo squalo

Guardate quel polipo, muove in modo aggraziato i suoi lunghi tentacoli, tanto da sembrare una danzatrice indiana



Il polipo

.....e quella sogliola? Si mimetizza quasi perfettamente confondendosi con il fondale sabbioso.



la sogliola



Il cavalluccio marino

Ed ecco un gruppo di cavallucci marini che nuotano in una prateria di alghe

Quante stelle marine, si spostano molto lentamente e rimangono appiccicate alla roccia su cui si trovano.



La stella marina

Ecco un pesce palla, ma che fa, rimbalza?...boing boing boing.....lui è un gran furbacchione perché, quando avverte un pericolo, si gonfia come un pallone per apparire grande e minaccioso agli occhi dei suoi nemici.

Proviamo a fare la stessa cosa,Aufff Auffff Auffff Auffff.... adesso anche noi siamo palloni gonfiati, muoviamoci facendo attenzione a non urtare i coralli perchè tagliano come rasoi e pungono come spilli Troppo tardi!! Psssssssssss!....il pesce palla, poveretto, si sgonfia lentamente.....



Gonfiamoci come il pesce palla

Ripetiamo più volte il gioco invitando i bambini a sgonfiarsi lentamente emettendo un lieve sibilo, oppure scoppiando con un gran botto.

.....ecco un banco di sardine, guardate come nuotano vicine le une alle altre riuscendo a non sfiorarsi nemmeno.

Seguendo le istruzioni dell'insegnante che è la sardina "pilota" il gruppo, molto compatto, esegue semplici spostamenti e cambi di direzione lenti, l'attenzione è concentrata sul compito di non urtarsi.

In base alla risposta motoria che i bambini saranno in grado di fornire, gli spostamenti diventeranno sempre più complessi e veloci.

E adesso che cosa succede?

Peter crede di avere visto una grossa ombra scura che si muove furtivamente seguendolo ovunque, ve ne siete accorti anche voi?

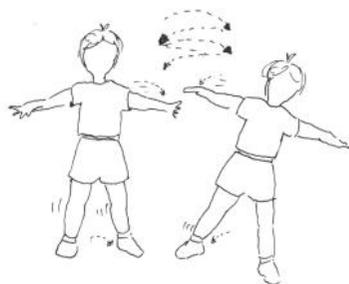
Ma...ascoltatetic tac tic tac.....

Sentite anche voi uno strano rumore.... un suono familiare.... che assomiglia...che assomigliama sì....è il ticchettio di un orologio "tic tac tic tac tic tac tic tac...."

E che cosa ci fa una sveglia in fondo al mare?

Se non lo sapete ve lo dico io : in queste acque si aggira un enorme coccodrillo con una sveglia nelle budella, è la stessa bestiaccia che ha divorato la mano di Capitan Uncino ed ogni volta che si avvicina ...Tic Tac Tic Tac.....tutti possono sentire quell'orrendo ticchettio che proviene dal fondo della sua pancia.

I bambini si muovono come automi, braccia e gambe rigide ed emettono all'unisono il rumore della sveglia: Tic Tac Tic Tac....



Tic tac tic tac tic tac

Ecco..... l'ombra scura si avvicina col suo sinistro ticchettio ... shhhh!!!



Silenzio, nascondiamoci assieme a Peter, nuotiamo in perfetto silenzio evitando di provocare il minimo rumoreTic Tac Tic Tac Tic Tac.....ma quel suono ci segue sempre...Tic

Tac Tic Tac Tic Tac... non c'è verso di riuscire a scappare...è sempre lì.....Tic Tic Tac...

I bambini fuggono in cerca di un riparo nascondendosi dietro le rocce, dentro alle grotte, mentre l'insegnante li segue con il minaccioso ticchettio: per evitare incidenti causati dall'eccessivo ma naturale trambusto dovuto alla fuga, invitiamo i bambini a muoversi solo in posizione di quadrupedia.

"E' inutile che cerchiate di scappare nascondendovi dietro le rocce..... sono ancora abbastanza agile per inseguirvi ovunque voi vi nascondiate.....verrò a cercarvi anche nelle grotte sottomarinetic tac tic tac tic tac....."



Ma ad un tratto un grido...

"BUUUUUUHH!!!! Fermati stupido bestione!"

Chi è stato?

Ma è la voce di Peter Pan! Lui è sempre all'erta e si è subito accorto del pericolo.

Ha chiamato a raccolta i suoi amici e con loro ha accerchiato l'enorme coccodrillo facendolo spaventare con un terribile urlo BUUUHH!"beh! non ci crederete, ma il coccodrillo, spaventato a morte, è scappato con la coda tra le zampe.

L'insegnante invita i bambini a costruire un circolo dove lui sarà fatto prigioniero, quindi con un urlo all'unisono BUUUUUHHHHHHH!!! lo inseguiranno per la palestra, il gioco termina con un girotondo.

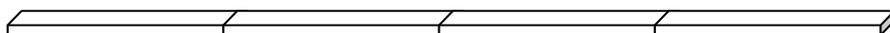
Proposta n° 2 Muoviamoci sulle nuvole: ANDATURE

Disponendo di tappeti più o meno soffici avremo il vantaggio di dare ai bambini l'impressione di muoversi su nuvole di diversa densità. Lavorare su superfici soffici e di diversa consistenza stimolerà infatti la discriminazione propriocettiva e l'equilibrio.

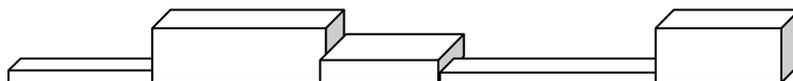
Materiale occorrente: materassi, tappeti anche di diversa altezza e densità.

Se ci troviamo a lavorare in una palestra ottimamente attrezzata potremo addirittura disporre i tappeti a gradinata, utilizzandoli poi sia in salita sia in discesa.

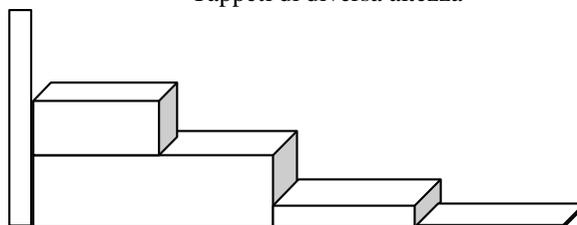
Tre diversi esempi per la disposizione delle
nuvole



Tappeti uguali disposti in linea



Tappeti di diversa altezza



Non disponendo di alcuna tappetatura utilizzeremo semplicemente il suolo

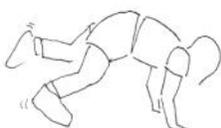
Organizzazione della classe: disponiamo i bambini su due file di lavoro parallele.

Attività: le andature riportate nei disegni possono essere eseguite avanzando, retrocedendo oppure spostandosi lateralmente



1

Eseguire saltelli a piedi pari uniti, su un piede, in posizione eretta o accosciata



2

Avanzare in quadrupedia



3

Appoggiare solo gomiti e ginocchia



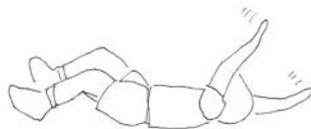
4

Saltare o camminare sulle ginocchia



5

Avanzare in quadrupedia supina



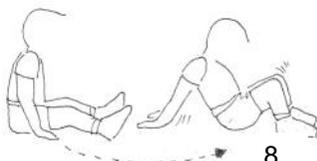
6

Strisciare sul dorso aiutandosi con braccia e gambe



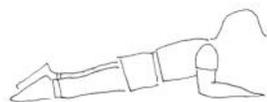
7

Camminare sui glutei



8

Strisciare sui glutei spingendo con le braccia



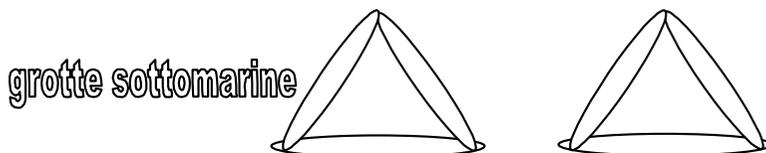
9

Strisciare sull'addome aiutandosi più o meno con le braccia

Proposta n° 3

Gioco a staffetta

Scopo del gioco: trasportare il materiale necessario per la costruzione di due grotte sottomarine che poi dovranno anche essere costruite.



Materiale occorrente: sei cerchi per ogni squadra

Organizzazione della classe: suddividere la classe in piccoli gruppi composti ciascuno da sei bambini circa

Organizzazione del campo da gioco: i gruppi sono seduti in fila dietro la linea di partenza, davanti a ciascun gruppo allineiamo i sei cerchi che serviranno per costruire le due grotte.



Linea di partenza

Il gioco: al via il primo bambino si alza, afferra il primo cerchio, corre a posarlo davanti agli altri, torna al posto e dà il segnale di via convenuto al compagno successivo quindi si siede in coda alla fila.

Quando tutti i sei cerchi saranno posati a terra oltre la linea dell'arrivo, i componenti del gruppo costruiranno due grotte sottomarine: vince la squadra che per prima completa correttamente il compito assegnato.

Mostriamo ai bambini l'esatta posizione in cui devono essere posati i cerchi durante la fase del "trasporto" del materiale



NO!



NO!



SI!

Proposta n° 4 Gioco collettivo

Un..due..tre Coccodrillo!!! (Adattamento del gioco Un due tre....stella!)

L'insegnante è " Il coccodrillo" ed i bambini si dispongono in riga lungo una linea di partenza.

Scopo del gioco: attraversare la palestra per raggiungere il coccodrillo e farlo spaventare senza farsi sorprendere in movimento.

Le modalità di spostamento vengono suggerite di volta in volta dall'insegnante, prendendo spunto dai "personaggi" che sono stati imitati durante la narrazione (pesce palla, stelle marine, cavallucci....)

L'insegnante invita ad esempio a muoversi come farebbe un polipo, volta le spalle e pronuncia la formula "**uno, due, tre coccodrillo**", nel frattempo i bambini saranno avanzati con precauzione muovendosi come polipi, ma nell'istante in cui l'insegnante si girerà dovranno essere assolutamente immobili.

Coloro che verranno sorpresi in movimento torneranno sull'isola che non c'è, ovvero sulla linea di partenza, da dove riprenderanno il gioco da capo.

L'insegnante avrà l'accortezza di cambiare continuamente i soggetti che i bambini devono interpretare durante lo spostamento (il cavalluccio, il delfino, la stella marina....)

Il bambino che arriva per primo dal Coccodrillo è il vincitore del gioco.

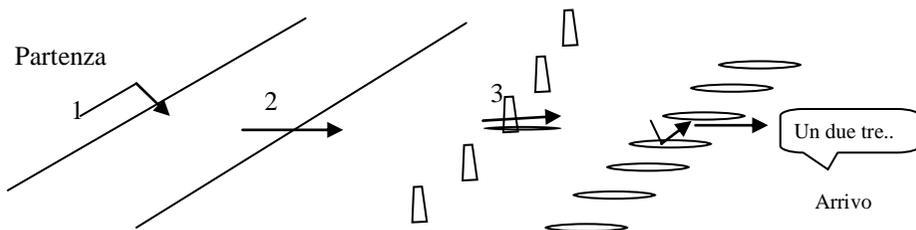
Variante

Allestire un semplice percorso ad ostacoli, che i bambini devono superare per raggiungere il coccodrillo.

Ad esempio:

1. tendere un elastico da parete a parete che i bambini devono superare con un salto,
2. un secondo elastico può essere superato strisciandovi sotto,
3. fare un giro attorno ad un cono,
4. sedersi all'interno di un cerchio etc...

Invitiamo i bambini a muoversi con attenzione per non ostacolare i compagni di gioco.



Seconda lezione

Proposta n° 1

Il racconto:

ALL'INIZIO C'ERA UNA GRANDE CONFUSIONE

Si tratta di una proposta di lavoro piuttosto articolata che pertanto è consigliabile sviluppare nell'arco di più lezioni. Quando il percorso didattico sarà terminato ed adeguatamente arricchito con musiche e scenografie, avremo a nostra disposizione un vero e proprio "mini spettacolo" da utilizzare anche in un contesto di verifica finale.

Materiale occorrente: poiché i bambini tendono ad ammassarsi al centro della palestra, oppure a seguire l'insegnante in un gruppo compatto, distribuiremo al suolo alcuni piccoli attrezzi che aiuteranno i bambini a mantenere una certa distanza gli uni dagli altri.

Quando nacque l'universo, nel cielo non c'erano le nuvole ma solo tanta polvere infuocata, la polvere cosmica!

I bambini sono i granelli di polvere cosmica e camminano in ordine sparso.

La polvere cosmica veniva sospinta dal vento cosmico, proprio come succede durante una tempesta di sabbia nel deserto Whuuuuu!!!!!!.

Invitare i bambini ad aumentare la velocità effettuando cambi di direzione e di senso concentrando la loro attenzione sul compito di non urtarsi.

"Che noia!" Disse un giorno un granellino di polvere "da un Bisbilione" di anni almeno, non facciamo altro che muoverci facendo un gran disordine, e se provassimo invece ad essere più ordinati?

“D'accordo” risposero tutti in coro.

“Allora spostiamoci con un compagno di viaggio, strada facendo avremo modo di stringere amicizia con tutti i granellini di polvere che incontreremo”.

Al segnale convenuto, i bambini si uniscono formando coppie che ad ogni comando dell'insegnante dovranno sciogliersi e ricomporsi tra compagni diversi.

Dalla coppia passeremo al terzetto e se la risposta dei bambini ce lo consente proveremo a richiedere anche formazioni più numerose.

“E adesso che abbiamo stretto amicizia un po' con tutti, che si fa?”

“Proviamo a giocare!”

“Buona idea!” fece eco un granellino molto più piccolo degli altri.

“Facciamo il gioco della Polvere fredda e della Polvere calda!”.

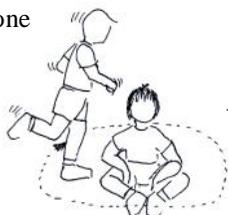
Questa attività si sviluppa lungo uno schema di Comando, Azione, Reazione che verrà illustrata dall'insegnante.

L'insegnante suddivide il gruppo in coppie dove un componente è la “Polvere fredda” e l'altro è la “Polvere calda”.

Al Comando “Polvere calda” l'insegnante assume una delle posizioni stabilite (Azione) che verrà prontamente riprodotta dal bambino “Polvere calda”, il compagno “Polvere fredda” risponde quindi con la Reazione appropriata indicata dall'insegnante all'inizio del gioco.

Ecco alcuni spunti di lavoro che possono essere eseguiti anche a gruppi di tre bambini

Reazione

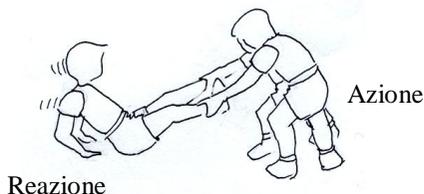
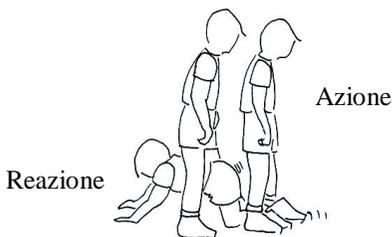


Azione

Azione



Reazione



I momenti di lavoro si intercalano a momenti di corsa lenta, susseguendosi in un'alternanza di ruoli. Sottolineiamo l'importanza di rispettare il compagno evitando di fargli male !

Variante:

sostituire il comando verbale con uno stimolo visivo:

l'insegnante ha in mano due fazzoletti di colore diverso:

- *se alza il fazzoletto rosso, il comando è rivolto alla polvere calda*
- *se alza il fazzoletto verde, il comando è rivolto alla polvere fredda*

oppure con uno stimolo sonoro:

- *con un trillo del fischiello, il comando è indirizzato alla polvere fredda.*
- *con una battuta di mani, il comando è rivolto alla polvere calda.*

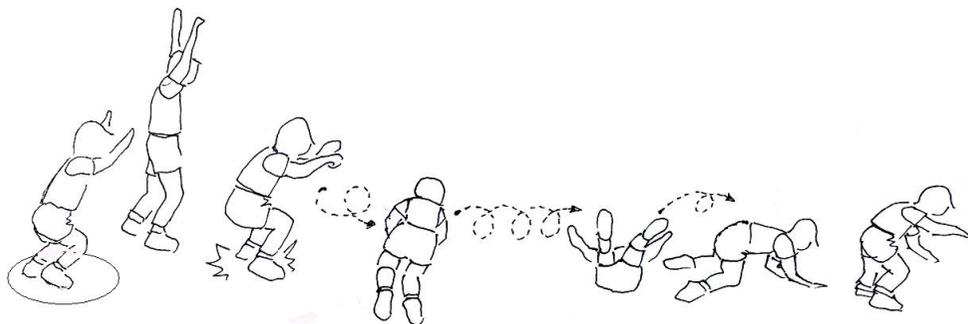
Giocando così vicini gli uni agli altri, i granelli di polvere non si accorgevano però di rimanere appiccicati tra di loro dando forma a palle di terra e poi sassi sempre più grossi, sempre più grossi.

Proviamo a seguire la storia di una di quelle grosse rocce che dopo un Fantastiglione ed un Bisbiglione di anni avrebbe preso il nome di "Terra".

Ad onor del vero dobbiamo riconoscere che a quei tempi la Terra non era troppo bella da vedersi, assomigliava più che altro ad una grossa patata piena di bitorzoli dai quali usciva lava incandescente che, raffreddandosi e solidificandosi lentamente, assumeva forme strane e bizzarre.

Disponiamo per terra alcuni cerchi in ordine sparso immaginando che siano le bocche dei vulcani .

In un gioco di drammatizzazione i bambini fingono di essere la lava che, dopo essere fuoriuscita dalla bocca del vulcano con un'esplosione, si solidifica lentamente pietrificandosi in forme fantasiose.



In quella specie di pentolone ribollente di fumi, gas, vapori e veleni scoccò una scintilla, il primo fulmine, che scatenò anche il primo temporale preistorico.

Dalle nubi nere come il carbone iniziò a scendere una pioggia fitta e silenziosa come nebbia.

I bambini che nel frattempo sono stati invitati a disporsi in ordine sparso, a questo comando eseguono una corsa sul posto a ginocchia alte (Skip), cercando di riprodurre il rumore di una pioggia fitta ma sottile



La pioggia divenne poi sempre più forte e fragorosa

I bambini faranno sempre più rumore battendo i piedi per terra con maggior forza



La pioggia iniziò gradatamente a raccogliersi formando rivoli..... ruscelli.....torrenti..... impetuosi che poi confluivano nei fiumi, nei laghi ed infine sfociavano nei mari.....

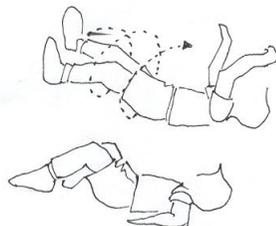
L'insegnante invita i bambini a correre disposti su più file, i ruscelli appunto, che si uniranno per dar vita ai torrenti, per poi confluire in un'unica fila indiana che si organizzerà in un girotondo, il lago: tornando a spostarsi in fila per due, si darà vita ad un grande fiume, che scorrerà lento verso il mare.

Data l'età dei nostri allievi è impensabile che riescano ad organizzarsi efficacemente da soli; noi perciò li aiuteremo dando alcuni suggerimenti: nel momento in cui dovranno distribuirsi su più file, invitiamoli ad esempio a suddividersi in base al colore dei loro capelli, oppure alla tinta della maglietta che indossano, oppure ci metteremo alla testa dei gruppi in difficoltà, guidandoli e semplificando il loro lavoro.

E nel mare nacquero i primi pesci!

Non erano certo esemplari di bellezza marina e nuotavano come potrebbe nuotare una salsiccia: del resto mai nessuno aveva loro insegnato come si galleggia con stile: proviamo a metterci nei loro panni, anzi, nelle loro pinne....

La palestra si è riempita di acqua ed ogni bambino assume una posizione fantasiosa fingendo di nuotare come farebbe un pesce inesperto.



Un pesce impacciato che deve imparare a nuotare

Un giorno, un pesce più coraggioso degli altri decise di iniziare un lungo viaggio. Salutò i suoi amici, mise il buffo muso fuori dall'acqua e cautamente si avventurò sulla spiaggia, per spostarsi usava le pinne che stranamente assomigliavano molto a delle zampette: era nato il primo anfibio!



L'anfibio



Invitare i bambini a strisciare in appoggio sulle mani oppure sugli avambracci, corpo proteso dietro.

Quello fu solo il primo di una lunga serie di pesci coraggiosi. Passarono milioni, milioni, milioni di anni gli anfibi si adattarono a vivere in ambienti diversi: chi preferì vivere al caldo del deserto e chi al freddo, chi scelse le foreste e chi la montagna rocciosa. Come avvenne tutto ciò? Attraverso dei cambiamenti nel loro aspetto e nelle loro abitudini da renderli davvero irriconoscibili.

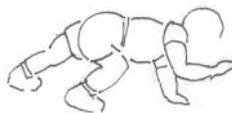
Guardate! Quelli sono piccoli serpenti veloci come saette che guizzano nella sabbia....e quelli sono serpenti boa che si spostano lentamente tra i rami degli alberi...ecco delle lucertole appisolate sui sassi al tepore del sole ma guardate come fuggono velocissime al primo rumore sospetto.....e....quelli cosa sono? Sono sempre rettili ma molto, molto più grandi, sono i terribili dinosauri .



Serpentelli, lucertoline



Boa giganteschi



Dinosauri di ogni forma e dimensione

Effettuare in ordine le diverse andature degli animali nominati (gli spostamenti veloci di una lucertola, lo strisciare del serpente, i movimenti lenti e goffi degli enormi dinosauri erbivori.....).



Tutti questi cambiamenti non avvennero solo sulla terra, ben presto anche in cielo successe esattamente la stessa cosa. Ecco i primi uccelli!

Alcuni sono veri e propri dinosauri volanti che con le loro enormi ali riescono persino ad oscurare la luce del sole, altri invece sono così piccoli da sembrare insetti



E quando il vocabolario degli animali che popolano la terra arrivò alla “Zeta” di Zebra si organizzò una grande festa con torta, bibite, gelato ed una foto ricordo.

Il gruppo si riunisce al centro della palestra, dove ciascuno assume le sembianze di uno degli animali interpretati durante il racconto, l'insegnante quindi finge di scattare una foto.



Questa proposta di lavoro può essere conclusa invitando i bambini a portare a scuola una loro foto-tessera. Prepariamo un cartellone sul quale incolliamo o disegniamo le sagome di diversi animali, chiediamo a ciascun bambino di scegliere l'animale dal quale si sente meglio rappresentato incollando sul suo muso la propria fotografia.

La composizione finale sarà sicuramente divertente e se avremo l'accortezza di chiedere ad ogni bambino di motivare la propria scelta, raccoglieremo anche notizie utili su alcuni tratti della sua personalità che potrebbero aiutarci a conoscerlo meglio.

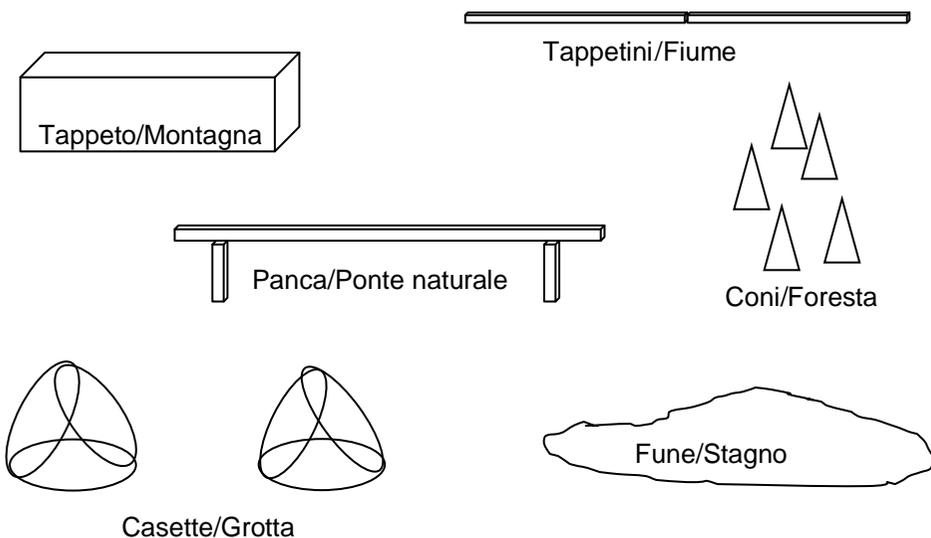
Proposta n° 2

Che strani animali in questo matto mondo preistorico!!.

Costruiamo un'ambientazione preistorica utilizzando gli attrezzi che abbiamo a nostra disposizione.

All'interno dello scenario quattro o cinque bambini alla volta vengono invitati ad interpretare gli spostamenti di un animale preistorico di fantasia, che si muove liberamente nel suo habitat naturale.

Ecco un esempio di ambientazione :



Se la fantasia non vi è di aiuto, ecco alcuni esempi di animali davvero particolari!:



Gamberante:

Spostarsi all'indietro su tre appoggi. L'arto inferiore sollevato rappresenta la proboscide



Chioccioluga:

Impugnare le caviglie passando con le braccia dalla parte interna delle cosce, avanzare a piccoli passi



Leodrillo:

Spostarsi appoggiando al suolo solo gomiti e ginocchia



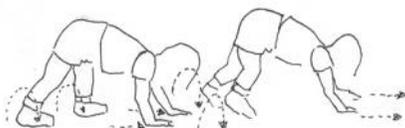
Lumabruco:

Avanzare strisciando sul bacino mantenendo l'impugnatura alle caviglie



Bisciosauro:

Strisciare mantenendo tutte le parti del corpo in completa aderenza al suolo



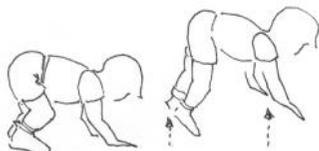
Canguzebra:

Avanzare camminando sulle mani ma saltellando con i piedi



Lombricauro:

L'impulso per avanzare strisciando viene dato solo dagli avambracci appoggiati al suolo.



Pulciosauo:

Avanzare saltellando con una spinta simultanea data dagli arti inferiori e superiori



Giraffiglio:

Avanzare saltellando in posizione accosciata, braccia unite in alto. Le mani rappresentano il muso della giraffa

Proposta n° 3

Staffetta di cooperazione: Il Centozampe.

Organizzazione: suddividere la classe in sottogruppi composti ciascuno da quattro o cinque bambini.

Scopo del gioco: ogni gruppo deve **comporre** un Centozampe seguendo le indicazioni dell'insegnante ed in seguito i componenti dovranno riuscire a **spostarsi** tutti contemporaneamente senza rompere la figura ottenuta.

Non vince il gruppo chi arriva per primo al traguardo, ma chi riesce ad effettuare il percorso stabilito senza rompere la continuità della figura.

In base all'età dei nostri allievi faremo proposte più o meno complesse che possono partire da un semplice "Tenersi per mano" fino



Terza lezione

Proposta n° 1

Il racconto:

UNA PASSEGGIATA MOVIMENTATA

Materiale occorrente: Consegniamo ad ogni bambino un delimitatore di spazio/cerchio o qualsiasi piccolo oggetto che verrà utilizzato come se fosse il volante di un'automobile.

E' una bellissima giornata di primavera, il sole è tiepido ed invitante, vi piacerebbe fare una gita in campagna?

Allora prepariamo il cestino con la merenda: pane, burro e marmellata, un succo di frutta, il cappellino in testa e poi saliamo in macchina: allacciamo la cintura di sicurezza ed avviamo il motore...."PO PO PO PO....." Si parte!!

L'insegnante, che interagisce con i bambini, sale in macchina, chiude la portiera, mette in moto ed esegue una corsa lenta continuando a narrare e descrivere le manovre che i bambini eseguiranno assieme a lei.



Non distraetevi quando siete alla guida di un'auto, la strada è piena pericoliattenti alle curve, svoltiamo a destra per non finire nella vetrina del calzolaio, adesso svoltiamo a sinistra per evitare il monumento dove almeno cento piccioni stanno appollaiati sul cappello di un condottiero comodamente seduto in sella al suo cavallo.

Stiamo lavorando in "Ordine sparso" ricorriamo pertanto all'espedito degli "spartitraffico" realizzati distribuendo per terra alcuni oggetti che costringono i bambini a seguire percorsi obbligati.

Oltre ai cambi di marcia faremo ricorso a manovre come l'inversione, la retromarcia, la svolta a destra oppure a sinistra,

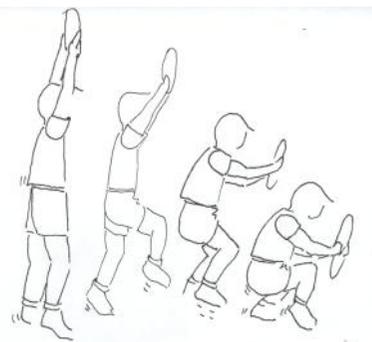
fermarsi allo stop, dare la precedenza a chi cammina sulle strisce pedonali.....

Finalmente stiamo uscendo dal centro abitato e ci dirigiamo speditamente verso le colline, sentite il profumo della terra bagnata, ascoltate il rumore del vento che fischia attraverso il finestrino socchiuso, la strada non è più asfaltata e diventa sempre più stretta e ripida.

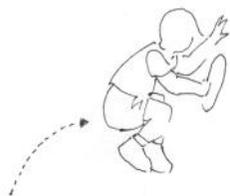
La salita viene rappresentata correndo sugli avampiedi e portando il volante in alto.

E ad ogni salita segue naturalmente una discesa

La discesa viene rappresentata portandosi gradatamente in posizione accosciata.



Attenzione! C'è una buca proprio nel bel mezzo della carreggiata "BOING!"
Accidenti, presa in pieno!



Entrare in una buca corrisponde ad eseguire un balzo con arrivo in posizione accosciata.

Eccone un'altra "BOING" ma questa strada è proprio dissestata!.



Eseguire una serie di saltelli a piedi uniti.

Attenti, stiamo per finire in una buca con acqua "BOINGSCIAFFF".

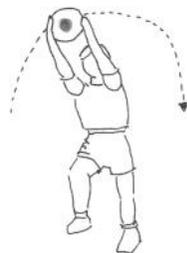


Eseguire un balzo seguito da un rotolamento sul dorso, quindi tornare in posizione eretta.

.... accipicchia, il cristallo della macchina s'è infangato, puliamolo per bene.....

Muovere le braccia tese come se fossero tergi-cristalli

Questa non è una strada, è un formaggio gruviera "BOING, BOING, SCIAFBOING...." Pare d'essere sulle montagne russe...



Ecco uno stop, fermi! "PO PO PO PO..... "



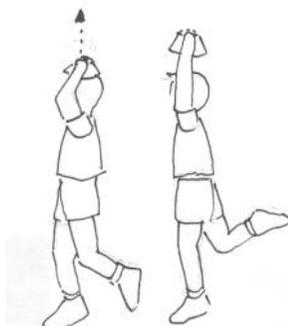
Corsa sul posto

Anche se siamo in una strada poco trafficata dobbiamo guardare attentamente a sinistra...e poi a destra.... arriva qualcuno? No? Bene, allora possiamo proseguire "PO PO PO PO.....".

Quante curve..... quanti tornanti.....quanti saliscendi.....

Alt! Semaforo arancione, rallentiamo.....e fermiamoci ...rosso..... aspettiamo con calma.....verde, ripartiamo "PO PO PO PO"

.....Il racconto può continuare variando le situazioni attraverso la narrazione (Incontriamo l'autobotte dei pompieri con la sirena che urla e la luce blu accesa che gira sulla capotte....."Niiinoooo niiinooo!!" oppure una macchina che zoppica con una ruota sgonfia (camminare su tre appoggi oppure saltellare su un solo piede), una macchina stracarica di bagagli che viaggia quasi rasoterra (Strisciare sull'addome) una vecchia macchina che strattona, sbuffa ed arranca con gran fatica fino a fermarsi esausta (una sgangherata andata a tre e quattro appoggi alternati) fino a quando arriveremo alla meta e concluderemo il gioco fingendo di stendere a terra una tovaglia colorata dove faremo merenda.



Varianti con difficoltà organizzative diverse.

Obiettivo: strutturazione dei concetti spaziali di “Davanti/Dietro” e “Destra/Sinistra”.

Organizzazione: suddividere la classe in coppie: il bambino A è il guidatore, il bambino B è il passeggero.

Seguire i comandi dell’insegnante

“Il guidatore è davanti al passeggero”

“Cambio di ruolo”

“Il passeggero si mette alla destra del guidatore..”

“Il guidatore si trova alla destra del passeggeri “

“Scambiare i passeggeri”

“Il guidatore è dietro il passeggero”....

Proposta n° 2

(semplice gioco per i più piccoli)

LE PRECEDENZE

Obiettivi:

strutturazione della “lateralità”, attenzione e rispetto delle regole.

Materiale:

alcuni cerchi disposti in ordine sparso rappresentano le isole pedonali.

Organizzazione delle squadre:

la classe è composta da “pedoni” in numero corrispondente alle isole pedonali e dalle “macchine” .

Scopo del gioco:

Per i pedoni: attraversare la strada senza essere investiti dalle macchine.

Per le macchine: non investire i pedoni

Regole del gioco:

i pedoni devono andare da un’isola pedonale all’altra attraversando la strada accertandosi però che non sopraggiunga alcun automezzo.

Le macchine sono tenute a dare la precedenza ai pedoni.
Nel caso in cui si incontrino due macchine, quella che proviene da destra ha la precedenza, entrambe sono comunque tenute a rallentare.

In caso di incidente inventiamoci una piccola penitenza.
Cambiare i ruoli.

Proposta n° 3

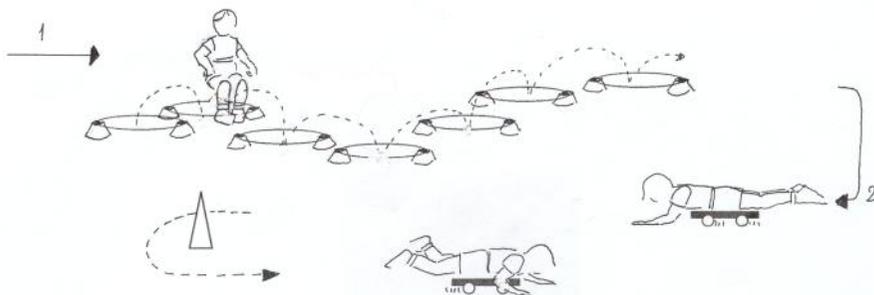
PERCORSO MOTORIO

Prima di tornare a casa, invitiamo i bambini a concludere la giornata con una passeggiata altrettanto movimentata.

Materiale: delimitatori di spazio, coni, cerchi, tappetini morbidi, una piccola scopa, uno o due skateboard, due elastici tenuti tesi a pochi centimetri da terra.

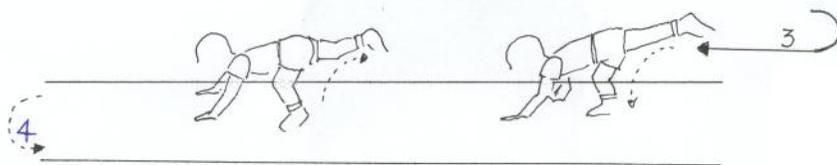
Allestimento del percorso: come da disegno, avendo l'accortezza di sviluppare il percorso lungo una linea a serpentina per evitare che i bambini abbiano difficoltà a seguire l'ordine di lavoro.

1 - saltare a piedi uniti avanzando tra i cerchi appoggiati orizzontalmente su due cinesine

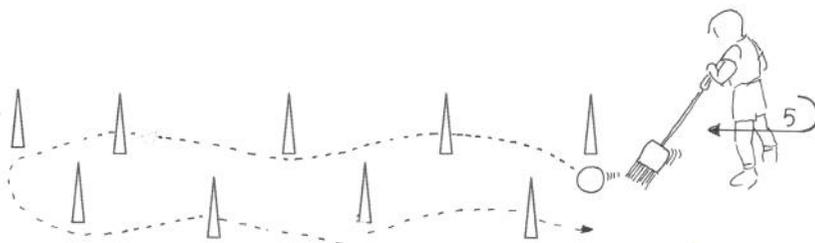


2 - percorrere un tracciato ad "U" in posizione prona sopra uno skateboard

3 e 4 - superare un elastico teso appoggiando le mani a terra e scavalcandolo con una sforbiciata a gambe tese, nella fase di ritorno i bambini potranno eseguire un' andatura a loro scelta.



5 - sospingere con la scopa una piccola palla, zigzagando tra una serie di coni



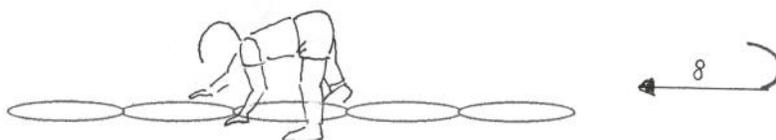
6 - superare con un salto due cerchi posati obliquamente su altrettanti coni



7 - passare attraverso due cassette costruite con tre cerchi



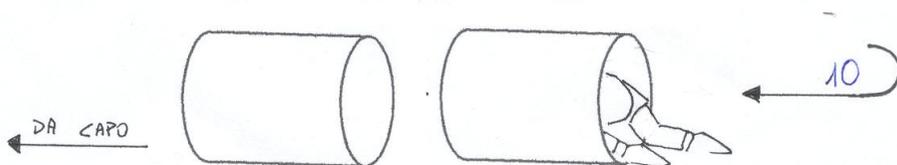
8 - eseguire un'andatura a piacere spostandosi lungo una serie di cerchi posati per terra



9 - Strisciare sul pavimento oppure sopra una serie di materassine, utilizzando solo l'azione degli arti superiori



10 - attraversare in retromarcia due gallerie costruite arrotolando due materassi morbidi e bloccandoli poi con uno o due cerchi o del nastro da pacchi.



Questo percorso può essere eseguito anche a tempo, attribuendo uno o più secondi di penalità per ogni errore commesso.

Lo stesso percorso può essere interpretato in modi diversi: per esempio, l'avanzamento tra i cerchi potrà avvenire in posizione di quadrupedia, lo spostamento sullo skateboard verrà eseguito in ginocchio anziché in posizione prona, modificheremo le andature all'elastico, la palla potrà essere sospinta con i piedi anziché con la scopa...

Proposta n° 4 *(per i più grandi)* **Gioco: la rotatoria**

Il gioco deve essere proposto in due fasi distinte, una di apprendimento delle regole e l'altra di consolidamento.

Possiamo proporre questo gioco anche ai bambini più piccoli, consiglio però di attuare solo la prima fase.

Obiettivo: strutturazione e consolidamento del concetto di lateralità, rispetto delle regole, velocità.

Materiale: gesso per tracciare il campo e una confezione di delimitatori di spazio.

Scopo del gioco: non causare incidenti, conquistare il maggior numero di Cinesine .

Squadre: suddividiamo la classe in quattro gruppi di lavoro

Svolgimento.

Disporre i delimitatori di spazio lungo la circonferenza interna del cerchio di centro campo, che è per l'appunto la "rotatoria".

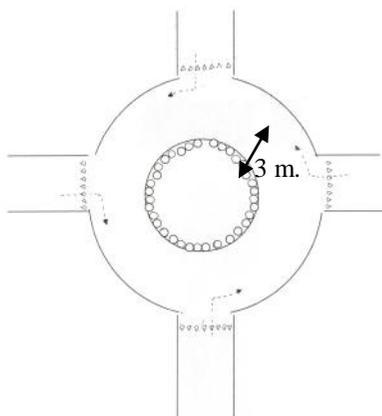
Disegniamo con il gesso le quattro strade che si immettono nella rotatoria e che dovrà avere una larghezza di tre metri circa.

Ai più piccoli proponiamo due sole file di lavoro.

Percorso di apprendimento

I componenti di ogni squadra sono seduti in fila nella propria strada di immissione che è a senso unico.

Rispettando il proprio turno di lavoro, un bambino di ogni squadra si immette nella rotatoria rispettando il diritto di precedenza per chi proviene dalla sua sinistra: esegue il giro completo dell'aiuola, ritorna al punto di partenza e dà il segnale di via al compagno successivo.



Percorso di consolidamento

Solo quando constateremo che tutti hanno acquisito il concetto di precedenza, potremo inserire l'elemento competitivo.

Durante il tragitto nella rotatoria, ogni bambino deve raccogliere uno dei delimitatori di spazio situati all'interno dell'aiuola portandoli poi alla propria squadra.

Vince la squadra che riesce a conquistare il maggior numero di delimitatori di spazio.

Chi causa un "incidente" perde il proprio turno di lavoro.

Attività interdisciplinari.

Questa lezione offre una buona occasione per avviare ad una educazione stradale di base. Potremmo infatti costruire dei segnali stradali realizzati su cartone oppure con del polistirolo, o più semplicemente utilizzando carta adesiva colorata applicata sul pavimento o sulle pareti della palestra oppure anche dell'intera scuola.

Otterremo così una viabilità dell'intero edificio scolastico che dovrà essere regolarmente rispettata da tutti.

NOTE SULL'AUTORE

- Diplomata all' I.S.E.F. di Milano nel 1979
- Docente di Educazione Fisica nella scuola secondaria di primo grado
- Insegnante di ginnastica di base presso la Società Ginnastica Juventus Nova di Melzo.
- Docente formatore per i corsi di "Allenatore Societario" per il Comitato Regionale Lombardia
- Collaboratore nei corsi di aggiornamento per insegnanti della scuola dell'infanzia e scuola primaria per la Federazione Ginnastica d'Italia
- Esperienze di insegnamento di educazione motoria nelle scuole primarie De Amicis ed Ungaretti di Melzo (MI)
- Pubblicazione " Giocare con..." edito dalla Società Stampa Sportiva di Roma