

G+S-Kids: Introduzione alla Ginnastica e danza - Lezione 5

Introduzione alla merengue

Autore

Hessloehl Séverine, capodisciplina G+S Ginnastica e danza, esperta G+S Kids

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
 Livello basso medio impegnativo
 Età consigliata 5 - 10 anni
 Grandezza del gruppo 8 - 20
 Luogo del corso Impianto musicale
 Sicurezza --

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Introduzione: muoversi a ritmo di musica

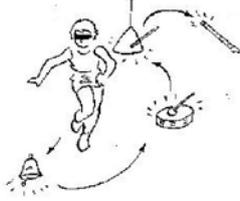
Parte principale: condurre e lasciarsi condurre Parte finale: ogni bambino danza con gli altri

Indicazione

La merengue è uno stile musicale e una danza di coppia originaria della Repubblica Dominicana. Per evitare problemi tra ragazzi e ragazze, all'inizio di ogni esercizio il monitore stabilisce delle coppie, senza badare al sesso.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	<p>Muoversi in tutta la palestra seguendo il ritmo dettato dal monitore.</p> <ol style="list-style-type: none"> Il suono di ogni strumento determina la direzione da prendere: <ul style="list-style-type: none"> - In avanti – clavette - Indietro – sonaglio - A destra – tamburino - A sinistra – maraca Suonare i 4 strumenti uno dopo l'altro in ordine casuale. I bambini devono reagire il più rapidamente possibile e muoversi nella giusta direzione mantenendo il ritmo. <p><i>Controllo: lo stesso esercizio ma con gli occhi chiusi, per vedere se i bambini distinguono bene i 4 strumenti e riescono a mantenere il ritmo anche senza guardare i compagni.</i></p>	<p>In tutta la sala, individualmente.</p> 	4 strumenti diversi
10'	<p>Introdurre la musica</p> <ol style="list-style-type: none"> Ascolto attivo della musica e in seguito chiedere ai bambini se hanno già sentito questo tipo di musica e se sì, dove... Spiegare che questa musica è originaria della Repubblica Dominicana e che oggi impareranno la danza che va con questa musica. Muoversi liberamente in tutta la palestra a ritmo di musica. Poi variare le 4 direzioni: in avanti, indietro, a sinistra e a destra. <p><i>Controllare se i bambini si muovono seguendo il ritmo.</i></p>	<p>Tutti assieme</p> <p>In tutta la sala, individualmente</p>	CD di merengue



PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Condurre il partner con la musica <ul style="list-style-type: none">- Condurre, senza toccare: in coppia, A conduce B con gli occhi: in avanti, indietro, su entrambi i lati (i corpi dei due bambini devono sempre essere rivolti uno verso l'altro)- Condurre con contatto: in coppia, darsi le mani, il bambino che conduce tiene le mani sotto quelle del compagno e viceversa.	Organizzazione generale della parte principale: <ul style="list-style-type: none">- Il monitore stabilisce casualmente le coppie, senza badare al sesso.- Cambiare partner frequentemente- Il bambino che si lascia guidare, chiude gli occhi (per aumentare l'influsso di colui che conduce e prevenire problemi di disciplina)	CD di merengue
10'	Condurre con l'aiuto di un oggetto <ul style="list-style-type: none">- In coppia, il palmo delle mani verso il partner (con le dita verso l'alto), tenere assieme in ogni mano una bacchetta (o un legnetto).- In coppia, sorreggere una palla stringendola contro la pancia (provare con palle di grandezza diversa).- In coppia, stare all'interno di un cerchio.- In coppia, schiena contro schiena	4 postazioni	CD di merengue Bacchette (legnetti) Palle Cerchi
10'	Figure <ul style="list-style-type: none">- I bambini girano assieme. Il bambino che conduce fa pressione su una o l'altra mano del partner, per dare il segnale di girarsi e indicare in che direzione roteare (a destra o a sinistra).- Il bambino che si lascia guidare si gira. Il bambino che conduce rilascia la mano del partner ed effettua la rotazione (a destra o a sinistra). <p><i>Controllare se i bambini riescono sia a condurre che ad essere guidati.</i></p>	Permettere ai bambini di esprimere la loro creatività, lasciandoli improvvisare con i diversi elementi senza imporre un ordine preciso (non stabilire delle sequenze!!!)	CD di merengue

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
15'	Rueda in linea <p><i>L'obiettivo di una Rueda è che tutti danzino assieme. Al segnale del monitore cambiare partner</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. Tutto il gruppo si dispone su due linee (sempre due bambini uno di fronte all'altro). Una linea conduce, l'altra si lascia guidare2. Stabilire un nome per ogni movimento e ogni figura: in avanti, indietro, a destra, a sinistra, girare con entrambe le mani, con una mano sola.3. Il monitore 'chiama' un movimento o una figura e tutte le coppie la effettuano nello stesso tempo, sempre in linea.4. Effettuare i cambi di partner. Al segnale del monitore 'cambio', ogni bambino si sposta di una posizione verso sinistra, in modo tale da avere un nuovo partner. <p><i>Controllare se i bambini si sentono a loro agio danzando con tutti i compagni</i></p>	Tutti assieme su due linee Cambio A→B→C→D→E↓ ↑J←I←H←G←F	CD di merengue