

Un ambiente sicuro

Prima di iniziare a giocare il monitore verifica che il terreno sia sicuro e elimina eventuali rischi:

- Sul terreno di gioco non vanno dimenticati oggetti (ades. palle, cerchi o altri piccoli oggetti come bottiglie, borsoni, etc.).
- Chiudere sempre le porte e i cancelli delle palestre.
- Prevedere una distanza di sicurezza sufficiente da oggetti ingombranti come pareti, colonne, piante, etc.
- Provvedere a spazi adeguati per attenuare cadute o frenate.
- Non usare le pareti né come obiettivi né come zona d'inversione.
- Nei giochi in cui si corre eliminare oggetti sui quali si potrebbe inciampare.
- Fissare bene gli attrezzi (ades. porte) per evitare che si capovolgano.
- Prima della lezione o dell'allenamento chiedere ai bambini di togliere orologi e gioielli, di buttare via le gomme da masticare e di legare i capelli lunghi.
- In palestra: per prevenire gli infortuni stabilire quale tipo di scarpa va indossato (scarpe da ginnastica, scarpette per ginnastica artistica o calze antiscivolo). Per via del rischio di scivolare le calze normali non sono adeguate alle attività sportive.
- All'aperto: informare preliminarmente i bambini o i genitori sugli indumenti da indossare, sulla protezione solare e sulle calzature. Per le attività che si svolgono nella foresta sono consigliati indumenti a maniche lunghe e copricapo per proteggersi dalle zecche.

Materiale ludico adeguato all'età

Prima di iniziare il gioco il monitore prepara se possibile il materiale adeguato. Indubbiamente i bambini riescono a maneggiare meglio palle, bastoni o racchette commisurati alle loro mani o piedi e all'altezza. In vari sport esistono palle più morbide e più lente che consentono al bambino di fare rapidamente dei progressi e quindi di provare un maggiore appagamento e ridurre i rischi di infortunio.

Oltre alle porte, come bersagli per lanci e tiri si possono usare spazi demarcati, pareti, reti per tchoukball, panchine, materassi, cerchi, con, etc. Le dimensioni e le distanze dei bersagli vanno variate e scelte in modo da consentire di centrarli, ma non troppo frequentemente.

Gli oggetti della vita quotidiana (palloni, giornali, tappi, stoffe, mollette, bottiglie PET, vasetti dello yogurt, etc.) sono una fonte inesauribile di idee che stimola la creatività del bambino e lo incita a fare degli esperimenti giocando a suo piacimento.

Formare gruppi adeguati e chiaramente distinguibili

Se si gioca in piccoli gruppi, parallelamente su campi diversi, l'intensità di gioco e di partecipazione risulta maggiore. Inoltre nelle squadre piccole (2-5 bambini) è più facile orientarsi all'interno del gruppo.

Per comporre i gruppi fondamentalmente esistono due strategie: lasciar fare al caso oppure affidare la composizione ai bambini o al monitore.

Tecnica di scelta casuale:

- **Caratteristiche personali:** i criteri d'associazione sono ades. pantaloni lunghi o corti, colore dei vestiti, capelli chiari o scuri, colore degli occhi, colore del materiale (casco, cuffia, palla, cerchio, corda, etc.).
- **Oggetti e simboli:** il monitore mette in un sacchetto delle figurine, delle carte da gioco, dei sassolini, delle biglie etc. in numero uguale ai bambini da suddividere. I bambini pescano un oggetto e si aggregano a un gruppo a seconda dell'oggetto, del colore o della forma. Variante: il monitore nasconde nella palestra dei bigliettini o degli oggetti.

- **Nodo di spaghi:** per ogni bambino serve un pezzo di spago. Per un gruppo da tre ad esempio, si fa un nodo all'estremità di tre spaghi. Il monitore tiene in mano tutti i nodi. I bambini afferrano uno spago e nel momento in cui il monitore apre la mano ecco che i nodi vanno a formare i gruppi.



- **Quiz:** il gruppo si compone di bambini che danno risposte uguali, ad esempio chi ha un cane o un gatto? Qual è il colore preferito? Chi è nato d'estate, chi d'inverno?
- **Biglietteria:** il monitore infila dei cartoncini, delle carte da gioco o dei biglietti ferroviari nelle fessure dei cassoni. I bambini scelgono il biglietto e si raggruppano con chi ha fatto la stessa scelta.
- **Atomi:** i bambini corrono liberamente. Il monitore chiama o fa vedere un numero. I bambini in tutta velocità si radunano formando dei gruppi di grandezza del numero annunciato. Il tutto si ripete fino a che le squadre hanno raggiunto il numero di membri necessario per il gioco che si vuole fare.

