

Giochi per il ritorno alla calma

Questo tipo di giochi si caratterizzano per il fatto di consentire ai bambini di mettere da parte tensioni ed emozioni vissute nella lezione. Il bambino si calma e si rilassa in modo ludico (**P** «Creare le basi» > «Calmarsi e rilassarsi»).

Ambiente: i giochi per il ritorno alla calma si dovrebbero fare in un ambiente adatto allo scopo, calmo e isolato, che consenta ai bambini di concentrarsi e calmare del tutto le emozioni accumulate nei giochi precedenti.

Accenti: in questi giochi l'accento si può mettere sull'aspetto dell'agire insieme. È possibile anche stimolare tutti i sensi dei bambini e – per consentire loro di sentire l'atmosfera di calma anche a livello tattile – si possono usare materiali leggeri (come palloncini, teli, palle morbide, etc.).

Regole: per poter utilizzare al meglio calma e silenzio, tutti i bambini devono partecipare. Chi non riesce a stare fermo o non vuole partecipare al gioco deve poter svolgere in questo periodo un'attività calma e silenziosa (da non paragonare a una punizione), in modo da non disturbare i compagni.

Passarsi un cerchio

I bambini formano un cerchio dandosi le mani e cercano di passarsi un cerchio senza rompere la formazione data. Per riuscirci devono far scorrere il cerchio dal proprio corpo a quello del compagno. Con un gruppo di grandi dimensioni è consigliabile utilizzare più cerchi contemporaneamente.



I robot

I bambini sono suddivisi a coppie; uno si mette davanti a occhi chiusi e fa il robot, l'altro lo guida per la palestra con lievi colpetti; sulla schiena = vai dritto, sulla testa = stop, sulla spalla sinistra = vai a sinistra, sulla spalla destra = vai a destra, stando attento a riportarlo nella posizione di partenza evitando ogni scontro con gli altri.

Variante: ogni bambino guida due robot, che hanno gli occhi aperti, cercando di spegnerli. Per riuscirci deve farli toccare con le punte del naso (naso contro naso).

Scrivere sulla schiena del compagno

I bambini sono divisi a coppie, uno dietro l'altro. Quello dietro disegna sulla schiena del compagno un simbolo, o scrive una lettera, una parola, un numero. Quando l'altro indovina cosa ha scritto ci si scambiano le posizioni.

Il segnale

I bambini sono seduti in cerchio; l'insegnante fa l'occhiolino a uno di loro in modo discreto. Se il bambino se ne accorge può salutare gli altri e andare a casa.

Variante: i bambini sono allungati a pancia in giù (dormono). L'insegnante passa da uno all'altro e li sveglia schioccando le dita. Chi viene svegliato può andare via.

Altre idee per i giochi sono disponibili all'indirizzo seguente: www.mobilesport.ch/ritorno-alla-calma