

# Il movimento come strumento di apprendimento – Il tempo: Segui il mio ritmo!

**Un'attività dinamica che permette di radunare il gruppo senza alcuna preparazione. Il numero di bambini che si spostano può essere adattato all'obiettivo: concentrazione o attività fisica.**

Gli allievi sono in piedi, suddivisi nello spazio a disposizione. Due di loro si spostano alla velocità definita: lentamente o rapidamente. Si spostano liberamente fra gli allievi immobili e si scambiano il posto con un compagno a scelta, che dovrà poi riprendere la velocità di spostamento. I due ritmi potranno ancora essere facilmente identificabili alla fine del gioco?

**Osservazione:** lo stesso esercizio può essere svolto con degli animali i cui ritmi di spostamento (andatura) sono facilmente riconoscibili.



---

Fonte: Aline Schoch Prince, coordinatrice del progetto «Youp'là bouge! à l'école», Marianne Fluck Felix e Annette Matthey-Christen, insegnanti di scuola dell'infanzia



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO