

Oggetti di uso quotidiano: Proposte e materiale da utilizzare

Giocando con degli oggetti qualsiasi, i bambini dovrebbero avere la possibilità di raccogliere le loro esperienze in relazione al materiale usato prima di ricevere nuovi input per altri giochi. Uno sguardo sugli oggetti scelti e sui punti più importanti da tenere in considerazione.

Stimolando la fantasia, il bambino può sviluppare altre capacità, come quella di pianificare e di applicare delle strategie. Tramite queste esperienze positive è anche possibile migliorare la concezione di sé.

Proposte per la lezione

Gli esercizi raccolti di seguito (dalla pagina 5) comportano l'uso di giornali, sottobicchieri di carta e tappi di bottiglia. I diversi esercizi possono essere completati, modificati o effettuati con altri oggetti quotidiani come per esempio spugne, panni, scatole di cartone, acchiappamosche, bottigliette in PET o castagne. Il docente è libero di scegliere quali oggetti utilizzare.



Prima di farne uso, occorre tuttavia verificare che il materiale non rischi di causare infortuni. È inoltre importante spiegare bene e chiaramente ai bambini che gli oggetti da tirare, come le castagne indurite, non devono essere lanciati quando ci sono dei compagni nelle vicinanze. Gli esercizi sono pensati per una lezione di educazione fisica da svolgere in palestra, tuttavia possono anche essere eseguiti all'esterno, durante una passeggiata o in un'aula scolastica.

Materiali scelti

Con **un giornale** si possono fare molti esercizi diversi. Si può per esempio usare un grande o un piccolo foglio. Accartocciandone una pagina è possibile formare una palla, un altro pezzo di giornale può ricevere la forma di un bersaglio o un imbuto. In questo modo, nascono delle ottime idee per svolgere esercizi di lancio e di mira. Si possono creare bacchette arrotolando un giornale e fissandolo con un nastro adesivo.

Le possibilità sono infinite. I bambini devono imparare a utilizzare la forza in modo differenziato perché la carta non è un materiale stabile. Spesso, dopo una lezione eseguita con giornali, rimangono per terra diversi pezzi di carta. In generale questo non rappresenta un problema perché ai bambini piace molto se alla fine possono giocare a fare l'aspirapolvere e raccogliere più pezzi di giornale possibile. In un batter d'occhio la palestra o l'aula sarà in ordine.

I **sottobicchieri di carta**, ovvero i tondini di cartone da mettere sotto le birre, possono essere richiesti nei negozi specializzati nella vendita di bevande. Per l'educazione fisica, prediligere le forme rotonde invece di quelle quadrate. Sono molto più utili perché si possono lanciare, far rotolare e girare. I modelli con un colore diverso su ogni lato sono più adatti perché permettono di diversificare ulteriormente gli esercizi stimolando anche la percezione visiva.

I sottobicchieri di carta offrono molte possibilità di gioco per migliorare e imparare diverse capacità motorie. Per esempio come segna posto o segna direzione, come elemento di costruzione, come superficie scivolosa su cui

muoversi o come oggetto da lanciare.

I tappi di bottiglia si trovano praticamente ovunque. Se il docente raccoglie tappi durante qualche settimana e ogni allievo ne porta due con sé alla lezione, si riesce a raggiungere velocemente una buona quantità di materiale da gioco. Per i bambini, i tappi di bottiglia sono un bottino colorato che si deve cercare, salvare e difendere.

Consigli per l'insegnamento

- Aiutare i bambini a riconoscere le loro forze al fine di permettere esperienze di prestazione.
- Cercare di creare opportunità in cui anche i bambini possono realizzare cambiamenti agendo per conto proprio.
- Stimolare l'iniziativa propria e l'attività individuale affinché un esercizio eseguito correttamente possa essere ricondotto agli sforzi personali di ogni allievo.
- Lasciare spazio ai bambini per la sperimentazione. Non intervenire aiutando subito.
- Valorizzare e accettare tutti i bambini a prescindere dalla loro prestazione.
- Evitare il più possibile di confrontare i bambini tra di loro. Osservare invece in cosa ogni singolo allievo è riuscito a migliorarsi rispetto al suo livello personale.

Fonte: Franziska Wenk, studente all'Alta Scuola pedagogica di San Gallo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO