

Giochi all'aperto: Cambiare ambiente

Per svilupparsi correttamente, i bambini hanno bisogno di fare delle esperienze motorie variate. Questo tema del mese propone delle forme di gioco per allievi di scuola dell'infanzia e scuola elementare, che possono essere messe in pratica in diversi ambienti.

L'attività fisica offre inoltre l'opportunità di scoprire e utilizzare spazi, impianti sportivi e superfici diversi. Ricorrendo ad ambienti nuovi si vogliono ampliare le esperienze e le sensazioni vissute dal bambino. Una folata di vento, le nuvole che passano in cielo, una pioggia o una nevicata improvvise, il sole cocente, un prato appena tagliato, le foglie che cadono, gli insetti che ronzano, una strada ghiacciata, acqua fresca e sabbia calda sono tutti elementi che arricchiscono l'attività all'aria aperta rendendola unica.



Una calma concentrata, una musica stimolante, un ritmo di sostegno sono cose che possono invece cambiare l'atmosfera di qualsiasi palestra. Muoversi su un fondo duro, sul prato, sulla neve, sul ghiaccio, sulla sabbia o in palestra offre sensazioni assolutamente diverse fra loro e stimoli sempre nuovi. Le attività con l'acqua, sulla riva e in acqua, nel bosco, in palestra, sulla pista di atletica, sul terreno, al parco giochi, permettono di vivere avventure nuove e interessanti.

Cambiare ambiente

È necessario consentire la scoperta di varie sensazioni, nonché promuovere e stimolare la percezione in modo globale. È quindi da considerare un arricchimento lasciare di tanto in tanto il proprio ambiente consueto per scoprire altri ambienti in cui muoversi! Questo tema del mese propone una varietà di esercizi e di forme di gioco e anche dei consigli molto utili da adottare in ogni ambiente specifico.

Alla fine sono presentate tre lezioni modello che possono essere impartite all'aria aperta in vari tipi di ambiente, che permettono ai bambini di vivere la natura e di sfogare il loro bisogno naturale di muoversi all'aperto. Gli esercizi presentati nella prima parte sono da intendersi come esempi da introdurre a piacimento in una lezione a seconda delle caratteristiche di ogni classe o gruppo di allenamento.

Il tema del mese

- [Giochi all'aperto: Cambiare ambiente](#) (pdf)

Aiuti

- [I diversi ambienti](#)

Esercizi

- [Fondo duro, prato, parco giochi](#)
- [Nel bosco](#)
- [Con l'acqua, sulla riva](#)
- [In acqua](#)
- [Nella neve](#)
- [Sul ghiaccio](#)

Lezioni

- [Tutti assieme al parco giochi](#)
- [Vivere la natura](#)
- [Giochi da cortile](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP