

# «scuola in movimento» – Abilità (coordinazione): Il passa bicchiere

La musica è lo strumento ideale per migliorare il ritmo. In questo esercizio i bambini riproducono una sequenza con un bicchiere di plastica.

Sedetevi in cerchio attorno a un tavolo. Ogni allievo ha davanti a sé due bicchieri di plastica. Tutti insieme eseguono la sequenza descritta qui di seguito. Una volta finito si prende il bicchiere del compagno a sinistra e si riprende a battere il ritmo.

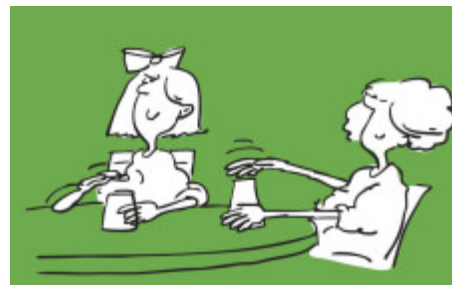


Illustrazione: Lukas Zbinden

1. Battere il fondo dei bicchieri sul tavolo.
2. Battere il fondo dei bicchieri l'uno contro l'altro.
3. Battere i bicchieri sui lati. 4. Battere i bicchieri sul tavolo.
4. Posare i bicchieri sul tavolo e spostarli a destra.
5. Battere le mani.
6. Ricominciare con un bicchiere usato e uno nuovo (quello sinistro viene sostituito da un bicchiere del compagno).

## Variante

Riuscite ad accelerare il ritmo?

**Conseils:** esercitatevi dapprima da soli a eseguire il ritmo, poi in piccoli gruppi e solo alla fine con tutta la classe. Si possono usare bicchieri vuoti di yogurt.

**Materiale:** bicchieri di plastica

Livello scolastico	Dalla prima elementare alla quarta media
Forma sociale	Tutta la classe (da soli, in coppia)
Periodo	Inizio della lezione, lezione di musica
Durata	10-15 minuti
Intensità	Media
Luogo	Aula
Spazio necessario	Medio

---

Fonte: «scuola in movimento» – Modulo «Musica per muoversi»



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**