

Inserto pratico 48: Giochi di movimento con la musica

Non appena sentono la musica, i bambini iniziano a muoversi naturalmente. Questo inserto pratico propone delle idee per stimolare la fantasia e la creatività dei piccoli e per trasmettere loro entusiasmo durante l'apprendimento dei movimenti.

La musica e il movimento sono le forme di espressione e di attività più utilizzate durante l'infanzia. Attraverso questi due elementi, i bambini si confrontano con l'ambiente materiale e sociale, acquisendo delle conoscenze sulle regole e sui regolamenti. Tramite il loro corpo, inoltre, vivono delle esperienze personali molto importanti.



Processi psico-mentali

Riflettere, dirigere, agire, percepire e muoversi, sono fattori inseparabili che influiscono gli uni sugli altri. I bambini percepiscono le impressioni con tutto il corpo ed esprimono le sensazioni attraverso il movimento. La musica e il movimento possono condizionare la sensibilità emotiva. Il concetto di «psicomotricità» indica questa stretta correlazione fra i processi fisico-motori e psico-mentali.

I giochi in movimento con la musica sono adatti ad ogni età, offrono un ampio spazio ludico ed invitano in modo spontaneo a sperimentare il movimento. La prima parte di questo inserto pratico è dedicata ai bambini dai 5 ai 7 anni, mentre la seconda si rivolge ai più grandicelli, dagli 8 ai 10 anni. Strutturato in modo analogo al primo, questo capitolo è corredato anche da elementi legati alla prestazione.

Lasciar vagare la fantasia

Ad ogni esercizio sono associati dei suggerimenti che stimolano la fantasia e offrono un margine di manovra importante ai partecipanti. La raccolta di esercizi, adatti ad ogni fascia d'età, si basa su fattori quali la coordinazione, l'imitazione, ecc. tratti dal CD Musica e movimento n. 7, che completa l'inserto.

Anche il secondo inserto, dedicato al ritmo, si integra perfettamente con il presente, proponendo a bambini, giovani e adulti una formazione ritmica di base e offrendo un allenamento specificatamente fondato sul ritmo.

[Inserto pratico 48: Giochi di movimento con la musica \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO