

# Oggetti di uso quotidiano – Giornale: Una sfida per insegnanti e allievi

Quando ci si trova tra le mani una palla, si sa che si può lanciarla, afferrarla, farla rotolare e tirarla in tanti modi diversi. La situazione cambia quando si tratta di una pagina di giornale. Cosa è possibile fare con un giornale?

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 seguenti esercizi da svolgere con un giornale sono ideali per stimolare in modo ludico la reazione, la resistenza, l'orientamento e la cooperazione fra i bambini.

→ [Le nostre proposte](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO