

Oggetti di uso quotidiano – Sottobicchieri di carta: Giradischi

In questo esercizio, i bambini imparano a reagire velocemente e a svolgere compiti che definiscono loro stessi girando il sottobicchiere in modo differenziato.

Informazione importante

Cari utenti di mobilesport.ch,

tutti gli esercizi proposti sono stati creati e formulati per essere introdotti nelle lezioni di educazione fisica e negli allenamenti. Tuttavia, essi possono essere facilmente adattati anche per essere eseguiti a casa. Basta un po' di creatività! Lasciate libero spazio alle idee e alla fantasia dei vostri figli!

Osservazione: invece dei sottobicchieri da birra si possono usare dischi di cartone o di carta di un diametro di circa 10 cm.

Il team di mobilesport.ch vi augura un buon allenamento all'insegna del divertimento

Formare gruppi da due e distribuire un sottobicchiere per gruppo. Ogni bambino definisce autonomamente un compito che può essere cambiato durante il gioco. A seconda dello scopo della lezione, il docente può definire altri compiti.

Girare il sottobicchiere ad alternanza ed eseguire il rispettivo compito (ogni lato un compito). I bambini si stimolano a vicenda e possono anche effettuare delle gare tra di loro.



Materiale: sottobicchieri di carta

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO