

## Inserto pratico 21: Giochi di abilità

**Destrezza e coordinazione sono due fattori molto importanti nella vita di tutti i giorni. E per allenarli non mancano certo i giochi di abilità adeguati. Questo inserto pratico sbircia nell'universo ludico e ne presenta alcuni.**

Nello sviluppo motorio globale di bambini e giovani rientra anche il perfezionamento di fattori quali la coordinazione mano-occhio, l'ambivalenza, la motricità fine e la destrezza; i giochi basati sull'abilità da eseguire con determinati oggetti contribuiscono a migliorarli. Confrontandosi con un determinato oggetto, gli allievi possono affinare in modo ludico la loro motricità fine, che impiegano quando si lavano i denti o fanno dei lavoretti con degli attrezzi.



### Così o così

Molti giochi di abilità si fondano sul principio di collegare i due emisferi cerebrali e la parte destra e sinistra del corpo. Infatti, durante il loro svolgimento, mani e braccia vengono sempre utilizzate contemporaneamente o in modo alternato. Queste proposte ludiche sono in grado di entusiasmare grandi e piccini, migliorano la concentrazione e si prestano ad essere sfruttate nelle pause e nelle lezioni in movimento, nei campi scolastici, nelle giornate sportive e possono pure essere introdotte nel programma scolastico.

### Bicchieri, palle e... diavoli

Lo «sport stacking» ha di recente fatto il suo ingresso nell'universo dei giochi di abilità. L'obiettivo di questo gioco è di riuscire a comporre e a scomporre una piramide di bicchieri di plastica nel minor tempo possibile, naturalmente sempre utilizzando in modo alternato entrambe le mani. Dalla pagina due alla nove vengono riportati degli esempi che illustrano come questo gioco non sia un semplice «impilaggio di bicchieri».

Grazie a delle immagini vengono dapprima spiegate le forme di base e le regole da adottare durante le competizioni, poi si passa alla presentazione delle forme ludiche da inserire nelle attività di classe, seguite dalla disciplina per eccellenza per «gli amanti dell'impilaggio»: il ciclo. Le pagine dieci e undici sono dedicate alla tecnica utilizzata per imparare a giocolare in pochissimo tempo con tre palle.

L'inserto si rivolge anche a chi ama le emozioni forti proponendo, su due pagine, un assaggio del gioco del diavolo. Grazie al kiwido, l'attenzione viene rivolta infine a diverse forme di movimento animate, seguite da un'ulteriore serie di giochi d'abilità.

[Inserto pratico 21: Giochi di abilità \(pdf\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**