

«scuola in movimento» – Rafforzare le ossa: Scrivere i numeri

La griglia del gioco della campana permette ai bambini di concatenare i salti. L'esercizio si basa su sequenze di numeri o lettere.

Disponete quattro corde in modo da delimitare nove campi quadrati. Attribuite a ciascun riquadro un numero (come nella tastiera del telefonino) e saltate diverse serie di numeri a scelta (ad es. la data di nascita, il numero di telefono, etc.).

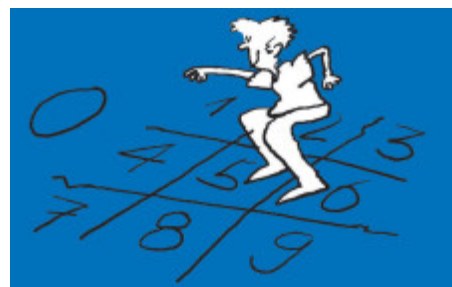


Illustrazione: Lukas Zbinden

Varianti

- Attribuite a ciascun riquadro una lettera dell'alfabeto (nove in tutto, ad es.: A E I O U S M L R). Saltando da una casella all'altra potete scrivere parole semplici come mela, amore, sole etc. Attribuire altre lettere alle caselle e trovare nuove parole.
- A coppie: uno scrive una parola saltando da un «tasto» all'altro, il compagno cerca di indovinare di cosa si tratta.
- A coppie: disegnate su fogli di carta quattro volte una X e quattro volte una O e prendete un simbolo ciascuno. Potete ora giocare a tris: per occupare una casella lasciando il proprio «segno» bisogna eseguirci dentro dei saltelli.

Materiale: corde, gesso, ev. fogli di carta

Livello scolastico	Dalla prima elementare alla prima media
Forma sociale	Da soli, a coppie, in gruppo
Periodo	Inizio e/o fine della lezione
Durata	10 minuti
Intensità	Media
Luogo	Aula, cortile della ricreazione
Spazio necessario	Importante

Fonte: «scuola in movimento» – Modulo «Corda+»



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP