

# Oggetti di uso quotidiano – Giornale: Leggere il giornale

Un esercizio che permette ai bambini di allenare l'equilibrio rafforzando la muscolatura di tutto il corpo.

## Informazione importante

Cari utenti di [mobilesport.ch](https://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!

Il team di [mobilesport.ch](https://mobilesport.ch) vi augura un buon allenamento all'insegna del divertimento

I bambini sono seduti sulle natiche con i piedi sollevati da terra. Le braccia sono alzate e le mani tengono un giornale. I bambini tengono il giornale aperto e lo leggono. Chi è in grado di leggere le singole parole o trovare nel testo le lettere che compongono il proprio nome senza perdere l'equilibrio?



**Materiale:** giornale

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO