

# Oggetti di uso quotidiano – Sottobicchieri di carta: Messaggio scottante

Un esercizio ideale per imparare a reagire velocemente e ad attuare i movimenti al più presto.

I bambini sono in piedi in cerchio. Un sottobicchiere (toast che scotta) viene fatto girare in senso orario. La fetta di toast circola velocemente perché è così calda che bisogna tenerla in mano il meno possibile. Il docente fa circolare sempre più toast. Quante fette può far girare il cerchio senza farle cadere per terra?



## Variante

### Più difficile:

far passare il toast tenendolo tra il pollice e l'indice, poi tra il pollice e il medio, tra il pollice e l'anulare, ecc.

Materiale: sottobicchiere 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