

Lezione

Il circo di giornali

In questa lezione i bambini stimolano le loro capacità coordinative e condizionali.

E lo fanno utilizzando in vari modi uno o più giornali.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 45 minuti

Livello di capacità: asilo – terza elementare

Età: 5-10 anni

Obiettivi d'apprendimento

- Provare e allenare esercizi insoliti simili ai numeri di un circo.
- Orientarsi all'interno di un gruppo, reagire velocemente, differenziare, trovare il ritmo e mantenere l'equilibrio.

Osservazioni:

- quando si gioca con i giornali, spesso l'aula o la palestra rimane in disordine. Ma ai bambini piace giocare a fare l'aspirapolvere alla fine della lezione. Il docente può lanciare la sfida: «chi è il miglior aspirapolvere e riesce a raccogliere il maggior numero di pezzettini di giornale?»
- è molto facile formare delle asticelle e delle bacchette di giornale. Basta arrotolare diverse pagine in modo compatto e fissarle con del nastro adesivo. Se le asticelle sono state fatte a regola d'arte possono essere utilizzate più volte.

	Tema/compito/esercizio/gioco	Organizzazione/disegno	Materiale
Introduzione	10' Animali del circo: disporre dei fogli di giornale formato A4 per terra. I bambini imitano diversi animali del circo correndo, saltellando o strisciando attorno ai fogli di giornale. Il docente fornisce continuamente istruzioni che sono state definite precedentemente e i bambini devono seguirle il più in fretta possibile. Il bambino più lento deve uscire dal campo da gioco e fare un esercizio supplementare. Una volta che ha eseguito questo compito, può rientrare nel campo da gioco. Istruzioni possibili: <ul style="list-style-type: none"> • Ragno = posizione tavolo con la schiena in giù sopra il giornale. • Elefante = distesi sulla pancia, sollevare le braccia e le gambe dal suolo e formare una proboscide con le braccia. • Tigre = camminare a quattro zampe sopra il giornale. 		Giornali
	5' Piccolo bruco: i bambini si trovano su una linea con due giornali. Su un pezzo di giornale si trovano i piedi, sull'altro le mani. Imitando i movimenti di un bruco, gli allievi avanzano nella palestra facendo scivolare prima le mani in avanti e poi i piedi, e via dicendo. I bambini che riescono a fare bene questo movimento possono aggiungere una piccola difficoltà alzando un piede in aria.		Giornali
	2' Il leone: i bambini tengono una bacchetta di giornale incastrata sotto il mento e si muovono nella palestra a quattro zampe come un leone che cammina nella gabbia. Lo scopo dell'esercizio è di non far cadere la bacchetta.		Bacchetta formata con un giornale

	Tema/compito/esercizio/gioco	Organizzazione/disegno	Materiale
Parte principale	5' Uomo serpente: due bambini sono in piedi schiena contro schiena. L'allievo A supera l'ostacolo dal davanti. Il bambino B prende l'ostacolo e lo supera da dietro. In seguito lo passa di nuovo al bambino A facendolo passare sopra la testa. Dopo un paio di giri, cambiare la direzione. Importante: tenere sempre l'ostacolo con entrambe le mani.		Bacchetta formata con un giornale
	8' Maneggio: disporre per terra diverse asticelle formate con giornali a una distanza di circa 50 centimetri una dall'altra. I bambini superano gli ostacoli correndo in avanti, indietro e di lato. Saltellano a piedi pari, fanno uno slalom e inventano altri modi per superare gli ostacoli. Più difficile: il docente o un allievo dà il ritmo a cui gli altri devono saltellare.		Bacchetta formata con un giornale
	6' Corsa dei giornali: formare gruppi da tre. I bambini avanzano con l'aiuto di pagine di giornale. Lo scopo è raggiungere un determinato punto senza toccare il suolo rimanendo sempre sui giornali. Ogni gruppo dispone di 4 pagine di giornale. I tre bambini sono in piedi ciascuno su un foglio, il primo bambino posiziona per terra davanti a sé la pagina rimanente. Tutti fanno un passo sul prossimo foglio. L'ultimo passa in avanti il foglio rimasto libero in fondo. Quale dei gruppi riesce a raggiungere la linea d'arrivo senza mai toccare il suolo?		Giornali
	6' L'arte del giocare: lanciare leggermente una palla di giornale accartocciato sopra la testa e prenderla spostando le mani dietro la schiena senza girarsi. Da questa posizione, tirare in avanti la palla facendola passare sopra la testa.		Palla di giornale accartocciato
Ritorno alla calma	5' Batti un colpo: formare gruppi di due. A si stende con la pancia per terra. Il bambino B tocca con la bacchetta di giornale il corpo del compagno partendo dai piedi e arrivando fino alle spalle. Dopo averlo fatto un paio di volte, è B a stendersi per terra e A tocca il compagno con la bacchetta.		Bacchetta formata con un giornale