

# 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' <b>Animali del circo:</b> 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"> <li>• Ragno = posizione tavolo con la schiena in giù sopra il giornale.</li> <li>• Elefante = distesi sulla pancia, sollevare le braccia e le gambe dal suolo e formare una proboscide con le braccia.</li> <li>• Tigre = camminare a quattro zampe sopra il giornale.</li> </ul>		Giornali
	5' <b>Piccolo bruco:</b> 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' <b>Il leone:</b> 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' <b>Uomo serpente:</b> 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' <b>Maneggio:</b> 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' <b>Corsa dei giornali:</b> 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' <b>L'arte del giocare:</b> 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' <b>Batti un colpo:</b> 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