



G+S-Kids: Introduzione Ginnastica - Lezione 4

Tutti assieme al parco giochi

Autore

Hanspeter Erni, Esperto G+S ginnastica e palla pugno, docente EF, commissione d'esperti ginnastica

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti

Livello basso medio impegnativo

Età consigliata 7-10 anni

Grandezza del gruppo Ca. 16

Luogo del corso Parco giochi per bambini

Sicurezza Visitare prima il parco giochi, valutare lo stato degli attrezzi. Fare attenzione in modo particolare in caso di brutto tempo (bagnato). Portare con sé il cellulare con i numeri d'emergenza.

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Fare ginnastica tutti assieme.

Indicazione

Valutare la strada che porta al parco giochi. Si consiglia di farsi accompagnare da una seconda persona.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Saluti e appello Obiettivo della lezione: TUTTI ASSIEME Comunicare ai bambini l'obiettivo della lezione. Rituale "Skake-Hands" Consiglio: formare un gruppo di scimmie o di selvaggi.	In cerchio	Equipaggiamento per l'esterno
5'	Alla ricerca del sentiero I Camminare tutti assieme e cercare una via che porta al parco giochi.	Definire una via sicura	Cellulare, numeri d'emergenza (dottore)
5'	La NOSTRA nazione Scoprire il territorio a coppie, ogni gioco deve essere toccato in modo particolare (per es. con la testa, con l'unghia sinistra della mano,...)	Parco giochi	

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
8-10'	Corsa d'orientamento con carte da gioco Una grande e semplice cartina da CO del parco giochi è per terra. I bambini cercano le carte nascoste, non appena ne trovano una la riportano e marcano sulla cartina il punto del ritrovamento. Riusciamo tutti assieme a trovare tutte le carte?	Su un foglio A3	Carte da gioco, foglio A3 del parco giochi
5-8'	Scommettiamo che ... noi bambini siamo più veloci dei nostri monitori? I monitori provano a prendere i bambini. Se si sale su un gioco si è salvi. Chi viene preso va in prigione, ma può sempre liberarsi toccando un gioco stabilito all'inizio (montagna magica) o grazie al tocco di un altro bambini libero. Ce la fanno i monitori in 5 minuti a prendere tutti i bambini?	Stabilire la prigione e la montagna magica	Cronometro



5-8'	Prendersi nella foresta Il parco giochi è una grande foresta. I giochi vengono collegati con un filo (corde). 2 bambini formano il team dei cacciatori. Quanti "animali" riescono a prendere in un minuto?	Importante: ci si può muovere solo sui giochi e sul filo! Dopo ogni minuto cambiare il gruppo dei cacciatori.	Diverse corde
10'	Il museo del parco giochi Formare dei gruppi di 4-5 bambini. Ogni gruppo plasma un gioco del parco e lo trasforma in un'opera d'arte. I bambini mostrano agli altri le loro opere d'arte.	Consiglio: i bambini possono rappresentare oggetti, persone, ecc.	

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
8'	Alla ricerca del sentiero II Tutti assieme troviamo la via del ritorno. A coppie: cosa mi/ti è piaciuto?	Definire una via sicura	
2'	Saluti Breve feedback: cosa è stato facile/difficile in "tutti assieme"? Perché? Consiglio: ogni bambino quando esce dalla palestra riceve un motto e il corrispondente "zuccherino". Esempio: il gruppo di scimmie riceve una banana.		"zuccherini"