

Lezione

Vivere la natura

Durante questa lezione da impartire all'aria aperta, i bambini vivono la natura sulla loro pelle e ne percepiscono i vari elementi.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 90 minuti

Età: 5-8 anni

Livello scolastico: dalla scuola materna alla seconda elementare

Obiettivi di apprendimento

- Vivere la natura e percepirla gli elementi

Osservazione: ispezionare il luogo prima della lezione. Evitare di proporre dei giochi nei pressi di una diga o dove l'acqua è profonda. È consigliabile avere un aiuto monitore quando si gioca all'aperto. Portare con sé una piccola farmacia e un cellulare con i numeri d'urgenza. Comunicare ai genitori il programma della lezione.

Fonte: «G+S-Kids: Introduzione Ginnastica – Lezione 7», Sylvia Gerber, esperta Ginnastica, commissione Ginnastica

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	15' Esperienza/sentire i piedi Tutti camminano, corrono e saltano a piedi nudi sul prato.	Togliere le scarpe	
	Raccogliere l'erba Chi riesce a raccogliere l'erba con le dita dei piedi? Suddividere la classe in gruppi di sei. Quale gruppo riesce in un minuto a formare il mucchio di erba più grande? Raccogliere l'erba a circa 8-10 m dal mucchio e riportarla saltellando.		
	La danza del serpente Almeno sei bambini formano un serpente. Si dispongono uno dietro l'altro e appoggiano le mani sul bacino di colui o colei che precede. Il primo bambino prova a prendere l'ultimo, se riesce a farlo lascia il posto alla testa del serpente.	Al parco giochi	
Parte principale	50' Lo slalom Il gruppo avanza incolonnato verso il luogo prestabilito (lasciare una certa distanza fra un bambino e l'altro). Il bambino in fondo al gruppo scatta in avanti e fa uno slalom fra i compagni per raggiungere la testa del gruppo. Quando l'ultimo bambino è a metà della colonna parte il prossimo.		
	La raccolta dei sassi Formare dei gruppi di tre o cinque bambini. Quale gruppo raccoglie in un minuto il maggior numero di sassi? I sassi vanno raccolti in una determinata zona e trasportati uno alla volta. Compito supplementare: quale gruppo riesce per primo a portare 10 sassi e a metterli uno di fianco all'altro per formare una scultura? Variante • Quale gruppo riesce in tre minuti a costruire il muro di sassi più alto?		
	Attraversare il ruscello Quale gruppo riesce per primo ad attraversare il ruscello senza bagnarsi i piedi? Variante • Proporre una staffetta. La metà del gruppo sta da una parte del ruscello e l'altra metà dall'altra parte. Quale gruppo riesce ad attraversare due volte e ritrovarsi per primo nella posizione iniziale senza bagnarsi i piedi?	Si possono mettere dei sassi nel ruscello	Sassi

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Parte principale	<p>Tiro al bersaglio Formare dei gruppi di tre. Ogni bambino raccoglie nove sassi. L'obiettivo è di riuscire a colpire tre sassi (predefiniti). I tre bersagli valgono rispettivamente 1, 2 e 3 punti. Ogni bambino sceglie la distanza da cui vuole tirare. Quale gruppo ottiene il maggior numero di punti? Ripetere l'esercizio più volte.</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> Lanciare i sassi all'indietro in mezzo alle gambe divaricate. 		Sassi
	<p>La riserva Il monitor mostra 10 oggetti diversi. Ogni bambino deve andare a prendere questi oggetti. Chi durante il tragitto viene toccato da un altro bambino deve consegnare a quest'ultimo l'oggetto che ha in mano.</p>		Diverse foglie, sassi, frutti...
	<p>Il cieco A chiude gli occhi, B lo accompagna su un determinato percorso. All'altezza delle curve la coppia si ferma e B appoggia per terra un oggetto. Alla fine ripercorrono lo stesso percorso fino al punto di partenza. A toglie la benda dagli occhi e prova a rifare il percorso con gli occhi aperti.</p>		Un maglione, una giacca o un foulard per bendare gli occhi
	<p>La caccia al sassolino Definire da due a tre cacciatori. Tra gli altri bambini presenti, cinque o sette hanno in mano un sassolino (che può essere passato da un bambino all'altro). Quando un cacciatore acciuffa un bambino con un sassolino in mano deve consegnare quest'ultimo al cacciatore. Quanto tempo impiegano i cacciatori a raccogliere tutti i sassolini?</p>	Distinguere i cacciatori ad esempio con una maglietta dello stesso colore	Sassolini
	<p>Tulin Il bambino che cerca fa la guardia a 3 pezzi di legno disposti a forma di piramide. Gli altri bambini avanzano prudentemente. Chi riesce a far cadere la piramide prima di essere visto? In questo modo tutti gli altri bambini sono nuovamente liberi e possono andare a nascondersi fino a quando il bambino che cerca ha di nuovo ricomposto la piramide.</p>		Pezzi di legno

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Ritorno alla calma	25' Costruire la diga Formare due squadre. Collocare un grosso ramo in acqua tra due sassi. Poi costruire una diga con altri sassi. Chiudere i piccoli buchi con rametti e sassolini. Quale gruppo costruisce la diga più velocemente?	Solo in presenza di una corrente molto debole	Sassi, rami, muschio
	Il sassolino Lanciare dei piccoli sassi piatti sulla superficie dell'acqua. Chi riesce a far rimbalzare il sasso più volte?		Sassi piatti
	La barca di corteccia Formare dei gruppi di tre. I bambini ricevono un foglio con delle istruzioni (cercare un pezzo di corteccia sulla quale va infilato un oggetto appuntito che serve da asta. Attaccare poi un pezzo di giornale a mo' di vela). In seguito i bambini vanno alla ricerca del materiale e costruiscono le barchette. Quale barchetta naviga meglio delle altre?		