



CORSO AGGIORNAMENTO CONI/IPRASE

ATTIVITÀ
LUDICO-MOTORIE
ALL'APERTO

Dell'Eva Adriano

Sabato 12 settembre 2020

Raccomandazioni (accortezze da seguire):

- 1) Ricognizione del luogo**
- 2) Valutazione del tipo di terreno, in base al suolo certe attività non si possono proporre (pozzanghere, zone in ombra umide, con fogliame, con ghiaino).**

Nel bosco, o in un parco, se zona sicura, davanti ad una grossa pianta gioco dei lanci con le pigne, o sassolini di medie dimensioni (attenzione alla sicurezza) palla carta giornale rivestita da un foglio bianco e ricoperto di nastro adesivo)

(educazione al distanziamento)

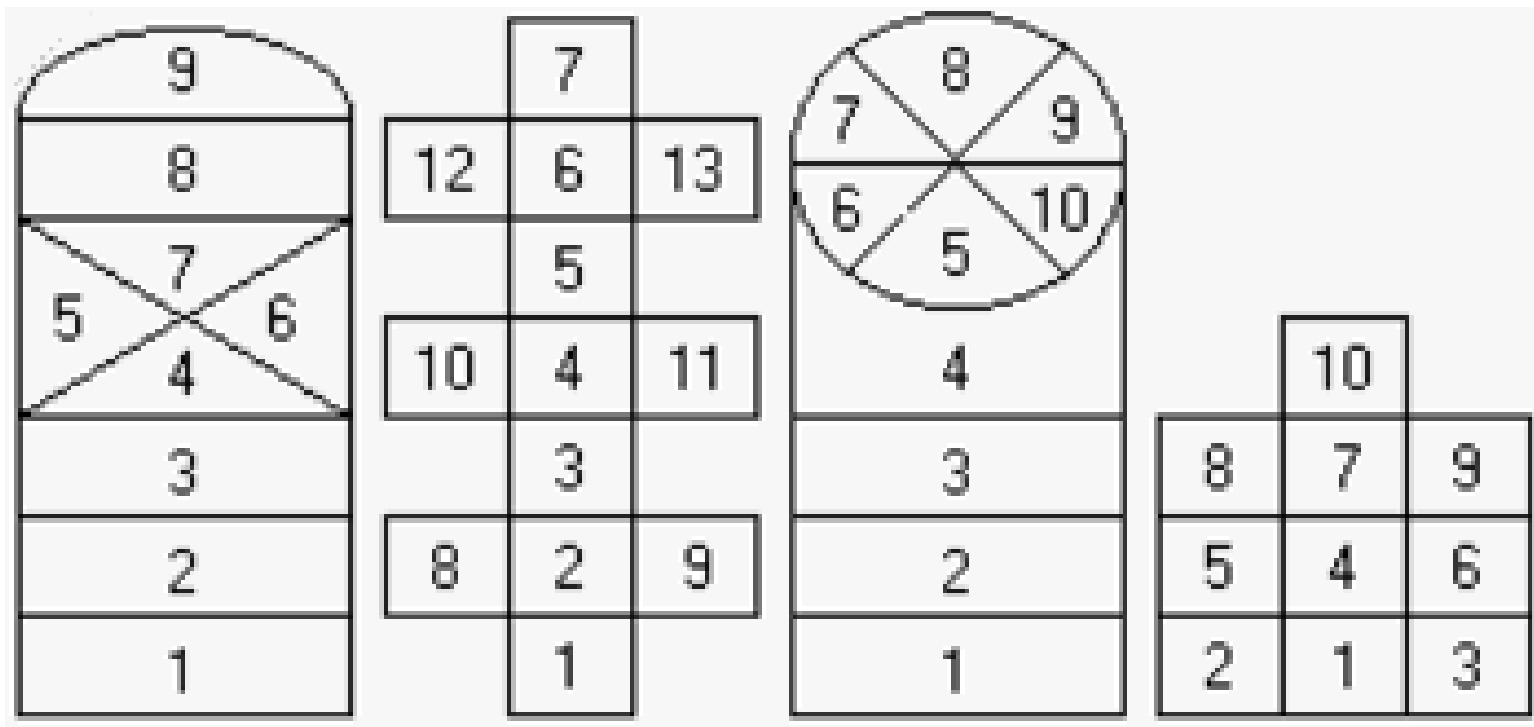
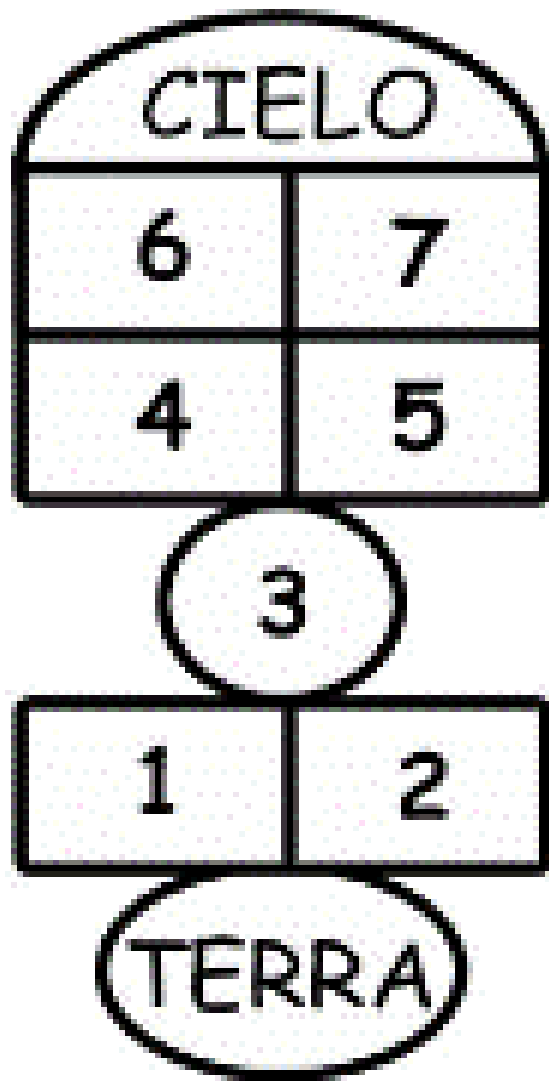
Camminare, correre cercando spazi liberi senza urtarsi non sfiorarsi passare lontani

(delimitare un'area grande o piccola a seconda delle abilità dei bambini, perché possano eseguire al meglio il gioco seguendo le consegne date)

Alcune proposte didattiche

- **gioco della maestra smemorata**
- **disegna un percorso**
- **gioco della campana**
- **Il dado schemi motori e dado con i numeri**
- **lavoro a stazioni (per ogni stazione un animale – canguro sul posto, rana sulla posto coala, fenicottero che saltella, il cobra, il riccio (accovacciati)**
- **i vari tipi di sedie contro alberi, muro, nel piazzale o contro altra struttura**
- **utilizzo personale della funicella portata da casa**
- **uso della corda lunga girata solo dall'insegante legata all'altro capo alla rete o ad un palo o albero**
- **figure da riprodurre nelle stazioni, il missile, la stella, la palla (in ginocchio a terra) (il mulino a vento a doppia elica)**
- **gioco dei settori**
- **gioco del (burattino)**
- **gioco del reticolo**
- **gioco Peter Pan (eliminazione con il battito di mani, la maestra decide se il battito avviene in una zona vicina all'avversario)**

Esempi del gioco della campana



**Costruzione di un cubo di
cartoncino, (origramma) su ogni
facciata uno schema motorio**



Jump



Spin



**One Leg
Hop**



Squat



Stomp



Skip

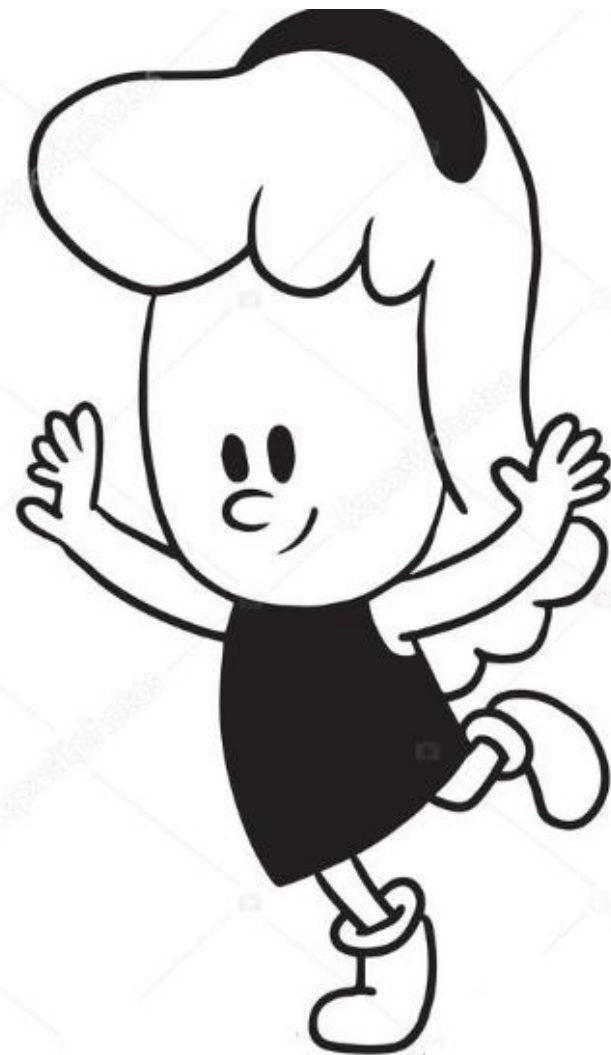
CORSA DEL VELOCISTA



IL SALTO DELLA GIOIA



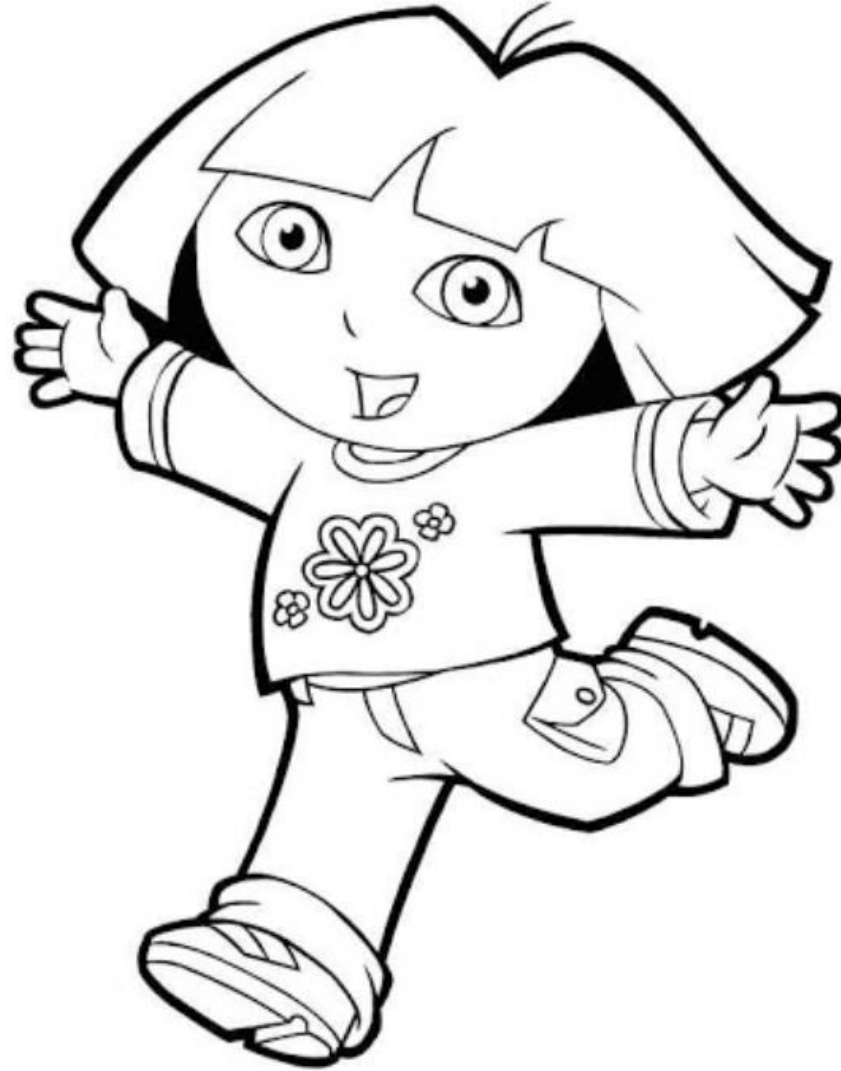
IL FENICOTTERO CHE SALTA SUL PIEDE DESTRO



IL FENICOTTERO CHE SALTA SUL PIEDE SINISTRO



CORSA DELL'AEROPLANO



SALTO DELLA RANA



**Costruzione di un cubo di
cartoncino, su ogni facciata uno
numero per indicare quante volte
viene ripetuto lo schema di
movimento**

8



10



12



14



16



18

