

EDUCAZIONE MOTORIA

Consapevolezza del movimento

afferrare, tirare, lasciare andare

Un piccolo giocattolo sonoro che ha una interessante valenza di movimento è il “polpofono”.

Si tratta ovviamente di un nome inventato per indicare un giocattolo ottenibile con poco sforzo modificando un “polpo” di stoffa comprato in un negozio di giocattoli.

Ovviamente il polpo si può anche costruire usando dei vecchi collant multicolori riempiti con materiale per imbottiture. Scegliere materiale tipo gommapiuma per bambini che preferiscono il contatto con cose morbide e il crine vegetale per i bambini che preferiscono cose dure. Tuttavia fare attenzione che il polpo non diventi troppo pesante.

Ai tentacoli del polpo vengono fissati molti campanellini. Al polpo viene cucito (fissandolo bene) un elastico che termina con un anello da tenda.

L’anello da tenda potrà essere infilato in un chiodo fissato sopra il vano di una porta in modo che il bambino, alzando le braccia, riesca ad afferrare i tentacoli del polpo, a tirarlo verso il basso e poi a lasciarlo andare di scatto. Ovviamente il polpo oscillerà e così facendo i campanellini produrranno un bel suono.

Usando palle di gommapiuma si potrà anche fare il tiro-al-polpo che serve ad esercitare il controllo oculo-manuale.



Consapevolezza del movimento: la corsa del cucchiaino

Per addestrare la consapevolezza dei movimenti si può riproporre (con qualche variante) un gioco molto antico che è la corsa con le uova.

Nella forma tradizionale si corre reggendo un uovo crudo su un normale cucchiaino da minestra.

Per facilitare le cose noi sostituiamo il cucchiaino normale con un cucchiaino di legno di quelli forati al centro. Al posto delle uova usiamo una pallina da ping-pong.

Si gioca caricando le palline da un cesto e correndo a portarle in un altro cesto.

All'inizio il bambino si eserciterà da solo, andando piano su brevi percorsi rettilinei; poi man mano comincerà ad andare più veloce lungo percorsi più lunghi, che verranno resi più complessi con ostacoli da superare e così via.

Alla fine in palestra si potrà organizzare un torneo di corsa con il cucchiaino in cui diverse squadre si sfidano a chi travasa prima le proprie palline da un cesto ad un altro.

Inserire penalità per chi lascia cadere la pallina.