

Nella giungla

Obiettivo della lezione

Scoprire ed esplorare un mondo nuovo, muoversi e giocare. Acquisire, applicare e creare forme basilari di movimento.

Organizzazione

Le stazioni di lavoro sono tutte collegate fra loro, per cui la giungla può essere scoperta svolgendo un percorso. Il monitor aiuta e sostiene ove necessario; può ad esempio assistere i bambini a una stazione difficile, o dare consigli e prestare assistenza quando si tratta di rotolare o oscillare. I bambini possono assolvere il percorso nel complesso o eseguire un allenamento a stazioni suddivisi in piccoli gruppi.

Possibili stazioni di lavoro

Nome	Scopo	Descrizione
Sugli alberi	Arrampicarsi e stare sospesi	I bambini attraversano le spalliere come scimmie, fermandosi a raccogliere dei nastri colorati fissati a diverse altezze.  Capitolo «Promuovere la molteplicità», «Arrampicarsi e stare sospesi», «Attraversare le spalliere».
Attraversare il fiume in traghetto	Scivolare e slittare, rafforzare la muscolatura	Seduti su un pezzo di moquette i bambini afferrano una corda e si tirano per qualche metro in avanti.  Capitolo «Promuovere la molteplicità», «Scivolare e slittare», «La funivia».
Attraversare il fiume sul ponte	Stare in equilibrio	Si predispongono diverse stazioni per esercitare l'equilibrio, collegate fra loro. I bambini passano da una all'altra senza mettere mai piede a terra.  Capitolo «Promuovere la molteplicità», «Stare in equilibrio», «Attenti al cocodrillo!».
Da un'isola all'altra	Correre e saltare	Predisporre sparsi per la palestra tappetini o cerchi. I bambini devono correre il più velocemente possibile passando sulle isole o sulle pietre.
Nel fitto del bosco	Corsa veloce	I bambini corrono il più velocemente possibile facendo uno slalom fra le pertiche.
Tarzan	Oscillare e dondolare	I bambini dondolano appesi alla corda come piccoli Tarzan. Questa forma di base può essere completata con diverse altre consegne.  Capitolo «Promuovere la molteplicità», «Oscillare e dondolare», «Tarzan».
La cascata	Scivolare e slittare, Ruotare e rotolare	Costruire un piano inclinato sul quale i bambini possono scivolare o eseguire una capriola in avanti o all'indietro, o rotolare come un rullo compressore.  Capitolo «Ruotare e rotolare».

Svolgimento della lezione

Contenuti	Scopo	Esecuzione
Introduzione Acqua alta	<ul style="list-style-type: none"> • Approccio al tema «giungla». • Riscaldamento. 	<p>Predisporre insieme le stazioni che compongono il percorso.</p> <p>La «giungla» è già stata predisposta e può essere utilizzata per il gioco. I bambini corrono seguendo il ritmo di un tamburello. Quando la musica cessa devono fuggire il più velocemente possibile dall'acqua alta, mettendosi in salvo in posizione elevata.</p> <p> Capitolo «Promuovere la molteplicità», «Muoversi a ritmo e danzare», «Acqua alta».</p> <p>Varianti: introdurre altri elementi. «Attenti alla pioggia!» e tutti cercano un tetto sotto cui ripararsi, o «Attenti al lupo!» e tutti camminano furtivi guardandosi intorno.</p>
Parte principale Cocodrilli!	<ul style="list-style-type: none"> • Acquisire, applicare e variare forme di base del movimento. • Stimolare la creatività. 	<p>I bambini non possono più toccare il terreno, perché è pieno di cocodrilli. Non possono lasciare il percorso sopraelevato nella giungla.</p> <p>I bambini provano gli attrezzi e le stazioni e superano gli ostacoli ricorrendo alla propria fantasia e inventando movimenti. Le idee valide vengono poi mostrate a tutti gli altri, che possono riprenderle e provarle sul percorso.</p> <p>Variante: i bambini si trasformano in un animale – a scelta o seguendo le indicazioni del monitor – e si spostano sul percorso nella giungla muovendosi di concerto.</p>
Ritorno alla calma Il tempo nella giungla	<ul style="list-style-type: none"> • Terminare tutti insieme la lezione. • Tornare alla calma e rilassarsi. 	<p>A coppie o in cerchio si imita il tempo nella giungla</p> <p>Pioggerellina: picchiettare leggermente con le punte delle dita sulla schiena. Pioggia battente: accarezzare la schiena. Temporale: battere con le palme delle mani. Sole: sfregarsi le mani fin quando sono calde e poi trasmettere il calore al compagno.</p> <p> Capitolo «Creare le basi», «Il dio della pioggia».</p> <p>Tutti insieme mettono a posto gli attrezzi.</p>