Tutti in cerchio

- **IL VENTO SOFFIA**

Chiediamo ai bambini di posizionarsi in cerchio ben distanziati, senza tenersi per mano.

Il conduttore del gioco dirà: *Il vento soffia per tutti quelli che… hanno i capelli neri/hanno le scarpe con i lacci/hanno un animale domestico/amano i cartoni animati…* e così via, chiamando ogni volta una caratteristica/situazione diversa.

I bambini nel cerchio che si riconoscono nella caratteristica o nell'azione chiamata, devono correre come spinti dal vento e scambiarsi di posto.

Ad esempio, se l'istruzione è *"Il vento soffia per tutti quelli che hanno le scarpe con i lacci"*, i bambini con le scarpe con i lacci dovranno correre e scambiarsi di posto.

Varianti: oltre alla corsa possiamo chiedere ai bambini di spostarsi con altre azioni motorie come camminare, saltellare, saltellare su un piede, gattonare, ecc… per aggiungere varietà e divertimento al gioco. Il conduttore del gioco potrà allora dire: *Oggi il vento fa…camminare/gattonare/saltellare/….tutti quelli che….*



Omissis - pagine 28-30 non incluse nell'estratto

- **FRUTTA IN CERCHIO**

Il gioco "Frutta in Cerchio" è un'attività dinamica e divertente, ideale per facilitare la conoscenza reciproca, migliorare la memoria e la reattività dei partecipanti.

Il gruppo si dispone in cerchio, con una persona (l'adulto o un giocatore scelto) che si posiziona al centro.

Al via la persona al centro dovrà chiudere gli occhi e girare su sé stessa tenendo un braccio avanti teso con l'indice puntato. Allo stop dovrà aprire gli occhi e scegliere quale frutto pronunciare al giocatore verso il quale il suo indice è puntato.

Quando dice "Arancia", il giocatore indicato deve pronunciare rapidamente il nome della persona alla sua destra.

Se invece dice "Limone", il giocatore deve dire il nome della persona alla sua sinistra.

Alla parola "Melone", il giocatore chiamato deve dire il proprio nome. Pronunciando "Anguria", il giocatore deve dire il nome della persona che si trova al centro del cerchio.

Alla parola "Macedonia", tutti i partecipanti devono correre per scambiarsi di posto, mentre il giocatore al centro cerca di occupare uno dei posti liberi.

Chi non riesce a dire il nome corretto in tempo o commette un errore, prende il posto al centro del cerchio, diventando il nuovo conduttore del gioco.

Questo gioco non solo rende il processo di apprendimento dei nomi divertente e interattivo, ma mette anche alla prova le capacità cognitive dei partecipanti, richiedendo concentrazione, rapidità di pensiero e attenzione.

Omissis - pagine 32-38 non incluse nell'estratto

Tutti in cerchio

- **SUONA E PASSA**

I bambini si dispongono in cerchio, uno accanto all'altro, e si preparano a passarsi una palla. Il primo bambino dovrà poggiare la palla su una parte del proprio corpo, associare un suono a quella parte del corpo e poi passare la palla al compagno alla sua sinistra o destra a seconda se scegliamo di procedere in senso orario o antiorario.

Ad esempio, il primo bambino, tenendo la palla con entrambe le mani, potrebbe farle fare un piccolo rimbalzo sulle ginocchia e dire "Boing, passo". Il compagno successivo farà lo stesso e così via fino a quando la palla non tornerà al primo partecipante nel cerchio.

Una volta che la palla sarà tornata al primo bambino, il gioco può proseguire aggiungendo una nuova azione.

Ad esempio, il primo bambino potrebbe poggiare la palla sul ginocchio e dire "Boing", poi poggiare la palla sulla pancia e dire "Bum", e infine aggiungere "passo". Lo stesso faranno i bambini successivi nel cerchio. Il gioco può continuare aggiungendo sempre nuove parti del corpo sulle quali poggiare la palla, ciascuna associata a un suono diverso: ad esempio Boing (palla sul ginocchio), Bum (palla sulla pancia), Bang (palla sulla testa), Tic (palla sul piede), Tac (palla sulla spalla)...

Questo renderà la sequenza sempre più lunga e sfidante, incoraggiando i bambini a mantenere la concentrazione allenando la memoria.

Omissis - pagine 40-54 non incluse nell'estratto

- **PALLA MANO - PALLA PIEDE**

I bambini si dispongono in piedi in cerchio, assicurandosi di avere abbastanza spazio tra di loro per muoversi agevolmente. Una palla viene data a uno dei bambini nel cerchio per iniziare il gioco. Il bambino con la palla ha il compito di lanciarla a un altro bambino nel cerchio facendola rotolare sul pavimento, come una palla da bowling, scegliendo se dire " Palla Mano" o "Palla Piede" prima di lanciarla.

Se il bambino dice " Palla Mano " prima di lanciare la palla, il destinatario dovrà bloccare la palla usando una o entrambe le mani. Se il bambino dice "Palla Piede" prima di lanciare la palla, il bambino destinatario dovrà invece bloccare la palla con uno o entrambi i piedi. Se il destinatario riesce nel compito, diventa lui il nuovo lanciatore, diversamente si posizionerà al centro del cerchio e avrà un nuovo ruolo: dovrà impedire il passaggio della palla nei lanci successivi bloccandola prima che arrivi al destinatario in cerchio, usando le mani o i piedi.

Il gioco può terminare quando ogni bambino ha avuto l'opportunità di essere il lanciatore almeno una volta. Per aggiungere un elemento di maggiore sfida, possiamo prevedere di rispondere al comando al contrario: quando il bambino lanciatore dirà “Palla Mano”, il destinatario dovrà bloccare la palla con i piedi e viceversa.

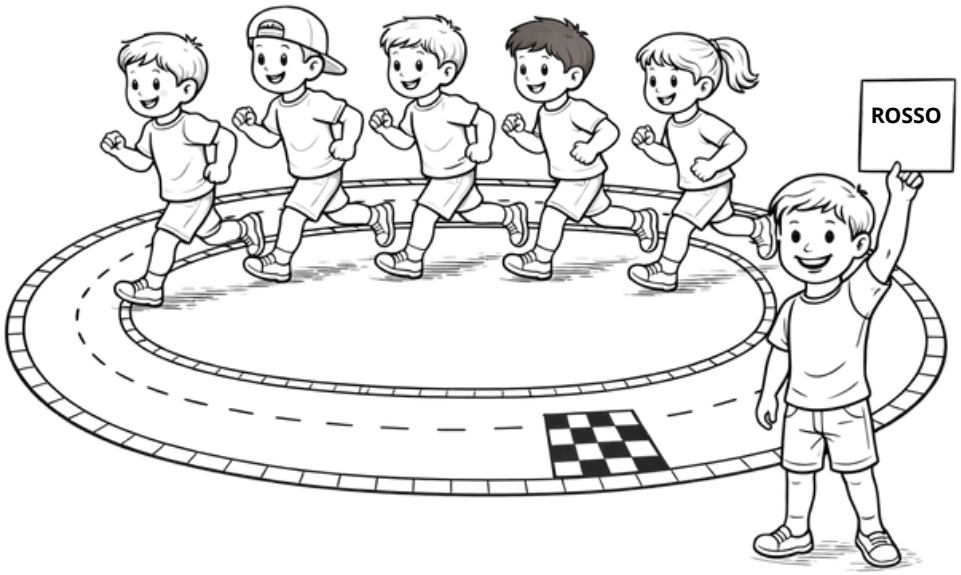


Omissis - pagine 56-63 non incluse nell'estratto

- **AUTOMOBILINE**

In questo gioco i bambini si trasformano in automobili e si muovono lungo un percorso circolare tracciato sul pavimento con una doppia corda oppure con la carta adesiva. Un adulto o un bambino più grande, agendo come conduttore, si posiziona al centro del cerchio e dirige il gioco utilizzando cartellini colorati. Ogni colore del cartellino indica un diverso tipo di movimento: il verde per muoversi velocemente lungo il circuito, il giallo per una velocità ridotta, il rosso per fermarsi, il blu per saltare sul posto.

Oppure possiamo associare ad ogni colore una modalità di attraversamento del circuito diversa: ad esempio quando il conduttore mostra il cartellino rosso, le automobili si muovono dentro al circuito; con il verde invece le automobili si muovono fuori dal circuito; con il giallo devono muoversi tenendo un piede dentro e uno fuori dal circuito.



Omissis - pagine 65-69 non incluse nell'estratto

CANZONCINA *TUTTI IN CERCHIO*

Gli obiettivi di movimento inclusi in questa canzoncina, come spostarsi in cerchio, darsi le mani, guardarsi e salutarsi, mirano a promuovere la coordinazione e l'equilibrio, ma anche a rafforzare le capacità di interazione e cooperazione tra i bambini.

La canzoncina inizia con i bambini che si tengono per mano e camminano in cerchio facendo piccoli passi coordinati.

Poi imitano la marcia dei soldati sollevando le ginocchia alternativamente, e saltano sul posto come canguri.

A questo punto la canzoncina invita i bambini a guardarsi attorno e a salutarsi e successivamente a muovere le braccia su e giù, come le onde, dandosi le mani.

I bambini proseguono poi a imitare la marcia delle formiche stando accovacciati e a fare movimenti veloci, di qua, di là, avanti e indietro prima di andare giù a terra e battere mani e piedi a tempo di musica.

La canzoncina si conclude con una ripetizione di tutta la sequenza, permettendo ai bambini di rafforzare ulteriormente le competenze apprese e di consolidare la memorizzazione dei movimenti.

Omissis - pagine 71-73 non incluse nell'estratto

Canzoncina *Emozioni in cerchio*

La canzone *Emozioni in cerchio* è pensata come uno strumento di educazione emotiva attraverso il movimento. In questa proposta, le emozioni non vengono spiegate o nominate in modo astratto, ma vissute corporalmente, seguendo le parole della canzone e lasciando che il corpo risponda in modo spontaneo e guidato. Ogni emozione si traduce in un'azione chiara e riconoscibile: la gioia prende forma nel saltare e ballare, la rabbia nel battere i piedi, la tristezza nel girare e rallentare il movimento. Il cerchio diventa uno spazio contenitivo e condiviso, in cui il bambino può esprimere l'emozione senza giudizio, osservando anche come gli altri la interpretano con il corpo.

La parte finale della canzone, dedicata al diventare "piccolo" e poi "grande", accompagna i bambini in un'esperienza di consapevolezza corporea legata alle variazioni di energia, di spazio e di intensità del movimento. Rimpicciolirsi e poi espandersi permette di esplorare fisicamente sensazioni di chiusura e apertura, favorendo l'ascolto del proprio corpo e la regolazione del movimento all'interno del gruppo. In questo modo, *Emozioni in cerchio* diventa un'occasione per integrare movimento, emozione e relazione, sostenendo il bambino nel riconoscere ciò che prova attraverso il corpo, all'interno di un'esperienza collettiva e significativa.

Omissis - pagine 75-77 non incluse nell'estratto

Canzoncina *Api intorno ai fiori*

In questa canzoncina i bambini sono invitati a immaginarsi come api che volteggiano attorno a un fiore posto al centro del cerchio, utilizzando il gioco simbolico come motore dell'esperienza corporea. L'immagine dell'ape che vola, si avvicina e si allontana dal fiore permette di esplorare il movimento nello spazio in modo naturale, alternando fasi dinamiche e momenti di maggiore controllo. Dal punto di vista motorio, l'attività favorisce la coordinazione generale, l'orientamento spaziale e la consapevolezza del corpo in relazione al gruppo, stimolando cambi di direzione, giravolte, spostamenti e variazioni di ritmo. Il lavoro in cerchio sostiene inoltre l'equilibrio dinamico e la capacità di muoversi insieme mantenendo una forma condivisa.

Nel corso della canzone, i bambini corrono in cerchio imitando il volo dell'ape, si avvicinano progressivamente al centro come attratti dal profumo del fiore, esplorano movimenti liberi al suono "bzz", si muovono tenendosi per mano avanti e indietro e sperimentano inclinazioni laterali con sollevamento della gamba, per poi concludere con una breve corsetta e un gesto finale di apertura verso l'alto, che accompagna il gruppo a una chiusura armonica dell'esperienza motoria.

Omissis - pagine 79-81 non incluse nell'estratto

Canzoncina *Tondo come…*

Questa canzone invita i bambini a mettersi in cerchio e a dare forma, con il corpo e con il gruppo, a immagini naturali e simboliche come la Terra, il Sole e la Luna, mentre le Stelle diventano un'occasione per giocare con la distanza, la luce e la relazione nello spazio. Il cerchio non è solo una disposizione, ma una costruzione corporea condivisa che permette ai bambini di sperimentare continuità, movimento e appartenenza. Tenendosi per mano, il gruppo crea una forma che prende vita, si trasforma e si adatta, proprio come gli elementi naturali a cui la canzone si ispira.

Attraverso il ritmo e il movimento, i bambini esplorano variazioni di vicinanza e lontananza, di piccolo e grande, di apertura e chiusura del cerchio, seguendo le immagini proposte dal testo. In questo modo, il corpo diventa strumento di rappresentazione e di esperienza, permettendo ai bambini di vivere concetti spaziali e simbolici in modo concreto, all'interno di un'esperienza motoria collettiva che unisce immaginazione, coordinazione e relazione.

Omissis - pagine 83-85 non incluse nell'estratto

Canzoncina *Su e giù*

Questa canzone propone un'esperienza di movimento in cerchio che integra azione corporea, ritmo e conteggio in modo progressivo e giocoso. Attraverso indicazioni chiare e ripetute, i bambini sono invitati a esplorare i livelli dello spazio (su e giù), la rotazione del corpo e la coordinazione di gesti semplici alternando movimenti sul posto a spostamenti in cerchio. Camminare, correre e saltellare diventano azioni guidate dal ritmo e dal conteggio, permettendo ai bambini di modulare l'intensità del movimento e di organizzare il corpo nel tempo comune.

Il cerchio diventa il contenitore dell'attività, uno spazio che sostiene il movimento condiviso e permette a tutti di muoversi insieme seguendo lo stesso ritmo. Il conteggio, che aumenta gradualmente, accompagna i bambini nel controllo del tempo e dell'energia del movimento, favorendo attenzione, memoria e autoregolazione.

Nella parte finale, la combinazione di camminare, correre e saltellare, insieme al conto alla rovescia e al gesto dell'abbraccio, trasforma l'attività in un momento di relazione e di chiusura positiva, in cui il movimento si intreccia con il piacere dello stare insieme.

Omissis - pagine 87-97 non incluse nell'estratto