

D.A.D. DIDATTICA IN MODALITA' ASINCRONA

N.B.: SVOLGERE LE ATTIVITA' SOTTO LA SUPERVISIONE DI UN ADULTO

Ciao bambini!!!

Prepariamoci per svolgere qualche gioco insieme!

Prima di iniziare ricordatevi di:

- Indossare indumenti idonei
- Considerare i limiti fisici dell'ambiente circostante
- Usare appoggi o prese in sicurezza
- Assumere comportamenti adeguati per prevenire eventuali infortuni
- Concentrarsi sull'esercizio e seguire le indicazioni.

.....BUON DIVERTIMENTO!!!!!!!!!!!!



EDUCAZIONE FISICA A CASA

CIAO A TUTTI!!!!!!!

Vediamo quali giochi in
movimento ci riserva la nuova
settimana.....

REDATTORE: Martina Celi
Esperto progetto SPORTE SCUOLA COMPAGNI
DI BANCO



RISCALDAMENTO CON IL GIOCO DELLE OMBRE!!!!!!

LIBERIAMO COMPLETAMENTE LA STANZA IN CUI SIAMO E SCEGLIAMO IL NOSTRO COMPAGNO DI GIOCHIA CHI TOCCA?...A MAMMA, A PAPÀ O AI NOSTRI FRATELLI???

1)Scegliamo chi per primo farà la guida e chi sarà l'ombra....

2)La guida dovrà camminare all'interno della stanza seguendo svariate traiettorie (curve, cambi di direzione, linee diritte o diagonali etc....)

3)L'ombra invece seguirà ad un metro circa di distanza seguendo esattamente il percorso della guida!



TROPPO FACILE?

*1) PROVATE A SEGUIRE LA GUIDA
AD OCCHI CHIUSI PORTANDO LE
VOSTRE MANI SULLE SUE SPALLE*

*2) Scegliete differenti modalità per
spostamento....*

*-Camminando sulle punte, sui
talloni, aggiungendo anche
movimenti delle braccia etc....*



GIOCO DEL TRIS:

CONOSCETE GIÀ QUESTO GIOCO POICHÉ LO ABBIAMO PROVATO A SCUOLA, RICORDATE????

1)DISPONIAMO 9 FOGLI BIANCHI A TERRA IN 3 FILE DA 3 CIASCUNA

2)PREPARIAMO 6-7 CARTONCINI ROTONDI DI UNO STESSO COLORE E ALTRETTANTI DI UN ALTRO (AD. ESEMPIO 6-7 ROSSI E LO STESSO NUMERO DI CARTONCINI GIALLI)

3)DISPONIAMOCI AD UN ANGOLO DELLA STANZA CON I CARTONCINI DEL COLORE CHE ABBIAMO SCELTO A TERRA E LO STESSO FARA' IL NOSTRO COMPAGNO DI GIOCO

4)AL via PARTIAMO CON UN SOLO CARTONCINO IN MANO E DISPONIAMOLO SOPRA UN FOGLIO BIANCO, TORNIAMO AL PUNTO DI PARTENZA E RIPETIAMO LA STESSA SEQUENZA FINO A CHE.....



**UNO DEI DUE GIOCATORI ABBA
DISPOSTO PER PRIMO 3
CARTONCINI DELLO STESSO
COLORE IN FILA, IN RIGA OPPURE
IN DIAGONALE!!!!**



VOGLIAMO PROVARE CON UNA DIFFICOLTÀ IN PIÙ???

*Alternandovi provate a partire all'inizio di ogni
partita con 4 secondi di penalità!!!!*

Ce la farete comunque ad infilare il TRIS per primi?

4....3.....2.....

VIA!



GIOCO DELL'ASCENSORE:

RIEMPIAMO UN SACCHETTINO CON DEI SEMI
OPPURE DEI TAPPI DI PLASTICA.
IN ALTERNATIVA PRENDIAMO UN LIBRO O UN
QUADERNO!

A turno mettiamo il sacchetto o il quaderno sulla testa e
saliamo i piani come fossimo un ascensore!

- 1° piano: mani per terra
- 2° piano: gambe piegate
- 3° piano: in piedi, gambe tese
- 4° piano: braccia sollevate

Se perdiamo il sacchetto

Ritorniamo al piano precedente!!!

Una volta che arriviamo in cima sarà il turno del nostro
compagno di giochi....chi è stato più bravo?



*OGGI ABBIAMO PROVATO GIOCHI
NUOVI E
DIVERTENTI...PREPARATEVI A
CONOSCERE QUELLI DELLA
PROSSIMA SETTIMANA!*

