

LA SEDIA MUSICALE

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-la-coordinazione-motoria/multi-sport/la-sedia-musicale>

Cosa serve?

Sedie, Conetti, Musica

Per il gioco-base , si preparano 4 sedie allineate e 4 conetti posti di fronte, a una distanza rispettivamente di 3, 7, 4 e 6 metri dalle sedie.

I bambini sono suddivisi a gruppi di 4 ed ogni bambino si dispone in corrispondenza di uno dei 4 conetti, disposti davanti a 4 sedie allineate in riga, la cui seduta è rivolta verso i conetti.

Le distanze fra conetti e sedie potranno essere variate dall'educatore, purché siano mantenute differenti tra di loro.

L'attività consiste nell'eseguire un'andatura indicata dall'Educatore(saltelli su un piede, galoppo....) dal cono fino alla sedia.

Al via, i bambini dovranno partire contemporaneamente dal rispettivo cono, senza mai fermarsi, fino a sedersi nello stesso momento sulle sedie, adattando la velocità ed il numero di appoggi dell'andatura alla distanza da percorrere.

Dopo aver effettuato alcune partenze ripetute dalla propria distanza iniziale ed aver giocato con l'abilità motoria richiesta, ad un segnale dell'educatore i bambini si scambiano di posto, cosicché ciascuno di loro abbia la possibilità di sperimentare ogni distanza.

La modalità di scambio di posto avviene con il primo che va al posto del secondo, il secondo al posto del terzo.....

EVOLUZIONE DEL GIOCO

-Ripetere il gioco con la musica(o tamburello...); ai bambini è richiesta l'esecuzione dei passi in corrispondenza delle battute ritmiche

-Ad ogni ripetizione del percorso cono-sedia, far corrispondere un numero di passi ritmici differenti, che tuttavia seguano il tempo della musica. La frequenza degli appoggi del primo raddoppierà dal primo al secondo bambino, dal secondo al terzo e dal terzo al quarto

-Cambiare il tipo di spostamento: indietro o laterale anziché in avanti, facendo mezzo o un quarto di giro in modo da andare comunque in direzione dei conetti; anziché camminare o correre, galoppare, saltellare o anche usare andature quadrupediche

-Cambiare l'arrivo sulla sedia: anziché sedersi, effettuare un appoggio del piede e spinta sulla seduta della sedia per salirvi in piedi, eventualmente abbinati allo slancio degli arti superiori in alto, e ritorno a terra con l'arto libero