

# PALLA ALTA

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-l-efficienza-fisica/palla-alta>

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-l-efficienza-fisica/palla-alta-0>

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-l-efficienza-fisica/palla-alta-1>

<https://www.joyofmovinghandbook.com/it/joy-of-moving/per-l-efficienza-fisica/palla-alta-2>

## Cosa serve?

### Palloncini, Palloni leggeri

I bambini si dispongono liberamente nel campo di gioco, che deve essere ampio e libero da rischi potenziali.

Un giocatore tira la palla in alto e, successivamente, il gruppo prova a tenere la palla in aria più a lungo possibile.

Bisogna ricordare ai bambini di colpire la palla verso l'alto ed incoraggiarli a gridare il numero di volte in cui la palla viene colpita.

Se la palla cade a terra, il gioco riprende da capo

### EVOLUZIONE DEL GIOCO

-quando i bambini avranno appreso le basi del gioco, si possono aggiungere altri palloni, sempre leggeri e colorati, per rendere il gioco più divertente

-lavoro cooperativo: chiedere ai bambini di eseguire il compito a coppie, tenendosi per mano

-tenere la palla alta evitando di toccarla con una specifica parte del corpo oppure, al contrario, colpendola con una specifica parte.

-adottare una sequenza in base alle parti del corpo che colpiscono la palla: se l'Educatore alza la mano sinistra, i bambini possono colpire la palla con la mano sinistra.... lo stesso avviene con la mano destra, mani unite, avambracci, ginocchia.... L'Educatore stabilisce un ordine di contatto così che i bambini si abituino alla sequenzialità dei tocchi

-compiti esecutivi diversificati: ogni volta che si colpisce la palla, andare a toccare terra con entrambe le mani, oppure mettere un ginocchio a terra, oppure effettuare un giro su se stessi e riprendere il gioco.

-spostarsi e colpire la palla assumendo diverse posture: a corpo proteso avanti a, a gambe piegate, in ginocchio