



# SCUOTI

**Gruppi classe suggeriti:** Da infanzia a classe 5° primaria

**Materiale necessario:** Nessuno

**N. di partecipanti:** Dipende dallo spazio disponibile

**Preparazione:** Posiziona le sedie e gli zaini sotto i banchi, rimuovi ogni altro oggetto dal pavimento. In piedi dietro i banchi.

**Livello di attività:** Moderato

**Collegamenti curriculari:** Linguaggio orale e riconoscere le parti del corpo

## Come si gioca:

**In piedi dietro le sedie, i bambini devono marciare sul posto.**

**L'insegnante comunica varie azioni da completare.**

Iniziano scuotendo le dita.

Poi dita e polsi.

Poi dita, polsi e avambracci.

Poi dita, polsi, avambracci e gomiti.

Poi dita, polsi, avambracci, gomiti e spalle.

Poi dita, polsi, avambracci, gomiti, spalle e torace.

Poi dita, polsi, avambracci, gomiti, spalle, torace e fianchi.

Poi dita, polsi, avambracci, gomiti, spalle, torace, fianchi e ginocchia.

Poi dita, polsi, avambracci, gomiti, spalle, torace, fianchi, ginocchia e testa. Si può anche iniziare dalla punta dei piedi salendo su per il corpo.