



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.