

# Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA



Dipartimento  
per lo Sport  
Presidenza del Consiglio dei Ministri



MIM  
Ministero dell'Istruzione  
e del Merito

SPORT  
E SALUTE

PAUSE  
ATTIVE

LE SCHEDE - SEZIONE 2

PROPOSTE DI PAUSE ATTIVE  
INTEGRATE CON LE MATERIE

ITALIANO

SCIENZE

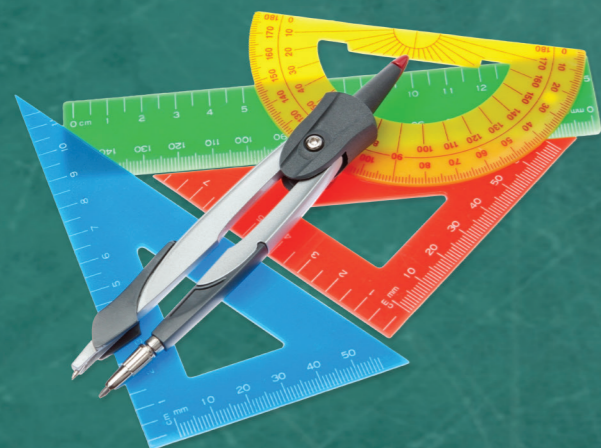


MUSICA

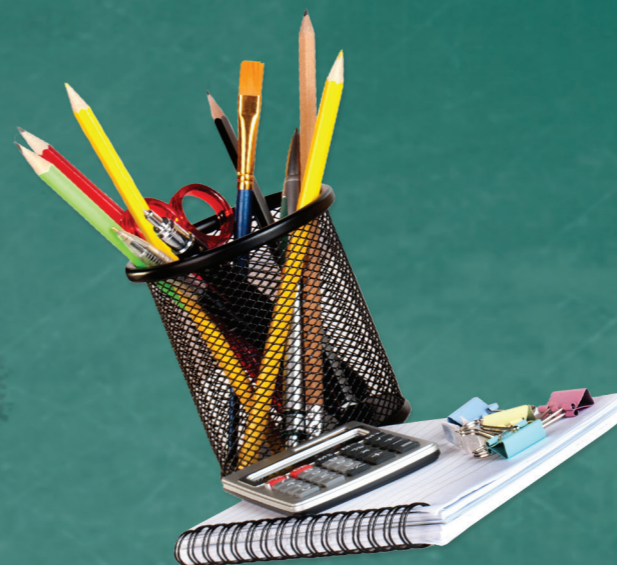
GEOGRAFIA

TECNOLOGIA

ARTE E IMMAGINE



MATEMATICA E GEOMETRIA





ORA CI MUOVIAMO!

**Tipologia gioco/attività:**

Momenti di attivazione utili per stimolare nei bambini le conoscenze legate alla lettura, scrittura e all'espansione del lessico ricettivo e produttivo utilizzando il movimento.

Momenti di attivazione per riconoscere i connettivi sintattici e testuali, i segni interpuntivi e la loro funzione specifica.

**Obiettivi di apprendimento del curriculum scuola primaria:**

- Ascolto e parlato.
- Conoscenza della funzione specifica dei segni di interpunzione in messaggi semplici e brevi per presentarsi, fare gli auguri, ringraziare o invitare qualcuno, chiedere o dare notizie, ecc.

**Classi consigliate:**

Dalla prima alla quinta

**Numero partecipanti:**

intera classe

**Spazio utilizzato:**

Classe

**Durata:**

10-12 minuti inclusa la preparazione

DESCRIZIONE

Una poesia, un brano di antologia, una lettura possono essere tradotti in movimento: il corpo è sollecitato a comunicare e ad esprimersi con fantasia ed immaginazione, ogni bambino a mettersi alla prova consolidando autonomia e sicurezza emotiva.



PUNTEG...GIOCHIAMO!

PREPARAZIONE

Per non lasciare dubbi sul significato dei testi, giornalisti, scrittori e poeti hanno adattato alle loro esigenze le poche regole di punteggiatura della lingua italiana. Assolutamente necessaria nelle leggi e nei testi scientifici, la punteggiatura consente a chi scrive di organizzare le proprie idee e a chi legge di (avere il tempo per) comprendere il testo.

Nonostante usare e conoscere punti, accenti e virgole aiuti ad avvicinare lo scritto al parlato e a progettare la scrittura nella nostra mente, essi, per la velocità dei messaggi e della posta elettronica, vengono spesso sostituiti da segni non alfabetici, emoticon che arricchiscono la comunicazione scritta con (l'immediatezza del) il linguaggio non verbale.

Possiamo provare, allora, a concepire la punteggiatura in maniera giocosa e divertente e aiutare i bambini, attraverso il gioco ed il movimento, a dare ritmo alle parole e, tra domande, esclamazioni, virgole e punti, espressione alle idee.

1. Realizzare tanti cartoncini con virgole, punti, punti esclamativi e punti interrogativi, almeno uno per ogni componente della classe.



PUNTEG...GIOCHIAMO!

DESCRIZIONE

L'attività corporea può essere parte integrante di un progetto didattico per l'insegnamento della punteggiatura: un percorso di facile realizzazione, da sviluppare anche durante una pausa attiva, che richiede poco spazio e materiali semplici, utile a creare curiosità nei bambini intorno a questi piccoli segni, necessari quando si scrive e, quando si parla, per far capire ciò che si dice.

Come una segnaletica stradale del linguaggio, la virgola permette a chi legge di respirare, prendere fiato tra una parola e l'altra e separare le parole che compongono un elenco o una descrizione..."; il punto indica una pausa lunga e conclude una frase che ha senso compiuto."

a) L'attività iniziale prevede che i bambini si muovano liberamente in un piccolo o grande spazio occupandolo interamente, nel ruolo di "virgole" e "punti", senza toccarsi, presentandosi, salutandosi e comunicando con il corpo.

Verifichiamo gli apprendimenti: consegniamo ai bambini delle frasi nelle quali riconoscere e contare virgole e punti.

b) Scrivere sulla lavagna una frase, presentando altri segni di punteggiatura ed invitando i bambini ad imitarli:

- i due punti che, uno sopra l'altro, indicano una pausa media e sono sempre prima di un elenco o di una descrizione, ...
- i tre puntini, un attimo di sospensione da usare quando si è (perplexi) confusi, agitati, felici, indecisi...
- il punto e virgola, da usare quando la pausa del punto sarebbe troppo lunga e quella della virgola ... troppo breve!
- il punto interrogativo per chiedere qualcosa;
- il punto esclamativo per dare espressione alle parole quando il tono della voce è felice, triste, impaurito o arrabbiato.

Invitare i bambini a prendere ciascuno un cartoncino con un segno di interpunzione e a muoversi nella classe occupando tutto lo spazio disponibile senza toccarsi e senza urtare i banchi:

- il punto potrà muoversi da solo o cercarne un altro o legare una virgola per formare un punto e virgola, o ancora unirsi ad altri due punti per formare....
- la virgola potrà muoversi da sola o cercare un punto per formare un punto e virgola o legarsi ad un'altra virgola e cercarne presto altre due per smettere di "chiaccherare"...
- il punto interrogativo potrà rivolgere a tutti una domanda e quello esclamativo, avolte, unirsi per comunicare insieme stupore o incredulità.

Ognuno con il proprio ruolo: la punteggiatura in movimento! Presentarsi, far capire agli altri bambini il proprio ruolo senza parlare, ad esempio, bimbi che respirano, un bimbo che corre e si ferma di colpo, tre bimbi perplessi che si guardano intorno, un bimbo raggomitolato a terra che ne tira un altro in posizione prona.



ORA CI MUOVIAMO!

**Tipologia gioco/attività:**

Momenti di attivazione in cui i bambini sono impegnati nella risoluzione di problemi utilizzando il comportamento motorio.

**Obiettivi di apprendimento del curricolo scuola primaria:**

• Numeri e operazioni; spazio e figure  
L'attività corporea può essere parte integrante di un progetto didattico per l'insegnamento della matematica di facile realizzazione, che richiede poco spazio e materiali semplici.

Il primo approccio alla matematica è fondamentale nel determinare futuri successi ed insuccessi, perciò questa proposta ha lo scopo di avviare a sentimenti di simpatia e di piacere nell'affrontare temi di natura matematica.

**Classi consigliate:**

Dalla prima alla quinta

**Numero partecipanti:**

intera classe

**Spazio utilizzato:**

Classe

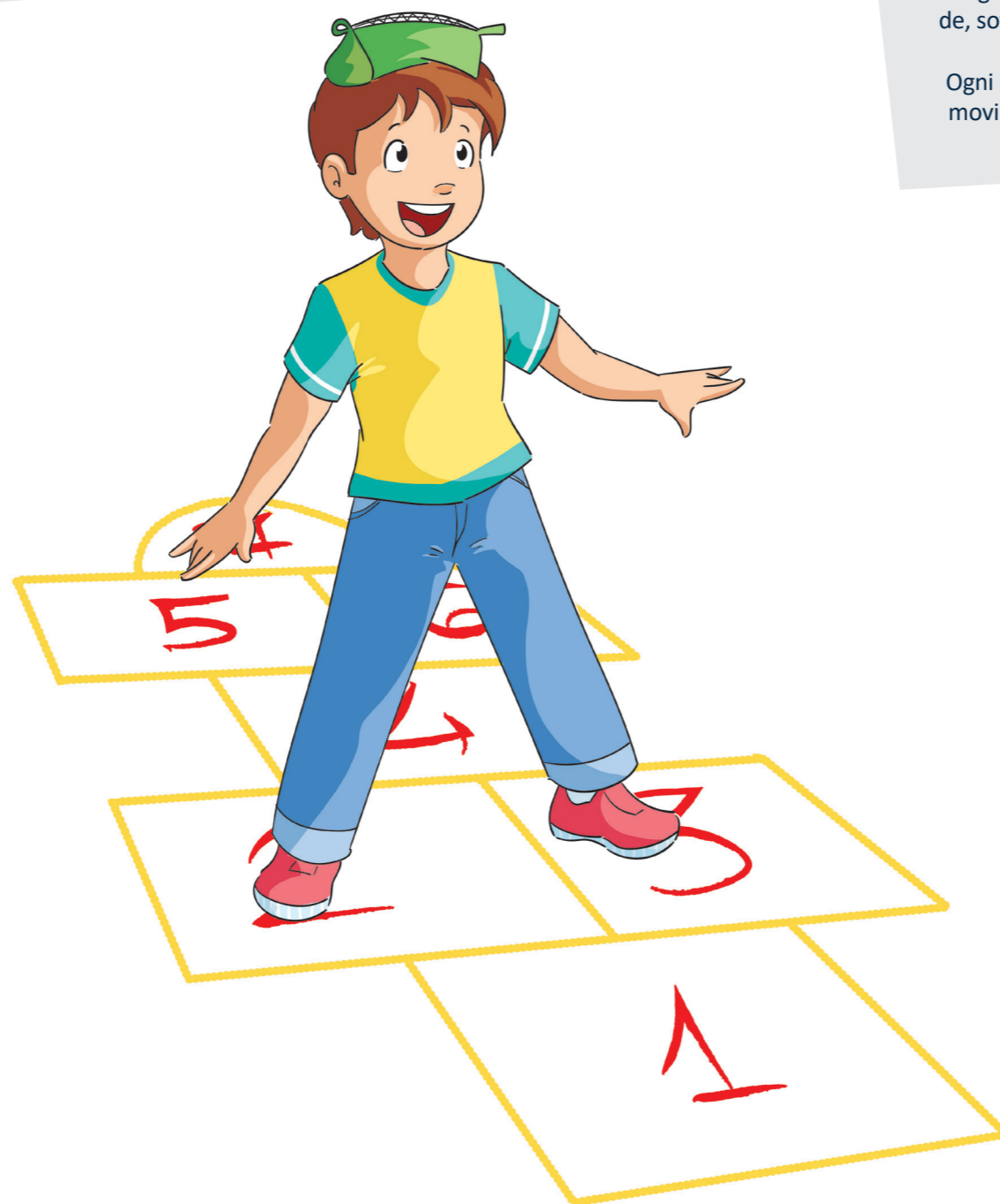
**Durata:**

10-12 minuti inclusa la preparazione

DESCRIZIONE

**I gruppi**

L'insegnante chiede di formare dei gruppi es: formare tre gruppi da quattro e poi cambiare sottraendo o aumentando. Può chiedere ai gruppi, di eseguire un numero di saltelli in risposta all'operazione suggerita dall'insegnante (3X2; 7-1 etc)



“LA CAMPANA”  
UN GESSETTO E UN SASSOLINO

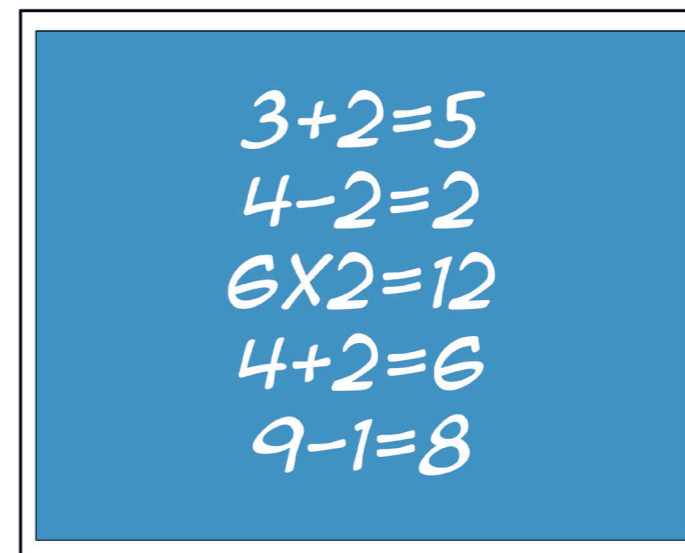
DESCRIZIONE

Per una pausa attiva integrata la “campana” è un gioco tradizionale nel quale occorre la coordinazione oculo-manuale, l'equilibrio, la lateralizzazione ed anche il simbolismo matematico dei numeri con riferimento alla cardinalità e alla ordinalità.

In pratica le lettere dell'alfabeto motorio (correre, saltare, lanciare, andare a dx, a sx, in avanti, indietro) applicate ad un gioco in cui i numeri sono i protagonisti.

Disegnare in uno spazio adiacente alla classe, una o più campane ed eseguirle con un oggetto su un piede, sotto il braccio, sulla testa ed infine guardando in alto, senza vedere i confini della campana.

Ogni bambino o ogni coppia di bambini realizzerà la propria campana scegliendo la forma, la quantità e i movimenti da fare in ogni casella.



LA "CAMPANA GIGANTE"  
IN CLASSE

**Tipologia gioco/attività:**

Momenti di attivazione in cui i bambini sono impegnati nella risoluzione di problemi utilizzando il comportamento motorio.

**Obiettivi di apprendimento del curricolo scuola primaria:**

• Numeri e operazioni; spazio e figure  
L'attività corporea può essere parte integrante di un progetto didattico per l'insegnamento della matematica di facile realizzazione, che richiede poco spazio e materiali semplici.

Il primo approccio alla matematica è fondamentale nel determinare futuri successi ed insuccessi, perciò questa proposta ha lo scopo di avviare a sentimenti di simpatia e di piacere nell'affrontare temi di natura matematica.

• Spazio e corpo

**Classi consigliate:**

Dalla prima alla quinta

**Numero partecipanti:**

intera classe

**Spazio utilizzato:**

Classe

**Durata:**

10-12 minuti inclusa la preparazione

DESCRIZIONE

Realizzare 7 cartoncini numerati da "1" a "7": l'insegnante solleva il numero 1: i bambini si muovono ed occupano individualmente tutto lo spazio-classe senza toccarsi e senza toccare i banchi;

• n. 2! i bambini si legano a coppie e si muovono occupando tutto lo spazio-classe senza toccare altre coppie o i banchi;  
• n. 3! i bambini si dividono o si sommano e formano gruppi di 3 che, legati, si muovono e occupano tutto lo spazio classe senza poter toccare altri gruppi o banchi e cattedra...

• n. 7!, e così via, unendosi e slegandosi dai compagni, riarrangiandosi progressivamente in gruppi sempre più numerosi o dividendosi in piccoli gruppi, sperimentando come consolidare giocando le basi del pensiero logico-matematico.

• nel caso rimangano gruppi di numero inferiore alla richiesta dell'insegnante, utilizzare l'attività per consolidare il concetto di "resto", la quantità di dividendo che è "avanzata" dalla divisione, cioè quella quantità che non è stato possibile dividere per il divisore ...

L'insegnante può in ogni momento variare l'attività invitando i bambini a trovare diverse modalità per legarsi.

Le figure geometriche

L'insegnante chiede ai bambini che camminano nella classe di formare figure geometriche unendosi in piccoli gruppi e prendendosi per mano. Ad ogni figura l'insegnante può poi abbinare o un movimento (i triangoli saltano; i cerchi si flettono; i quadrati si mettono in equilibrio sugli avampiedi) oppure un'emozione (i triangoli sono contenti! I cerchi stanno per dormire! I quadrati sono in ritardo!!).

Tracce

A coppie: uno dei due è seduto mentre il compagno (scrittore) traccia sulla sua schiena un numero, una figura geometrica, una forma. Chi è seduto, riconosciuta la forma, dovrà riprodurla camminando.

