

# Allegrida

## BabyGym (4-5 anni)

### **OBIETTIVI**

- Sviluppo schemi motori di base
- Percezione del corpo e orientamento nello spazio
- Ricerca e controllo dell'equilibrio
- Strutturazione spazio-temporale
- Coordinazione (senso motoria e dinamica generale)
- Mobilità articolare fisiologica
- Rispetto delle regole
- Socializzazione

### **LEZIONE TIPO** (durata 1h)

- **MOMENTO INIZIALE DI ACCOGLIENZA:** Il gruppo si riunisce, ci si conosce e si rinnova il patto ASCOLTARE/ ASCOLTARSI.
  - **GIOCO A TEMA:** sull'onda del tema che fa da filo conduttore si ricordano le regole e i personaggi coinvolti nel gioco.
  - **GIOCO DI GRUPPO:** I giochi vengono svolti sul tavolato del corpo libero con l'utilizzo di diversi attrezzi (foulard, palle, cerchi...) e spesso accompagnati da sottofondo musicale.
  - **PERCORSO MOTORIO :** Ogni volta viene proposto un percorso sui vari attrezzi della ginnastica artistica TRAVE, CORPO LIBERO, VOLTEGGIO E PARALLELE con l'inserimento di alcuni elementi tecnici della disciplina.
- GIOCO DI RILASSAMENTO E SALUTO FINALE

# MATERNE