

Strad facend

Esercitazioni pratiche per l'insegnamento dell'educazione stradale nelle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado

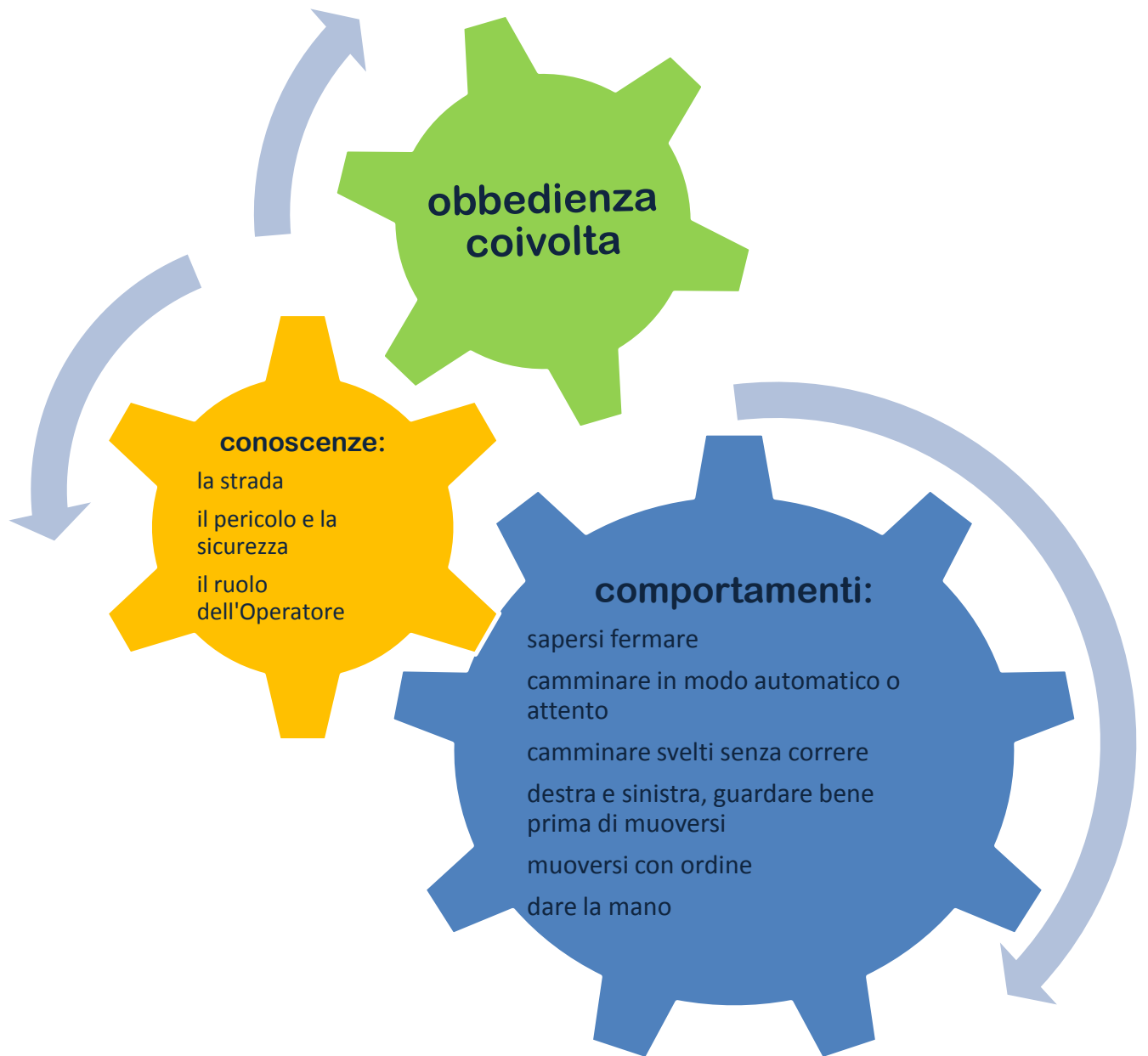
A cura di Tiziana Botteon

The background features a complex, abstract geometric design composed of overlapping, semi-transparent shapes in shades of blue and grey, creating a sense of depth and movement.

**QUADERNO
TECNICO 2011**

Attività Motoria & Educazione Stradale nella Scuola dell'Infanzia

I bambini in età prescolare, così come quelli del primo e secondo anno della scuola primaria, non sono utenti autonomi della strada e non riescono a suddividere la propria attenzione tra molti stimoli in rapida sequenza o in contemporanea. Dunque il traffico presente oggi, sia nelle città che nei paesi, non è affrontabile in tutta sicurezza dai bambini non accompagnati. Attraversare è un compito troppo difficile e pericoloso, anche se in teoria il bambino "sa come si fa" e non è opportuno incentivare un'autonomia precoce. Obiettivo principale è quello di raggiungere una obbedienza coinvolta del bambino a chi lo accompagna per strada aderendo alle richieste non per paura ma sentendosi parte attiva di quello che si fa. Primo passo per arrivare all'autonomia di giudizio e di comportamento.



Attività motoria per i bambini di tre, quattro, cinque anni

3 Girotondo con gli amici

Bambini disposti in ordine sparso nel cortile o in palestra. Quando l'insegnante dice: “ *Canzoncina della strada che ci insegna a passeggiare* (cominciano a muoversi liberamente ma lentamente nello spazio) . *Se per attraversare sicuro tu vuoi stare dai la manina a mamma o papà* (tutti, anche l'insegnante si prendono per mano formando una riga e si fermano). *Guarda di qua!* (tutti guardano da una parte) *guarda di là!* (tutti guardano dall'altra). *Guarda di qua ancora, ecco adesso è ora.* (la lunga riga di bambini e insegnante si sposta camminando velocemente in avanti di 6 metri, circa). *Con la mamma o col papà presto presto vai di là....*Ripetere cantando tutti insieme.

Con i bambini più grandicelli introdurre destra e sinistra.

3 La città magica

Il tappeto o uno spazio limitato rappresentano la “città magica” che trasforma i bambini in personaggi diversi, animali, oggetti animati (che si possono vedere girando per la città). L'insegnante, tramite questa magia, trasformerà ad esempio i bambini in “gatti” che, dopo qualche minuto di andatura in quadrupedia, torneranno nella città per ricominciare il gioco. Dopo qualche turno, l'insegnante potrà invitare qualche bambino a sostituirlo nel proporre le trasformazioni.

3.4 Girotondo del semaforo

Bambini e insegnante disposti in cerchio legati a mano.

Tutti insieme iniziando a girare lentamente verso destra cantano una filastrocca: “*Girotondo della strada che ci insegna a passeggiare, senza rischio di incidenti e ci fa tutti contenti.* Insegnante: “ *Se la luce Rossa vedi?*” Tutti insieme: “...*RESTO FERMO SU DUE PIEDI*” (tutti fermi)- Insegnante: “*Con il verde cosa fai?*” Tutti insieme:” *PASSO SVELTO SENZA GUAP*”(girare svelti) – Insegnante: “*Ed il giallo che consiglia?* Tutti, rallentando il passo,: “ *A PASSAR NON SI COMINCIA*”- Insegnante: “ *Ma se sei già a metà...*” Tutti, ripartendo velocemente,: “*PRESTO PRESTO VAI DI LA*””.

4. Il semaforo

MATERIALE: tanti cerchi quanti sono i bambini, tre cartoncini rotondi di colore verde, giallo, rosso.

Bambini disposti in ordine sparso per la palestra o cortile. Ognuno di loro sostiene un cerchio intorno alla vita e immagina di essere alla guida di un' automobile. A seconda del segnale dato dall'insegnante: ALT! (verbale) – viene mostrato un cartoncino rotondo (rosso,verde,giallo), i bambini dovranno variare l'andatura:

VERDE= correre, GIALLO=camminare, ROSSO= fermarsi

3 Trasformer

I bambini cominciano a muoversi liberamente per la palestra o cortile e al segnale dell'insegnante si trasformeranno secondo le indicazioni date: “Bicicletta” si sdraieranno a terra pedalando; “Aeroplano” correranno con le braccia fuori tese all' altezza delle spalle; “Trottola” gireranno su se stessi, “Motorino” immaginano di impugnare un manubrio, mettono in moto e poi accelerando si muovono correndo, e così via.

3 L'appello delle parti del corpo

I bambini si dispongono in ordine sparso per la palestra. L'insegnante proporrà di mostrare o toccare le parti del corpo che nominerà e poi li inviterà a suggerire vari modi di muoverle o utilizzarle..ad es: “Cosa possiamo fare con le mani?”, “ Con le braccia?” e così via.

3 La sagoma

MATERIALE: foglio di carta da pacchi bianco grande. Forbici, pennarello non tossico.

Bambini a coppie. Distendere il foglio a terra. Sopra si posiziona un bambino supino. Il compagno traccia la sua sagoma con il pennarello. I bambini ritagliano la sagoma. Separano le varie parti del corpo che vengono collocate dentro una scatola che sarà posta lungo una linea tracciata a terra.

Quindi le coppie di bambini si dispongono in linea sul lato della palestra.

Al via, alterandosi, i bambini corrono verso lo scatolone prelevano una parte della sagoma alla volta ritornano correndo verso la linea di partenza dove ricompongono la sagoma con i vari pezzi.

Vince la coppia che completa la sagoma per prima.

VARIANTE: le sagome dei bambini saranno la base per disegnare il vigile con la divisa aggiungendo il cappello.

Il gioco può essere organizzato in diversi momenti.

3 Il mestiere del vigile

I bambini dovranno mimare i gesti del vigile. Di seguito l'insegnante tratterà in palestra o nel cortile una strada, dirà loro di immaginare di essere delle automobili, biciclette, motorini, camion, ecc; muoversi lungo questa strada secondo le indicazioni del vigile-insegnante: fronte/dorso alla circolazione - braccia fuori, arrestarsi; braccio in alto, rallentare e fermarsi, fianco al senso di circolazione - braccia fuori, passare.

3 Biciclette in fila

Bambini seduti a terra in fila uno dietro l'altro ad una distanza di 1 metro circa l'uno dall'altro.

Mimano la pedalata da seduti o distesi supini, e, al via dell'insegnante, l'ultimo si alza ponendo il braccio fuori a destra o a sinistra, si sposta sulla destra o sinistra, si porta correndo davanti al primo della fila, si siede e continua a pedalare. Così via tutti gli altri. Si fanno file di 4/5 bambini e si possono organizzare gare.

3 Suoni della strada

MATERIALE: paletta del vigile, fischietto, campanello di bicicletta, registrazione di clacson di automobile.

Bambini disposti in ordine sparso nella palestra o in cortile. L'insegnante, utilizzando il suono del campanello di bicicletta, farà muovere i bambini che correranno liberamente per la palestra cercando di non scontrarsi. Quando alzerà la paletta, come se fosse un vigile, i bambini si fermeranno sul posto.

L'insegnante potrà utilizzare il suono del campanello per far riprendere il gioco oppure il suono del clacson dell'auto o il fischio del treno...e utilizzare il fischietto per farli arrestare, variando i suoni e la velocità di fermata e ripresa del gioco.

3 L'automobile nel tunnel

MATERIALE: tappeto, ostacoli

L'insegnante arrotola un tappeto (o una serie di tappeti distanti tra loro un metro o una serie di ostacoli), il tunnel e lo manterrà in posizione per tutto il tempo dell'esercizio. Ogni allievo, come un'automobile, entra nel tunnel e, strisciando con la pancia a terra aiutandosi con le braccia, dovrà uscire dalla parte opposta.

3.4 Una strada di città

MATERIALE: serie di blocchi

Tracciare due linee sul pavimento della palestra o del cortile a rappresentare la "strada". L'insegnante dirà ai bambini che avranno a disposizione tre blocchi ciascuno per "attraversare la strada". Per avanzare dovranno camminare sui mattoni spostando via via l'ultimo mattone davanti agli altri due. Dovranno prestare attenzione e non appoggiare nessuna parte del corpo a terra per non essere investiti dalle automobili, dalle moto o dalle biciclette.

(Con i bambini più piccoli i blocchi possono essere sostituiti con fogli di carta e/o tavolette di legno poco spesse).

3 Il Marciapiede

MATERIALE: serie di blocchi

Disporre i blocchi uniti in modo da ricreare un marciapiede sufficientemente largo.

I bambini dovranno camminare lungo il marciapiede senza appoggiare i piedi a terra perché potrebbero sopraggiungere le auto e investirli.

VARIANTE: un Bambino/pedone sale da un lato del marciapiede e un altro dall'altro. Quando si incontreranno dovranno procedere, decidendo di spostarsi da un lato per far passare il compagno, facendo attenzione a non cadere e non appoggiare i piedi sulla strada.

3 Il sentiero degli animali

Preparare alcuni cartoncini raffiguranti animali, che possiamo incontrare per strada, con le loro andature caratteristiche: cane che scodinzola (posizione quadrupedica- muovere il bacino verso destra e verso sinistra), gatto che si stira (posizione quadrupedica – fare la gobba guardandosi la pancia e ritornare in posizione iniziale- quindi allungare in avanti alternativamente il braccio destro, il braccio sinistro, la gamba destra, la gamba sinistra), coniglio che avanza prima con gli altri anteriori e poi fa un balzo con quelli posteriori, il cavallo che scalcia, l'uccellino che vola, la papera che starnazza (sollevarsi sugli avampiedi, portare le braccia fuori flesse- mani all'altezza delle ascelle- muovere le braccia avanti e indietro , ecc.. In un primo momento l'insegnante presenta ai bambini un cartoncino alla volta chiedendo loro di riprodurre l'andatura dell'animale raffigurato, poi articolerà un percorso di 2 o 3 tappe segnate da un cartoncino diverso in modo che i bambini varino l'andatura a seconda dell'animale rappresentato.

3.4 Il salvataggio

Bambini disposti di fronte su due linee tracciate a terra distanti tra loro circa 5 metri.

L'insegnante dirà loro che i membri di una delle due linee sono feriti (distesi a terra supini) e devono essere tratti in salvo dai compagni disposti lungo l'altra linea. Quindi, al segnale di "AIUTO"i soccorritori partiranno per salvare i compagni: ogni allievo dovrà afferrare un compagno alle caviglie e, trascinandolo, portarlo oltre la linea di salvezza.

3 La metropolitana

MATERIALE: almeno due tappeti

Viene costruita una piccola metropolitana formata da due o più tappeti posti longitudinalmente. Uno dei due tappeti viene appoggiato ad un muro mentre l'altro è sostenuto dall'insegnante ed eventualmente da qualche bambino che lo aiuta. A turno, gli allievi passano, camminando in stazione eretta, cercando di farsi largo tra questi, mentre l'insegnante decide quando è il caso di stringere o di allargare il passaggio. Questo esercizio richiede un controllo consapevole della respirazione a causa della leggera compressione dei tappeti.

3 Il segnale magico

MATERIALE: 3 cartoncini colorati: uno rosso, uno verde, uno giallo

Quando l'insegnante alzerà il cartoncino rosso, i bambini dovranno sdraiarsi a terra e rotolare; al segnale giallo, in stazione eretta, girare su se stessi; al segnale verde salteranno su un piede solo, e così via. Il numero dei cartoncini/segnali colorati (utilizzare colori presenti nei segnali stradali) e la difficoltà dei movimenti saranno scelti sulla base delle capacità del gruppo.

3.4 La bandiera dei colori e dei veicoli

MATERIALE: bandierina a scacchi

Il gioco è la tradizionale "bandiera" con due varianti: i bambini sono dei colori (quelli dei segnali stradali, ad es. rosso/rosso, giallo/giallo, verde/verde, blu/blu/ bianco/bianco, ecc) oppure dei veicoli. Il fazzoletto, preferibilmente a scacchi bianchi e neri, viene afferrato dopo una corsa trasformata in varie andature, ad esempio: strisciando, camminando in quadrupedia anche rovesciata, saltando su un piede, ecc.

3 I segnali volanti

MATERIALE: fogli di carta leggeri,colori

L'insegnante prepara dei segnali stradali e li ritaglia con l'aiuto dei bambini. Consegna ad ognuno di loro, posizionato lungo una linea di partenza, un segnale che deve finire dentro un cerchio

(magazzino) posto dall'altra parte della palestra. Il gioco consiste nel far avanzare i segnali fino al magazzino, soffiando per farli spostare.

3.4 L'Orient Express

I bambini disposti in fila, mani appoggiate sulle spalle del compagno che precede. Al suono del fischietto, l'insegnante è il capostazione, il capofila, locomotiva, parte e circola correndo in tutte le direzioni seguito, senza perdere i contatti, dagli altri bambini/vagoni. Se un vagone si stacca, il treno rallenta per consentire l'aggancio mentre il bambino/vagone che ha causato la rottura si stacca e si posiziona in fondo all'Orient Express. Dopo un certo periodo di tempo, il treno rallenta, arriva in stazione, luogo della palestra prestabilito, si ferma, tutti fanno dietro-front e l'ultimo diventa locomotiva pronta a ripartire. Durante il gioco si può sostituire la locomotiva in modo che tutti, a turno, provino questo ruolo.

3.4 Slalom tra i segnali 1

MATERIALE: serie di cartoncini con disegnati segnali stradali di dimensioni normali, cerchi, palloni in gommapiuma o palloncini gonfiabili. Kit di segnali stradali su supporto.

Disporre più file di serie di 6 cerchi, con all'interno un segnale stradale, su una linea retta, alla distanza di un metro l'uno dall'altro. Dividere i bambini in 2 o 3 squadre di 5-6 concorrenti ciascuna. Collocare le squadre in fila davanti alla propria serie di cerchi/segnali. Al via, parte il primo bambino di ogni squadra con in mano la palla di gommapiuma o il palloncino gonfiato come se fosse il volante di un'automobile e guidando corre a slalom tra i segnali, andata e ritorno verso la propria squadra, consegna il volante al secondo compagno che riparte e così via. Vince la squadra che termina per prima il suo turno o il numero di turni stabilito all'inizio del gioco.

3.4 Slalom tra i segnali 2

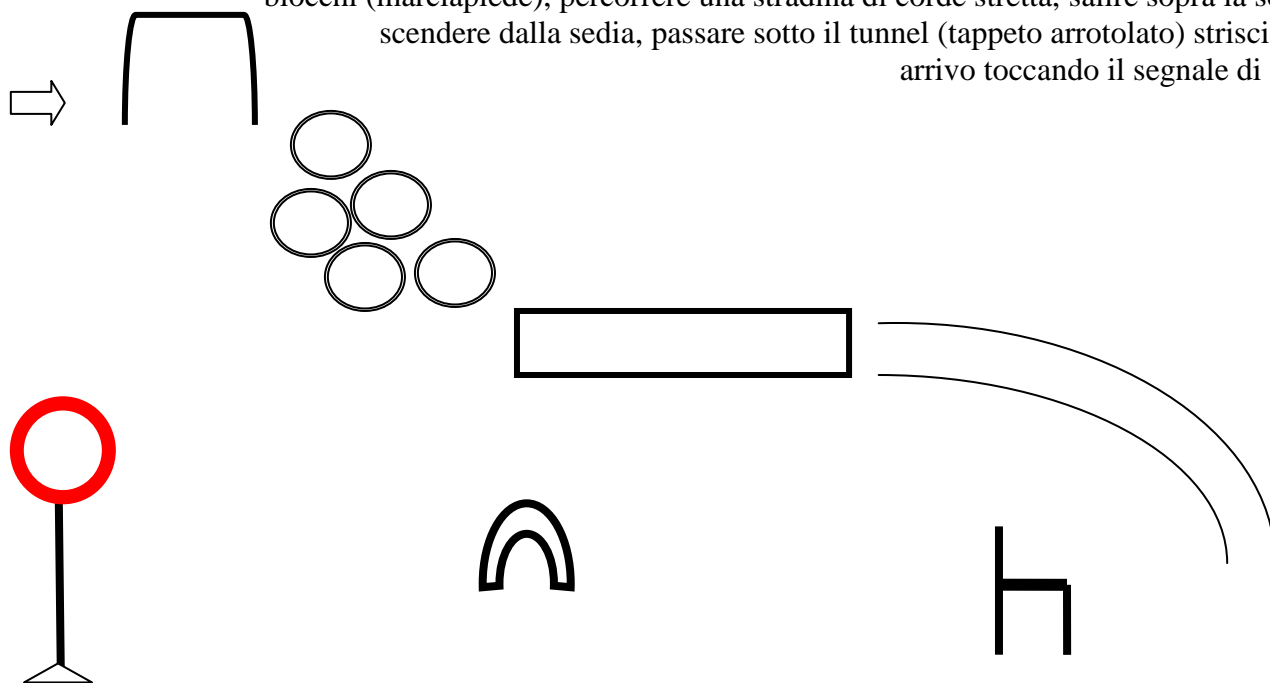
MATERIALE: Kit di segnali stradali su supporto. 2 cerchi

Disporre 2 file di serie di segnali (3-4), su una linea retta, alla distanza di un metro l'uno dall'altro. Dividere i bambini in 2 squadre. Collocare le squadre in fila davanti alla propria serie di segnali. Davanti al primo segnale posizionare un cerchio a terra. Al via o al suono del fischietto, parte il primo bambino di ogni squadra, salta dentro al cerchio, lo afferra e correndo (o saltando a piedi pari) a slalom tra i segnali, andata e ritorno verso la propria squadra, lascia il cerchio a terra dove l'aveva raccolto, tocca la spalla del compagno successivo e si porta in coda alla fila. Il secondo bambino riparte e così via. Vince la squadra che termina per prima il suo turno o il numero di turni stabilito all'inizio del gioco.

4.5. PERCORSO 1

MATERIALE: un tavolino, 5 -6 cerchi, blocchi o trave di equilibrio, funicelle o corde, sedia, tappeto arrotolato, segnale di divieto di transito su supporto.

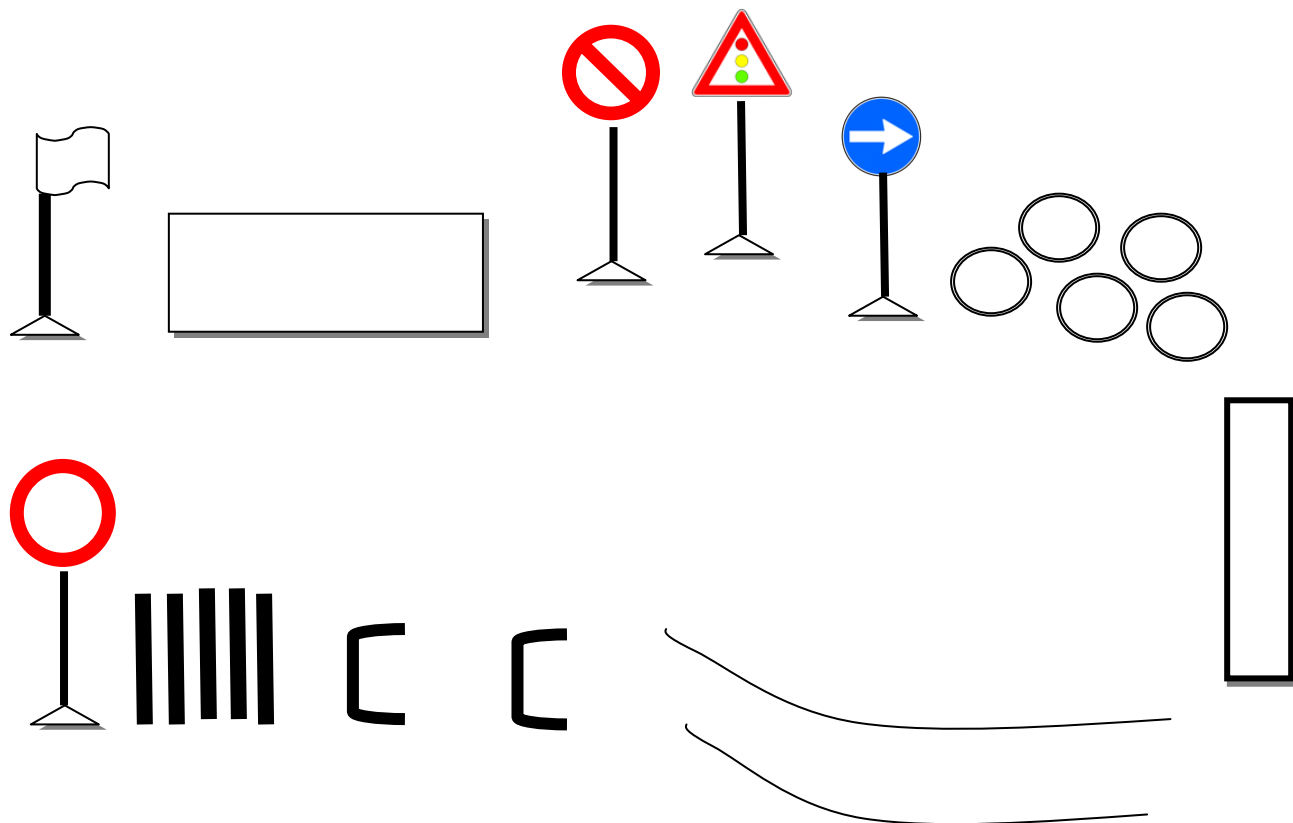
Passare sotto ad un ponte fisso (tavolino), saltare nei cerchi a piedi pari, salire sopra la trave o blocchi (marciapiede), percorrere una stradina di corde stretta, salire sopra la sedia, scendere dalla sedia, passare sotto il tunnel (tappeto arrotolato) strisciando arrivo toccando il segnale di stop.





4.5.PERCORSO 2

MATERIALE: un tappeto, 3 segnali stradali su supporto, 5 -6 cerchi, panca, funicelle o corde, sedia, segnale di divieto di transito su supporto, due over/ostacoli bassi, nastro adesivo nero largo 7cm., cucchiaio con pallina.



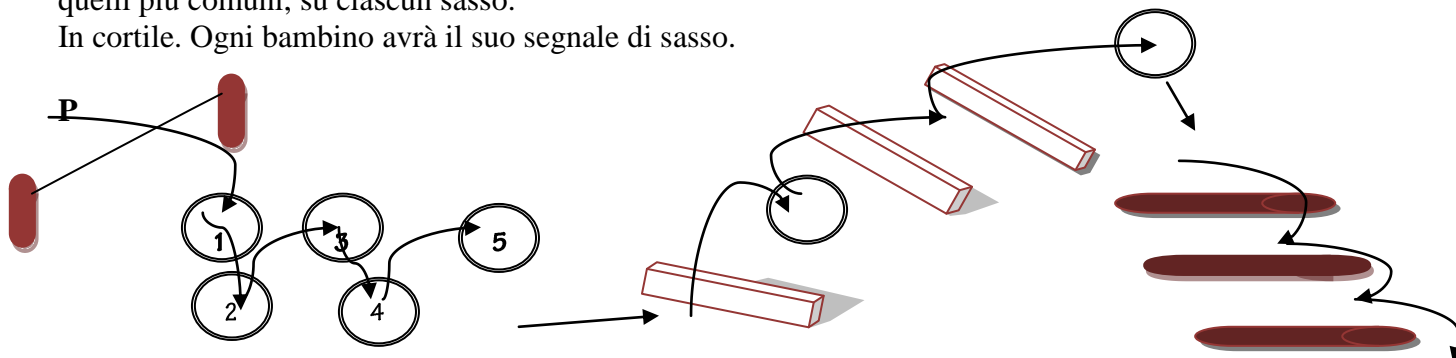
Partenza dalla bandierina: eseguire una capovolta avanti sul tappeto, slalom fra i segnali, saltare dentro ai cerchi a piedi pari, salire e camminare a gambe piegate sulla panca, scendere dalla panca con un salto, camminare nella stradina di funicelle, saltare i due ostacolini, prendere cucchiaio con dentro una pallina e procedere scavalcando le strisce zebbrate senza far cadere la pallina dal cucchiaio, arrivo toccare con la mano libera il segnale.

4.5.PERCORSO 3

MATERIALE: sassi, colori, una corda posta a 30cm da terra, 5 cerchi, 3 ostacoli bassi oppure 3 scatoloni alti 30cm e piuttosto lunghi, 3 bacchette.

FASE 1: raccogliere dei sassi piatti con diametro di circa 5cm. Disegnare e colorare un segnale stradale, tra quelli più comuni, su ciascun sasso.

In cortile. Ogni bambino avrà il suo segnale di sasso.



FASE 2:

Partenza: lanciare il sasso dentro al cerchio 1, saltare la funicella ed entrare nel cerchio, raccogliere il sasso e lanciarlo nel cerchio 2, saltare nel 2 recuperare il sasso, lanciarlo nel 3 saltare e recuperare, così nel 4 e nel 5. Lanciare il sasso oltre il primo ostacolo, saltarlo o scavalcarlo e recuperare il sasso, lanciare il sasso oltre i due ostacoli dentro al cerchio, scavalcarli uno alla volta e recuperare il sasso. Lanciare il sasso tra le bacchette e poi recuperarlo con un salto su un piede o a piedi pari.

4.5.Semaforo comanda color...

Bambini disposti in ordine sparso nella palestra o in cortile. Tra loro un bambino estratto a sorte, attraverso una conta, che avrà il ruolo del semaforo. Il bambino Semaforo darà il via al gioco gridando "Semaforo comanda color...e dirà un colore". Subito tutti i bambini cercheranno un oggetto del colore nominato per andare a toccarlo mentre il semaforo li inseguirà. Coloro che stanno toccando un oggetto del colore nominato non potranno essere presi dal semaforo, mentre chi sarà stato toccato dal semaforo prenderà il suo posto. Se il semaforo non riuscirà ad acchiappare nessuno dovrà pronunciare un altro colore.

4.Gli ostacoli nella galleria

Dividere i bambini in due o più gruppi che si disporranno in fila vicini a gambe divaricate per formare una galleria. Al via, l'ultimo bambino deve attraversare prono la galleria e portarsi davanti alla fila. Durante la traversata i compagni lo ostacoleranno lasciandogli solo un piccolo passaggio

Oppure piegando le gambe o lo afferrano per le caviglie impedendogli di avanzare...

Quando sarà riuscito ad arrivare in cima alla fila, partirà l'ultimo e così via.

4.5. Il vigile

Bambini disposti in ordine sparso in palestra o nel cortile. Stabilire a turno il ruolo del capitano.

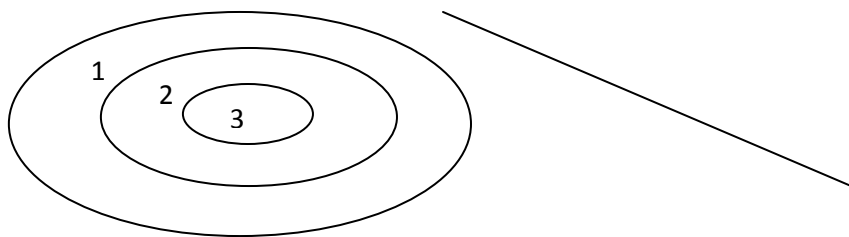
Il capitano si posiziona al centro della palestra in modo che tutti possano vederlo e quindi comincerà ad eseguire dei movimenti o delle posture. I compagni dovranno imitare i suoi gesti.

Contemporaneamente si nominerà un "vigile" con il compito di verificare se i compagni imitano il capitano correttamente.

4.I segnali volanti

Bambini divisi in tre squadre ognuna delle quali è contrassegnata da un colore del semaforo. Ogni bambino ha in mano un piatto di carta su cui precedentemente ha disegnato un segnale stradale, che ha visto nella sua città. A disposizione di ogni squadra viene tracciato a terra un bersaglio formato da tre cerchi concentrici

dentro i quali ogni bambino deve cercare di lanciare, da una distanza prestabilita- 2 metri circa- il piatto di carta/segnale stradale. Per stabilire la squadra vincente si possono sommare i punteggi ottenuti dai componenti di ogni squadra.



Eventualmente dire il nome del segnale che ha ottenuto lanci migliori.

4. I segnali parlanti

Preparare alcuni cartoncini con i segnali stradali più comuni e metterli in una scatola. A turno, un bambino estrae un cartoncino, e con l'aiuto dell'insegnante interpreta il significato del segnale poi l'insegnante legge il gesto richiesto. Dietro ai segnali, infatti, verrà indicato un movimento, ad esempio: salta portando le braccia in alto, rotola a terra, batti le mani e poi batti i piedi, tocca le punte dei piedi, stai in equilibrio su un solo piede, eccetera.

4.5. Equilibrio

Allestire un percorso con le seguenti prove:

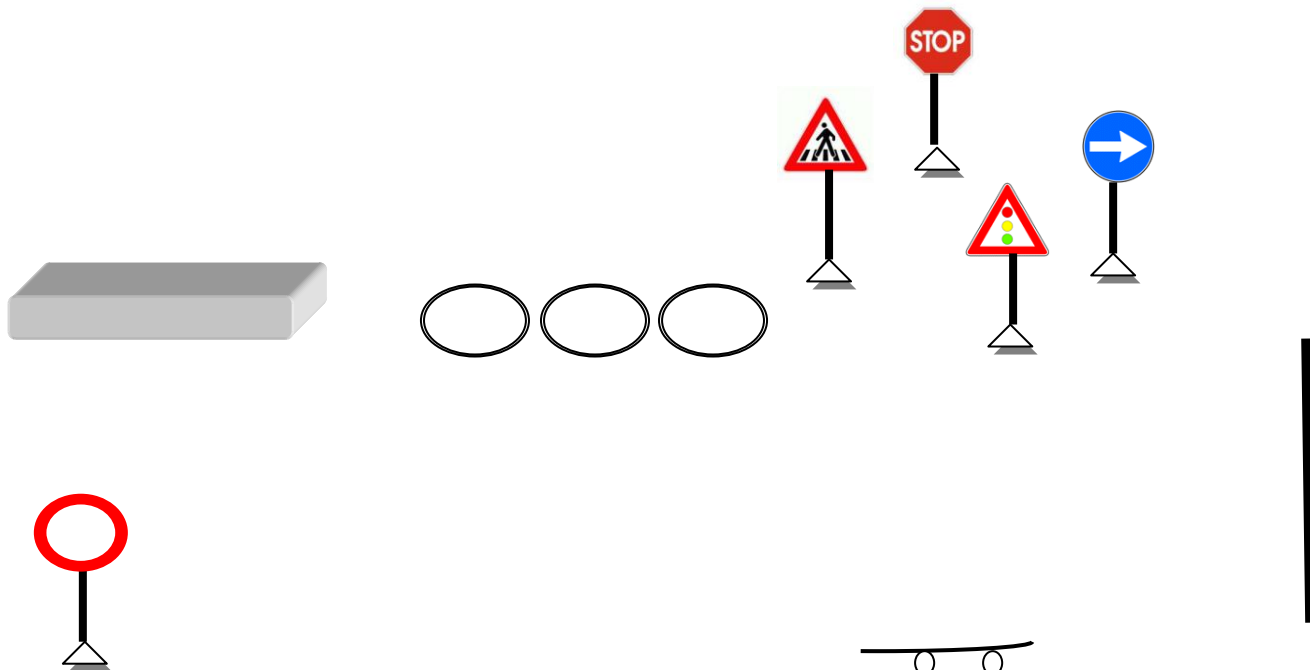
salto sul materassone

camminare su una riga tracciata con nastro adesivo nero

saltare su un piede dentro ai cerchi con battuta mani

correre a slalom tra i segnali

percorrere un breve tratto sopra uno skateboard spinti dall'insegnante.



4.5. Il percorso dei volanti

In palestra disporre vari ostacoli lungo un percorso. Consegnare ad ogni bambino un cerchio di plastica o di legno (volante di un'automobile): deve superare gli ostacoli che si trovano lungo il percorso facendo rotolare il cerchio con una mano.

5. Una persona speciale.

Chi dirige il traffico?

Chi fa le multe?

Chi aiuta i bambini e le persone anziane ad attraversare la strada? *E' il vigile urbano!!!*

Per dirigere il traffico non usa parole. Nessuno lo sentirebbe col rumore del traffico. Perciò usa i suoni (fischietto), i segnali (paletta) i gesti (le braccia).

I bambini dovranno mimare i gesti del vigile. Di seguito l'insegnante tratterà in palestra o nel cortile una strada, dirà loro di immaginare di essere delle automobili, biciclette, motorini, camion, ecc; muoversi lungo questa strada secondo le indicazioni del vigile-insegnante: fronte/dorso alla circolazione - braccia fuori, arrestarsi; braccio in alto, rallentare e fermarsi, fianco al senso di circolazione - braccia fuori, passare. Successivamente l'insegnante affiderà il ruolo di vigile ad un bambino.

5. Gioco del bambino perso

Bambini divisi in tre gruppi: bambini "persi", "vigili", "estranei". Il numero dei bambini persi deve essere uguale a quello dei vigili. Ogni bambino "vigile" ha appeso, con un cordoncino, al collo un'immagine che richiama un vigile (paletta, fischietto, divisa, cappello) cartoncino. Al collo degli estranei mette un cartoncino con immagini di fiori, ombrello, valigia, telefonino, ecc. i cartoncini sono voltati in modo che i simboli non siano visibili da lontano. Tutti camminano nel cortile/piazza: ogni bambino "perso" deve trovare un vigile che lo riporti dall'insegnante. Il gioco termina quando tutti i "bambini persi" sono in salvo dall'insegnante. Il gioco si ripete invertendo i ruoli.

5. Girotondo del semaforo

Bambini e insegnante disposti in cerchio legati a mano.

Tutti insieme iniziando a girare lentamente verso destra cantano una filastrocca: "*Girotondo della strada che ci insegna a passeggiare, senza rischio di incidenti e ci fa tutti contenti.*" Insegnante: "*Se la luce Rossa vedi?*" Tutti insieme: "...*RESTO FERMO SU DUE PIEDI*" (tutti fermi)- Insegnante: "*Con il verde cosa fai?*" Tutti insieme: "*PASSO SVELTO SENZA GUAF*" (girare svelti) – Insegnante: "*Ed il giallo che consiglia?*" Tutti, rallentando il passo,: "*A PASSAR NON SI COMINCIA*"- Insegnante: "*Ma se sei già a metà...*" Tutti, ripartendo velocemente,: "*PRESTO PRESTO VAI DI LA*".

5. In piazza

Utilizzare uno spazio circolare non troppo ampio, limitandolo se necessario con delle sedie.

I bambini devono camminare liberamente per la piazza senza urtare gli altri pedoni, occupando tutto lo spazio. Quando l'insegnante dice "Stop" i bambini devono fermarsi.

L'insegnante consegna lo "smile del pedone" a chi non urta mai nessuno.



Il gioco continua: L'insegnante dice ROSSO, i bambini si fermano immobili, come tante statue. Chi si muove viene eliminato. Continuare fino a quando rimarranno pochi bambini che riceveranno lo "smile del pedone".

5. In piazza al buio

Far chiudere gli occhi con le manine ai bambini. Avvisare i bambini che, quando sentiranno un rumore, ad esempio il suono di un fischietto, dovranno fare un solo passo nella direzione del rumore e aprire gli occhi quando lo dirà l'insegnante. L'insegnante quindi si sposta silenziosamente e poi usa il fischietto. Commentare la prova. Ripetere 2 o 3 volte.

5. Moto e bici

Dividere i bambini in due gruppi le moto e le bici. Attaccare alla schiena dei bambini i rispettivi simboli della moto e della bici. La moto deve correre, chi fa la bici deve camminare.

Segnare due linee, partenza e arrivo, distanti tra loro 10 metri. Posizionare due bambini sulla linea di partenza. Arriva prima la moto o la bici? Chi è più veloce? Invertire i ruoli.

Nel percorso della moto segnare uno slalom con i coni, quindi il percorso della moto sarà più lungo, ma non troppo, in modo che comunque arrivi prima. “Secondo voi, chi arriverà prima?” Proviamo.

Bici e moto devono fermarsi all’ALT dell’insegnante. “Secondo voi chi si fermerà più facilmente?” Proviamo.

5. Passa la palla

Materiali: palle colorate leggere.

Disporre i bambini in cerchio. Un bambino sì e uno no ha una palla in mano. Al via i bambini devono consegnare la palla al compagno di destra e girarsi per ricevere la palla dal compagno di sinistra. Cambio del senso di rotazione della palla.

Al Comando “Avanti” o “Indietro” i bambini devono fare un passo avanti, verso il centro del cerchio, oppure indietro allontanandosi dal centro del cerchio.

4.5. Attraversare 1

Materiale: tre blocchi x ogni bambino, nastro adesivo

Tracciare due linee distanti tra loro circa 8 metri (preferibilmente utilizzare nastro adesivo bianco: carreggiata). I bambini devono attraversare la strada ma per farlo devono utilizzare i mattoni come se fossero delle strisce zebbrate mobili. Dovranno infatti avanzare camminando sui mattoni spostando via via l’ultimo mattone davanti agli altri due. Dovranno stare quindi attenti a non appoggiare nessuna parte del corpo a terra (strada) per non essere investiti dalle automobili.

4.5. Attraversare 2

Materiale: nastro adesivo nero.

Tracciare dei passaggi pedonali con il nastro adesivo nero.

Disporre i bambini a coppie: “chi vuol fare il bambino che attraversa?”; “Chi vuol fare la mamma o il papà?” “Dopo aver trovato le strisce, cosa bisogna fare? Per ricordarci meglio le cose da fare per attraversare proviamo con una canzoncina). Tutti in coro:

<i>Se per attraversare sicuro tu vuoi stare</i>	bambini si portano davanti alle strisce non legati a mano
<i>Dai la manina a mamma o papà</i>	bambini legati a mano, secondo il ruolo scelto
<i>Guarda di qua guarda di là</i>	bambini guardano tutti a destra, poi a sinistra
<i>Guarda di qua ancora</i>	bambini guardano a destra
<i>Ecco, adesso è ora</i>	} velocemente attraversano la strada sulle strisce
<i>Con la mamma o col papà</i>	
<i>Presto presto vai di là</i>	

Di seguito si possono aggiungere bambini-auto, che hanno appeso al collo cartoncini con disegnati vari mezzi di trasporto che si vedono per le strade che circolano e urtano, ecc.

5. I pedoni imprudenti

Bambini divisi in due gruppi disposti rispettivamente nelle loro case (linea di fondo campo di pallavolo o entro l'area dei tre secondi campo di basket): pedoni e automobilisti. Al primo segnale dell'insegnante, i pedoni escono dalla loro casa per "girare in città"(campo di pallavolo o di basket. Al secondo segnale dell'insegnante, gli automobilisti escono dalla loro casa e circolano liberamente emettendo il rumore delle auto, accelerata, frenata, clacson....cercando di urtare (toccando delicatamente senza spingere troppo) i pedoni che dovranno rientrare velocemente in casa per non essere investiti. I pedoni presi si trasformeranno in automobilisti e nel turno successivo parteciperanno all'inseguimento dei pedoni. Il gioco terminerà quando tutti i pedoni saranno diventati automobilisti.

VARIANTE: i pedoni investiti usciranno dal gioco perché feriti e trasportati al pronto soccorso. In questo caso potrà essere rilevato il tempo impiegato da ciascun gruppo per eliminare tutti i pedoni.

5.La parola-segnale

MATERIALE: serie di segnali stradali anche precedentemente disegnati in dimensioni originali dai bambini.

Bambini disposti su una linea. Ad una distanza di 4 metri tracciare un'altra linea oltre la quale vengono collocati a terra i segnali anche precedentemente disegnati dai bambini stessi.

L'insegnante pronuncerà la regola relativa ad un segnale, non il nome, tra quelli disposti a terra e i bambini, al via, dovranno velocemente dirigersi verso il segnale indicato collocandosi in fila dietro allo stesso. L'ultimo uscirà dal gioco che terminerà quando resterà in gara solo un bambino.

5.Attenti al semaforo!

MATERIALE: cartoncini colorati: verde-rosso-giallo. Palloni di vario tipo e dimensioni.

I bambini interpretano ruoli diversi: animali (rane, gatti, cani, canguri, cavalli, serpenti, uccelli)-mestieri (vigile, pittore, spaccalegna, muratore)-sportivi(nuoto, tennis, marcia, pugilato, sci). Mimano i gesti e le andature. A seconda del colore pronunciato dall'insegnante o del colore del cartoncino mostrato, i bambini dovranno fermarsi (rosso), muoversi normalmente (giallo), muoversi velocemente (verde).

Lo stesso gioco può essere fatto utilizzando una palla che rimbalza, che viene calciata, che viene lanciata e ripresa al muro o sopra il capo.

5. Il treno bendato

MATERIALE: tante bende quante sono i bambini

Dividere i bambini in gruppi di 3 o 4 che si dispongono in fila per uno. Le mani appoggiate sulle spalle del compagno che sta davanti. Tutti i componenti delle squadre sono bendati tranne l'ultimo.

Scopo del gioco è raggiungere un punto prestabilito. Il bambino senza benda ha il compito di dirigere i compagni verso la meta e, per farlo, non può parlare ma soltanto utilizzare delle piccole pressioni o colpetti che vengono trasmesse da un concorrente all'altro.



APPENDICE

Giochi con i tricicli, le automobiline a pedali, tricicli a spinta.

MATERIALE: recuperare vecchi tricicli, macchinine a pedali, biciclettine a spinta senza pedali.

Disporre i mezzi lungo una linea di “parcheggio” . bambini divisi in gruppi di 5/6. Al segnale di via (a voce o anche con bandierina a scacchi) il primo gruppo va camminando al parcheggio, sale sul proprio mezzo e circola nello spazio senza incidenti, eventualmente segnalando, simulando a voce il suono del clacson o del campanello della bici, la propria presenza ai compagni troppo vicini. Al segnale di PIT STOP i bambini riportano in parcheggio i mezzi. Parte un secondo gruppo e così via. Il numero di bambini coinvolti dipenderà dallo spazio a disposizione.

VARIANTE: Sistemare nello spazio alcuni ostacoli, cerchi, bastoni, palloni, birilli, coni, tunnel per passare sotto, pedane per passare sopra. I bambini dovranno circolare tra gli ostacoli però in presenza del tunnel passeranno sotto, in presenza della pedana, sopra.

VARIANTE: utilizzare segnali stradali dentro a cerchi sparsi nel terreno. I bambini dovranno circolare tra i segnali.

VARIANTE: utilizzare segnali stradali su supporti. I bambini dovranno circolare facendo un giro completo attorno ad ogni segnale collocato sparso nel terreno.

Il semaforo

MATERIALE: disegnare un semaforo di cartone .

Far circolare i bambini con i tricicli, al via, recitano la seguente filastrocca (Rodari):

Col ROSSO non si passa, bambini si fermano- Col GIALLO fa attenzione, i bambini rallentano-

Al VERDE libera circolazione! I bambini continuano a pedalare. Contemporaneamente l’insegnante indica il colore del semaforo nominato nella filastrocca.

Il mestiere del vigile

L’insegnante traccia in palestra o nel cortile una strada, ecc; pedalare lungo questa strada secondo le indicazioni del vigile-insegnante: fronte/dorso alla circolazione - braccia fuori, arrestarsi; braccio in alto, rallentare e fermarsi, fianco al senso di circolazione - braccia fuori, passare. L’insegnante può farsi sostituire da un bambino nel ruolo di vigile.

Il ciclopercorso

Disegnare un percorso con rettilinei, alcune curve, zig-zag, slalom tra segnali stradali, pedana per salita e discesa., passaggio in un corridoio stretto, passaggio sotto un ponte.

Far circolare i bambini lungo questo percorso eventualmente rilevando il tempo impiegato.

Azioni :

Camminare

Spontaneo, con andature, schieramenti, direzioni.

Correre

Spontaneo, schieramenti, direzioni.

Saltare

Spontaneo, schieramenti, direzioni.

Lanciare

Passare, gettare

Afferrare

Prendere

Calcicare

Spingere/tirare

Portare/trasportare

Ruotare/rotolare

Strisciare

Scivolare

Posture

Motricità fine

Capacità psicomotorie correlate:

Senso motricità –uditiva

Percezione tempo: reattività/prontezza ritmi esterni

Equilibrio statico/dinamico

Relazionalità con il gruppo, tempestività

Attenzione –concentrazione

Senso motricità cinestetica e tattile

Percezione orientamento spazio interno/esterno

Percezione orientamento nello spazio:

Apprezzamento distanze e traiettorie

Strategia di azione

Schema corporeo globale/segmentario

Schema corporeo proprio e altrui

Coraggio/intraprendenza/autostima

Memoria visiva/motoria

Velocità

Socializzazione

Senso motricità tattile/ contatto compagno

Coraggio

Autostima

Attenzione

Concentrazione

Strategia

Attività Motoria & Educazione Stradale nella Scuola Primaria

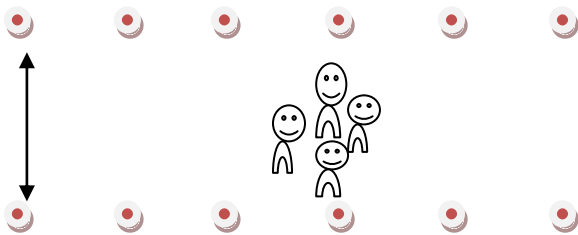
Nel processo di evoluzione psicologica del fanciullo, in relazione all'educazione stradale, non è opportuno occuparsi dei contenuti delle regole di circolazione stradale perchè vi è una costante tensione che porta naturalmente verso il sapere. In questa età il corpo ha un'enorme importanza come mezzo per entrare in contatto con il mondo circostante e come mezzo di espressione. Il prevalere di tutte le situazioni concrete su quelle astratte, dell'intuizione sulla riflessione, delle assunzioni sincretiche su quelle analitiche sintetiche, caratteristiche della scuola primaria, conferma la precedenza di tutte le situazioni ove il corpo stesso condiziona le comunicazioni. Quindi, non esiste un modo tecnico da dover adottare nelle attività di movimento, esattamente come l'abilità dello scrivere non è ancora legata alla regola grammaticale, anche se una certa regola e una certa grammaticalità è insita sia nel camminare che nello scrivere: è bene lasciare che la tecnica scaturisca naturalmente come conseguenza dell'azione e come risposta

Esercitazioni di educazione stradale per la Ia, IIa, elementare

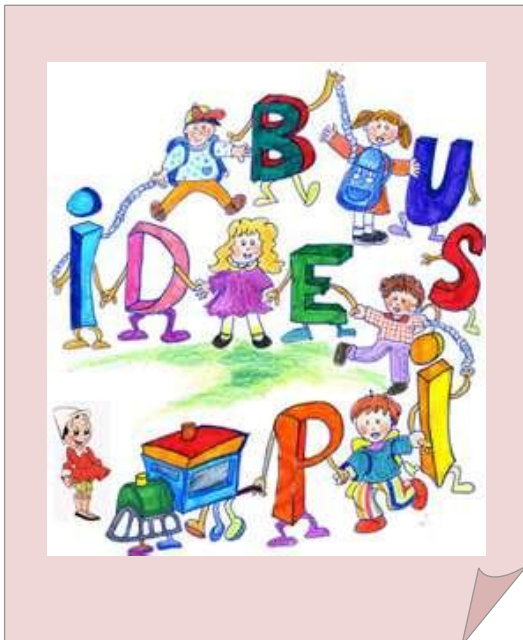


Palestra o cortile, 1 fischietto.

- Circolare liberamente camminando senza urtarsi e , incontrando un compagno, lo si saluta con un gesto del braccio. Quando l'insegnante fischia fermarsi. Al Via! Ripartire.
- Circolare liberamente correndo tra i compagni senza urtarli. Quando l'insegnante fischia fermarsi e sedersi a terra sul posto a gambe incrociate.
L'insegnante si posiziona all'interno del gruppo (vigile)
- Corriere lentamente : l'insegnante alza un braccio, fermarsi; l'insegnante abbassa il braccio ripartire.
- Bambini disposti in ordine sparso di fronte all'insegnante (vigile): l'insegnante porta il braccio destro fuori a destra, i bambini si spostano a sinistra. Idem con braccio sinistro.
- Bambini disposti in ordine sparso di fronte all'insegnante (vigile): l'insegnante porta il braccio destro o sinistro avanti, i bambini camminano all'indietro;): l'insegnante porta il braccio destro o sinistro dietro, i bambini camminano avanti;
- Disporre una serie di oggetti sparsi nello spazio: bambini a coppie, tenendosi a mano, si spostano tra gli oggetti senza urtarli;
- Tracciare un percorso delimitato con file di clavette o coni distanti tra loro circa 3mt:



- ✓ Gli allievi, divisi in due gruppi, partendo dalle due estremità opposte del tracciato, lo percorrono alla rinfusa .
- ✓ I bambini, divisi in due gruppi, partono dalle estremità del tracciato e lo percorrono senza un ordine determinato mantenendo la sinistra.
- ✓ Quattro bambini sostano nel centro del tracciato. Gli altri circolano sperimentando l'intralcio rappresentato dal crocchio.



- Dividere i bambini in due squadre. Disporli di fronte ai due lati opposti della palestra o del cortile . Camminando si avvicinano e quando gli elementi di ciascuna squadra si troveranno di fronte scarteranno a sinistra continuando a camminare fino in fondo, girano attorno alla clavetta e ripetono con lo scarto al punto di incontro.

Le auto

Ogni bambino riceve una palla (il volante) e ha appeso al collo un cartoncino con un veicolo che ha precedentemente disegnato.

Far circolare i bambini liberamente ma senza urtarsi.

Contemporaneamente emettono il suono del rumore dell'auto, delle accelerate delle frenate, delle frecce (ad esempio: *come fa la freccia?: TIC-TAC*).

Successivamente introdurre il sorpasso a sinistra, il parcheggio (ad esempio lungo il lato corto della palestra).

Successivamente inserire bambini-pedoni che attraversano la strada, il semaforo, il vigile, ecc.

Invertire i ruoli.

Quale manca?

Materiale: 10 segnali stradali senza supporto

Dieci alunni fanno vedere il proprio segnale, al gruppo dei compagni, per la durata di 20 secondi, poi lo rigira. Mentre il gruppo in gara viene invitato a fare dietro-front, viene tolto il segnale. In un determinato numero di secondi bisogna scoprire il segnale mancante.

Preparare 10 segnali scegliendo tra quelli che presentano delle forme caratteristiche e quindi facilmente individuabili. Mostrare per 20 secondi alla scolaresca i segnali posti a terra, invitando gli allievi alla massima attenzione, quindi li inviterà a fare dietro-front, rigirerà i segnali e, senza essere visto ne toglierà 5. Potrà cambiare posto ai 5 rimasti. Gli alunni vengono invitati a voltarsi, si troveranno di fronte i segnali, sempre rigirati, che dovranno riconoscere.

Caccia con l'indovinello

MATERIALE: 10 segnali stradali senza supporto

Scolaresca disposta in ordine sparso in palestra. L'insegnante mostra 15 segnali posti a terra, invitando gli alunni ad osservarli attentamente per 30 secondi. Ordina il dietro-front, toglie metà di detti segnali, e presenterà i rimanenti rigirati in modo che non si possa vedere il simbolo, cambiando loro di posto. Inviterà quindi il primo concorrente che, con una sola risposta dovrà indovinare uno dei segnali rimasti in gara. Guadagna un punto per ogni risposta esatta, mentre in caso contrario uscirà dal gioco. Vince chi indovinerà il maggior numero di segnali.

VARIANTE 1: dividere la scolaresca in due squadre. A turno le due squadre manderanno un concorrente.

Vince la squadra che ha totalizzato il maggior numero di punti.

VARIANTE2: due squadre schierate sulle linee di fondo campo di pallavolo. Si sorteggia quale squadra debba custodire i segnali e quale deve invece indovinarli. Successivamente, sulla linea di metà campo si schierano i segnali con un alunno per ciascun segnale. Al via, alla distanza di 4 metri si presenta il primo concorrente della squadra avversaria per il primo tentativo, pronto a ritornare di corsa verso la propria casa in caso di risposta esatta. Se il segnale dichiarato è in gioco, l'alunno che lo custodisce lo rigira verso l'avversario che ha la conferma della risposta esatta, e parte alla rincorsa per raggiungerlo e toccarlo prima che si porti in salvo. Se ci riesce lo elimina dal gioco, in caso contrario è lui che esce dal gioco.

Via libera!

MATERIALE: 10 segnali stradali e un sacchetto con tanti segnali stradali.

Sulla linea di metà campo 10 alunni, da considerarsi in prigione, custodiscono 10 segnali stradali tenendoli rigirati in modo che non siano visti dal guardiano, che li sorveglia ad una distanza di 7-8 metri.

All'inizio del gioco, l'insegnante estrae dal sacchetto un segnale e ne annuncia ad alta voce il simbolo. Se l'uguale è in gioco, l'alunno che lo custodisce ha via libera, lo rigira verso il guardiano e parte correndo veloce per raggiungere la sua casa posta dietro una linea alle spalle del guardiano: se non verrà fermato dal guardiano sarà libero, in caso contrario ritornerà al suo posto, in prigione dietro al segnale.

Se il segnale estratto non è in gioco, non parte alcun alunno. Se uno degli alunni in prigione, pur avendo il segnale estratto non parte perché distratto o perché non conosce il segnale, porterà una penalizzazione alla squadra con il ritorno in prigione di 2 alunni già liberi. Se ancora non ve ne fossero, la penalizzazione verrà effettuata non appena due alunni avranno raggiunto la libertà. Aumentando il numero degli alunni e quindi dei segnali potranno essere posti due guardiani cercando però di mantenere un certo equilibrio fra le due parti in gara.

Stop alle barriere!

MATERIALE: tre tavolini, cartoncini con i simboli dei segnali stradali, sacchetti di carta.

Tracciare in palestra o in cortile un percorso che potrà essere circolare o rettilineo. Posizionare ad una certa distanza l'uno dall'altro 3 tavolini, barriere, sui quali troveranno posto i cartoncini dei segnali stradali dentro un sacchetto di carta. Un alunno, tra quelli che conoscono meglio i segnali, verrà collocato a guardia delle barriere.

Al via, parte il primo alunno che, correndo, raggiunge la prima barriera, sorteggia dal sacchetto un segnale, e quando ne dà la giusta definizione riparte verso la seconda barriera, compie la stessa operazione e così di seguito fino all'ultima barriera poi taglierà il traguardo. Viene rilevato il tempo impiegato e stilata una classifica finale.

Staffetta stradale frontale.

In palestra, o all'aperto **MATERIALE:** preparare un tracciato, due corsie, per una staffetta a due squadre lunga circa 60-70 metri, due tavolini, due sacchetti contenenti segnali stradali, due testimoni. Ai 30 metri, su ciascuna corsia, collocare un tavolino con sopra un sacchetto contenente i segnali e un giudice per ogni tavolo munito di paletta.

Dividere la scolaresca in squadre di 4 alunni che gareggiano due alla volta. Al via, partono i primi due concorrenti di ciascuna squadra, giunti all'altezza del tavolo, si fermano, sorteggiano un segnale, ne dicono l'esatto significato, riprendono a correre fino alla zona di cambio, passano il testimone al compagno successivo che effettua la sua frazione allo stesso modo. Di seguito fino a quando tutti i concorrenti avranno percorso la propria frazione.

Quando il concorrente arriva al tavolo, il giudice alza la paletta di colore rosso e il concorrente non può ripartire fino a quando non appare il verde, cosa che il giudice effettua non appena avrà ricevuto la risposta esatta, riparte verso la seconda barriera, compie la stessa operazione, così di seguito fino al traguardo.

VARIANTE: la stessa staffetta si può eseguire in linea. In questo caso bisognerà allestire 4 tavoli per ogni corsia e altrettanti giudici.

Il cerchio guidato

MATERIALE: cerchi in legno, ostacoli, segnali stradali su supporto.

Tracciare in cortile un circuito tortuoso e stretto con varie difficoltà, quali buche, piccoli ostacoli, tratti erbosi, tratti ghiaiosi, ecc. delimitato da segnali stradali.

Gli alunni dovranno percorrere il circuito guidando il cerchio senza toccare o rovesciare i segnali e senza interrompere la corsa. Compilare una classifica in base al tempo impiegato da ogni concorrente, aumentato da una penalità da stabilirsi per ogni fallo commesso.

Percorso libero

MATERIALE: cerchi in legno, campo di pallavolo.

Far correre tutti gli alunni contemporaneamente con il cerchio entro le linee del campo di pallavolo.

Il movimento dovrà avvenire senza scontri e le regole da rispettare sono le seguenti:

- Sorpassare sempre a sinistra;
- Non tagliare mai la strada né a chi viene da destra né a chi viene in senso contrario;
- In caso di incontro accostare sempre a destra.

L'insegnante arbitra il gioco eliminando tutti quegli alunni che non rispettano le regole, finché rimangono pochi concorrenti.



Esercizi situazionali

Andare a piedi: circolare nei locali della scuola, aula, corridoi ed in ogni altro luogo mantenendo sempre la destra. (*tale regola dovrebbe essere scoperta come esigenza dagli alunni stessi piuttosto che imposta dall'insegnante...*)

Sul marciapiede davanti alla scuola o sui marciapiedi del cortile, circolare dapprima senza regola e poi tenendo la destra;

Sulla carreggiata: possibilmente nel viale di un parco chiuso al traffico veicolare, far circolare sui bordi i piccoli pedoni e poi porre la seguente domanda: dove conviene circolare quando non c'è il marciapiede? Perché?

Uscire dalla scuola: regolarsi all'uscita per scoprire le seguenti regole:

- Tacere o parlare sottovoce;
- Prendere subito la via di casa e non sostare davanti ai cancelli della scuola per non intasare il traffico;
- Non scendere dal marciapiede senza le dovute precauzioni,
- Attraversare la strada sui passaggi riservati ai pedoni, strisce pedonali, fare attenzione e rispettare le segnalazioni del vigile.

Da casa a scuola: informarsi sull'itinerario che ogni alunno percorre da casa a scuola e, durante le esercitazioni, illustrare ad ognuno il comportamento da tenere nei punti più pericolosi.

Attraversare la carreggiata : quattro sguardi per attraversare!

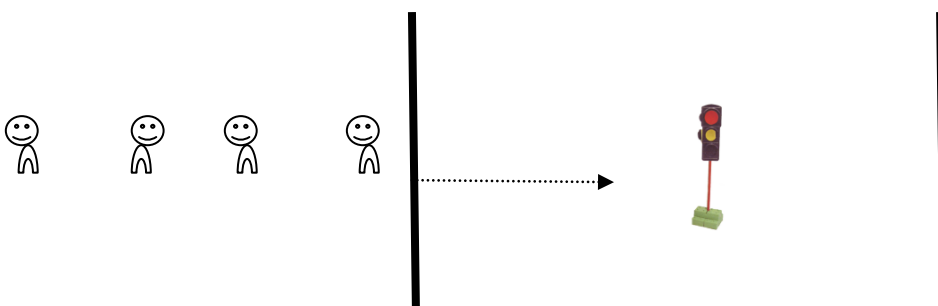
- Viale di un parco chiuso alla circolazione, cortile o palestra delimitando con coni segnalimita una corsia larga 6 metri. Prima di abbandonare il marciapiedi, guardare a sinistra, pericolo più immediato perché i veicoli sopraggiungono da quella parte, poi guardare a destra, quindi ancora a sinistra iniziare l'attraversamento e, una volta giunti al centro della carreggiata, guardare nuovamente a destra.
- Sulla corsia usata per la precedente esercitazione, segnare un attraversamento pedonale (nastro adesivo nero). Far circolare alcuni alunni in bicicletta oppure alunni/ciclisti che abbiano appeso al collo un cartoncino con disegnata una bicicletta. Allo stesso modo far circolare coppie di bambini legati a mano con appeso al collo un cartoncino/automobile, 4 alunni in fila per due, quelli che stanno dietro sono legati alle spalle del compagno che precede, con disegnato un camion o autobus. Contemporaneamente far eseguire l'attraversamento ad altri alunni sul passaggio pedonale. I ciclisti, automobilisti, ecc, si arrestano o rallentano per dare la precedenza ai pedoni.

Attraversare con il semaforo.

- 📍 Utilizzare un semaforo. Tracciare a terra due linee trasversali al senso di marcia, distanti tra loro 10-15 metri. Al centro fra le due righe collocare il semaforo e un alunno. Disporre gli alunni in fila per uno distanti tra loro circa 4 metri. Il semaforo presenta al fronte di marcia il colore rosso. Al via dell'insegnante il semaforo diventa verde e la fila si muove, camminando con andatura normale, inizia ad attraversare lo spazio compreso tra le due linee. Poi il semaforo diventa giallo e gli alunni che avevano varcato la prima linea trasversale si affrettano a completare l'attraversamento, mentre gli altri si fermano. Quando il semaforo diventa rosso, la fila rimane ancora ferma e riprende l' andatura quando ricompare il verde. Così di seguito fino a quando tutti saranno passati.

Si riprenderà l'esercitazione dal fronte opposto.

L'esercitazione è semplice ma richiede un grande impegno dei bambini che devono, di volta in volta, interpretare le segnalazioni e prendere da soli la giusta decisione.



Lo stesso esercizio può essere ripetuto con il segnale di rotatoria posto al centro della corsia. In questo caso i bambini dovranno percorrere la strada seguendo le frecce del segnale. I bambini avranno appeso al collo un cartoncino con disegnata un'automobile oppure una bicicletta.

Variante: successivamente potranno essere utilizzati anche monopattini o pattini a rotelle.

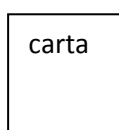
Il vigile urbano.

Allievi disposti in ordine sparso di fronte all'insegnante. Al segnale "Alt" gli alunni porteranno le braccia fuori, palme avanti; al comando "Attenzione" porteranno il braccio destro avanti alto, palmo in dentro e il sinistro lungo il fianco; al comando "Avanti" con un quarto di giro verso destra o sinistra, di fianco, braccia aperte palme in avanti. Così di seguito.

Nel tracciato dell'esercizio precedente, al posto del semaforo si collocherà un bambino/vigile a fare le segnalazioni manuali.

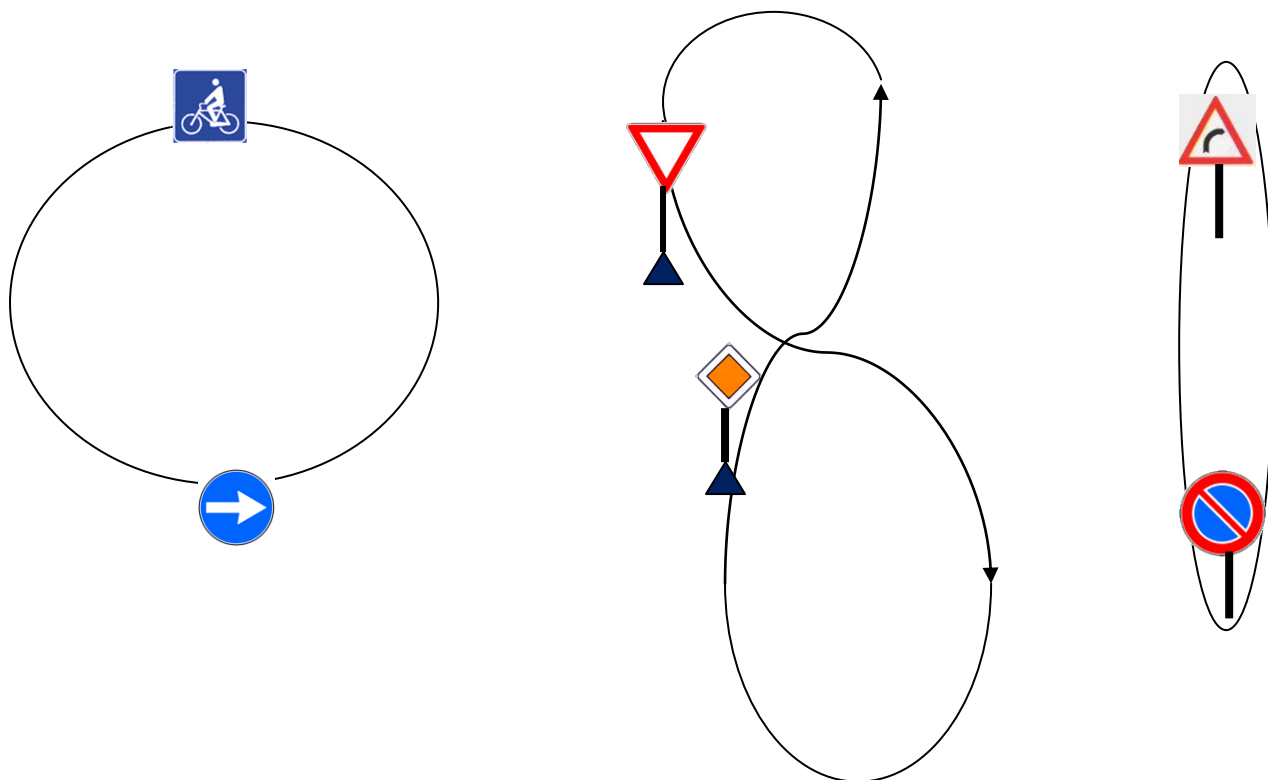
Esercitazioni di educazione stradale con la bicicletta per la IIIa, IVa, Va, elementare

- ▶ Memory test. Segnare su una carta dei cerchietti contraddistinti con una lettera che corrispondono ad altrettanti segnali stradali sempre incollati alla cartina in corrispondenza delle lettere, una decina di punti. La carta viene appesa al muro di un lato corto della palestra. Distribuire agli allievi la descrizione dei punti corrispondenti. L'esercizio si esegue facendo la navetta tra la parte opposta della palestra e la cartina, cercando di attribuire la lettera giusta alle varie descrizioni dei punti.



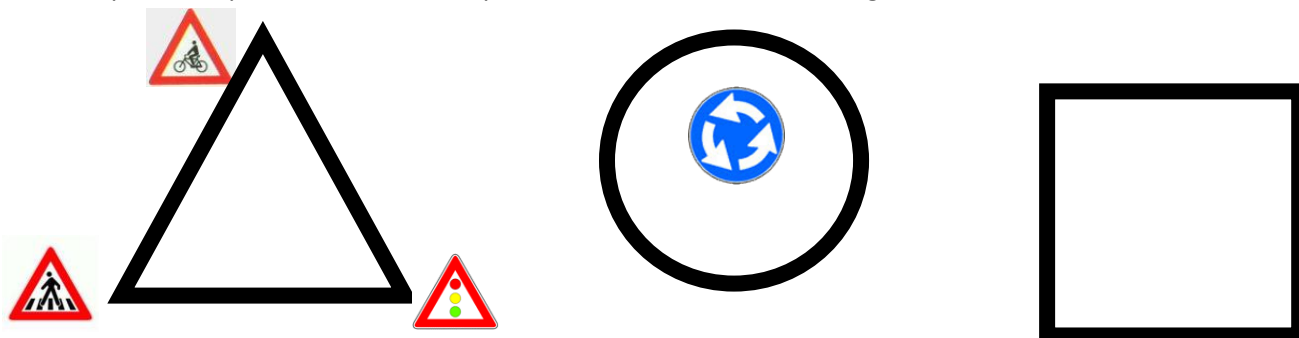
LETTERA	DESCRIZIONE PUNTI
	Bisogna sempre fermarsi
	Divieto di accesso
	Incrocio tra due strade
	Attenzione pericolo
	Pista pedonale
	Dare la precedenza
	Rotatoria
	Passaggio pedonale
	Semaforo
	Passaggio a livello
	Strada a senso unico
	Curva pericolosa a destra

- ⊗ Condurre liberamente per il cortile o la palestra la bicicletta a mano, al segnale dell'insegnante, lasciarla in sosta sulle apposite rastrelliere e, se mancano, appoggiarla al muro senza dare indicazioni del modo. La maggior parte dei bambini lascerà la bicicletta appoggiata solo con il manubrio, quindi instabile in quanto potrebbe cadere facilmente, successivamente si porterà i bambini a scoprire la giusta posizione: due punti di appoggio, manubrio sterzato contro il muro e sella.
- ⊗ Bicicletta a mano, salire e circolare intorno allo spazio disponibile descrivendo evoluzioni in cerchio o in quadrato utilizzando segnali stradali lungo il percorso stabilito.
- ⊗ Allo "Stop" si fermano e appoggiano il piede a terra, poi scendono di sella e appoggiano la bicicletta al muro o in rastrelliera.
- ⊗ Compiere semplici evoluzioni a piccoli gruppi in fila per uno. Successivamente introdurre alcuni segnali, ad esempio: dare la precedenza, fermarsi, e diritto di precedenza continuare a pedalare.
- ⊗ far eseguire intorno a dei segnali ripetute conversioni ad "U" con il più breve raggio possibile



Le forme dei segnali.

Compiere semplici evoluzioni in fila per uno secondo le forme dei segnali.



Durante le prove si può invitare gli alunni a compiere le evoluzioni guidando con una sola mano: portare il braccio destro o sinistro rispettivamente fuori a destra o sinistra (segnale di indicazione di direzione); portare il braccio destro/sinistro in alto (segnale di arresto del veicolo).



Gara di destrezza.

All'aperto nel cortile.

Occorrente : biciclette, fettuccia

Segnare nel campo, con due fettucce, una corsia rettilinea lunga quanto più possibile e larga non più di 30cm.

Formare squadre di 4 o 5 elementi. Numerare le squadre.

Partenza: squadra schierata in linea di fronte al percorso a circa 10 metri dall'inizio della corsia .

L'insegnante si colloca a metà percorso, può avvalersi dell'aiuto di 2 o 3 alunni muniti di fischietto che fungono da guardalinee e si posizionano lungo la corsia ad intervalli regolari.

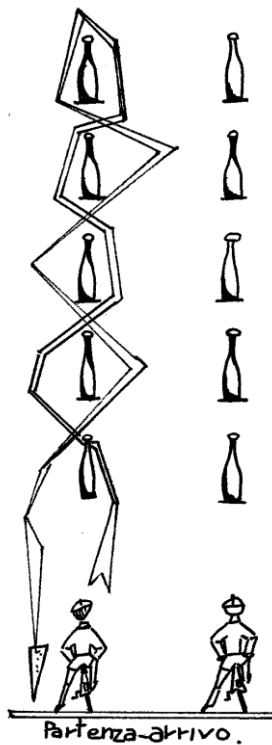
Al:"Via!" parte il primo allievo della prima squadra, seguono gli altri, uno alla volta

finché la prima squadra ha finito la sua prova.
 Durante la prova di destrezza non si dovrà toccare le fettucce che delimitano la corsia.
 Vince la squadra che avrà portato a termine il percorso con il maggior numero di elementi.
 In caso di parità, si procede allo spareggio facendo ripetere la prova e restringendo la corsia.

Obiettivi: Essere rapidi e disinvolti.

Gara di slalom a eliminatoria individuale.

All'aperto o in palestra.
 Occorrente: 30 coni o clavette.
 Disporre i coni, distanti 50cm uno dall'altro su metri circa.
 Formare batterie di 4,5 elementi e numerarle metri dalle prime clavette.
 Le altre squadre attendono il proprio turno ai
 Al fischio dell'insegnante, parte la prima
 I due ciclisti percorrono l'intera fila di coni a
 all'ultimo, rifanno lo stesso percorso a slalom
 Il primo arrivato di ogni batteria si classifica
 eliminatoria, il secondo e il terzo sono
 concorrente che durante il percorso abbatte un
 Così di seguito fino a determinare il vincitore.



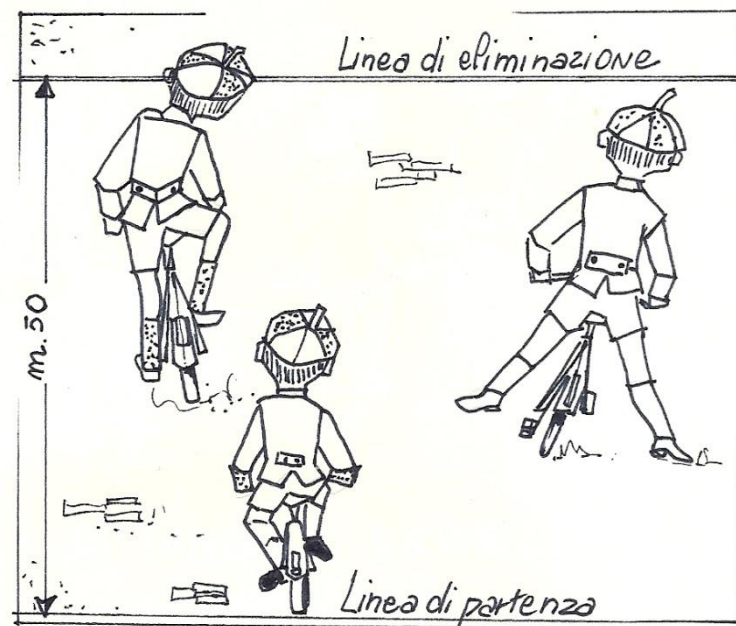
due file parallele distanti tra loro 6
 metri.
 Disporre le prime batterie a 10
 metri
 lati del campo.
 batteria.
 slalom , poi girano attorno
 portandosi sulla linea di arrivo.
 per una successiva fase
 eliminati, come pure quel
 cono o posa a terra un piede.

Esercitazione di coordinazione e

Obiettivo: Mantenere l'equilibrio.

All'aperto o in palestra.
 Gara di surplace in cui vince chi arriva ultimo.

Formare batterie di 4 elementi.
 Al comando parte la prima batteria mettendosi in
 movimento con i pedali il più lentamente possibile, in
 surplace.
 Procedere molto lentamente mantenendosi in equilibrio
 con una azione combinata sui freni e sui pedali.
 Ogni ciclista dovrà fare il possibile per toccare per ultimo
 la linea di eliminazione.
 Viene eliminato quel concorrente che supera la linea di
 eliminazione come pure colui che non riesce a conservare
 l'equilibrio e tocca a terra anche con un solo piede.
 Vince chi giunge per ultimo sulla linea di eliminazione.
 Si può prevedere una finale tra vincitori



Esercitazione di destrezza con lettura e comprensione di segnali stradali

Obiettivo: comprendere ed interpretare la segnaletica orizzontale e verticale.

Gimnastica ciclistica

All'aperto, preferibilmente in un campo sportivo con presenza di buca per il salto in lungo o tratto erboso.

Materiale occorrente:

gesso, fettuccia, clavette (o coni) e segnalimiti per delimitare la corsia di gara e le segnalazioni orizzontali.

Bilancia

Uno o due cavalletti per la zona lavori

Due tavolini e alcuni bicchieri

Quattro ritti per il salto in alto e due asticchie

Tre murali 8 x 8 lunghi lunghi due metri

Segnali di cunetta o dosso, pista ciclabile, lavori, strettoia, circolazione vietata alle biciclette, rotatoria, limitazione di altezza, doppia svolta la prima a destra.

Taccuini, matite, cronometro, numeri per i concorrenti.

Le difficoltà che si incontrano sono le seguenti:

1: fosso anche con ghiaia o erba

2: bilancia basculante

3: pista ciclabile, la corsia deve essere molto stretta in modo da richiedere una notevole abilità di guida

4: cartelli zona dei lavori,

5: strettoia fra le clavette o coni,

6: attraversamento ciclabile di strada molto frequentata va superato con bicicletta a mano,

7: transito vietato alle biciclette

8: sul primo tavolino vi sono dei bicchieri contenenti acqua per circa $\frac{3}{4}$; ogni concorrente deve prendere un bicchiere dal primo tavolino e, senza scendere dalla bicicletta, deve posarlo sul secondo tavolino cercando di non rovesciare l'acqua

9: rotatoria fra le clavette o coni

10: buca di ghiaia o di sabbia del salto in lungo o tratto erboso, che può essere superata anche a piedi oppure sollevando la bicicletta.

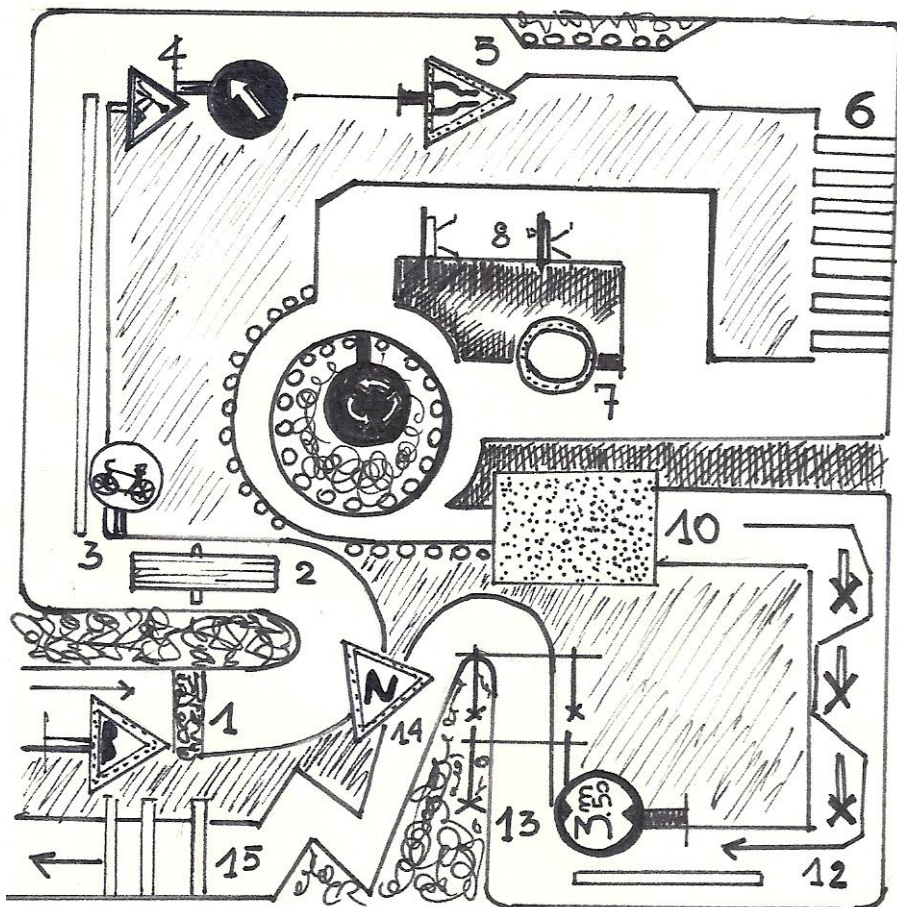
11: zig-zag fra segnalimiti

12: striscia di mezzera continua, non deve essere oltrepassata.

13: gogne, due ritti del salto in alto con asta

14: doppia curva

15: tre murali di legno da saltare con la bicicletta.



Svolgimento:

I concorrenti sorteggiano l'ordine di gara e indossano i numeri corrispondenti, si schierano uno dietro l'altro distanti 10 metri dalla linea di partenza.

L'insegnante con il cronometro si colloca fra la linea di partenza ed il traguardo.

4,5 allievi fuori gara sono dislocati sul percorso come giudici di gara, muniti di taccuino e matita.

Il concorrente numero 1 si porta sulla linea di partenza, sale in sella, entra nella corsia, attraversa il fosso, compie la svolta tornante, supera la bilancia-basculante, imbocca la pista ciclabile, sorpassa la zona dei lavori compiendo la segnalazione dello spostamento a sinistra, entra nella strettoia, percorre l'attraversamento zebrato con la bicicletta a mano, fa' attenzione a non imboccare l'attraversamento vietato, svolta a destra con segnalazione e giunto al primo tavolino, prende un bicchiere e lo posa sul secondo tavolino senza appoggiare i piedi a terra. Compie un giro e mezzo della rotatoria fra le clavette (o coni) e procede verso la buca della ghiaia o della sabbia che supera come meglio crede. Compiuto lo slalom, svolta a destra senza oltrepassare la linea di mezzeria, passa sotto le gogne curvandosi sul manubrio per non far cadere le asticelle, manovra sulla doppia curva, salta i murali e infine taglia il traguardo.

L'insegnante prende nota del tempo mentre giudici gli comunicano le penalità.

È penalizzato, con tre secondi ognuno dei seguenti falli:

- coni o segnalimiti abbattuti;
- fuoriuscita nella corsia di gara;
- invasione dell'attraversamento zebrato prima di aver posato entrambi i piedi a terra;
- versamento di acqua dal bicchiere;
- mancata o insufficiente segnalazione di cambiamento di direzione;
- superamento della striscia di mezzeria o fuoriuscita della pista ciclabile;
- abbattimento delle asticelle delle gogne;
- gli ostacoli (fosso, bilancia, buca, gogne, murali) debbono essere superati, pena l'esclusione dalla gara



Giochi ed esercitazioni di educazione stradale nella scuola media.

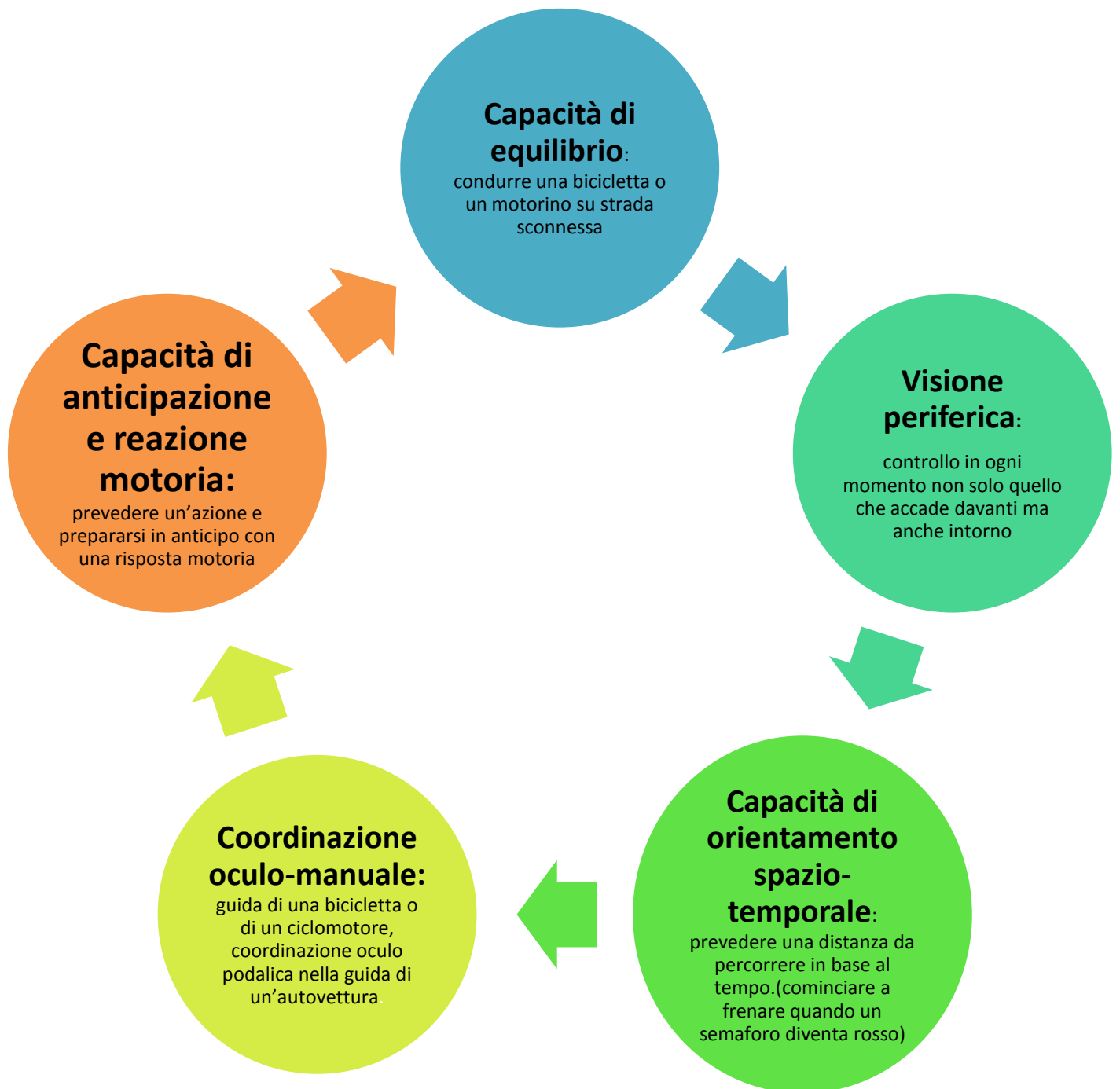


TABELLA DELLE COMPETENZE DI EDUCAZIONE STRADALE

COMPETENZA	LIVELLO BASE	LIVELLO AVANZATO	LIVELLO DI AUTONOMIA
Riconoscere i segnali stradali	Discriminare forme e colori	Riconoscere tutti i segnali stradali	Utilizzare i segnali stradali
Sapersi orientare	Acquisire i concetti topologici e di lateralizzazione	Saper leggere una piantina del proprio territorio	Saper utilizzare una carta topografica in generale
Assumere comportamenti corretti sulla strada (in relazione alle condizioni di mobilità e meteorologiche	Spostarsi da casa a scuola, attraversando strade a piedi	saper utilizzare la bicicletta nella propria città	Saper utilizzare correttamente il ciclomotore
Utilizzare i sistemi di sicurezza	Saper percorrere i marciapiedi, riconoscere le strisce pedonali e utilizzarle nel tragitto da casa a scuola	Stabilire il percorso più sicuro e utilizzare prioritariamente le piste ciclabili	Saper utilizzare il casco e saper fare il controllo periodico del mezzo
Adeguate il proprio stile di vita alle norme	Attenersi alle indicazioni date da genitori, insegnanti, adulti	Rispettare e utilizzare le regole per la sicurezza mia e degli altri nel contesto scolastico ed extrascolastico	Assumere comportamenti responsabili (nel rispetto delle norme) nella vita quotidiana
Assumere uno stile di vita funzionale per la salute propria e degli altri	Attenersi alle indicazioni date su alimentazione e vestiario	Riconoscere limiti e potenzialità del proprio corpo e improntare la mia vita a criteri di salute	Assumere comportamenti responsabili nella alimentazione. Saper rifiutare sostanze alteranti (alcool e droga)

Conoscenza degli elementi dinamici della circolazione

Obiettivo socio affettivo: sviluppo della disponibilità alla collaborazione

Viene fornito gli alunni, suddivisi in gruppi, un elenco di parole che esprimono movimento (esempio: corsa, galoppo, volo, nuoto, ecc..).

A turno un componente del gruppo è incaricato di mimare uno dei movimenti.

Obiettivo socio affettivo: sviluppo della disponibilità alla collaborazione

Movimenti tenendo gli occhi chiusi:

- ▣ Palestra o cortile, delimitare uno spazio tra due righe orizzontali distanti tra loro 20 metri circa. Definire un corridoio largo circa 1 metro tra le due righe. Alunni posti in fila per uno; bendare il primo alunno: dovrà percorrere lo spazio tra le due righe cercando di andare dritto rimanendo entro il corridoio. Anche se l'allievo esce dal corridoio dovrà comunque percorrere tutta la distanza che separa le due righe orizzontali. Allo stop dell'insegnante, si toglierà la benda e potrà valutare immediatamente la correttezza dell'esecuzione. Così di seguito tutti gli altri.
- ▣ Campo di pallavolo. Disporre alcuni allievi all'esterno, intorno al campo (assistenti). Gli altri si disporranno in ordine sparso all'interno del campo. Al via dell'insegnante gli allievi posti all'interno del campo chiudendo gli occhi o bendati, si muoveranno, braccia avanti tese, pronunciando ad alta voce il

proprio nome, via via incontrando un compagno e disponendosi in ordine alfabetico in fila per uno braccia poste sulle spalle del compagno che precede, fino a completare tutta la sequenza, creando un'unica fila in ordine alfabetico. Gli allievi assistenti controlleranno che i bendati non fuoriescano dai limiti del campo facendo rientrare delicatamente all'interno coloro che eventualmente escono .

- ❏ A coppie. Legati a mano, A tiene gli occhi chiusi, B guida il compagno camminando liberamente tra le coppie senza urtarsi. Cambio
- ❏ A gruppi di tre. A turno, uno si pone al centro tra due sbilanciandosi, ad occhi chiusi, avanti e indietro aiutato dai compagni.
- ❏ A gruppi di tre. I due esterni stabiliscono un suono ciascuno(fischio, rombo motore, sibilo, eccetera). Quello al centro cercherà, bendato, di spostarsi seguendo il suono che alternativamente uno dei due emetterà. Chi emette il suono può spostarsi sia mentre emette il suono sia prima del suo turno.

Assumere posizioni statiche.

- ▶ Stazione eretta, posti dentro un cerchio appoggiato a terra. Spostare lentamente il peso del corpo su uno solo degli arti inferiori, mentre si solleva l'altro.
- ▶ In posizione di equilibrio su un solo arto, flettere il busto fino a toccare terra con una mano poi ritornare in posizione di partenza.
- ▶ Dalla stazione eretta, occhi chiusi, sbilanciarsi in avanti fino a quando si riesce a mantenere l'equilibrio.
- ▶ Ad occhi chiusi, in equilibrio su un piede, ruotare lentamente il bacino a destra e a sinistra.
- ▶ Stazione eretta. Sollevare un arto, slacciarsi una scarpa, sfilarla, appoggiarla a terra, riprenderla, infilarla e riallacciarla. Stesso esercizio con l'altro piede.

Esercizi di equilibrio dinamico.

- ✓ Disporre un percorso a slalom utilizzando segnali su supporti oppure coni. Correre mantenendo una corsa regolare durante tutto il percorso a slalom.
- ✓ Asse di equilibrio. Camminare sopra un'asse di equilibrio basculante.
- ✓ Ritti del salto in alto. Funicella o asse posta a cm 40 da terra. Dopo una breve rincorsa saltare la funicella atterrando a piedi pari dentro un cerchio posto a terra dopo l'ostacolo.
- ✓ A coppie, A in piedi sopra una panca. B lancia un al compagno , A afferra la palla, si gira ed esegue un lancio dorsale al compagno.
- ✓ 5 allievi sopra l'asse di equilibrio, legati a mano. Resistono per almeno 15" ai lanci di palla dei compagni (4/5) che cercano di farli cadere.

Esercizi di opposizione e resistenza a coppie.

- ❖ A coppie, di fronte, gambe piegate. Respingere con le braccia tese, mani aperte il compagno fino a farlo sbilanciare a terra.
- ❖ Lotta greco-romana: i due compagni afferrano reciprocamente il dorso in modo tale che un braccio passi sotto l'ascella, l'altro intorno al collo. Vince chi, entro 20" riesce a sollevare il compagno.
- ❖ A coppie, proni di fronte. "Braccio di ferro" per 15", cambiare braccio.
- ❖ A coppie di fronte. A e B impugnano una bacchetta. In un tempo di 15" impadronirsi del bastone trattenuto dal compagno.

Obiettivo socio-affettivo: promozione della propria identità ed autonomia personale

Esercizi che richiedono capacità di coordinazione dei movimenti:

- ♥ lanci di precisione effettuati con palline da tennis contro o dentro oggetti
- ♥ lancio e presa di oggetti in corsa
- ♥ presa in corsa di oggetti posti in terra o su un piano

Obiettivo socio affettivo: sviluppo del senso di responsabilità.

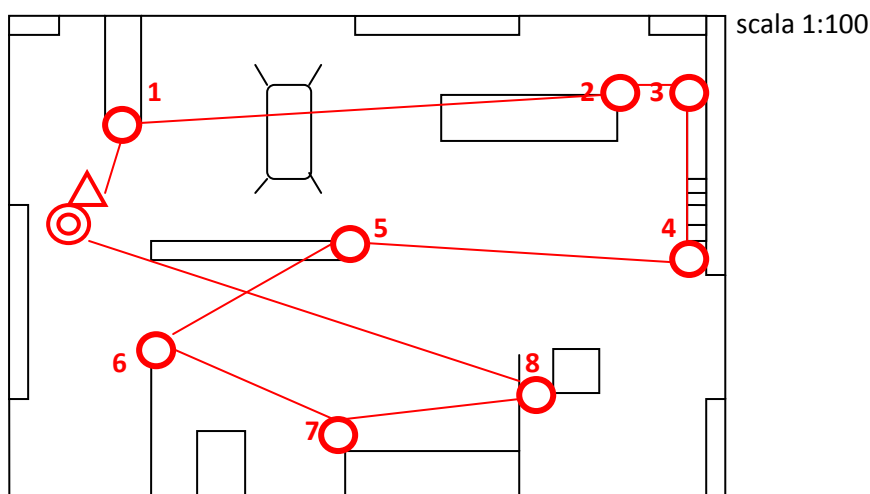
- ✘ Gli alunni vengono impegnati in esercizi che hanno lo scopo di evidenziare le variazioni della velocità in dipendenza del percorso tracciato o di altri fattori.
- ✘ Ad esempio far calcolare la differenza di tempo impiegato in una corsa effettuata prima su linea retta e poi su percorso tortuoso (zig -zag) della stessa lunghezza;
- ✘ Calcolare il tempo di arresto di un ragazzo in corsa all'ordine di alt dato dall'insegnante.
- ✘ Calcolare, attraverso misurazione del tempo impiegato, la potenza sviluppata da un alunno nel salire una scala, prima con ritmo normale e poi di corsa (oppure nel superare un dislivello utilizzando prima la corda e poi la pertica).

Obiettivo socio affettivo: sensibilizzazione delle regole

- 📍 Prescrivere un gioco: progressivamente togliere una regola fino a smantellare il gioco.

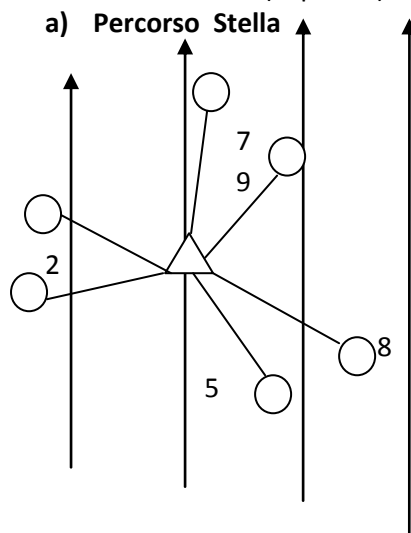
Obiettivo conoscenza dell'ambiente legato alla realtà scolastica.

- ✘ Costruire con l'aiuto del docente di tecnologia la piantina della classe. L'insegnante indica sulla piantina una sedia e chi vi è seduto si alza in piedi. Ogni allievo a turno dovrà indicare la propria posizione.
- ✘ Utilizzare una piantina della scuola indicativamente in scala 1:500 o 1:1000.
- ✘ Lungo il perimetro della scuola si mettono dei bollini adesivi con i simboli dei segnali stradali più comuni: consegnare una cartina a ciascun allievo: segnare sulla propria carta l'esatta posizione del segnale.
- ✘ **Riconoscere i segnali stradali, StreetOrienteering in palestra!**



Piantina della palestra

- ✘ Utilizzare la piantina del cortile della scuola o di un parco. Segnali stradali su cartoncino contrassegnati da lettere (o parole) in modo da formare una parola (o frase) attinente con la circolazione stradale.



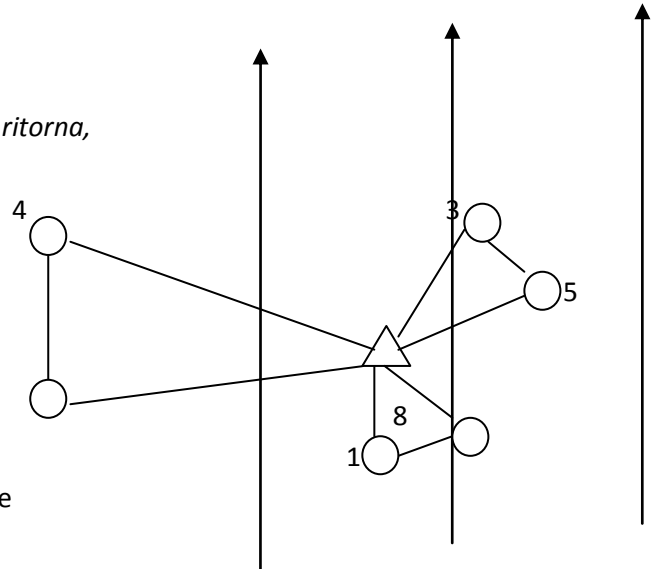
Collocare su ogni punto un cartoncino con disegnato un segnale stradale (lanterna).

In questo esercizio c'è un punto di arrivo e partenza comune così da facilitare la ricerca delle postazioni e il rientro al punto di ritrovo.

b) Percorso Farfalla

La farfalla, come mostra il disegno sulla carta, si compone di tre successivi mini-percorsi, partenza, due lanterne, arrivo. In questo modo la situazione è sempre sotto controllo e l'insegnante può dare in ogni momento spiegazioni e consigli.

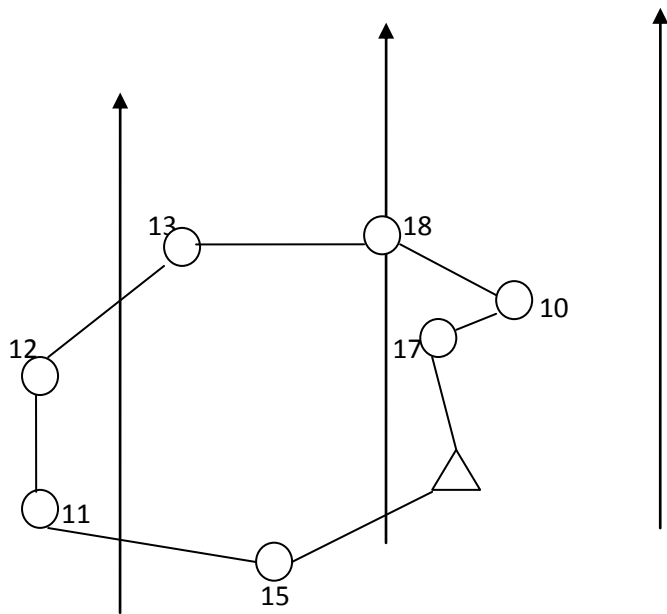
Tutti gli esercizi proposti possono essere eseguiti in staffetta a coppie, a tempo: parte A, rileva un punto, ritorna, consegna il foglio a B che parte e così di seguito.



c) Percorso

Si tratta di passare nell'ordine stabilito i vari punti di controllo annotando la lettera, o la frase o il numero delle lanterne.

6



NOME	COGNOME	CLASSE
LANTERNA	DESCRIZIONE PUNTI	LETTERA/FRASE/SEGNALE

NOME		COGNOME	CLASSE
NUMERO	SEGNALE	DESCRIZIONE PUNTI	LETTERA/FRASE/

Conoscenza e gestione del mezzo bicicletta

Obiettivo: padronanza del proprio veicolo

Il raccogli-birilli semplice.

Questo gioco si esegue stando sulla sella. Se la sella è troppo alta l'alunno dovrà prendere il birillo con molta difficoltà.

Tracciare due cerchi distanti due metri l'uno dall'altro.

La linea di partenza è a 10 metri.

Posizionare un primo birillo nel primo cerchio A; il gioco consiste nello spostare: prendere il birillo con la mano destra, ad esempio, e metterlo nel cerchio B. Al ritorno riprendere di birillo con la mano sinistra e rimetterlo nel cerchio A. Il gioco può essere a tempo o anche a staffetta.

Esercizi e giochi situazionali che più specificatamente si riferiscono al modo di comportarsi in certi momenti di traffico.

Gara di frenata e accelerazione.

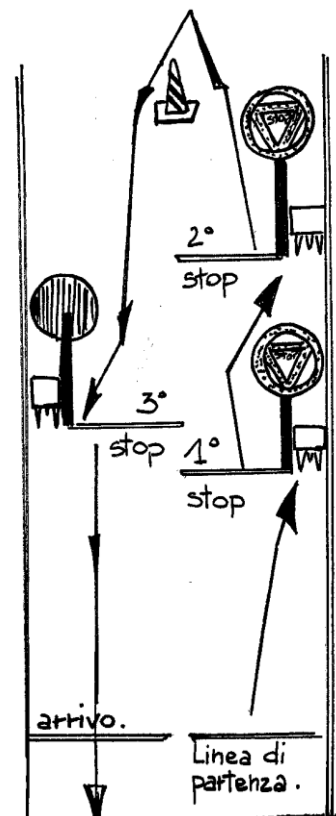
Scolaresca schierata per tre di fronte sulla linea di partenza, bicicletta a mano.

Ogni terziglia forma una squadra: squadra 1, 2 3, ecc.

Al comando "squadra 1 Via!" il primo componente la squadra sale velocemente in sella, parte accelerando, si porta di fianco al primo tavolino, frena e si arresta senza toccare la linea trasversale con la ruota anteriore, posa il piede a terra, prende la matita, scrive sul foglio il numero della sua squadra, riparte, ripete la stessa operazione al secondo tavolino, al terzo, ed infine taglia il traguardo.

Mentre il primo ciclista effettua la prova, i due compagni di squadra a loro volta partono quando il primo tavolino si è liberato e compiono le stesse operazioni. Terminata la prova la prima squadra, seguono nell'ordine tutte le altre.

Ogni allievo scrive sul foglio di controllo posto sul tavolino il numero della squadra a cui appartiene così che ad ogni tavolino



segni veramente un tempo di arresto.

L'insegnante cronometra il tempo di ogni squadra dalla partenza del primo all'arrivo del terzo.

Chi si arresta toccando la linea trasversale fa soffrire la penalità di un secondo alla sua squadra.

Vince la squadra che realizza un tempo migliore

 **Obiettivo: conoscere i movimenti in caso di preselezione direzionale.**

Disporre un tracciato come indicato in figura.

Le esercitazioni potranno svolgersi sia con il semaforo che con le segnalazioni manuali, oppure senza alcuna regolazione del traffico.

La scolaresca è disposta con le biciclette a mano di fronte al braccio dell'incrocio tracciato con corsie.

Al comando gli alunni partono uno alla volta distanziandosi, giunti in prossimità dell'incrocio gli allievi dovranno immediatamente fare la segnalazione di cambiamento di direzione se intendono svoltare a destra o a sinistra o ponendosi al centro secondo la direzione da seguire sull'incrocio in modo da formare tre file ordinate in attesa del segnale di via libera, come se vi fossero le corsie segnate sul terreno.

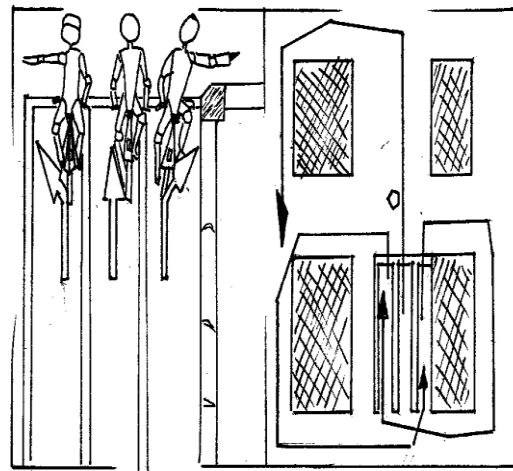
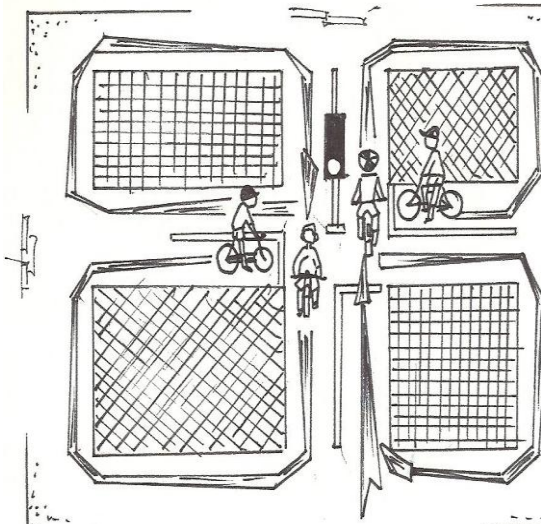
Scelgono liberamente una delle tre corsie.


Chi sceglie la corsia sinistra fa tempestivamente la segnalazione del cambiamento di direzione con braccio sinistro teso in fuori, poi al segnale di via libera svolta a sinistra.

Chi sceglie la corsia di centro proseguirà dritto senza fare la segnalazione.

Chi sceglie la corsia di destra farà la segnalazione con braccio destro teso in fuori e poi svolta a destra.

Superato l'incrocio ogni allievo potrà seguire l'itinerario che vorrà ma dovrà fare in modo di ripresentarsi su una corsia diversa dalla precedente per eseguire un'esperienza completa.



 **Obiettivo: comportamenti in caso di segnale di stop e dare la precedenza.**

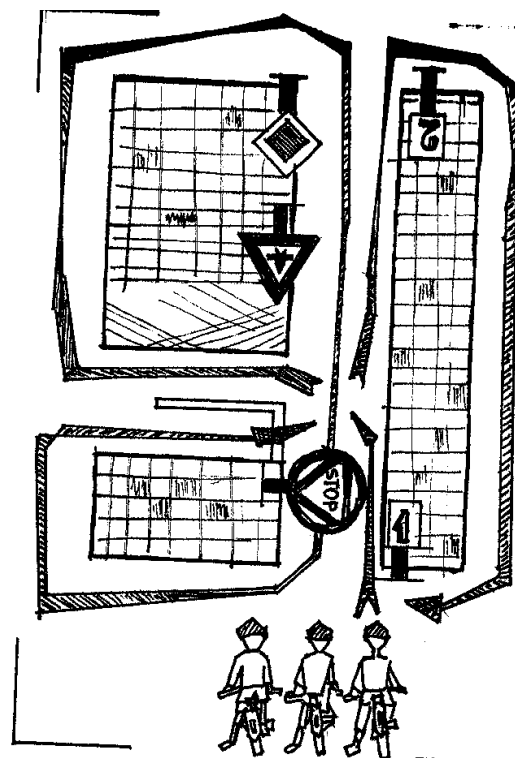
Disporre un tracciato come indicato in figura.

Dividere la scolaresca in due gruppi che si porranno alle entrate 1 e 2 in fila per uno di fronte in posizione di partenza.

Parte prima il gruppo 1 che, percorrendo il tracciato come indicato in figura, darà origine ad un flusso circolatorio continuo in modo che tutti gli alunni faranno un'esperienza completa.

Al comando dell'insegnante, i ciclisti in movimento si arrestano al punto di partenza e partirà il gruppo 2. così alternativamente.

Di fronte al segnale di stop, arresto all'incrocio, tutti



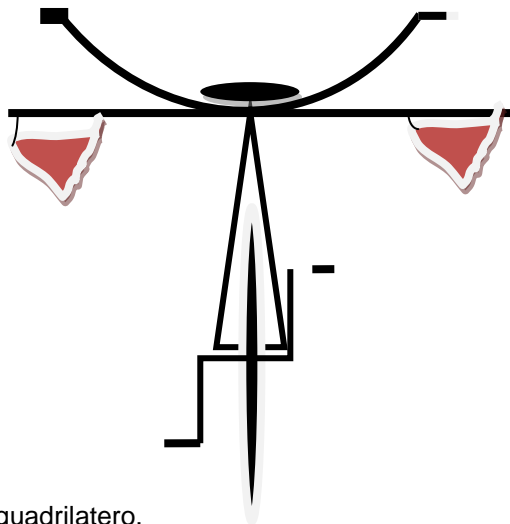
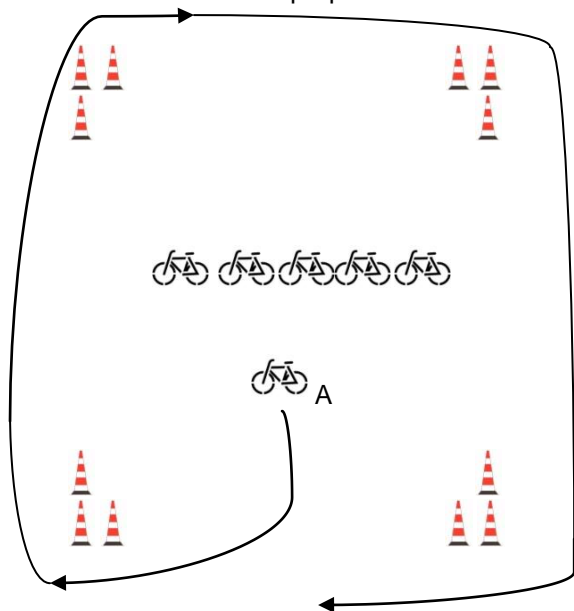
dovranno fermarsi prima della linea trasversale posando il piede a terra e dando la precedenza sia a destra che a sinistra. L' itinerario suggerito origina un punto di incrocio nel quale si deve osservare la regola della precedenza.

Obiettivo: comportamenti in caso di distanza di sicurezza.

Disporre nel cortile alcuni coni a segnare i vertici di un quadrilatero il più ampio possibile.

Attrezzare una bicicletta nel modo seguente: prendere due asticelle o canne flessibili lunghe un metro e mezzo circa e fissarle alla sella parallelamente al terreno e perpendicolarmente all'asse del veicolo. All'estremità di ogni asticella fissare una bandierina rossa di carta o di tela.

La bicicletta così preparata sarà montata da un alunno che chiameremo allenatore



L'allenatore parte a velocità moderata girando intorno al quadrilatero.

Due compagni lo seguono affiancati tenendosi indietro in corrispondenza delle due bandierine rosse.

Improvvisamente e senza alcun preavviso l'allenatore rallenta bruscamente e si ferma; i due che lo seguono debbono imitare la manovra senza toccare o comunque senza oltrepassare le due asticelle flessibili. Perché ciò sia possibile è necessario che essi valutino la distanza a cui tenersi dall'allenatore- cioè la distanza di sicurezza- sia in rapporto alla velocità, sia in rapporto all'efficienza del loro veicolo ed al tipo di pavimentazione su cui corrono. Chi non saprà valutare con una sufficiente approssimazione in eccesso la distanza di sicurezza, non potrà mancare di urtare l'asticciola, il che, in una situazione di traffico reale, equivarrebbe ad un tamponamento. Sarà anche opportuno far sperimentare a tutti gli allievi l'impossibilità materiale di evitare il tamponamento se si marcia troppo a ridosso del veicolo che precede.

Gioco del labirinto numerico a eliminazione per squadra.

Obiettivo: destrezza, velocità e buona conoscenza delle norme di circolazione

Materiali:

- Divieto di conversione ad U: 2
- Divieto di accesso: 2
- Circolazione vietata a tutti i veicoli: 2
- Rotatoria: 4
- Direzione obbligatoria: 2
- In ognuno dei punti numerati (mete) collocare due sgabelli e fra gli stessi un pannello recante un numero da 1 a 10.
- 60 cartoncini (15x10) e scrivere 6 serie di numeri da 1 a 10: 3 serie con la matita rossa e 3 serie con la matita blu (gioco calcolato per due squadre di tre elementi; se gli elementi di ogni squadra si riducono a 2, le serie dovranno essere solo quattro, due rosse e due blu).
- Ad ogni meta, su uno dei due sgabelli collocare 3 numeri diversi prendendo uno a caso da ognuna delle tre serie rosse, escludendo il numero uguale a quello che contrassegna la meta. Sull'altro sgabello collocare tre

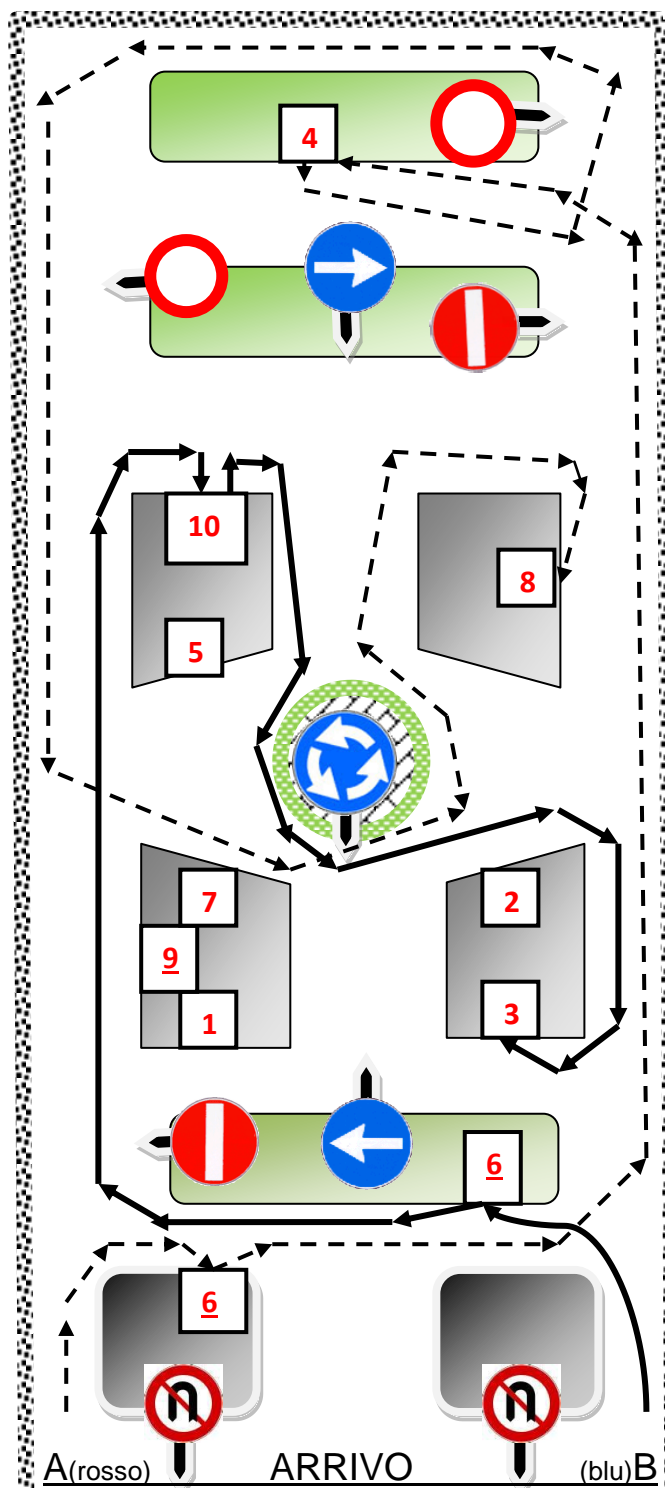
numeri della serie blu scelti con lo stesso criterio. Alla fine del gioco, dopo una serie di spostamenti ci saranno tre cartellini di ogni serie coi numeri corrispondenti a quelli di ogni meta.

- Almeno 6 numeri di gara in stoffa, taccuini, matite ed un cronometro.

Meta:



Percorso



Dividere la scolaresca in squadre di tre elementi ; accoppiare le squadre mediante sorteggio. Ogni coppia forma una batteria. Le due squadre di ogni batteria partono rispettivamente dall'ingresso A e dall'ingresso B dopo aver indossato i numeri di gara. Ad ognuna delle due squadre è assegnato un colore, avremo così la squadra rossa e la squadra blu. L'insegnante si posiziona sulla linea di arrivo ed è aiutato da alcuni alunni che registrano i falli e le relative penalità. La prima batteria si pone sulla linea di partenza, uno dietro l'altro, bicicletta a mano.

Al Via i concorrenti partono e si recano alla prima meta (n.6). Ognuno ritira un cartellino numerato del colore della sua squadra. Se durante le varie fermate uno o più concorrenti giungono contemporaneamente ad una meta, è vietato spingersi disordinatamente per ritirare il cartellino, ma si dovrà attendere che il posto sia libero disponendosi in fila ordinata.

Ritirato il cartellino, ogni concorrente legge il numero su di esso segnato e si dirige verso la meta corrispondente; dopo la prima meta, quindi, ognuno procede per conto proprio osservando le regole della circolazione e anche una regola specifica del gioco: le mete possono essere accostate solo se si trovano sulla destra nel senso di marcia, quindi ogni concorrente si regolerà in modo da giungere sulle varie mete dalla direzione più opportuna a questo scopo.

Esempio: supponiamo che il ciclista della squadra rossa, alla meta 6 abbia trovato il nr4 e quello della squadra blu il nr10; i due cartellini vanno recapitati alle mete corrispondenti. I ciclisti hanno già imboccato una strada da due sensi opposti e, non potendo invertire la marcia(su tutto il percorso vige il divieto di conversione ad U), proseguono, il rosso svoltando a sinistra per la via perimetrale di destra (come in figura), e il blu svoltando a destra per la perimetrale di sinistra. A questo punto può darsi che abbiano già visto la posizione delle rispettive mete e che quindi sappiano dove dirigersi, ma può anche darsi che debbano girare per cercare la strada giusta. In ogni caso dovranno osservare i vari divieti ed obblighi. Quello della squadra rossa, giunto all'imbocco della strada sulla

sulla quale si trova la meta 4, incontrando il divieto di transito per tutti i veicoli, posa la bicicletta a terra sulla destra e raggiunge la meta a piedi, deposita il cartellino numerato sullo sgabello riservato alla sua squadra a lato dei 3 cartellini che già si trovano, prende il primo di questi, ritorna alla bicicletta e riparte. Quello della squadra blu svolgerà a destra per la seconda trasversale dall'alto e, depositato il cartellino alla meta 10 ne ritirerà un altro. Poniamo che sul secondo cartellino il rosso trova il nr 8 ed il blu il nr 3. Il rosso, dopo aver depositato la bicicletta a destra e, non potendo invertire la marcia, prosegue nella direzione da cui era giunto alla sosta svoltando a sinistra per la perimetrale in alto, ancora a sinistra per la perimetrale a sinistra, entrerà nella piazza e, girando intorno all'aiuola prenderà la via mediana in alto per svoltare a destra al segnale di direzione obbligatoria, ancora a destra per la perimetrale di destra e giungerà, infine, alla meta 8. Il blu può svoltare a destra per la mediana, imboccare la piazza e, dopo aver girato intorno all'aiuola, uscire per prendere la perimetrale di destra svoltando a destra, giungere alla meta 3 imboccando la seconda trasversale a partire dal basso. Depositato il cartellino alla loro meta, i due ne ritirano un altro e proseguono. La gara prosegue così fino a che i tre elementi di una squadra avranno riordinato le loro tre serie recapitando ad ogni meta i tre numeri uguali corrispondenti al numero della meta stessa. Nel corso della gara i concorrenti troveranno anche il nr. 6 che avevano già visto alla prima meta visitata. Recapitando tale numero non ne troveranno un altro perché i tre numeri che erano stati depositati alla meta 6 sono stati ritirati al primo passaggio. Questo può avvenire diverse volte durante il gioco, quindi, il concorrente depositato il numero che ha in mano ne ritirerà un altro della sua serie da una qualunque meta finché tutti i numeri saranno esauriti. Terminato il riordinamento delle tre serie alle rispettive mete, le squadre escono dalla strada riservata all'arrivo e l'insegnante prende il tempo sul terzo concorrente, controlla con l'aiuto dei guardalinee se le serie di ogni squadra siano complete, fa il conteggio delle penalità aggiungendole al numero dei secondi corrispondenti al tempo effettivamente impiegato da ogni squadra. Vince la squadra che ha il punteggio inferiore. I turni di eliminazione continuano fino alla determinazione della squadra campione.

Dall'esempio fatto, pur avendo considerato solo due concorrenti fino alla terza meta, risulta evidente che con sei ciclisti in movimento la circolazione sul tracciato si fa subito molto vivace e varia, per cui conviene a tutti i concorrenti comportarsi in modo corretto e rendere la circolazione il più fluida possibile per evitare di incorrere in penalità che potrebbero annullare i vantaggi eventualmente conseguiti. Per condurre una buona gara quindi gli allievi capiranno che dovranno muoversi con calma, sicurezza ed attenzione perché ogni errore di direzione può essere rimediato solo con lunghi giri e conseguente perdita di tempo prezioso.

TABELLA DELLE PENALITA'

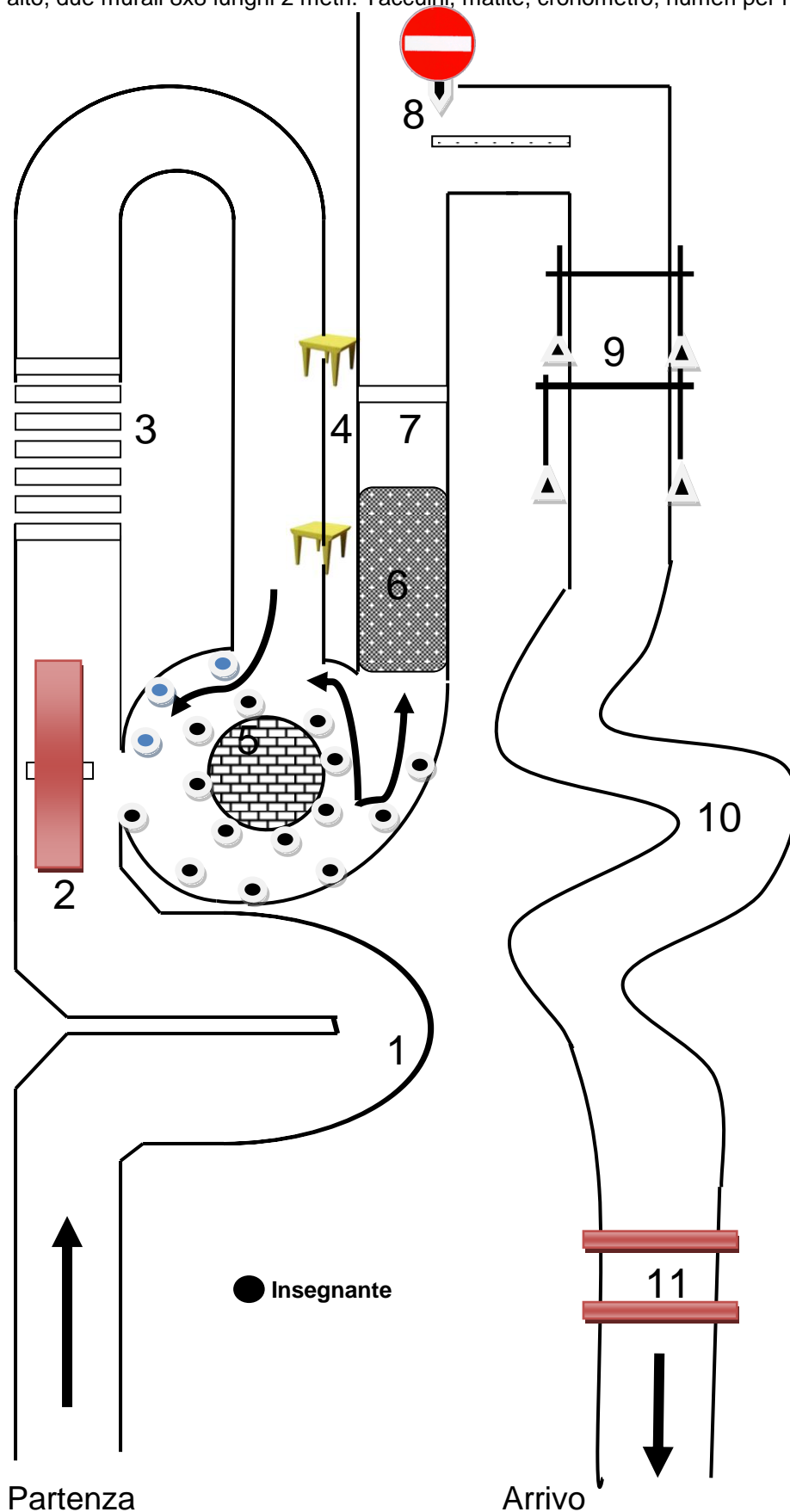
1. Conversione ad U e inosservanza degli altri obblighi e divieti.....	penalità	5
2. Precedenza non data agli incroci.....	penalità	5
3. Svolte contro mano e marcia contromano.....	penalità	5
4. Accostamento alle mete contromano.....	penalità	5+5 per marcia contromano
5. Serie incompleta (per ogni numero non recapitato al posto giusto.....)	penalità	10
6. Fuoriuscita dai limiti delle strade.....	penalità	5





gioco: Gimcana ciclistica

Tracciato e materiali: Preparare nel campo sportivo un tracciato come quello in figura. Gesso per segnare la corsia, coni, bilancia basculante, due tavolini, alcuni bicchieri di carta, segnale di divieto di accesso, due ritti per il salto in alto, due murali 8x8 lunghi 2 metri. Taccuini, matite, cronometro, numeri per i concorrenti.



Elenco delle difficoltà:

1. conversione ad "U"
2. bilancia
3. attraversamento di strada a traffico intenso da parte di una pista ciclabile (va compiuto con bicicletta a mano)
4. sul primo tavolino ci sono dei bicchieri con acqua per $\frac{3}{4}$. ogni concorrente prende un bicchiere dal primo tavolino con la mano sinistra e lo posa sul secondo senza versare acqua.
5. rotondella fra i conici. La strada in questo punto è molto stretta.
6. buca per il salto in lungo con sabbia; può essere superata anche a piedi e sollevando la bicicletta.
7. segnalazione di cambiamento di direzione a destra; va fatta guidando con una sola mano.
8. linea di mezzera da non superare facendo la conversione.
9. gogne: due ostacoli per il salto in alto con le asticelle poste ad un'altezza da terra che l'insegnante stabilirà di volta in volta.
10. slalom.
11. due murali di legno, 8x8, da saltare

Disposizione:

I concorrenti sorteggiano l'ordine di gara e indossano i numeri corrispondenti (l'insegnante ne prende nota). Quindi si schierano uno dietro l'altro, nell'ordine, a 10 metri dalla linea di partenza. L'insegnante con il cronometro si colloca fra la linea di partenza ed il traguardo. 4 o 5 allievi fungono da giudici di campo e si collocano lungo il percorso nei punti più opportuni. Tutti sono muniti di taccuino e matita.

Azione.

Il concorrente numero 1 si porta sulla linea di partenza, bicicletta a mano. Al segnale, sale in sella, entra nella corsia, compie la conversione ad U, supera la bilancia; all'attraversamento zebrato scende e lo percorre con bicicletta a mano, risale in bicicletta, passa un bicchiere dal primo al secondo tavolino, compie un intero giro intorno alla rotatoria, procede verso la buca di sabbia per il salto in lungo e la supera come meglio crede. Alla linea trasversale sporge in fuori il braccio destro e svolta a destra senza superare la linea di mezzeria, passa sotto le gogne curvandosi sul manubrio per non abbattere le asticcioline; manovra sullo slalom, salta i murali posti attraverso la corsia e taglia la linea di arrivo.

L'insegnante prende nota del tempo, mentre i giudici di gara gli comunicano le penalità.

E' penalizzato con 1 secondo ognuno dei seguenti falli.

- ✘ Coni abbattuti
- ✘ Fuoriuscita dalla corsia
- ✘ Invasione dell'attraversamento zebrato prima di aver posato entrambi i piedi a terra
- ✘ Versamento di acqua dal bicchiere nel raccogliarlo o nel posarlo
- ✘ Mancata o insufficiente segnalazione di cambiamento di direzione
- ✘ Superamento della linea di mezzeria
- ✘ Abbattimento dell'asticciola delle gogne
- ✘ Il mancato superamento di un ostacolo, che porterebbe ad abbreviare il percorso determina l'eliminazione dalla gara.

Al tempo effettivo va aggiunto quello delle penalità così da ottenere il tempo gara, utile ai fini della classifica.