



# ATTIVITA' MOTORIA

*Ciao bambini... Oggi vi presento  
nuovi amici e ci muoveremo  
insieme per gli esercizi...  
Finito il primo giro potete ripetete  
dall'inizio... sarà davvero  
divertente!*



Portiamo su le braccia  
E per 10 volte  
pieghiamo il nostro  
corpo in avanti  
toccando terra con le  
manine belle aperte



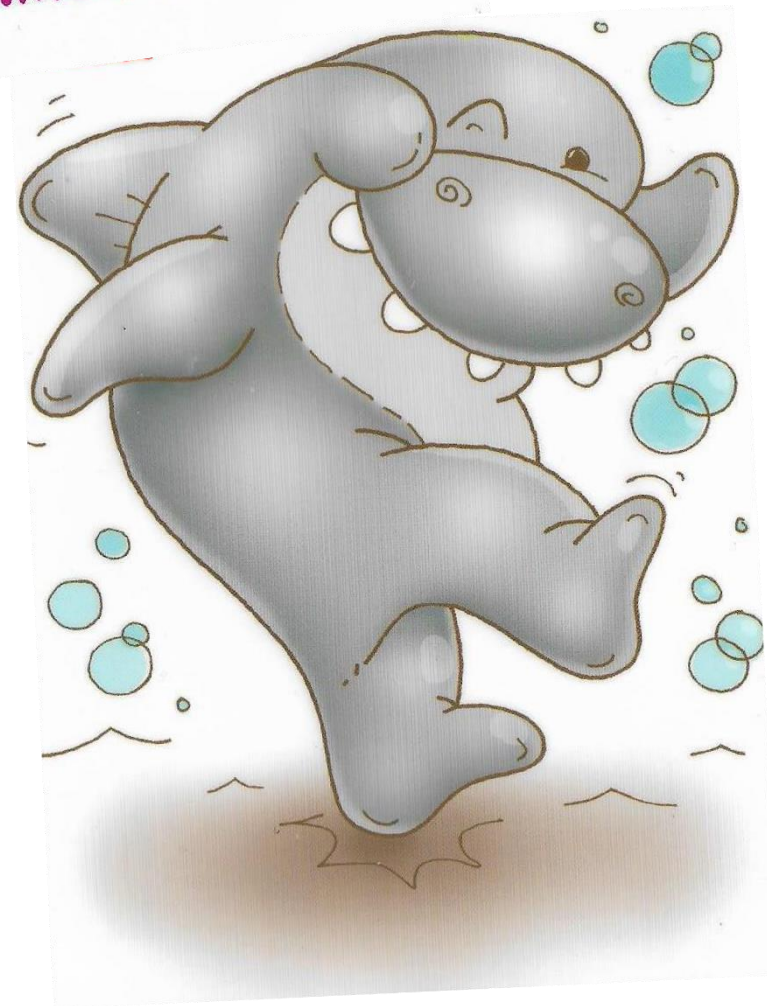
**DICE LA GATTA ASSUNTA:  
CAMMINIAMO SULLA PUNTA.**



**Facciamo l'esercizio  
contando fino a 10**

**DICE LO SQUALO TONY:  
CAMMINIAMO SUI TALLONI.**

**Forza bambini  
facciamo 10 passi  
camminando sui  
talloni**



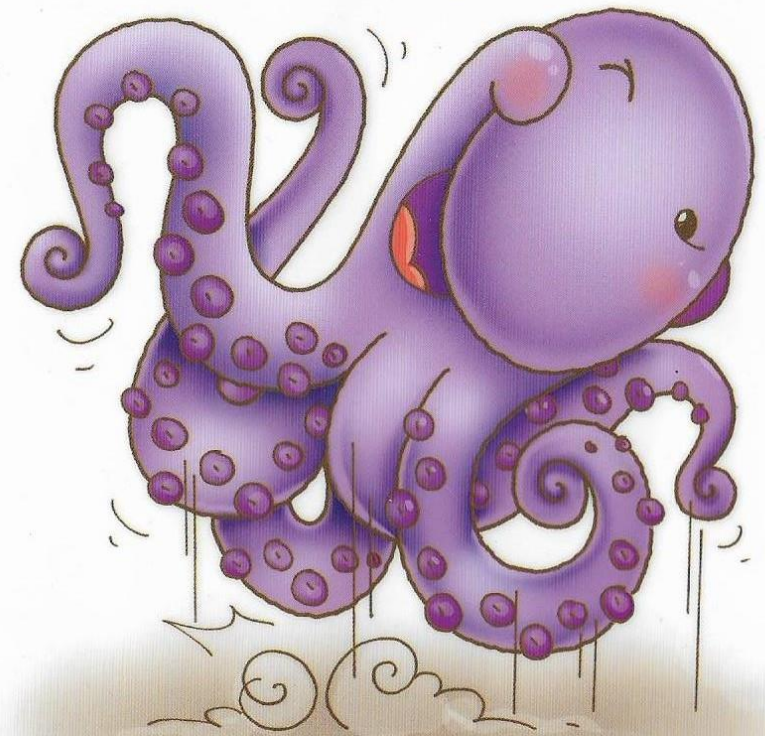
**DICE LA CAPRA ARCHIMEDE:  
STIAMO SU UN SOLO PIEDE.**



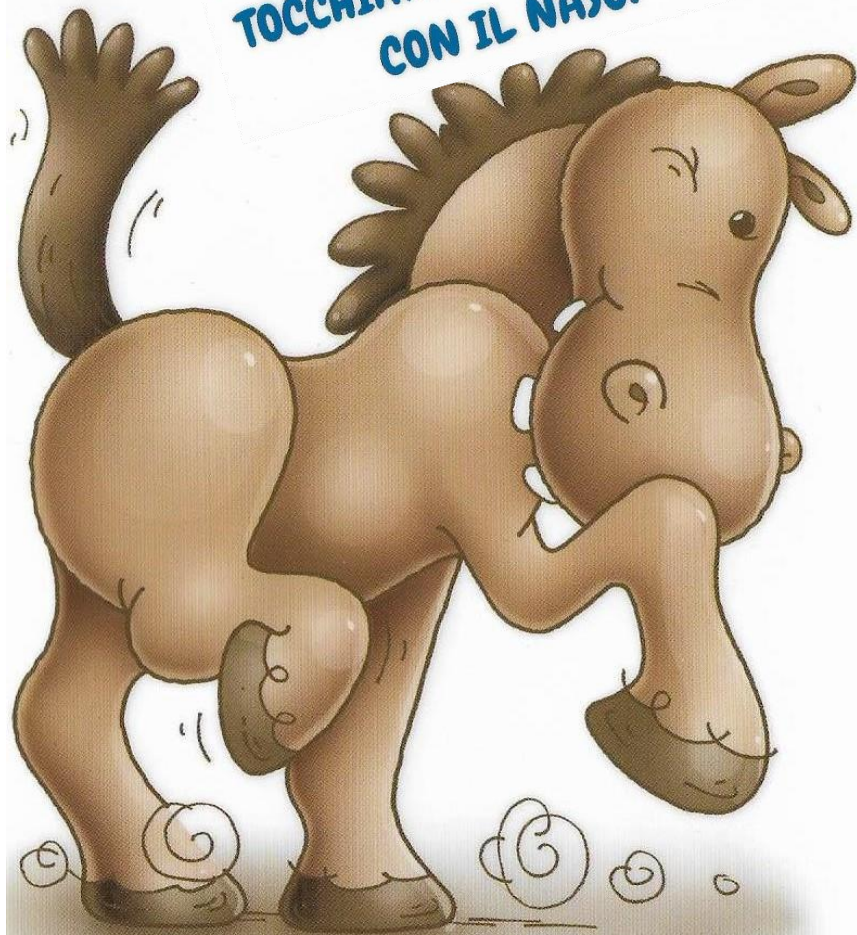
**Restiamo fermi  
contando sino a 10...  
prima sul piede destro e  
poi sul sinistro**

Facciamo 10 saltelli  
E fingiamo di essere  
polpetti con tanti  
tentacoli... quindi  
muoviamo anche le  
braccia

**DICE IL POLPO ARMANDO:  
FACCIAMO DIECI PASSI  
SALTELLANDO.**



**DICE IL CAVALLO TOMMASO:  
TOCCHIAMO IL GINOCCHIO  
CON IL NASO.**



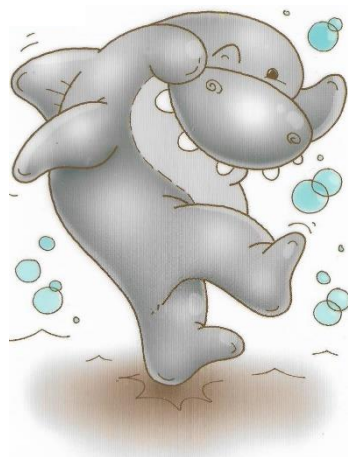
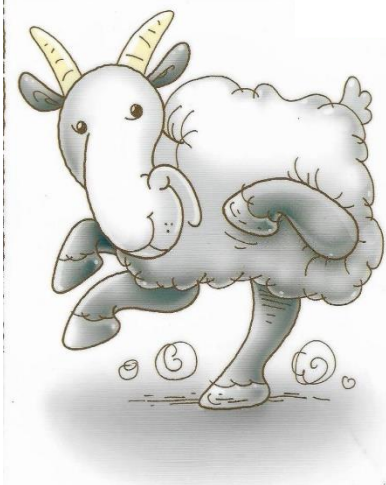
**Forza solleviamo il  
ginocchio destro  
sino a toccarci la  
punta del naso  
sempre per 10 volte  
Poi ripetiamo lo  
stesso esercizio  
sollevando il  
ginocchio sinistro**

**DICE LA VOLPE ADAMO:  
DEI PUGNI ALL'ARIA TIRIAMO.**



**Adesso chiudiamo bene i  
pugni e alterniamo le  
braccia dando pugni all'aria  
Contiamo sempre fino a 10**





**Ritagliate le card degli animali, così potrete costruire voi il prossimo circuito motorio.**

**BUON DIVERTIMENTO**