

TROCHEO

(LUNGO - CORTO RITMO DISCENDENTE)

Sulla terra bene sto

**Sulla terra bene sto
senza mai tremare
e dai sassi imparerò
fermo e forte a stare.**

AAA

E nell'acqua nuoterò
senza aver paura
come un pesce guizzerò
in quell'onda pura.

UUU

Lieve in aria salterò
e vorrei volare,
dagli uccelli imparerò
verso l'alto andare.

EEE

Lieto il sole guarderò
e tra mille fiori
i suoi raggi scoprirò
sciolti in bei colori.

OOO

Terra, acqua, aria e sol
siete miei fratelli
nel mio cuor vi porterò
come doni belli,

III

Ticche tacche

Ticche tacche, rose e fiori
uno dentro, l'altro fuori
uno fuori, l'altro dentro
il serpente fa spavento
fa spavento quando c'è
ticche tocche fuori te.

Fiocca fiocca

Fiocca fiocca neve bianca
fiocca fiocca non si stanca
copre lieve ogni cosa
tutto il mondo si riposa.

Lo sventato

Gigi cerca il suo berretto
dove mai sarà ficcato?
Nei cantucci, sotto il letto
va a frugar tutto affannato
cerca, sbuffa, smania, pesta
poi si accorge che l'ha in testa.

Lina Schwarz

Luna chiara, luna bella

Luna chiara, luna bella
che ci porti la novella
la novella pel bambino
che ha sonno nel lettino.
(Elisabetta Zorn)

Dorme il seme nella terra

Dorme il seme nella terra
si prepara a germogliare
viene il sole e lo risveglia
perché possa diventare
una pianta grande e bella
che dia frutti buoni e sani.

Lucciolina lucciolina

Lucciolina lucciolina
ti vorrei aver vicina
col chiarore del tuo cuore
per donare luce e amore.
(Adele Busatto)

Il minatore

Sempre giù nei regni oscuri
batto, batto col piccone,
ed al grembo della terra
strappo i blocchi di carbone.

Come un demone d'inferno,
nero nero impolverato,
compio lieto il mio lavoro,
che parrebbe tanto ingrato.

Il bel sole non mi scalda,
non mi allieta col suo raggio;
ma nel cuore ho un altro sole
che ravviva il mio coraggio.

Batti - dico - minatore,
tutto il mondo è rallegrato
se riceve il buon calore,
che il tuo braccio ha preparato.

E la terra ti sorride,
se la liberi dei doni,
da millenni custoditi
per i figli tristi e buoni!

Il ciabattino

Tira, tira ciabattino,
il tuo spago ch'è impeciato,
sarà lieto il fanciullino
se la scarpa hai risuolato.

Sempre curvo sul deschetto,
batti il cuoio col martello,
poi lo tagli col trincetto
e lo rendi liscio e bello.

Suole e tacchi, canticchiando,
tu ripari attentamente
e i bambini, saltellando,
te li rompon nuovamente.

Taglia, impecchia, tira, batti,
fino a sera senza posa;
ma i lavori saran fatti
e sereno poi riposa.

I piedini affonderanno
nella neve, asciutti asciutti,
ed un grazie ti diranno
di gran cuore i bimbi tutti.


L'orsacchiotto tracagnotto

L'orsacchiotto tracagnotto
va pei campi chiotto chiotto
se ne va tra fiori e piante
col suo passo assai pesante

E i fiori poveretti
chiusi tutti stretti stretti
si lamentano: "No, no
tu ci schiacci, bada un po'!"

L'orsacchiotto tracagnotto
camminando chiotto chiotto
se ne va col viso fosco
torna a casa nel suo bosco.

E i fiori e le piantine
alzan tutti le testine
gridan tutti lietamente:
"Se n'è andato finalmente"

GIAMBO  (CORTO – LUNGO RITMO ASCENDENTE)

Andiam andiam senz'indugiar

Andiam andiam senz'indugiar
or con l'azion possiam mostrar
che ognuno sempre far potrà
senza timor quel che dovrà.

Se il dì seren non è

Se il dì seren non è
doman seren sarà
se non sarà seren
si rasserenerà

Il sole splende già

Il sole splende già
accende di colori
la terra e i suoi bei fiori
il sol risplende già.

“Non vivo senza te”
Sussurra l'erba al rivo
che scorre via giulivo
“Non vivo senza te”.

Or ora spunta il dì
il gallo ha già cantato
e il bimbo s'è levato
Or ora spunta il dì.

Quel fiore a chi li dò
è bello profumato
il sol ce l'ha donato
Quel fiore a chi li dò.

Che vento c'è lassù
sibila, fischia, schianta,
paura ne da tanta
Che vento c'è lassù.

ANAPESTO UU—

(CORTO - CORTO – LUNGO RITMO ASCENDENTE)

Farfallina

Farfallina che voli nel ciel
Frulli l'ali e ti posi sui fior
Brilli al sole con mille color.

Stan le pietre quaggiù

Stan le pietre quaggiù
e si forman pian pian
vuole il fior per fiorir
aria e luce del sol
vento e pioggia dal ciel
vengon doni a recar
api e insetti al lavor
lieti ronzan insiem.

Non avere timor

Non avere timor
ma fermezza nel cuor
se coraggio avrai
la tua meta vedrai.
(Elena Nardini)

Se io fò

Se io fò
tutto ciò
che dovrò
crescerò
e sarò
com' un re.

tu

(LUNGO – CORTO – CORTO RITMO DISCENDENTE)

Quando le foglie

$$- \quad \cup \quad \cup \quad - \quad \cup \quad \cup \quad - \quad \cup \quad \cup \quad - \quad \cup \quad \cup$$

Lucciola, lucciola quale fortuna

Lucciola, lucciola quale fortuna
portar nel petto lume di luna
che nella tenebra splende e rischiera
come ti invidio lucciola cara
bimbo mio sappi che l'uomo se vuole
porta nel petto un lume di sole
fiamma che irradia la luce il calore
prova ad accenderla tu nel tuo cuore.

Dentro la culla il bimbo vagisce

Dentro la culla il bimbo vagisce
corre la mamma e il pianto svanisce
Su là nel cielo la luna ti guarda
fra mille stelle che fanno la guardia.
No non temere bambino mio caro
tu sei per me un tesoro assai raro
tra le mie braccia il mondo vedrai
solo sorrisi gioiosi farai.

Un coniglietto si sveglia al mattino

Un coniglietto si sveglia al mattino
con la rugiada si bagna il nasino
gioca felice tra l'erba e tra i fiori
con le farfalle dai mille colori.

C'era un grillo in un campo di lino

C'era un grillo in un campo di lino
la formicuzza ne chiese un filino
Disse il grillo : "Che cosa ne vuoi fare?"
Calze e camicie mi vò a maritare.

Forte e sicuro percorro la via

Forte e sicuro percorro la via
del mio cammino qualunque esso sia
nulla temere giammai io dovrò
se la fiducia in Dio manterrò.

Sempre il vero avrò nel mio cuore
saldo sarò nel tenere il timone
della mia nave dritta alla meta
tra la tempesta e l'acqua inquieta.

Il mio impegno potrà aiutare
e darmi gioia e voglia di fare;
i miei ideali impugnare saprò
e tanto amore con me porterò.

Caldo è il sole d'estate

Caldo è il sole d'estate
lunghe son or le giornate.
Quanti profumi e odori
quanti bei fiori e colori
sono spuntati d'incanto;
senti dei grilli il canto.

Ecco è l'ora il sole tramonta

Ecco è l'ora il sole tramonta
come una palla nel cielo infuocato
tinge di rosso le nuvole alate
Venere accende la tenue sua luce
chiara e bianca la luna riluce.

Attività di psicomotricità

Queste attività hanno lo scopo di favorire una buona coordinazione nella gestualità e la scioltezza nell'organizzazione spaziale.

Si possono organizzare giochi di schema corporeo, di percorsi con varie modalità di spostamento, di equilibrio, giochi di coordinazione di movimenti prima lenti e poi veloci.

Si può anche collegare la gestualità con il linguaggio presentando ad es. filastrocche associate a movimenti (battere le mani o fare un passo su ogni sillaba di una parola battendo più forte sulla sillaba accentata) o racconti accompagnati con gesti delle mani e delle braccia (per sottolinearne il ritmo o per mimare avvenimenti e personaggi allo scopo di facilitarne la comprensione, l'acquisizione e la memorizzazione).

Esempi di giochi associati al movimento:

- Giochi 'a cavallo'

Il cavallo del bambino va pianino, va pianino; il cavallo del vecchietto va zoppetto, va zoppetto;	<i>Il bambino è sulle ginocchia si muovono le ginocchia lentamente</i>
il cavallo del gradasso va al passo, va al passo; il caval del giovanotto va di trotto, va di trotto;	<i>si alterna il movimento delle ginocchia si muovono le ginocchia in modo ampio e ritmato</i>
il caval del generale come il vento sa volare.	<i>si muovono velocemente le ginocchia si solleva in alto il bambino</i>

Cavallino, trotta, trotta
che ti porto sulla groppa,
trotta, trotta in Delfinato
a comprare il pan pepato;
trotta, trotta in Gran Bretagna
a comprare il Pan di Spagna.
Trotta , trotta e torna qui,
che c'è il pan di tutti i dì.

- Giochi in movimento

Giro, giro tondo,
casca il mondo,
casca la terra
e tutti giù per terra.

Il rinoceronte
che passa sotto il ponte,
che salta, che balla,
che gioca alla palla,
che sta sull'attenti,
che fa i complimenti,
che dice buon giorno
girandosi intorno,
e gira e rigira
la testa gli gira
che non ne può più...
e *pum!* casca giù.

si possono mimare tutte le attività descritte

La bella lavanderina
che lava i fazzoletti della città,
fai un salto, fanne un'altro,
fai una giravolta, falla un'altra volta
guarda in sù, guarda in giù,
dai un bacio a chi vuoi tu.

mimare tutte le attività descritte

Alla larga
Alla stretta
Pinocchio in bicicletta
Sul filo
Sul tetto
Suonava l'organetto
Oli, oli, olà,
Pinocchietto se ne va.

*in piedi si fa un salto allargando le gambe
si riavvicinano o si incrociano le gambe
con le braccia si fa il gesto di andare in bici
si disegna nell'aria un filo orizzontale
con le due mani si fa un tetto a punta
con le mani il gesto di suonare
movimenti di rotazione delle mani
due dita si muovono camminando sul palmo
dell'altra mano.*

-Giochi con i piedi

Ecco a voi lor signori il gran circo dei colori. *mimare gli animali*
Ora arriva l'elefante, con un passo assai pesante.
Poi arriva la scimmietta, saltellando in tutta fretta.
Poi arriva un cavallino, galoppando pian pianino.
Poi arriva un serpentello, striscia striscia allegro e snello.
Poi arriva la tartaruga, lenta lenta va sicura.
Poi arriva un gran leone, passo fiero da gattone.
Ecco infine cari amici, sopra tutti gli animali,
vola alta su nel cielo la gran aquila reale.

Regina reginella “quanti passi devo fare per arrivare al tuo castello bello bello, con la piuma di cristallo?”
... 3 da formica,
...4 da rana,
...5 da gambero...

Giochi di motricità fine e manipolazione

E' da tempo nota la correlazione tra abilità motorie fini delle mani e abilità linguistiche. Sono quindi indicate attività di manipolazione e creazione attraverso il pongo, il didò, la pasta salata o giochi con perline (fare collane, ecc.) o chiodini colorati.

Esempi di giochi di motricità fine correlati a filastrocche

- Giochi con le dita

Allada Ballada Rabada Ruk Ellede Bellede Rebede Ruk	<i>si ruota il pollice e poi con "Ruk" si vibra lo stesso con l'indice</i>
Ollodo Bollodo Robodo Ruk Ulludu Bulludu Rubudu Ruk Illidi Billidi Ribidi Ruk	<i>con il medio l'anulare il mignolo</i>

Il pollice é andato giù
l'indice l'ha tirato sù
il medio l'ha asciugato
l'anulare ha preparato la zuppa
e il mignolo l'ha mangiata tutta.

Questo dice: non c'è pane,
Questo dice: come faremo?
Questo dice: lo compreremo,
Questo dice: ce n'è un pezzetto,
E questo: dallo a me che son piccoletto.

- Giochi per le mani

Pugno, pugno ruota un pochetto: pugno ruota qual è piena e qual è vuota.	<i>i pugni chiusi vengono ruotati in prono-supinazione le braccia con i pugni chiusi vengono incrociate</i>
---	--

Nella valle c'è un mulino gira, gira pian pianino soffia il vento birichino gira svelto il mio mulino; il buon grano è macinato e il mulino si è fermato.	<i>le mani girano lentamente una intorno all'altra sulla "s" iniziale si soffia forte allargando le braccia si girano le mani velocemente le pale del mulino, cioè le mani, si fermano</i>
--	--

-Giochi con nanetti (si possono utilizzare piccoli nanetti o personaggi da mettere sulle dita)

Sono un piccolo gnometto
che sul dito sta perfetto
il mio nome non ti dico
scegli tu il preferito.

Io racconto storielline,
sono piccole e carine
vieni qui ad ascoltare
che possiam così giocare!

Tic tac tac *con l'indice e il medio si mimano i passi del nanetto*
e tip tap tap,
il nanetto se ne va
con il suo sacchetto
cosa mai trasporterà?
Bel nanetto, bel nanetto
nel sacchetto che cos'hai?

si può preparare un sacchetto con dentro oggetti e giochi di forma e materiale diversi e, pronunciando ad es. ABRACADABRA SIMSALABIM, tirarne fuori uno; una volta che il bambino conosce gli oggetti contenuti nel sacchetto può tirarli fuori riconoscendoli dalla forma e quindi diventa un gioco di stereognosia che potenzia la capacità di rappresentarsi un oggetto attraverso il tatto senza l'intervento della vista.

In questo sacco c'è un omino	<i>un pollice esce fuori dalla mano chiusa a pugno</i>
Che si chiama Giacomino;	
In quest'altro ve n'è un secondo	<i>l'altro pollice esce fuori</i>
Che si chiama Verecondo;	
Giacomino, Verecondo	<i>si solleva il pollice dell'omino nominato</i>
Verecondo, Giacomino	
Fanno ora un ballettino	<i>si fanno ballare i pollici</i>
Trallalà trallalà trallalà	
Trallalà trallalà trallalà	
Ora stanchi e soddisfatti	<i>si fanno rientrare i pollici nelle mani chiuse a pugno</i>
dormiranno come matti	
Ma nel sacco c'è un buchino	<i>si apre uno spazio fra l'indice e il medio</i>
e si fanno un salutino...	<i>e sbucano fuori le punte dei pollici.</i>

- Gioco dei colori

Din, din, dino, *si muove il dito indice da una parte e dall'altra*
è bello lo scarpino:
dìn, din, dè,
di che colore è? *si punta il dito su un oggetto*

- Conte (sono un aiuto per coordinare il ritmo del linguaggio al movimento che l'indice fa per contare)

Ambarabà cici coco,
tre civette sul comò,
che facevano l'amore
con la figlia del dottore
il dottore s'ammalò
ambarabà cici coco.
(è una conta senza molto senso ma ha un suo ritmo e fa eseguire una sorta di ginnastica articolatoria)

Passin passetto,
salii sul tetto:
salii sulla cima
di un'alta collina;
di lassù vidi il mondo
da quadrato farsi tondo,
guardandomi in giro
mi venne il capogiro,
giro girello,
esci fuori bimbo bello.

Ecco una gallina zoppa,
quante penne tiene in groppa?
Or ne tiene ventiquattro
una, due, tre, quattro.

Scioglilingua e... (dopo i 4-5 anni)

Sette zucche strette e storte stanno strette dentro un sacco.

Sguiscia la biscia e sparisce, ravalta nel fosso scivola via;
ravalta nel fosso sparisce, sguiscia la biscia e scivola via.

Se oggi seren non è, doman seren sarà;
se non sarà seren si rasserenerà.

Una rara rana nera sulla rena errò una sera;
una rara rana bianca sulla rena errò un po' stanca.

Trentatre trentini entrarono tutti e trentatre trotterellando nella città di Trento.

Apelle, figlio di Apollo, fece una palla di pelle di pollo.
Tutti i pesci vennero a galla, per vedere la palla di pelle di pollo, fatta da Apelle, figlio di Apollo.

Al pozzo dei pazzi c'era una pazza che lavava pizzi e pezze.
Andò un pazzo, prese la pazza e buttò nel pozzo la pazza, i pizzi e le pezze.

Chi fu quel barbaro barbiere barbuto che sbarbò barbaramente la barba del povero imperatore
Barbarossa?

La biscia striscia sull'asse liscia; ma se l'asse non è liscia dove striscia la nostra biscia tutta liscia
con la striscia?

Semplici indovinelli in rima

Per andare più di fretta uso sempre la...(bicicletta)

Ho un cappello e un gambo lungo
vivo nel bosco e mi chiamo ... (fungo).

Son piccin, piccin, piccina,
ho nel bosco la casina;
del lavoro sono amica
e mi chiamano (formica).