

SCHEDA DIDATTICA: "Le mie gambe in cammino"

Testo della Canzone

*Le mie gambe vanno su e giù,
camminano allegre nel cielo blu.
Fanno un passo, poi un saltino,
seguono Lumi nel loro cammino.
Batte la terra sotto i miei piedi,
senti che musica, se tu ci credi!
Giro, mi fermo, poi torno indietro,
ogni movimento è un suono segreto.
Le mie gambe cantano piano,
mi portano dove mi prende la mano.
E con Lumi, nel ritmo leggero,
scopro il mondo sincero e vero.*

Dettagli dell'Attività

Obiettivi Formativi

- Coordinazione motoria globale: Gestire il movimento delle gambe in combinazione con diverse azioni (marcia, salto, giro).
- Consapevolezza del ritmo: Mantenere un tempo costante di marcia (2/4) associando il suono al gesto.
- Controllo inibitorio: Imparare a fermarsi (gioco della statua) e a cambiare direzione (passo indietro).

Struttura Musicale

- Tempo: 2/4 (Marcia allegra e giocosa).
- Andamento: Moderato/Brillante (110–120 BPM).
- Strumentazione consigliata: Tamburello o legnetti (per scandire il passo), pianoforte o chitarra su tonalità allegre (Do o Sol maggiore).

Guida ai Movimenti in Classe

Verso	Azione / Movimento	Indicazione per il Docente
Le mie gambe vanno su e giù, / camminano allegre nel cielo blu.	Marcia sul posto o in cerchio, sollevando bene le ginocchia.	Marciamo come soldatini felici, guardando verso il cielo!
Fanno un passo, poi un saltino, / seguono Lumi nel loro cammino.	Un passo in avanti, poi un piccolo salto a piedi uniti.	Un passo lungo e un saltello veloce, restate in equilibrio!

Batte la terra sotto i miei piedi, / senti che musica, se tu ci credi!	Battere i piedi a terra con decisione e ritmo.	Ascoltate il suono della terra: i nostri piedi sono strumenti musicali!
Giro, mi fermo, poi torno indietro, / ogni movimento è un suono segreto.	Un giro su se stessi, stop improvviso ("statua"), poi passo indietro.	Girate come trottole... Stop! Statue! E ora torniamo piano all'indietro.
Le mie gambe cantano piano, / mi portano dove mi prende la mano.	Camminata leggera sulle punte, muovendosi in libertà.	Andiamo in punta di piedi, silenziosi come nuvole.
E con Lumi, nel ritmo leggero, / scopro il mondo sincero e vero.	Camminata fluida e libera nello spazio.	Ora muovetevi liberamente, seguendo il ritmo nel cuore!

Consigli per l'Area Docenti

Per questa attività, usa i legnetti per dare il ritmo all'inizio. Quando i bambini hanno imparato la sequenza, lascia che siano loro a "fare il ritmo" battendo i piedi a terra.