

# RISORSE E SFIDE DELLA SETTIMANA

Attività movimentata	Attività di rilassamento
<b>Per i bambini più piccoli</b>	
<b>FARE MOVIMENTO A CASA CON I BAMBINI</b>	<b>ALLENIAMO LA MEMORIA</b> Disporre su un tavolo libero 5 o più oggetti (esempio: mela, matita, righello, forchetta, molletta). Osservare bene e memorizzare, poi fate chiudere gli occhi al bimbo e togliere un oggetto. Fate riaprire gli occhi e chiedete: “Quale oggetto manca?”
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Yw3ICNICjoU">https://www.youtube.com/watch?v=Yw3ICNICjoU</a>	
<b>Per i bambini più grandi</b>	
<b>IL PERCORSO AD OSTACOLI</b> Basta un po' di fantasia: mettere vicine sedie su cui passare sotto e poi sopra poi intorno, cuscini da saltare seguiti da gattonamenti o vere e proprie imitazioni dei serpenti a terra ... e il gioco è fatto.	<b>ORIGAMI (SFIDA)</b> Su questo sito troverai numerosi tutorial che ti mostreranno come creare oggetti e animali con la carta. Personalizzate i vostri capolavori e mandateceli
<a href="https://www.cosepercrescere.it/category/bricolage/origami/">https://www.cosepercrescere.it/category/bricolage/origami/</a>	
<b>Per tutta la famiglia</b>	
<b>CUCINARE DA SOLI (SFIDA)</b> (si può anche con i più piccolini)  <b>“LA TORTA IN TAZZA”</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- 4 cucchiaini di farina</li><li>- 3 cucchiaini di zucchero</li><li>- 2 cucchiaini di cacao</li><li>- 3 cucchiaini di latte</li><li>- 1 cucchiaino di olio di semi</li><li>- 1 uovo</li><li>- 1 pizzico di lievito</li></ul> Versare tutti gli ingredienti in una bella tazza grande ed alta girare energicamente con un cucchiaino per amalgamare gli ingredienti e cuocere al microonde per 3 minuti a 800 watt nel microonde. Alla fine, si può aggiungere sopra dello zucchero a velo se piace.	<b>3...2...1...</b> <b>SFIDIAMOCI CON LA FANTASIA</b> Prendere un foglio di carta e dividerlo in 20 rettangoli dove scrivere 20 parole (es. drago, arcobaleno, fata, pozione, cavaliere, strega, magia, unicorno, libro, tesoro, pirata spada, chiave, principessa, bacchetta, ranocchio, delfino, sirenetta...) chiudiamo i foglietti nel contenitore e agitiamolo e apriamo il contenitore. Facciamo scegliere 6/8 foglietti ad ogni giocatore: quelle sono le parole che si devono utilizzare per creare una bella storia o favola!