

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 4 (2002)
Heft: 1

Rubrik: upi

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Divertimento assicurato in educazione fisica

Chi fa del movimento con regolarità, cura la propria salute. La promozione della salute comprende però anche quella della sicurezza. Anche se gli incidenti non possono essere eliminati del tutto, è possibile ridurre il rischio grazie a determinate misure prese dai docenti.

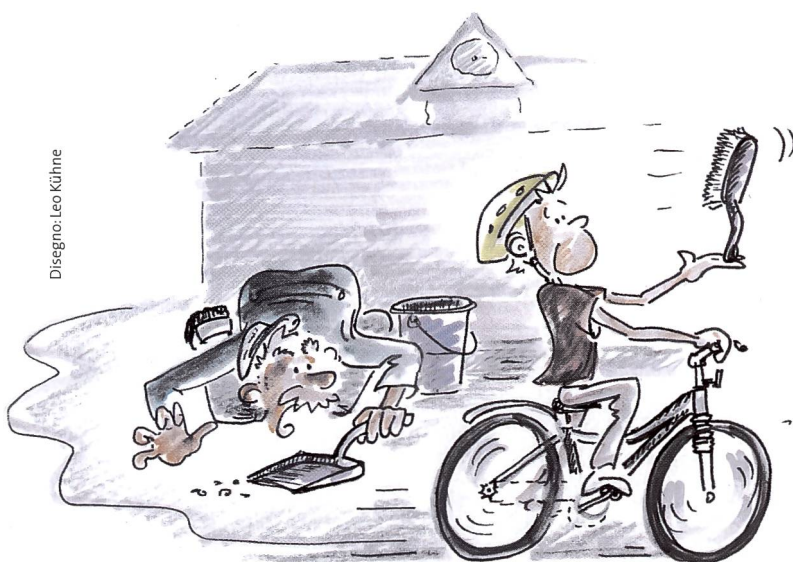
Senza dubbio la maggior parte degli insegnanti di sport, impegnati nella scuola o nell'ambito dei corsi G+S, è cosciente della grande responsabilità che ha nei confronti della sicurezza delle persone a cui insegna. Naturalmente, gli aspetti da tenere in considerazione sono però molteplici: per ogni disciplina vi sono specifiche informazioni da raccogliere e precisi provvedimenti da prendere. Le riflessioni basilari in merito alla sicurezza non dovrebbero limitarsi alle unità didattiche o ai contenuti da trasmettere. Gli incidenti possono avvenire anche a causa di insufficiente attenzione o per mancanza di riguardo. Per aumentare la sicurezza è fondamentale l'atteggiamento dell'insegnante, che dovrebbe sempre dare il buon esempio. Chi organizza con la classe un'escursione in bicicletta e pretende che tutti portino un casco, deve poi essere il primo ad usarlo!

Una nuova rubrica!

In collaborazione con l'Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi, proponiamo una nuova rubrica fissa per sensibilizzare gli insegnanti sul tema della sicurezza nella pratica sportiva e contemporaneamente, a partire dal prossimo numero, trasmettere loro delle indicazioni pratiche relative alle singole discipline.

m

Informazioni: Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi, servizio Sport, Laupenstrasse 11, casella postale, 3001 Berna, Tel. 031-390 22 22, Fax 031-390 22 30, sport@bfu.ch, www.upi.ch e www.safetytool.ch



Disegno: Leo Kühne

Lista di controllo

In generale:

- ☐ Vi è una fiducia reciproca con gli allievi?
- ☐ Rispetto reciproco e fairplay sono per me importanti?
- ☐ Sono un esempio da seguire?
- ☐ Vi sono regole che possano limitare il rischio di incidenti prima e dopo la lezione?

Prima della lezione o dell'allenamento:

- ☐ Gli allievi portano vestiti e scarpe adatte?
- ☐ Gli allievi con problemi alla vista, portano lenti a contatto o occhiali fatti con materiale adatto?
- ☐ Gli orologi, i gioielli, ecc. vengono tolti prima dell'inizio della lezione? Chi porta i capelli lunghi li tiene legati?

Durante la lezione o l'allenamento:

- ☐ Ho la classe sempre sotto controllo?
- ☐ Gli esercizi proposti sono adatti alle capacità coordinative e alle condizioni fisiche dei miei allievi?
- ☐ Evito situazioni caotiche che possano portare a distrazioni o disordine?
- ☐ Luoghi di attesa, luoghi di azione, distanze di sicurezza e tempi di attesa sono stabiliti in modo chiaro?

Sistematicamente:

- ☐ Sono sicuro che gli attrezzi siano accuratamente revisionati da specialisti, almeno una volta l'anno e, se necessario, riparati?
- ☐ Elimino gli attrezzi difettosi, inviandoli in riparazione?

Un suggerimento per la pratica

Nella lezione di educazione fisica possono essere integrati i più svariati esercizi o giochi, allo scopo di migliorare le capacità degli allievi e delle allieve e, in questo modo, aumentare la sicurezza. Un esempio: il docente vorrebbe proporre un giro in bicicletta. Gli allievi e le allieve dovrebbero essere in grado di condurre con una mano sola, in modo da poter segnalare al momento di svoltare. A questo scopo ci si esercita, pedalando nel cortile della scuola e trasportando con una mano gli oggetti più diversi.