

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 7 (2005)

Heft: 6

Artikel: Costruire un manifesto delle buone posture

Autor: Vicini, Marisa

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001678>

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: 05.02.2026

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

Costruire un manifesto delle

I nuovi programmi di insegnamento dell'educazione fisica nelle scuole italiane hanno introdotto il metodo delle Unità di apprendimento. Cosa si intende di preciso lo illustriamo sulla base di un esempio pratico. *Marisa Vicini*

L'équipe pedagogica ritiene di progettare e realizzare l'Unità di apprendimento «costruire un manifesto delle buone posture» per promuovere il raggiungimento delle competenze tratte dalla sezione «Strumenti culturali» del profilo: «il ragazzo conosce il proprio corpo...» e dalla sezione «Convivenza civile»: «affronta con responsabilità i problemi quotidiani relativi alla cura del proprio corpo...». Il profilo è suddiviso in tre aree: identità (conoscenza di sé, relazione e orientamento), strumenti culturali (discipline) e convivenza civile (educazioni). (Per approfondimenti si consiglia di consultare: Bertagna, G.: Scuola in movimento. La pedagogia e la didattica delle scienze motorie e sportive tra riforma della scuola e università. Milano. Franco Angeli 2004.)

Elaborare un compito unitario

Sulla base del profilo, dell'analisi dei bisogni formativi della classe (posture scorrette) e degli Obiettivi specifici di apprendimento (O.S.A.) connessi alle competenze da promuovere, i docenti individuano il seguente Obiettivo formativo unitario (O.F.U.): «l'alunno comprende i messaggi del corpo, in rapporto alle sollecitazioni esterne e interne, acquisisce comportamenti corretti da mantenere a scuola e nella vita quotidiana; sintetizza principi e regole in funzione di uno specifico compito.» Il compito unitario consiste nella realizzazione di un «manifesto delle buone posture» che verrà illustrato ad alunni di classi diverse in un momento di presentazione ufficiale.

Migliorare l'efficacia dell'insegnamento

L'Unità di apprendimento si fonda sul principio che l'unico insegnamento efficace è quello che si trasforma in apprendimento per gli allievi e che ogni apprendimento significativo è sempre

unitario perché sollecita tutte le dimensioni della persona e coinvolge diversi ambiti disciplinari. Essa precisa un campo di possibile competenza: un problema da risolvere, un compito da eseguire, ecc. (O.F.U.); definisce gli standard di apprendimento riferiti alle abilità e alle conoscenze disciplinari implicate (O.S.A.), i percorsi didattici per realizzarli, i compiti unitari che possano documentare la maturazione delle competenze attese (portfolio).

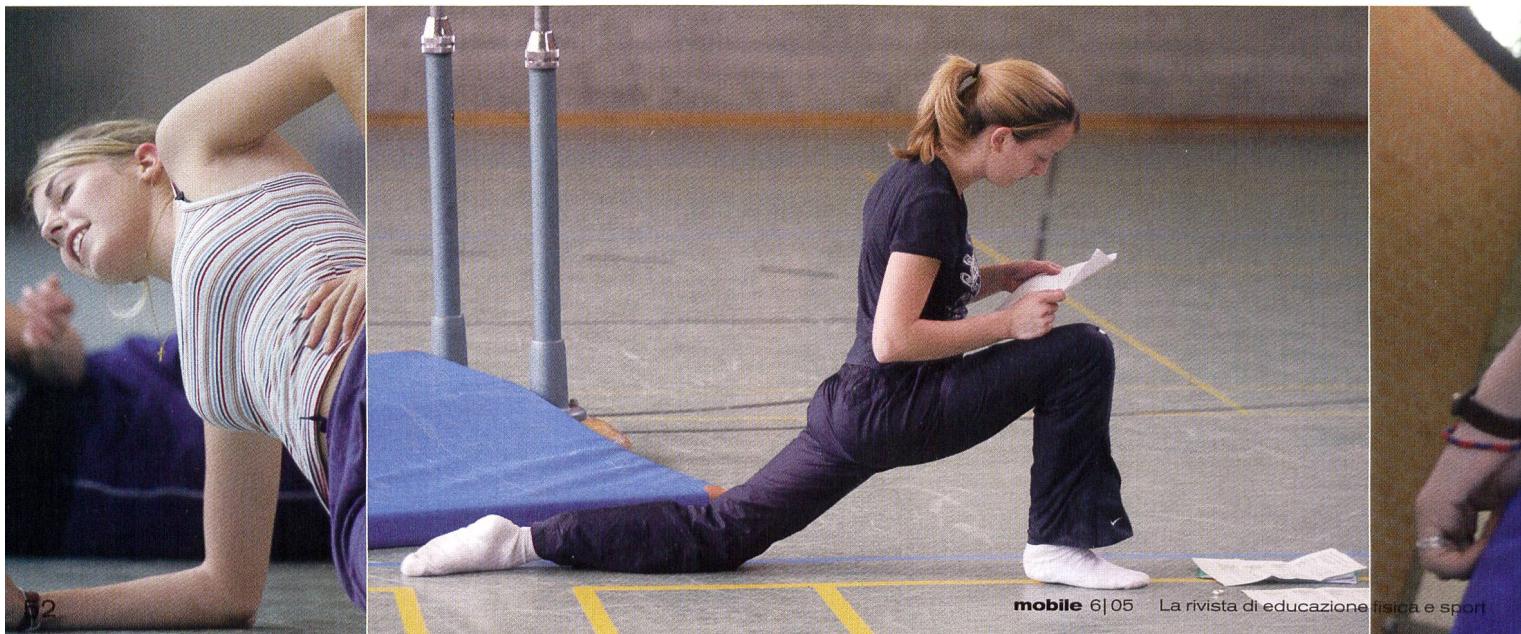
Ipotesi di percorso

Con questa Unità di apprendimento si intende far vivere agli alunni un'esperienza di ascolto del proprio corpo dalla quale possono trarre regole e principi corretti di educazione posturale:

Indagine sulle abitudini posturali. Fare emergere il pregresso degli alunni: cos'è la postura? Chi soffre di mal di schiena? Per gruppi di compito predisporre un questionario rivolto ad adulti e/o alunni di altre classi seconde per documentarsi sull'argomento.

Sperimentazione. Assumere la posizione con cui si studia a casa, la postura di chi cammina coi tacchi alti, come le modelle (mimi); spinte e sollevamento di pesi (compagni o attrezzi) per individuare le modalità più efficaci e meno dannose per la colonna vertebrale. Creare in gruppo figure di acrosport.

Sintesi di regole e principi. Selezionare il materiale più significativo da conservare per il compito unitario, cioè i disegni delle posture e le piramidi di acrosport. Individuare le regole e i principi fondamentali da inserire sul manifesto. Può essere interessante coinvolgere anche i genitori e l'Asl locale in un momento di confronto che evidenzi il livello di percezione, le abitudini e gli stili di vita degli adulti. L'incontro può terminare con la stesura di un manifesto delle posture a partire dalla riflessione sulla necessità di favorire comportamenti attivi per sé e i propri figli.



Dueone posture

Come documentare le competenze?

Gli elementi utili potrebbero essere:

- le **situazioni** nelle quali è stato possibile osservare le competenze: i lavori di gruppo (per redigere il questionario di indagine, per sperimentare le diverse figure di acrosport, ...); il momento della presentazione del manifesto alle classi (mostrare la sequenza di acro, illustrare il manifesto...);
- gli **strumenti** utilizzati per documentare le competenze osservate: il questionario, i mimi delle principali posture, la sequenza di acrosport, le sintesi (mappe) dei principi e delle regole per prevenire il mal di schiena ed evitare le posture scorrette, ecc.
- le **conoscenze e abilità** implicate nelle competenze, riferibili direttamente agli argomenti disciplinari affrontati, con le verifiche dei relativi standard di apprendimento, per esempio: 1. l'alunno riconosce e assume la postura corretta nell'80% delle situazioni proposte; 2. realizza almeno dieci figure di acrosport, fra quelle indicate, scegliendo fra percorsi graduati per difficoltà.

» *Marisa Vicini, insegna educazione fisica presso il Liceo Simone Weil di Treviglio (Bergamo). È presidente dell'Associazione Pro Moto di Bergamo. Membro del Gruppo di Ricerca sulla Riforma presso l'Università degli Studi di Bergamo. Contatto: marisavicini@alice.it*



Commento

Una via impraticabile

L'esempio proposto fornisce elementi concreti per confermare l'impraticabilità dell'UdA a livello organizzativo e didattico.

1. Dichiarare che l'equipe pedagogica formula l'UdA, significa che almeno dieci insegnanti si siedano intorno a un tavolo per redigerla. Ciò richiede l'esame dei bisogni della classe, la definizione degli obiettivi formativi, la scelta degli OSA delle materie coinvolte e i relativi standard, la definizione dei percorsi di apprendimento, del compito unitario, delle situazioni e degli strumenti per documentare le competenze. Durante la fase di realizzazione, sono richiesti momenti di verifica e compresenze dei docenti. Quante ore servono a ogni docente per queste operazioni? E per coloro che appartengono a 2, 3 fino a 9 equipe?

2. A livello didattico, l'UdA conferma tutte le difficoltà già espresse.

a. La scelta dell'intero di apprendimento, inevitabilmente generico, e la farraginosa ricerca di argomenti che lo giustificino rappresenta una sovrastruttura che rallenta e ostacola l'apprendimento. Se gestita da insegnanti competenti, ogni abilità/conoscenza disciplinare rappresenta già un intero di apprendimento. Ne è un esempio la mappa concettuale proposta per il test sulla resistenza: argomenti di discipline diverse vengono collegati per comprendere l'utilità del test. Lo stesso è possibile in ogni disciplina (cfr. www.scuolaesport.it).

b. La lettura degli obiettivi formativi dimostra come gli OSA rappresentino un elenco di conoscenze/abilità scelte per essere funzionali all'intero di apprendimento: la logica disciplinare viene stravolta. Le conoscenze/abilità da sviluppare sono in funzione dell'intero e non il contrario. Com'è possibile individuare tanti interi di apprendimento sufficienti a sviluppare tutte le conoscenze/abilità delle discipline, come richiede la legge? Ammesso che si riuscisse a trovarli, quante ore di lezione servirebbero, considerando la grande quantità di tempo richiesto, e non solo all'insegnante di educazione fisica, dalla realizzazione di una sola UdA, quale quella proposta?

c. Anche le competenze vengono individuate in modo generico e non verificabile: non è sufficiente «osservare» i ragazzi durante il lavoro per verificarne le competenze acquisite! Com'è possibile osservare e descrivere qualcosa che non è stato definito prima di iniziare l'apprendimento? Se il concetto di competenza fosse chiaro, essa potrebbe essere definita in modo preciso e conseguentemente dovrebbe essere stabilita la situazione nuova nella quale osservarla e verificarla.

3. Al termine delle lettura mi sorge un dubbio: se confronto ciò che vuole ottenere questa UdA con ciò che dovrà verificare l'INVALSI, che per legge preparerà le prove finali per tutti i ragazzi italiani, scegliendone il contenuto fra le conoscenze/abilità contenute negli OSA, emerge un grande problema: le scuole non sapranno quali conoscenze/abilità verranno prese in considerazione, né tanto meno gli standard stabiliti per valutarle. Ma, come si è visto, se l'apprendimento attraverso le UdA rende impossibile sviluppare in modo logico e completo tutte le conoscenze/abilità delle discipline, non ci sarà il rischio che gli allievi, per non aver acquisito strumenti adeguati, si trovino nell'impossibilità di affrontare le prove scelte dall'INVALSI?

» *Bruno Mantovani, manto@mail3.telnetwork.it*