

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

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

**Band:** 8 (2006)

**Heft:** 1

**Artikel:** Scoprire il movimento al risveglio

**Autor:** Leonardi Sacino, Lorenza

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001448>

#### 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:** 10.02.2026

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

# Scoprire il movimento al risveglio



CDS

## Un'offerta multiforme

► Baby-Gym, primi passi in acqua, primi passi nello judo, atelier circense, primi passi nella lettura, ... Sono solo alcune delle numerose attività che il «Centre de Découverte Sportive» propone ai bambini dai 3 ai 7 anni tutte le mattine e tutti i pomeriggi della settimana, al di fuori dei periodi di vacanze scolastiche. Nato dall'idea di associare due aspetti fondamentali della vita di un bambino in età prescolare (il movimento e la prossimità con i coetanei), il centro ha aperto i battenti nell'agosto del 2005. «Anche nel nostro cantone la carenza di strutture destinate a bambini piccoli si fa sentire, spiega Anne Thévoz, responsabile amministrativa des Ecoles du sport presso il Service des sports della città di Neuchâtel. Il nostro centro non è un asilo nido e non abbiamo mai desiderato che lo diventasse. Offriamo l'opportunità ai genitori di lasciare i loro figli per mezza giornata e soprattutto ai bambini di svolgere per qualche ora delle attività motorie, manuali, intellettuali, ecc., per dare un impulso positivo al loro sviluppo.» Sia il mattino, sia il pomeriggio il gruppo di bambini (al massimo 32 per ogni mezza giornata) viene seguito da due adulti: una maestra d'asilo o un'educatrice specializzata e un/una docente di educazione fisica o monitori/monitrici di sport. La prima sessione, terminata a fine ottobre, ha visto la partecipazione di circa 120 bambini. Vi sono diverse possibilità; la più gettonata è l'iscrizione alla sessione, ciò significa che i bambini per 12 settimane sono ospiti del centro tutte le settimane lo stesso giorno per mezza giornata. Le tariffe sono di 30 franchi alla settimana, ovvero 360 franchi alla sessione. «Vorremmo proporre dei prezzi più accessibili ma il nostro progetto non ha ricevuto alcun tipo di sovvenzione. L'essenziale, comunque, è che a sei mesi dalla sua inaugurazione siamo già riusciti a raggiungere il nostro obiettivo principale: far muovere i bambini col sorriso sulle labbra!» //

**Città di Neuchâtel //** La carenza di movimento fra i bambini è un problema che fa parlare molto di sé ultimamente. La città di Neuchâtel ha lanciato un progetto innovativo per venirne a capo, inaugurando nell'agosto del 2005 il Centre de Découverte Sportive (CDS) per i piccoli dai 3 ai 7 anni.

Lorenza Leonardi Sacino

► Un grande edificio bianco panna. A prima vista potrebbe sembrare un deposito di veicoli o un magazzino ma un rapido sguardo attraverso la finestra della pesante porta di ferro rivela che all'interno si svolge tutt'altra attività. Un nugolo di bambini vocanti sta giocando. La lezione di movimento del giovedì pomeriggio, «primi passi nello sport», è terminata ma, nonostante fosse stata impostata su tre fattori impegnativi quali la forza, la resistenza e l'elasticità, i piccoli «ginnasti» non danno segni di stanchezza. Eppure durante il gioco a squadre organizzato da Anne-Marie Sandoz e Paolo Da Silva, rispettivamente educatrice specializzata con diploma in ginnastica e monitor di danza, i bambini si sono rincorsi da un paletto all'altro senza quasi mai fermarsi. Un vero spasso stando alle loro gote arrossate e al luccichio nei loro occhi.

## Da un'attività all'altra

Alcuni di loro si precipitano subito verso le grandi strutture di legno (v. riquadro) che troneggiano nel bel mezzo dello spazio dedicato alle lezioni di danza. Ma vengono subito richiamati all'ordine. Anne-Marie Sandoz li invita con tono fermo a scendere dalle corde e dalle spalliere che compongono questi attrezzi per raggiungere i compagni in un'altra saletta del centro arredata con tavolini e sedie di piccole dimensioni, dove i bambini diventano dei piccoli artigiani. Il compito del giorno è di ritagliare dei motivi natalizi dalla pasta modellante colorata con delle formine per biscotti. Al termine dell'impresa i due monitori informano tutti i loro capolavori. «Li regalo alla mia mamma quando arrivo a casa», spiega Arturo, quattro anni. Noé, Matteo e Damien, una volta consegnate le loro opere, si precipitano in una piccola saletta disseminata di giocattoli di tutti i tipi, dove vige il divieto di correre, saltare e fare schiamazzi. I tre bambini si sono conosciuti al centro e, affermano, si divertono molto a giocare insieme.



RITMO BIL

Vista Wellness

### I progressi non mancano

Poco prima dell'ora della merenda, mentre Paolo Da Silva prepara pane e cioccolata per tutti e buona parte degli ospiti del centro è impegnata nella scalata delle strutture di legno summenzionate emettendo urla di giubilo, Annemarie Sandoz si ritaglia un breve istante di pausa per parlare dei progressi che molti di questi bambini hanno compiuto dall'inizio dei corsi. «Alcuni di loro non erano molto coordinati, altri invece avevano difficoltà di «inquadramento», ovvero non riuscivano ad assumere la posizione richiesta in un determinato momento. Ora invece le cose vanno molto meglio.» Sulle sue ginocchia è seduto Loïc, un bimbo di cinque anni proveniente dall'Ucraina. «All'inizio anche lui manifestava delle lievi difficoltà motorie ma la frequentazione regolare del centro lo ha aiutato molto in questo senso.»

Seduti davanti al loro sputino, a poco meno di un'ora dall'arrivo dei genitori, i piccoli ospiti del «Centre de Découverte Sportive» si esprimono con toni meno eccitati. La stanchezza di un pomeriggio ricco di attività comincia a farsi sentire... //

### Regalare avventura ai bambini

► Buona parte degli attrezzi di cui dispone il «Centre de découverte sportive» è messa a disposizione dalla ditta VISTA Wellness di Bôle (NE). L'occhio del visitatore viene subito attratto da due strutture in legno dalle dimensioni considerevoli, munite di reti su cui testare il proprio equilibrio, corde e spalliere alle quali sospendersi a piazzimento o su cui dilettarsi ad arrampicare. Si tratta di assemblaggi progressivi (ovvero che permettono di iniziare da una posizione semplice per poi raggiungere la verticale) destinati a bambini di età compresa fra i 4 e gli 8 anni. Infatti tutto è proporzionato alle loro dimensioni. «Sono stati concepiti per aiutare i bambini di questa fascia d'età – per i quali l'offerta in ambito di movimento è davvero limitata – a migliorare l'equilibrio, la coordinazione, la forza e il coraggio», spiega il direttore di VISTA Wellness, Bernard Prébandier. Dell'offerta di prodotti fanno parte inoltre delle basi gonfiabili per la boxe, assolutamente innocue ma che consentono ai bambini di sfogarsi e di canalizzare l'aggressività. A medio termine la ditta neocastellana, la cui filosofia si basa sulla volontà di offrire movimento quotidiano ai bambini, si propone di trasformare il «Centre de découverte sportive» in centro di competenza per la Svizzera romanda. Un'altra sede analoga è prevista anche nella Svizzera tedesca; la località in cui verrà ubicata non è ancora nota ma delle trattative sono in corso. «L'idea è di introdurre una formazione continua a questo livello, utilizzando questi due centri come dei laboratori in cui testare i nostri prodotti per svilupparli al meglio e dar vita a utili scambi di esperienze», sottolinea Bernard Prébandier. //

► [www.vistawellness.ch](http://www.vistawellness.ch)

Contatto: [office@vistawellness.ch](mailto:office@vistawellness.ch)