

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

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

Band: 9 (2007)

Heft: 2

Artikel: Un ponte tra noi e il Mondo

Autor: Sbragi, Antonella / Pento, Giuliana / Marzocchi, Franca

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001314>

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>

Un ponte tra noi e il Mondo

Udito // I sensi sono il ponte tra noi e il Mondo e la conoscenza del proprio corpo è tanto più interiorizzata quanto più è sollecitato l'insieme dei campi percettivi. Persino nei campioni, spesso i sensi affinati, più dei muscoli stessi, determinano l'eccellenza sportiva.

Antonella Sbragi

► Di fatto, prediligere l'uso di un senso rispetto agli altri comporta condotte motorie differenti ed ogni civiltà organizza l'ambiente e la comunicazione, favorendo l'utilizzo di alcuni sensi e penalizzandone altri.

Alcuni percepiscono il mondo principalmente tramite la vista, altri attraverso l'udito e altri ancora tramite il tatto, il gusto o l'olfatto. Nella cultura occidentale si delega la percezione fondamentalmente alla vista, seguita dall'udito.

Esercitarsi fa bene

I sensi più si esercitano più funzionano. Non ascoltiamo semplicemente perché riceviamo dall'esterno il suono ma attivamente ritagliamo informazioni. L'orecchio, ad esempio, recepisce l'ambiente e trasmette al cervello informazioni utili all'orientamento o all'allerta in situazioni di pericolo. Attraverso l'udito ricaviamo emozioni e significati, percepiamo il tono di voce, la disposizione d'animo di una persona.

In un ambiente rumoroso ed affollato possiamo scegliere di ascoltare chi parla più forte o chi, sommessamente, racconta cose interessanti. I rumori, come le voci della gente, il cigolio di una porta, lo sbattere delle persiane, lo scorrere dell'acqua riempiono il silenzio.

Reagire al suono e al fumo

La musica, anzi il suono, anche quello del linguaggio, scaturisce dal silenzio, e nel parlare stesso, talvolta, il silenzio dà forza al nostro pensiero e, se utilizzato al momento giusto, ha maggiore efficacia dei discorsi più forbiti.

Possiamo rilevare la presenza di un oggetto anche se non è direttamente visibile, ne cogliamo la qualità da come risuona: possiamo distinguere se un bicchiere è di cristallo o riconoscere la voce di un amico. Noi sappiamo che la velocità del suono è più bassa di quella della luce: ci affidiamo al suono per scattare dai blocchi di partenza, ma osserviamo il fumo della pistola dello starter per far partire il cronometro. //

► **Un libro che sto scrivendo parla dei cinque sensi, per dimostrare che l'uomo contemporaneo ne ha perso l'uso. Il mio problema scrivendo questo libro è che il mio olfatto non è molto sviluppato, manco d'attenzione auditiva, non sono un buongustaio, la mia sensibilità tattile è approssimativa, e sono miope. ◁**

Italo Calvino

L'educazione fisica che vogliamo

► La Confederazione nazionale italiana che raccoglie le associazioni dei diplomati Isef e laureati in scienze motorie (Capdi) ha definito gli Obiettivi specifici di apprendimento (OSA) di educazione fisica per bambini e ragazzi dai 3 ai 19 anni. La rivista «mobile» ha iniziato nel numero 4/06 a pubblicare le applicazioni pratiche dei singoli OSA:

- «mobile» 4/06: orientamento spazio-temporale;
- «mobile» 5/06: gioco-sport;
- «mobile» 6/06: espressività corporea;
- «mobile» 1/07: Percezione sensoriale.

Nei prossimi numeri di «mobile» verranno presentate le applicazioni dei seguenti OSA:

- «mobile» 3/07: ambiente naturale;
- «mobile» 4/07: salute e corretti stili di vita.

► *Persaperne di più: www.capdi.it*



› Scuola dell'infanzia

Toc, toc, chi è?

Come? I bambini sono disposti in cerchio ad occhi chiusi. L'insegnante (poi un bambino a turno) dovrà bussare alla porta, sul banco, sul vetro della finestra ... e i bambini dovranno indovinare da che parte proviene il rumore indicandolo con la mano.

Perché? Orientamento uditivo: distinguere la direzione dei suoni.

Chi batte alla mia porta?

Come? I bambini si dispongono in semicerchio tranne uno, bendato, che si siede al centro su di una sedia. I bambini a turno si avvicinano al compagno e battono sulla sedia. Il bambino bendato domanda: «chi batte alla mia porta?». Il compagno falsando la voce risponde con un «sono io» oppure miagolando, abbaiano o altro.

Il bambino bendato dovrà indovinare chi è il compagno.

Perché? Capacità di differenziare vari suoni, memoria uditiva.

Qualche volta sono alto...

Come? I bambini sono disposti in cerchio e un bambino bendato è posizionato al centro. I bambini dicono: «sono molto, molto alto» e alzano le braccia sollevandosi sulla punta dei piedi. E poi: «sono molto, molto basso» e si raggomitano in massima raccolta. In successione dicono: «talvolta sono alto, talvolta sono basso» (si alzano e si abbassano).

Pausa: l'insegnante o il capogruppo indica con un gesto se abbassarsi o alzarsi e i bambini successivamente dicono: «indovina come siamo ora!» Il bambino bendato cerca di indovinare, in base all'altezza delle voci, se il gruppo è alto o basso. Poi sceglie il suo successore.

Perché? Saper distinguere la direzione di un suono.

Gioco dei carillon

Come? I bambini sono divisi in due squadre. Due carillon o due sveglie con suoni ben diversi (ad ogni squadra sarà assegnato un suono), dovranno essere messe in due punti differenti della stanza. All'inizio del suono partirà un bambino per squadra, con gli occhi bendati, che dovrà dirigersi verso il proprio oggetto sonoro. Il primo che riuscirà a raggiungere il suo carillon totalizzerà un punto per la propria squadra.

Perché? Memoria uditiva, capacità di differenziare suoni differenti, orientamento uditivo.

Marco Polo

Come? I bambini si dispongono in cerchio, tenendo una corda in modo da costruire un recinto oppure tenendo le braccia tese avanti per delimitare il confine. Due compagni si dispongono in centro: uno, Marco, è bendato e fa il cacciatore, l'altro, Polo, è la preda. Marco dovrà prendere Polo. Ogni tanto Marco dovrà pronunciare il proprio nome obbligando il compagno a rispondere Polo. In base alla provenienza della voce il cacciatore potrà inseguire la preda per catturarla.

Perché? Sapersi orientare nello spazio in relazione alla provenienza di un suono. //

Scuola dell'infanzia

Conoscenze:

- Conoscere i caratteri percettivi e funzionali degli oggetti.
- Conoscere la funzione del senso dell'udito.

Abilità:

- Discriminare e memorizzare stimoli di ordine uditivo.
- Essere in grado di individuare le caratteristiche qualitative e le modalità d'uso dei nuovi materiali utilizzati dal punto di vista uditivo.

Aprirsi alle sollecitazioni dell'ambiente

► La senso-percezione è data dal rapporto sensoriale e neurologico che il soggetto instaura con il proprio corpo e con il mondo esterno (sensazione) e la relativa presa di coscienza psichica (percezione). Considerare lo sviluppo delle capacità percettive in ambito educativo è importante poiché esse permettono di cogliere in modo corretto, completo e rapido gli elementi della realtà. Il loro periodo «critico», momento in cui le sollecitazioni hanno maggiore efficacia, si colloca nella fascia tra i quattro e i sette anni e le proposte operative di apprendimento sensoriale andrebbero viste in funzione del miglioramento della finezza di discriminazione degli stimoli.

Si sa, infatti, che la conoscenza del mondo per un bambino è di tipo plurisensoriale e gli elementi percettivi entrano in gioco con le loro modalità specifiche in tutti i campi di esperienza permettendo di cogliere forme, colori, suoni, odori, parole, gesti, simboli, qualità espressive e fisiognomiche fondamentali per costruire via via il patrimonio delle conoscenze.

Queste esplorazioni dovrebbero, pertanto, essere già avviate fin dai primi anni di vita sia nella struttura del nido che in ambito familiare e si tratta, il più delle volte nella scuola dell'infanzia e nei primi anni di quella primaria, di riprenderle, ampliarle e organizzarle attraverso una buona pratica ludica. In tal modo si possono stimolare i bambini a considerare tutti i sensi come degli importanzissimi recettori, aiutandoli a diventare così molto abili nel vedere, toccare, gustare, sentire, percepire e odorare ogni cosa.

Anche in ambito motorio la funzione percettiva è molto importante poiché la strutturazione del movimento muove dall'attivazione integrata delle funzioni senso-percettive che si organizzano in relazione alla corporeità, allo spazio, al tempo e in reciproca combinazione tra loro. Infatti, le percezioni relative al corpo unite a quelle provenienti dall'ambiente esterno, forniscono i dati sensoriali necessari per una risposta motoria adeguata.

Vi è, di conseguenza, un nesso tra queste capacità e il graduale sviluppo della coordinazione motoria: essa dipende dalla piena efficienza del sistema senso-motorio e dall'integrazione-interpretazione delle informazioni da parte dei diversi sistemi percettivi. //

► **Giuliana Pento**
 giulianapento@libero.it



› Scuola primaria – 1° anno

Come? Gli alunni a fondo campo, proni o supini, a occhi chiusi. L'insegnante dà il via con modalità sonore differenti: battito di mani, battito del tamburello, suono del fischetto, battito di due clavette tenute nel corpo/nel collo. Gli alunni, appena percepiscono il segnale, scattano in piedi e corrono fino alla linea opposta del campo. «Chi arriva nei primi 10?». Ripetere più volte. Far verbalizzare: «com'è il suono delle clavette tenute per il corpo? E quando le tengo per il collo hanno lo stesso suono? Qual è il suono che hai sentito meglio?»

Perché? Affinare il senso dell'udito.

Cosa sarà?

Come? Alunni seduti sulla linea di fondo della palestra. Al lato opposto un cesto contiene, ad esempio, due clavette, un pallone, due cappi, due bottiglie di plastica, due tubi vuoti di scottex. L'insegnante, con una serie uguale di

oggetti a fianco, si pone dietro agli alunni. Chiamandone uno per nome, batte ad esempio le due clavette fra di loro. L'alunno chiamato corre e va a scegliere nel cesto gli oggetti che ha riconosciuto dal suono. La classe verifica se la scelta è stata giusta. Far verbalizzare: «cosa vi è sembrato più difficile riconoscere dal suono? Riuscite tutti ad ascoltare con attenzione?».

Perché? Riconoscere i materiali utilizzati attraverso l'udito.

Variante: a turno un alunno si pone dietro e produce i suoni.

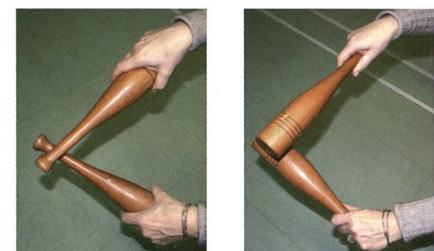
correttamente il messaggio? Ascoltiamo con molta attenzione.»

Perché? Affinare il senso dell'udito, concentrarsi sull'informazione uditiva in arrivo.

Variante:

■ l'ultimo inizia il gioco (utilizzo dell'altro orecchio).

■ seduti in cerchio. Chi inizia dice il nome di un compagno: quando il messaggio arriva al proprietario del nome, questi si alza, corre a fianco del compagno che ha iniziato, e dà il via al gioco in senso contrario.



› Scuola primaria – 1° biennio

Qual è il tuo verso?

Come? L'insegnante predisponde una doppia serie di nomi di animali, ognuno su un foglietto che distribuisce agli alunni. Tutti si muovono liberamente nello spazio e, al segnale, facendo il verso dell'animale che è segnato sul loro foglietto, vanno alla ricerca del compagno che sta imitando il loro stesso verso. «Quali sono le coppie di animali che si trovano più velocemente?» Ripetere ridistribuendo i foglietti. Far verbalizzare: «cosa devo fare per trovare in fretta il mio compagno? Qual è stato il verso più difficile da individuare?»

Perché? Riconoscere e differenziare uno stimolo sonoro isolandolo da altri contemporanei

Variante: si possono predisporre 3 – 4 serie di animali, per formare gruppi di alunni che, trovatisi, possono muoversi imitando gli spostamenti del proprio animale.

Il navigatore sonoro

Come? Alunni a coppie: uno bendato o a occhi chiusi, l'altro con un pallone. Chi ha il pallone palleggia a terra spostandosi liberamente nello spazio: il compagno bendato, guidato dal rumore del pallone, deve seguirlo.

Perché? Percepire la provenienza di un suono e seguirlo.

Variante: chi ha il pallone descrive un percorso a zig-zag, con angoli retti, con inversioni a U, ecc.

Come un ladro!

Come? Alunni in cerchio, uno al centro bendato o a occhi chiusi, con una sciarpa/funicella appoggiata davanti ai piedi a circa un metro di distanza. A turno un alunno si avvicina e senza farsi sentire cerca di impossessarsi dell'oggetto: l'alunno bendato dirà «Stop» non appena percepisce che l'oggetto è stato afferrato e indicherà con il braccio la direzione da cui il compagno l'ha afferrato. Chi si fa «sentire» prende il posto del compagno al centro

Perché? Percepire rumori lievi e individuare la provenienza.

➤ Scuola primaria – 2° biennio

La musica a singhiozzo

Come? L'insegnante predisponde una musica ben ritmata con pause. Gli alunni si muovono liberamente sollecitati dalla musica. Quando la musica si interrompe (pausa), si fermano nella posizione in cui sono; quando la musica riprende, ritornano a muoversi liberamente.

Perché? Differenziare silenzio/suono esprimendo il silenzio con l'inibizione dell'azione.

Variante: provare muovendo solo le braccia; provare da supini muovendo solo le gambe; provare con movimenti liberi a coppie.

Goal!

Come? A turno un alunno bendato sta seduto in porta (due clavette/coni posti a circa un metro e mezzo di distanza possono segnare la porta). I compagni in fila di fronte a qualche metro di distanza con una palla sonora (è adatta anche la palla di stoffa con sonagli interni dei bambini piccoli). Il primo calcia in porta e il compagno bendato cerca di parare guidato dall'informazione uditiva. Chi ha calciato va in porta e il portiere va in coda alla fila. Far verbalizzare: «cosa provi quando aspetti la palla e sei a occhi bendati?»

Perché? Affinare e affidarsi alla percezione uditiva in una azione rapida di gioco.

Variante: con più palle sonore a disposizione, fare piccoli gruppi in più porte e far parare più volte di seguito allo stesso portiere. Guidare alla verbalizzazione: «dopo alcune prove, ti sembra più facile? Perché?»

Dove siamo?

Come? L'insegnante predisponde una cassetta/cd incidendo rumori/suoni caratteristici di ambienti differenti: scuola, cucina, strada, mensa, palestra, partita di calcio, partita di pallacanestro, partita di pallavolo, ecc. Gli alunni ascoltano con attenzione e appena individuano l'ambiente di riferimento, cercano di mimerare gli oggetti e le azioni che hanno prodotto i rumori/suoni percepiti. Far verbalizzare: «quale rumore/suono ti ha aiutato di più a capire dove siamo?»

Perché? Dalla percezione uditiva alla rappresentazione mentale e al gesto espressivo.

Variante: gli alunni possono rappresentare graficamente l'ambiente/le azioni che i rumori/suoni percepiti permettono di immaginare.

Primo anno

Conoscenze: conoscere il senso dell'udito.

Abilità: individuare le caratteristiche qualitative dei nuovi materiali utilizzati dal punto di vista uditivo.

Primo biennio

Conoscenze: individuare le caratteristiche qualitative dal punto di vista uditivo e modalità d'uso dei materiali utilizzati.

Abilità:

- riconoscere, differenziare, ricordare, verbalizzare differenti percezioni uditive.
- controllare l'azione in relazione all'informazione uditiva.

Secondo biennio

Conoscenze:

- riconoscere il suono e il silenzio.
- riconoscere i concetti di tempo e ritmo.

Abilità:

- Controllare l'azione in relazione a informazioni di tipo uditivo.
- Sperimentare oggetti occasionali attraverso la percezione uditiva.



Verificare e stimolare la funzionalità

► La scuola primaria si pone una serie di importanti obiettivi relativi alle capacità sensorie percettive, a quelle capacità, cioè, che permettono di conoscere attraverso i cinque sensi la realtà, cogliendone le proprietà riferite a colore, forma, dimensione, materia, sapore, odore, suono/rumore. È fondamentale partire da una verifica accurata della funzionalità dei vari organi di senso collaborando eventualmente con la famiglia e con il pediatra di base, per proseguire poi con un programma, articolato negli anni, di sviluppo della capacità di discriminazione delle informazioni provenienti dai vari organi analizzatori.

La percezione uditiva permette di cogliere la realtà nella sua dimensione sonora e temporale. Nell'età della scuola primaria, è importante guidare alla distinzione dei suoni, intesi come prodotto delle vibrazioni di un corpo eccitato, e delle loro principali qualità: altezza (un suono può essere alto/basso, acuto/grave), intensità (debole/forte), timbro (aspro/dolce, argentino/cupo). Anche la discriminazione dei rumori diviene significativa. I rumori, intesi come suoni non musicali, generalmente fastidiosi e molesti, possono essere colti nelle loro qualità essenziali: un rumore può essere impercettibile, lieve, sordo, confuso, insistente, stridente,

secco, assordante. Abbinare i termini verbali alle qualità scoperte diviene momento essenziale per accedere alla conoscenza di quanto percepito con l'udito.

La identificazione della provenienza dei suoni/rumori va sollecitata con giochi e attività mirate, così come la discriminazione suono/silenzio, che può essere efficacemente interpretata dal bambino attraverso il movimento e l'inibizione del movimento stesso.

Interessante poi diviene la discriminazione di suoni e rumori caratteristici di ambienti e attività differenti: dall'ambito uditivo si stimola il passaggio alla immagine mentale di ambienti e attività evocati da suoni/rumori caratteristici, per giungere alla verbalizzazione, ed, eventualmente, ad una gestualità che cerca di esprimere attraverso il corpo quanto intuito attraverso il canale uditivo.

Infine può essere interessante guidare, anche nell'ambito uditivo, alla distinzione figura/sfondo, stimolando a percepire suoni e rumori conosciuti isolandoli da altri contemporaneamente presenti. //

➤ **Franca Marzocchi**
franca.marzocchi@fastwebnet.it

› Scuola secondaria di 1° grado

Lanciare i suoni

Come? Disposti in cerchio, l'uno di fianco all'altro battere in successione le mani (una sola battuta). Ripetere con gli occhi chiusi cercando di mantenere un andamento regolare.

Perché? Per un primo approccio alla coordinazione uditivo-motoria, per rinforzare il movimento di risposta allo stimolo sonoro.

Varianti:

- passare la palla con lancio teso a due mani dal petto. Ad un segnale dato dall'insegnante cambiare tipo di passaggio: passaggio con rimbalzo a terra, passaggio alto...

- utilizzare la voce come se fosse una palla, indirizzandola ad un compagno, che a sua volta la rimanda ad un altro. Si possono utilizzare suoni onomatopeici, imitare il rumore di un rotolamento o un arrivo veloce, diretto e così via.

Guidare ed essere guidati

Come? Disporsi a coppie, un compagno guida, con una frase o dei suoni ripetitivi, scegliendo percorsi rettilinei, cambi di direzione, ecc. l'altro, ad occhi chiusi segue il percorso indicato con il solo aiuto della traccia sonora.

Perché? Per allenare la facoltà di scegliere quello che interessa separandolo dalle stimolazioni non necessarie e migliorare le capacità di controllo delle proprie emissioni sonore.

Varianti: a coppie; la guida emette un suono – si possono utilizzare le vocali –, la compagna di fronte deve avanzare o arretrare a seconda dell'intensità di emissione della vocale.

I risonatori



Come? Sperimentare con le vocali l'emissione del suono, associandole a zone specifiche del proprio corpo: U = basso ventre; O = addome; A = centro; E = petto; I = testa.

Perché? Per indagare le possibilità sonore del proprio corpo.

Varianti: dirigere il suono, immaginando di sostenere una foglia che, sospesa in aria, sale o scende, e si «appoggia» alla nostra emissione sonora.

I rumori della natura

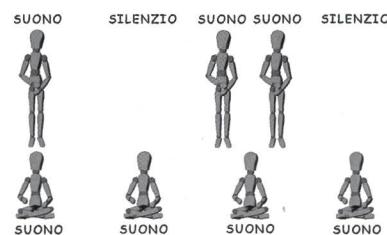
Come? La pioggia: percuotere con l'indice destro il palmo della mano sinistra; successivamente utilizzare indice e medio, poi indice medio e anulare e così via. La percezione sonora sarà quella di una pioggerella leggera, ma si potrà arrivare a simulare quella di un vero e proprio acquazzone.

Perché? La percussione e lo scuotimento di vari materiali è forse il sistema più antico e spontaneo di fare musica strumentale. Confrontando suoni diversi, si trovano elementi di distinzione, secondo intensità, altezza, durata, timbro.

Varianti: il rumore del mare può scaturire dall'oscillazione di un tubo di cartone: basta un cilindro (ad esempio il rotolo vuoto della carta da cucina), degli spilli da sarta, della sabbia o dei chicchi di riso.

Suono e silenzio

Come? Invitiamo quattro persone a sedersi a terra in modo equidistante e disponiamo dietro ad ognuna di esse una, due, tre persone o lasciamo il posto vuoto. Proviamo a leggere da sinistra a destra la partitura che si viene a creare e suoniamola con gli strumentini. Assegniamo una percussione ad ogni persona presente, dove il posto è vuoto: facciamo silenzio!



Perché? Esplorare la dimensione del ritmo, sperimentando il silenzio, giocando con silenzio e rumore, silenzio e suono.

Varianti:

- Ideare differenti partiture, variando il numero e la posizione delle persone.
- Costruire sequenze motorie.
- Ideare un dialogo ritmico-motorio fra diversi gruppi.

Il suono per inventare una storia

Come? Registriamo dei suoni appartenenti a luoghi diversi: al mercato, in biblioteca, in palestra. Proponiamone l'ascolto senza dire dove li abbiamo registrati. Che luogo è? Cosa sta accadendo? Chi sono i protagonisti?

Perché? Il rumore e la musica commentano il mondo che ci circonda.

Varianti: proponiamo le colonne sonore di film diversi e cerchiamo di individuare il genere del film da cui provengono. Scegliamo una, diamo un'intenzione alla storia che vogliamo ideare e proviamo a costruire una sequenza che ne rispetti il ritmo.

Primo biennio

Conoscenze: conoscere gli andamenti del ritmo (regolare, periodico).
Abilità: riconoscere e utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria.

Terzo anno

Conoscenze: riconoscere moduli ritmici e suoni.
Abilità: condurre e lasciarsi condurre dal ritmo.

Tracciare una mappa acustica



► La percezione è il primo anello della catena che congiunge quanto si trova nel mondo esterno (oggetti, avvenimenti, persone) alla risposta che noi forniamo sulla base di apprendimenti, di soluzione intelligente dei problemi, di emozioni, di rapporti sociali. Noi non potremmo apprendere e ricordare una cosa se prima non la cogliessimo con il processo percettivo, né saremmo in grado di avere schemi, immagini e neppure fantasie se non possedessimo dati immagazzinati con l'esperienza della percezione.

Gli organi di senso della vista, dell'udito, del tatto, dell'olfatto, del gusto sono oggetto di continue stimolazioni che suscitano in ogni soggetto delle sensazioni. Ma la conoscenza del mondo oggettuale non è deducibile da singole sensazioni; essa risulta essere il prodotto di una elaborazione globale operata dalla mente umana che, analizzando le informazioni riportate dagli organi di senso riesce a sintetizzarle dando vita al concetto, all'idea di un qualcosa realmente esistente.

La funzione principale del nostro udito è quella di fornire al sistema nervoso centrale i dati necessari perché questo sia in grado di tracciare una sorta di «mappa acustica» dell'ambiente circostante, generata in segui-

to all'individuazione e alla localizzazione delle sorgenti sonore che emettono frequenze udibili, e alla associazione di ogni fonte sonora percepita ad ogni oggetto che la percezione visiva ci porta ad identificare come suo responsabile.

Siamo in grado di localizzare un suono anche senza vederlo grazie al confronto che inconsapevolmente facciamo fra due «immagini acustiche»: quella dei suoni continui e quella dei suoni brevi restituiti dalle due orecchie che possediamo, proprio come accade per la vista.

I meccanismi fondamentali alla base delle tendenze al raggruppamento dei dati della percezione visiva sono regolati dai principi gestaltici della percezione e in base a recenti studi sono gli stessi principi ad assisterci nella individuazione degli oggetti che producono suoni intorno a noi, permettendoci così di analizzare senza fatica l'ambiente acustico circostante. La possibilità, di ogni individuo, di riuscire ad operare tale sintesi è intimamente connessa al valore qualitativo delle proprie esperienze senso-percettive. //

» *Lucia Innocente*
l.innocente@fastwebnet.it

► Scuola secondaria di 2° grado – 1° biennio

Reagisci al rimbalzo

Come? Un ragazzo fa rimbalzare la palla e l'altro, girato di spalle, deve cercare di prenderla rispondendo all'ascolto del rumore della palla che rimbalza a terra.

Perché? Abituare a stimoli percettivi per attivare la reazione motoria.

Varianti: a coppie, con un pallone da basket: un compagno palleggia, l'altro guida con la voce gli spostamenti, i cambi di mano e di direzione (avanti, indietro, mano destra, mano sinistra, ecc). In situazione di gioco utilizzare la voce o una battuta di mano per entrare in possesso della palla.

Ascolta il rumore

Come? Palleggio a coppie nella pallavolo. Porre l'ascolto sul rumore che produce il contatto della mano sulla palla.

Perché? Per migliorare la tecnica del fondamentale. Il suono cambia se la palla è palleggiata correttamente, accompagnata o schiaffeggiata.

Varianti: analizzare il palleggio con una palla da basket o da calcio.

Partitura per band

Come? Scegliere alcuni fondamentali del basket, della pallavolo, della ginnastica, del calcio e riprodurli con utilizzo della palla ascoltandone il ritmo esecutivo. Ad esempio:

- palleggiando, scandiamo le semiminime con il pallone da basket;
- esprimiamo la cellula composta di due crome, lanciando e riprendendo la palla contro il muro;
- rileviamo la continuità del rotolamento della palla, ritmando quattro sedicesimi;
- palleggiamo con il pallone da calcio sul ritmo delle terzine.

Perché? Il peso e la consistenza dei diversi palloni determinano azioni e suoni differenti. La palla è un ottimo strumento didattico per educare all'ascolto e all'internalizzazione del ritmo esecutivo.

Varianti: l'esecuzione della partitura può essere, come in una band, individuale, a canone, all'unisono, ecc.



› Scuola secondaria di 2° grado – 2° biennio

A tempo di musica

Come? Sottoponendo l'ascolto di diversi brani musicali palleggiare a tempo di musica.

Perché? Il ritmo induce al movimento. Quando ascoltiamo un brano musicale, è spontaneo assecondare la musica, battendo il piede o le mani, facendo oscillare la testa o il corpo. Fondare l'ascolto sull'assecondamento del proprio ritmo interiore.

Varianti: palleggiare in spostamento, variare il numero dei palleggi, ecc.

Stacco con ascolto

Come? Dal solo ascolto del suono del corpo che, in movimento, colpisce il suolo, si può prevedere la corretta esecuzione dello stacco. L'onomatopeia di fonemi quali «taa – ta – tan» può ritmizzare gli ultimi appoggi della rincorsa.

Perché? La percezione sonora del pattern ritmico può aiutare ad acquisire e stabilizzare i passi che precedono lo stacco, nonché favorire il processo di apprendimento e la rappresentazione mentale del movimento.

Varianti: porre a confronto l'azione di stacco in diverse situazioni sportive. P.es. il 3° tempo nella pallacanestro; il salto in alto e in lungo in atletica leggera; la rincorsa e schiacciata nella pallavolo, ecc.

› Scuola secondaria di 2° grado – 5° anno

Corsa ad ostacoli

Come? Costruire un percorso ponendo delle barriere ad intervalli regolari. Si deve arrivare gradualmente all'altezza e alla distanza cui sono posti gli ostacoli di gara. Ascoltare l'esecuzione del percorso come se fosse un brano musicale suddiviso in battute, dove il ritmo progressivamente va incrementandosi. Associare la parola PA...SO al superamento dell'ostacolo e la parola BA...SE alla ripresa attiva della corsa.



Perché? Inventare e ripetere scioglilingua aiuta a concentrarsi sull'esecuzione del gesto motorio, e, in questo caso, può far superare la «paura da barriera» degli allievi.

Varianti: trovare altre parole, individuare diverse situazioni ritmiche ecc.

Vocabolario sportivo multilingue

Come? Confronto ritmico-sonoro fra parole di lingue diverse che descrivano la stessa azione:

- Passo – Pas – Step
- Salto – Jump – Saut...ecc.

Come cambia l'esecuzione motoria?

Perché? È necessario collegare la percezione uditiva ad un più generale rapporto con le diverse forme di linguaggio. Le voci possono essere usate proprio per il loro valore di suono, per la loro qualità ritmica e onomatopeica ed è evidente che l'accentazione ritmica, aspetto rilevante della percezione del suono, è fondamentale per il significato stesso della parola e del movimento.

Varianti: individuare delle frasi, osservare come varia il ritmo delle singole parole quando si legano l'una all'altra nel formare la frase stessa. Associare gesti o passi costruendo brevi sequenze.

Primo biennio

Conoscenze: percepire e riconoscere il ritmo delle azioni.

Abilità: riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche nelle tecniche degli sport.

Secondo biennio

Conoscenze: riconoscere e confrontare i ritmi dei gesti e delle azioni anche dello sport.

Abilità:

- Riprodurre e saper realizzare ritmi personali delle azioni e dei gesti anche tecnici dello sport.
- Saper interagire con il ritmo del compagno.

Quinto anno

Conoscenze: riconoscere il ritmo dei gesti e delle azioni anche sportive.

Abilità: cogliere e padroneggiare le differenze ritmiche e realizzare personalizzazioni efficaci nei gesti e nelle azioni sportive.