

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 10 (2008)  
**Heft:** 6  
  
**Artikel:** Occhio alle disparità  
**Autor:** Bignasca, Nicola / Häusermann, Stefan  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001587>

### **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>**

# Occhio alle disparità

Giocare con le differenze. Un compito difficile e stimolante per il docente di educazione fisica. Ma quali temi si prestano particolarmente per affrontare l'eterogeneità con il giusto approccio? Un manuale, fresco di stampa, affronta il tema di petto.

Nicola Bignasca, Stefan Häusermann, foto: Philipp Reinmann

## Abilità in vetrina

Ad ogni allievo si offre l'opportunità di mettere in vetrina i suoi punti forti e di migliorarli ulteriormente. L'attività comune stimola il transfert dell'apprendimento. Ciascuno progredisce nel limite delle sue possibilità senza che il proprio compagno ne venga penalizzato.



### Abilità in vetrina

Agli allievi viene assegnato un compito che poggia sull'esecuzione di un'abilità «aperta». Ad esempio: mantenersi in equilibrio o scivolare il più velocemente possibile. Ogni allievo «sceglie» l'attrezzo che gli è più congeniale (carrozzella, monopattino, motociclo, ecc.).

#### Come?

- Un allievo spinge una carrozzella pedalando in equilibrio su un monociclo.
- Scivolare con i calzini su un tappetino oppure prendere la rincorsa, spiccare un salto ed atterrare scivolando su un panno.
- A specchio: in coppia, svolgere alcuni esercizi di scivolamento. Se si usano le carrozzelle si consiglia agli allievi di svolgere l'esercizio disponendosi in colonna e non in rango.
- Scivolare svolgendo dei compiti aggiuntivi come ad esempio lanciare delle palline, giocare oppure palleggiare.

- Mantenersi in equilibrio bilanciando soltanto con un braccio oppure afferrando il manubrio solo con una mano.
- Inventare alcuni modi in cui scivolare e mostrarlo poi ai compagni.

**Andicap:** delimitare un quadrato posizionando due panchine in un angolo della palestra. Riempire questo spazio con dei palloni di pallavolo, di calcio o di pallacanestro. Alcuni allievi cercheranno di rimanere in equilibrio su un tappetone posto sopra i palloni. Per aumentare la difficoltà dell'esercizio, alcuni compagni cammineranno tra i palloni, riproducendo delle «onde».

#### Cosa osservare?

- Dove e quando gli allievi hanno bisogno di aiuto?
- Tutti gli allievi hanno svolto gli esercizi?
- In che misura gli allievi hanno migliorato la capacità di equilibrio?

#### Per saperne di più:

Häusermann, St.: *Mit Unterschieden spielen*. Herzogenbuchsee: Ingold editore 2008.



## Sfiorare i limiti

Ogni allievo, sia esso normodotato che diversamente abile, ha i suoi limiti che però può superare con il giusto aiuto. Molti compiti si possono assolvere solo in gruppo e mai individualmente.



### Il grattacielo

Il compito di ciascun gruppo composto di 10-12 allievi è di fissare un adesivo il più in alto possibile alla parete, senza oltrepassare un'altezza massima prestabilita. La parete può essere sfruttata soltanto come appoggio e non per arrampicarsi. Gli allievi che non svolgono l'esercizio si impegnano a garantire la sicurezza dei compagni.

#### Come?

- Salire e rimanere in equilibrio su una carrozzella, successivamente attaccare un adesivo alla parete.
- Attaccare l'adesivo alla parete salendo su una sbarra. Attenzione agli aspetti di sicurezza.

#### Varianti:

- l'attraversata: disporre tutti gli attrezzi nella palestra. A gruppi, arrampicarsi da un attrezzo all'altro senza mai toccare il pavimento con i piedi;
- suddividere la classe in gruppi di cinque allievi. Ogni team inventa un percorso a tema agli attrezzi (ad esempio la rotazione in avanti sul tappeto, al trampolino, alla sbarra, sul cassone, ecc.) della durata di circa due minuti e che poi proporrà agli altri gruppi.

**Andicap:** in coppia. Svolgere gli esercizi descritti sopra, ma con delle difficoltà aggiuntive, ad esempio:

- bendati;
- senza poter utilizzare un braccio;
- senza parlare;
- legando due allievi alle caviglie con una corda.

#### Cosa osservare?

- Riconosco i miei limiti e riesco a non spingermi oltre?
- Sono in grado di motivare i compagni?
- I compagni si fidano di me?

## Stimolare il confronto

Spesso la lezione di educazione fisica viene «strumentalizzata» per raggiungere quegli obiettivi sociali, legati al fair play e alla collaborazione vicendevole, su cui è più difficile insistere nelle altre lezioni. L'intento è nobile anche se non deve andare a scapito di un sano confronto-scontro tra gli allievi.



### Airbag

Due allievi appoggiano la propria pancia su una Swissball. Entrambi cercano di spingere l'avversario (palla contro palla) oltre la linea di fondo campo avversaria. Al termine di ogni prova i giocatori si stringono amichevolmente la mano oppure si danno una pacca sulla spalla. Le coppie che lo desiderano possono inventarsi un proprio rituale di saluto.

#### Come?

- Prendere poca rincorsa. Attenzione a non cadere sulla schiena.
- Svolgere lo stesso esercizio ma su un tappetino. Perde chi per primo tocca il pavimento con un piede.
- Due gruppi si dispongono alle pareti opposte della palestra. Tutti gli allievi, inizialmente, poggiano le spalle al muro. Ad un segnale attraversano la palestra ad occhi chiusi. Due allievi (i poliziotti) vegliano a che i compagni non si scontrino.
- In piscina: due allievi afferrano un pull-boy o una tavoletta. Ognuno cerca di spingere all'indietro l'avversario.

**Andicap:** due allievi si siedono ognuno sul proprio skateboard. Li separa un tappetino posizionato verticalmente. Entrambi gli skater spingono il tappeto cercando di farlo cadere nel campo avversario.

#### Varianti:

- in ginocchio sulla tavola, mantenendo gli occhi chiusi;
- tenere una mano dietro la schiena;
- sedersi sul pavimento e spingere il tappeto con i piedi.

#### Cosa osservare?

- Quante volte sono riuscito ad impormi sull'avversario?
- Sono rimasto concentrato durante lo svolgimento degli esercizi?
- Ho adottato delle particolari strategie?



## Tutti a rete

Una delle gioie più grandi che le attività motorie e sportive sanno dare è sicuramente quella di segnare una rete o di colpire un bersaglio. Il livello di autostima ne trae un sano giovamento. Non sempre però tutti gli allievi comprendono il senso autentico di queste forme di gioco in cui sono permesse svariate varianti di marcare dei goal.



### Calcio a go go'

Due squadre giocano 7:7 su una porta (panchina, tappetino, porta di pallamano). Nel campo sono delimitate due zone in cui gli allievi sono obbligati a rispettare alcune regole particolari.

#### Come?

- Effettuare almeno tre passaggi prima di calciare la palla in porta.
- Nelle due zone i giocatori possono passarsi la palla anche con le mani.
- Nelle due zone vengono posizionate altre due porte.
- In ogni zona può giocare soltanto un giocatore per squadra. Tutti gli altri giocatori devono rimanere all'esterno.
- Quando il giocatore che conduce il gioco viene toccato dall'avversario in una delle due zone, gli consegna la palla.

**Andicap:** due allievi sono legati con un nastro o con un elastico alle caviglie.

#### Varianti:

- Un componente di ogni coppia è bendato e può calciare la palla in rete, mentre il compagno può effettuare soltanto dei passaggi.
- Calcio-seduti: i giocatori si spostano nel campo e calciano la palla rimanendo sempre seduti (il sedere poggia sul pavimento).

#### Cosa osservare?

- I giocatori sono in grado di gestire le situazioni di gioco?
- Tutti i giocatori hanno calcinato almeno una volta la palla in porta?
- Ci sono dei giocatori che non si sono integrati nel gioco di squadra?

## Misurarsi vicendevolmente

Come valutare le prestazioni in modo tale da poterle confrontare vicendevolmente senza penalizzare gli uni o gli altri? Il compito non è sempre di facile soluzione. In ogni caso bisogna elaborare una scala di valutazione individuale che neutralizzi le differenze iniziali.



### Percorso di arrampicata

Gli allievi normodotati si arrampicano sulle pertiche disposte verticalmente o in modo obliquo. Gli altri allievi svolgono un compito «orizzontale». Viene fissata una corda alle spalliere o alle sbarre parallele: gli allievi si dispongono in carrozzella, su uno skateboard o su un piccolo tappeto e raggiungono la meta tirando la fune. Chi ha superato per primo una certa distanza?

#### Come?

- Chi avanza in orizzontale è l'orologio umano. Quando raggiunge la meta, chi sale le pertiche si ferma e si confrontano le prestazioni.
- Salire strisciando lungo un piano inclinato (ad es. una panchina appoggiata alla spalliera) utilizzando soltanto la forza delle braccia.

**Andicap:** arrampicarsi sulle spalliere, sulle sbarre, alle pertiche o su altri attrezzi della palestra rispettando le seguenti regole:

- un allievo guida il compagno con gli occhi bendati lungo un percorso prestabilito.
- arrampicare in cordata composta di un massimo di cinque allievi. Il primo della cordata tiene gli occhi aperti, mentre tutti gli altri li hanno bendati.

#### Cosa osservare?

- Sono in grado di valutare le mie capacità?
- Accetto le critiche e i consigli dei compagni?
- Ci correggiamo vicendevolmente e ci diamo dei consigli per migliorare?