

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Se ne sentiva il bisogno  
**Autor:** Grötzinger Strupler, Christa  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001266>

#### 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>**



## Si aprono nuovi orizzonti

La fase di introduzione di «G+S-Kids» si concluderà a fine anno 2009. Al fine di agevolare la messa in pratica della filosofia di questa nuova offerta, verrà pubblicato all'inizio del 2010 un nuovo manuale, che supporterà le monitrici e i monitori G+S-Kids nel loro lavoro con bambini dai 5 ai 10 anni. Esso è stato denominato «G+S-Kids Toolbox» e contiene fra gli altri i due fascicoli «G+S-Kids – Nozioni teoriche» e «G+S-Kids – Esempi pratici». I nostri due dossier principali, pubblicati da pagina 8 a pagina 15 e da pagina 24 a pagina 29 presentano i contenuti di queste due guide didattiche.

Ringraziamo il team «G+S-Kids» per il loro sostegno nella realizzazione di questa monografia dedicata ai bambini dai 5 ai 10 anni.

Contatto: [js-kids@baspo.admin](mailto:js-kids@baspo.admin)



Da sinistra:

Daniel Friedli, responsabile della formazione dei quadri di G+S-Kids e capodisciplina G+S Snowboard, Claudia Schönsleben, assistente amministrativa di G+S-Kids, Christoph Nützi, capodisciplina G+S-Kids, Patricia Steinmann, responsabile del programma G+S Kids nelle scuole e docente di educazione fisica presso la classe modello di Macolin, Thomas Richard, responsabile di G+S-Kids nell'ambito delle società sportive e capodisciplina G+S Badminton

# Se ne sentiva il bisogno

Occhi che brillano di gioia, guance rosse e grande entusiasmo. Renata S. è docente di scuola dell'infanzia e conosce le reazioni dei bambini, quando ogni mercoledì svolge la lezione di educazione motoria nella piccola palestra. Un compito affascinante ma non privo di difficoltà.

Christa Grötzinger Strupler; foto: Ueli Känzig

**N**ell'aula del suo asilo Renata sa perfettamente cosa può esigere dai suoi bimbi. Ma in educazione fisica il discorso cambia: quanto a lungo si può stimolare il sistema cardiovascolare di allievi di 5-6 anni? Quali giochi si possono proporre e come adattarli alla situazione con variazioni semplificate o più complesse? A questa età tutti i bambini debbono già saper afferrare una palla con le mani? Domande pertinenti e puntuali che richiedono una risposta precisa.

## Un insegnamento adeguato

Renata S. si iscrive ad un corso di G+S-Kids. Oltre a seguire lezioni pratiche riceve un nuovo manuale: «G+S-Kids – Nozioni teoriche». La guida didattica si rivolge a tutti coloro che si occupano di bambini dai 5 ai 10 anni a scuola e nelle società sportive. Il fascicolo riassume in una cinquantina di pagine le conoscenze più importanti inerenti allo sviluppo psicofisico in questa fascia d'età. Per Renata S. è una miniera di informazioni che le permetterà di proporre un insegnamento dell'educazione fisica e sportiva adeguata ai suoi allievi.

## Nozioni concise

Il manuale è suddiviso in due parti. Il primo capitolo affronta i temi psicologici più importanti, come la motivazione, le emozioni, il coinvolgimento dei coetanei, l'apprendimento sociale, l'attenzione, l'apprendimento a corto e a lungo termine, la fiducia in sé e la prospettiva sociale. La seconda parte descrive il corpo – denominato «*physis*» – e lo sviluppo delle componenti fisiche e motorie dei bambini dai 5 ai 10 anni. L'attenzione è posta su quei fattori che determinano la capacità di prestazione motoria come la coordinazione, il sistema cardiovascolare, il rafforzamento muscolare, la velocità, le ossa e la mobilità articolare.

Ogni capitolo viene introdotto con un riassunto delle nozioni di base che ogni monitor G+S-Kids deve conoscere per poter impartire un insegnamento adeguato. Queste informazioni entrano subito nel nocciolo della questione e forniscono gli elementi-chiave per preparare la lezione in poco tempo. I riferimenti al manuale «G+S-Kids – Esempi pratici», una sorta di appendice al manuale di base che offre una vasta scelta di esercizi e giochi, completano la sintesi. In questo modo, le conoscenze teoriche possono essere applicate in modo ottimale nella lezione di educazione fisica e sportiva. La seconda parte fornisce l'approfondimento necessario a chi desidera saperne di più sui singoli argomenti e, in particolare, scoprire come il tema affrontato si manifesti concretamente nel bambino nel corso di questa fase di sviluppo. Questo approfondimento è da intendere come una specializzazione per i monitori che si interessano in particolar modo al tema specifico.

## Di ritorno all'asilo

Dopo aver partecipato al corso di formazione e con la guida didattica in mano, Renata S. si sente più a suo agio di fronte ai suoi rumorosi e sorridenti bambini desiderosi di sfogare il loro bisogno innato di movimento. «Il manuale mi dà sicurezza. Affronto le lezioni in modo più rilassato e per questo devo ringraziare gli autori di questa nuova guida didattica.» ■

*La dottoressa Christa Grötzinger Strupler dirige la redazione dei manuali didattici presso la Scuola universitaria federale dello sport di Macolin e si è occupata della revisione linguistica del nuovo manuale di G+S-Kids.*

*Contatto:*  
*christa.groetzinger@baspo.admin.ch*

## Ampliare il proprio repertorio motorio

Gli studi più recenti rivelano che molti bambini soffrono di una carenza di movimento, ossia non possono sfogare la loro innata propensione al movimento soprattutto perché non ne hanno l'opportunità. Per beneficiare dell'impatto positivo di una vita attiva il bambino in età tra i 5 e i 10 anni dovrebbe muoversi per almeno un'ora al giorno.

E qui subentra G+S-Kids il quale:

- propone una formazione e un perfezionamento di alta qualità per monitor G+S-Kids;
- amplia la gamma di attività polisportive regolari per bambini dai 5 ai 10 anni nell'ambito delle associazioni e nello sport scolastico facoltativo;
- consente di sperimentare il movimento in tutte le sue sfaccettature, di acquisire una gestualità di base completa e di ampliare il repertorio dei movimenti;
- sostiene il bambino nella ricerca dello sport che fa per lui;
- getta le basi per future prestazioni di punta nelle singole discipline sportive;
- stimola la percezione sensoriale del bambino, che sperimenta vari ambienti d'allenamento.