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: Un manuale per due livelli

Autor: Stuber, Alexandra

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001274

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: 18.08.2025

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

Un manuale per due livelli

Le lezioni di educazione fisica con i bambini sono una sfida stimolante. Occhi che brillano di gioia e guance rosse ricompensano il tempo dedicato all'organizzazione. Con il manuale didattico G+S-Kids le lezioni di movimento possono essere adattate all'età dei partecipanti, pianificate in modo differenziato e messe in pratica nella scuola dell'infanzia e primaria.

Alexandra Stuber; foto: Ueli Känzig

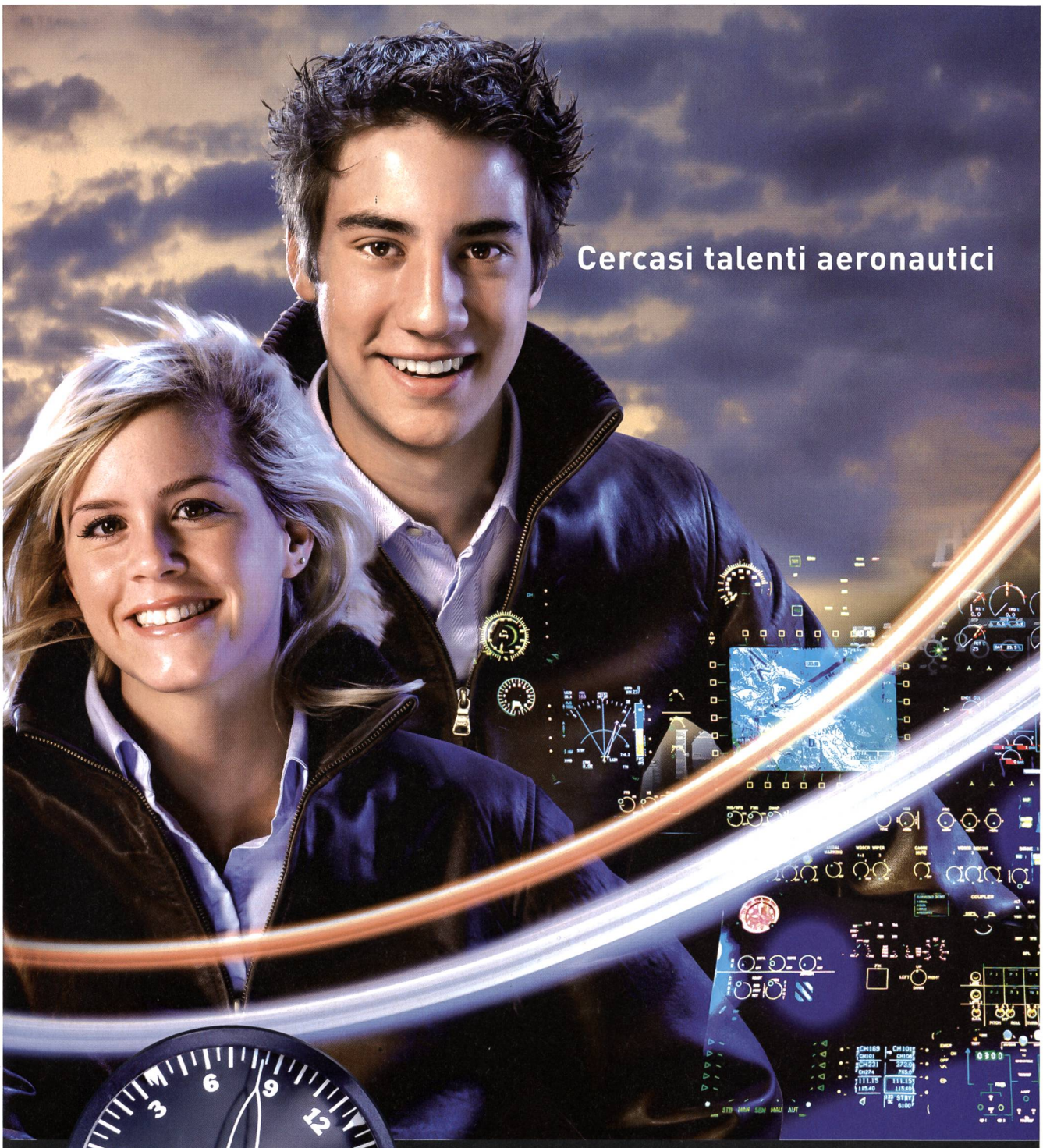
L'istinto instancabile di muoversi, il piacere di farlo e la capacità di entusiasmarsi sono peculiarità tipiche dei bambini di questa età. Gli impulsi sono assimilati immediatamente, si sperimentano nuovi movimenti e le acrobazie imparate sono mostrate con grande orgoglio.

Le sfide che i bambini di questa età lanciano ai monitori, rispettivamente agli insegnanti, richiedono una pianificazione e una preparazione differenziate dal punto di vista del contenuto nonché delle precise riflessioni sull'organizzazione e sull'impiego del materiale. Per tutte queste ragioni il manuale didattico G+S è il supporto ideale per chi lavora con le particolarità e le esigenze della fascia d'età in questione. Per me è prioritario fare una distinzione fra i bambini di 5 fino a 8 anni e quelli dai 7 ai 10, distinzione che riguarda soprattutto le predisposizioni. Di seguito descrivo le prospettive che inserisco nella pianificazione delle mie lezioni di educazioni fisica e il modo in cui utilizzo il manuale didattico G+S nella scuola materna ed elementare.

La mia lezione di educazione fisica

Per la pianificazione generale delle mie lezioni, che impartisco a diversi livelli (scuola dell'infanzia, prima e seconda elementare) ricorro ad una pianificazione annuale orientata non sui contenuti bensì sugli ambiti di competenze. E quelli descritti nel manuale (Correre/Saltare, Stare in equilibrio, Rotolare/Ruotare, ecc.) rappresentano la base ideale e il fatto che siano presentati con delle parole chiave e non formulati in modo particolareggiato facilita il compito al docente. Una pianificazione orientata verso le competenze si concentra sulla capacità, ovvero sulla forma di movimento base, e non su aspetti specifici o contenuti precisi.

Se in una lezione alla scuola dell'infanzia voglio introdurre l'argomento Rotolare/Ruotare pianifico e metto in pratica il contenuto nel modo seguente: innanzitutto penso ad ogni singolo allievo e al suo livello di sviluppo dal profilo della competenza «riuscire ad eseguire diverse rotazioni». Successivamente rifletto sulle varie possibilità (assi del corpo, situazioni) per rotolare, rispettivamente ruotare at-



Sognare di volare? Ognuno(a) può farlo. Tu vuoi di più. Vuoi che il tuo sogno diventi realtà, o meglio, vuoi che il tuo sogno diventi la tua professione. SPHAIR è l'organizzazione che ti può spalancare le porte verso un futuro nell'aviazione e ti prepara la strada per usufruire delle molteplici possibilità professionali offerte in questo campo. www.sphair.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Esercito svizzero
Forze aeree

SPHAIR

torno al proprio corpo e faccio capo al manuale (cap. Rotolare/Ruotare). In un'ulteriore fase di pianificazione seleziono il materiale e gli attrezzi di cui avrò bisogno e allestisco delle postazioni in cui i bambini possono ruotare (parallele, sbarra, anelli, suolo – con tappetini e tappetoni), combinandoli con un cassone, una palla, una panchina o una corda. Come ho già sottolineato non parto dal contenuto, o meglio dall'attrezzo, ma pongo l'accento sulle esperienze legate al movimento che suggerisce questa offerta variata.

Nella pianificazione, per ogni postazione prevedo un'alternativa più facile e una più difficile. Come docente rifletto sulle idee da concretizzare e preparo il materiale necessario in anticipo. Nel capitolo «Favorire la molteplicità», sotto la voce «Varianti» sono descritte con precisione queste possibilità di differenziazione ciò che costituisce un aiuto prezioso nella fase di preparazione.

Spazio alla creatività

Grazie alle indicazioni contenute nel manuale didattico allestisco le varie postazioni con degli esercizi introduttivi e finali adeguati. Il gioco «Il mago» si adatta perfettamente quale primo approccio alla competenza «riuscire ad eseguire diverse rotazioni», in particolare per il compito: eseguire una rotazione a scelta.

In questo modo si tengono in considerazione e si incentivano le predisposizioni dei bambini. Come esercizio finale o di ritorno alla calma si può formare una palla con il proprio corpo e poi allungarsi nuovamente (forma modificata dell'esercizio «Spaghetti»). Le proposte e le idee fornite dal manuale vanno associate ad una buona dose di creatività.

Una cosa è comunque chiara: non si può e non si deve mettere in pratica la competenza pianificata in modo isolato. Giocare, correre e saltare fanno parte anche delle lezioni dedicate a movimenti come rotolare e ruotare. In una pianificazione orientata verso le competenze sono fissate esclusivamente le priorità, in questo modo si garantisce una promozione globale del movimento.

Preparando una lezione si possono pure combinare i singoli movimenti base. Nella lezione di oggi, ad esempio, do la priorità allo stare in equilibrio, ai lanci e alle prese mirate a piccoli gruppi, alle oscillazioni agli attrezzi e realizzo le postazioni in base alle priorità scelte. In entrambi i modi di procedere tutto deve ruotare attorno alla varietà.

Durante l'infanzia, i bambini devono ampliare le loro competenze senza un orientamento specifico, ciò significa che in determinate situazioni sono chiamati ad assumere il comportamento adatto e a prevedere anche delle varianti. Un livello, questo, che si raggiunge grazie ad un vasto repertorio di capacità e alla possibilità di sperimentare ed esercitare continuamente questo genere di situazioni, diventando un po' più coraggiosi ad ogni tentativo.

Cambiare ambiente – condizione sine qua non

Un capitolo del manuale è dedicato all'importante e ricco tema del «Cambiare ambiente». La polisportività non dipende unicamente dal contenuto di una lezione, ma anche dall'ambiente in cui essa viene impartita. Sul pavimento di una palestra ci si muove diversamente che sul tartan, sul terreno di un bosco, sulla neve, sul ghiaccio o nell'acqua. Queste esperienze aprono nuovi orizzonti che purtroppo spesso i bambini a casa non hanno la possibilità di sperimentare con la stessa ricchezza di varianti. La loro percezione migliora e si diversifica e il bagaglio di movimenti si estende. Il cambiamento di ambiente per molti bambini rappresenta il momento topico della lezione di educazione fisica. Se una mattina dovesse nevicare improvvisamente prendo spunto dalla lezione sulla neve (pag. 48) e la adatto alle predisposizioni e alle capacità dei miei bambini. Gli

esempi contenuti nel manuale ispirano l'ora di educazione fisica a diversi livelli. Con i più piccoli, per esempio, l'organizzazione (eventualmente insieme ai genitori) assume un'importanza particolare. Secondo me, un insegnante con un'esperienza nella scuola media e media superiore dovrebbe interessarsi da vicino alla formazione G+S-Kids per approfondire i vari aspetti della categoria di età con cui ha a che fare (predisposizioni, particolarità e possibilità di utilizzare il manuale didattico). A mio parere è il modo migliore per prepararsi ad affrontare questa bellissima sfida.

Comunicare gli obiettivi

Per garantire una continuità alle lezioni di educazioni fisica è essenziale comunicare gli obiettivi prima di iniziare anche ai più piccoli. Se lo si fa con un linguaggio adatto essi affronteranno la lezione sapendo cosa li attende, cosa alleneranno o impareranno.

Un giorno, durante la ricreazione, un docente di prima elementare mi disse: «sai che i miei allievi (ovvero i miei ex allievi di scuola dell'infanzia) sono già tutti in grado di fare la capriola in avanti? Mentre preparavo le postazioni hanno chiesto pieni di speranza: oggi facciamo una capriola dietro l'altra, come una lavatrice?»

Questo genere di feedback regala molte soddisfazioni. La motivazione del docente e gli occhi dei bambini che brillano di gioia confermano che sono sulla buona strada. ■

Alexandra Stuber lavora come maestra d'asilo a Kappel e come pedagoga curativa alla scuola elementare di Kappel e Gunzgen ed è pure esperta G+S-Kids.

Contatto: alex.stuber@gmail.com