Esperienze gratificanti per tutti i bambini: I bambini vogliono essere sportivi

Contribuire a uno sviluppo positivo della personalità durante e attraverso lo sport scolastico è un tema ricorrente degli esperti di pedagogia dello sport. In questo intento, l'attenzione è focalizzata sulla promozione del concetto di sé.

Nella psicologia dello sviluppo e nelle scienze motorie, i ricercatori partono dal presupposto che il concetto di sé fisico («sono fisicamente forte») sia fondamentale per bambini e giovani e svolga un ruolo di grande importanza per la formazione del concetto di sé generale (cfr. Conzelmann et al. 2011, pag.41). Se un bambino ambisce ad essere sportivo ma ogni settimana, durante le lezioni di educazione fisica, ottiene cattivi risultati, questo può ripercuotersi negativamente sulla sua autostima.

Esperienze sportive gratificanti rafforzano l'autostima

Al contrario, questo significa che attraverso esperienze sportive gratificanti è possibile rafforzare la fiducia dei giovani in loro stessi. Sono determinanti la soddisfazione per il proprio aspetto, la fiducia nelle proprie capacità, la sicurezza con cui ci si presenta agli altri e il rapporto con il proprio corpo nonché aspetti sociali quali l'appartenenza (cfr. Team di formazione G+S 2020, pag. 5).

Affinché lo sport scolastico possa sviluppare il suo potenziale, dovrebbe consentire a tutti gli allievi di maturare esperienze gratificanti, che risveglino il piacere di muoversi e quindi un interesse duraturo verso lo sport in generale (cfr. D-CDPE 2015, pag. 2).

Buone attività – Promuovere presso Gioventù+Sport

Numerosi contenuti del **settore di attività Promuovere** nella concezione della formazione G+S si ritrovano nelle soluzioni proposte in questo tema del mese. In particolare i concetti *Rafforzare l'autostima, Promuovere un atteggiamento rispettoso e corretto, Vivere la varietà e Promuovere lo spirito di squadra* incidono positivamente sul benessere degli allievi meno performanti.

Per saperne di più

- Uno sguardo d'insieme grazie al clip sulle **competenze psicosociali** e al **video**

esplicativo
- Approfondire il tema o prepararsi al modulo di perfezionamento consultando la piattaforma online
- Ordinare il set di carte con i 2 campi d'azione e le 9 raccomandazioni
- Approfondire il tema con il corso online

Fonte: Rafael Bühlmann, docente di educazione fisica, fondatore di FunFit, esperto di sport scolastico G+S

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO