

Tutte e tutti fuori!: Perché è utile insegnare all'aperto

Numerose attività didattiche a scuola e durante la scuola dell'infanzia hanno luogo entro spazi chiusi. Tuttavia l'area esterna delle scuole e i dintorni offrono svariate possibilità di trasferire le lezioni all'aria aperta. I bambini hanno così la possibilità di sfogare al meglio il loro bisogno naturale di muoversi, giocare e scoprire.



Le lezioni all'aperto non comportano unicamente un cambiamento a livello di contesto didattico, bensì generano anche una serie di stimoli evolutivi importanti per un iter di apprendimento completo e per la valorizzazione del proprio spazio vitale (Kühnis et al. 2022). Esplorare, giocare insieme e misurarsi gli uni con gli altri all'aria aperta non stimola solo le capacità motorie, bensì favorisce anche le esperienze personali e sociali, essenziali per lo sviluppo della personalità e la promozione della salute dei bambini.

Risultati scientifici mostrano che l'insegnamento e la regolare permanenza all'aria aperta influiscono positivamente sull'attività fisica, le capacità motorie, di concentrazione e di cooperazione, il benessere, il comportamento ambientale e l'interazione dei bambini con la natura (Tremblay et al., 2015; Gray et al., 2015; Mygind et al., 2019; Chawla, 2020; Herrington & Brussoni, 2015; Becker et al., 2017). I bambini che trascorrono molto tempo all'aperto si muovono di più, giocano in maniera più variata, interagiscono socialmente e presentano una migliore consapevolezza di sé nonché salute mentale.

Benefici anche per gli insegnanti

Gli insegnanti spesso percepiscono in modo diverso i propri allievi durante le lezioni all'aria aperta rispetto a quelle svolte in aula. Le dichiarazioni degli insegnanti mostrano che benché una lezione all'esterno inizialmente richieda più sforzi, in genere offre l'opportunità di riflettere sui propri metodi e di adeguarli (Barfod 2022).

Le lezioni all'aperto non si ripercuotono positivamente solo sui bambini, ma offrono valore aggiunto anche agli

insegnanti. Generalmente, dopo una giornata trascorsa all'aria aperta gli insegnanti si sentono meno esausti rispetto ad una giornata passata in aula o in palestra. Tanto più spesso l'insegnamento viene proposto all'esterno, quanto maggiori saranno i vantaggi che ne derivano (ad es. una lezione di educazione fisica o una mattinata nel bosco alla settimana). Anche lavorare in tandem può essere di supporto.

Alternare regolarmente lezioni al chiuso e all'aperto

Conformemente ai piani di studio orientati sulle competenze, il primo compito educativo della scuola consiste nel consentire agli allievi di vivere esperienze culturali e curriculari variate, sviluppare competenze specifiche e interdisciplinari e stimolare l'identità culturale dei bambini e il loro senso di responsabilità verso l'ambiente e i propri simili (D-EDK, 2016; CDPE, 2011). In questo processo di sviluppo e di promozione, anche l'apprendimento in contesti sperimentali extrascolastici riveste una funzione importante. Il ricorso regolare a luoghi di studio al di fuori delle aule scolastiche (aree esterne in prossimità della scuola, spazi naturali e culturali nei dintorni) costituisce in tal senso una premessa importante



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO