

## Tema del mese 12/2016: Muoversi di più nella scuola dell'infanzia

Negli ultimi anni, il tempo che i bambini consacrano al movimento si è ridotto a causa di numerosi fattori. Questo tema del mese propone agli insegnanti delle scuole dell'infanzia delle idee per organizzare un programma mattutino all'insegna del movimento con attività «invernali».



Zone residenziali che non incitano più a fare movimento e a giocare, divieto di giocare negli spazi pubblici e tendenza a introdurre misure di sicurezza più severe spingono i bambini a passare sempre più tempo in spazi chiusi. Le attività ricreative sedentarie, come l'uso frequente dei media, spesso impediscono ai bambini di vivere le esperienze motorie di base. I movimenti fondamentali (camminare-salire-saltare in basso, correre-saltellare-saltare, rotolare-ruotare su sé stesso, tenersi in equilibrio, arrampicarsi-sospendersi-dondolare, tirare-ricevere, portare-spostare, tirare-strisciare) sono sperimentati ed esercitati meno sovente nel parco giochi o all'aperto.

Tutto ciò ha una grande influenza sullo sviluppo cerebrale del bambino e sulla sua motricità fine e globale. La scuola materna e la scuola rivestono perciò un ruolo importante dell'integrazione del movimento nelle lezioni. Ciò incoraggia anche i bambini a muoversi di più durante il loro tempo libero.

### Idee di movimento per delle serie differenziate

Gli esempi presentati in questo tema del mese dedicato all'inverno possono essere inseriti e applicati in modo variato e libero nel programma mattutino di un asilo. A fungere da base sono i movimenti fondamentali. L'insegnante estrae da una o più sequenze un esempio da svolgere coi bambini per un periodo prolungato. Attraverso la ripetizione, i bambini consolidano le loro capacità motorie e i diversi movimenti proposti contribuiscono a strutturare una mattinata nella scuola per l'infanzia, ciò che è di grande aiuto per sia per gli insegnanti sia per gli stessi bambini.

Assieme al movimento si esercitano competenze in altri ambiti, ad esempio il linguaggio, la matematica e la musica e ai docenti vengono presentate delle proposte per favorire lo sviluppo della motricità fine nei bambini. Il fascicolo contiene inoltre degli esercizi per delle transizioni in movimento e un ritorno alla calma e filastrocche e canzoni composte appositamente per questo tema del mese.

## Tema del mese

- [Muoversi di più nella scuola dell'infanzia](#) (pdf)

## Articolo

- [Progetti e piano di studio](#)

## Esercizi

- [Transizioni](#)
- [Giochi per radunare i partecipanti](#)
- [Sequenze guidate: movimento e linguaggio](#)
- [Sequenze guidate: movimento e matematica](#)
- [Sequenze guidate: movimento e musica](#)
- [Sequenze guidate: movimento e motricità fine](#)
- [Sequenze libere con laboratorio del movimento](#)
- [Sequenze guidate all'aperto](#)
- [Ritorno alla calma](#)

---

Fonte: Vanessa Bieli, Renate Dummermuth, Mélanie Eschler, Brigitte Ischer, Marianne Kühni, Anja Wili, Franziska Wirz



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO