

A scuola di coraggio: Lista di controllo per l'installazione

Durante la preparazione della lezione si deve prestare la necessaria attenzione alla sistemazione ed al riordino degli attrezzi. Di seguito riportiamo alcuni «trucchetti» sul modo più consono di maneggiarli. Si tratta di astuzie efficaci che facilitano notevolmente il lavoro di chi insegna.

Fare una piantina

- Fare un disegno della posizione.
- Diminuire al massimo i percorsi di trasporto degli attrezzi.
- Adattare la dimensione e la composizione dei gruppi al compito da svolgere.



Usare degli schizzi

- È più facile capire da un disegno degli attrezzi che da una spiegazione.

Partire da attrezzi semplici

- Utilizzare dapprima panche, cassoni, tappeti spessi e sottili.
- Usare gli attrezzi fissi: parete d'arrampicata, spalliere, ecc.
- Apprendere la tecnica adatta per maneggiare i diversi attrezzi.
- Dapprima verificare che gli attrezzi utilizzati (sbarre, parallele, spalliera) siano regolati, fissati e montati correttamente.

Integrare la sistemazione degli attrezzi in forme di gioco

- Integrare in forme di gioco la sistemazione degli attrezzi e combinarla con compiti supplementari.
- Lasciare libera una metà della palestra come spazio per giocare. Sistemare gli attrezzi nell'altra.
- Eliminare i tempi di attesa (i bambini che non fanno nulla danno da fare al docente!).

Concordare

- Mettersi d'accordo fra docenti (lasciare gli attrezzi dove sono, farsi aiutare dagli allievi più grandi a sistemare e a rimettere a posto gli attrezzi).

Ordine

- Pretendere e rispettare il massimo ordine nel deposito degli attrezzi.
- Sfruttare le pause della ricreazione (ciò che comporta in molti casi oltre 60 minuti di movimento).

Adattare gli orari

- Al momento di impostare gli orari fare in modo che le lezioni di educazione fisica di classi della stessa età si susseguano (pianificare mezze giornate nelle scuole dell'infanzia e nel primo ciclo delle elementari).
- Nelle scuole dell'infanzia richiedere all'inizio l'aiuto dei genitori.
- Radunare le tre lezioni singole in due della stessa durata (di circa 70 minuti).

Dall'asilo in poi

Le esperienze pratiche hanno dimostrato da tempo che già in età prescolare i bambini sono in grado di imparare a trasportare insieme degli attrezzi, a sistemarli e a riordinarli, e come questa attività sia molto utile a quell'età. Le molteplici esperienze motorie, sociali e cognitive che i bambini vivono durante queste lezioni e soprattutto l'entusiasmo con cui eseguono gli esercizi agli attrezzi giustificano l'enorme dispendio di tempo e di energia.

Fonte: [Baumann, H. \(2003\). A scuola di coraggio. Herzogenbuchsee: Ingold.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO