Tema del mese 11/2017: Il coraggio si impara

I bambini che frequentano la scuola materna e la prima e seconda elementare hanno capacità molto diverse. Le predisposizioni e l'età variano così tanto che gli insegnanti di educazione fisica spesso incontrano difficoltà a preparare delle lezioni adatte a tutti. Questo tema del mese mostra varie possibilità per coinvolgere e motivare i bambini timorosi e quelli più coraggiosi. Con grandi o piccoli sforzi.

Oggi, a scuola e all'asilo regnano grandi differenze fra i bambini a livello di capacità, comportamento, predisposizioni ed età. Ci sono bambini che iniziano la scuola materna e non hanno il coraggio di camminare su una superficie stretta, come una panchina. Soffrono di vertigini, hanno grossi problemi di equilibrio oppure semplicemente hanno paura di sperimentare. Per loro la palestra equivale a un «grande spazio pericoloso». I bambini paurosi hanno tendenza a «nascondersi» e, visto il numero sempre più grande di allievi per classe, spesso riescono bene nel loro intento e così durante le lezioni di educazione fisica non dedicano tempo a sufficienza al movimento.

Soddisfare i bisogni di tutti

Ma ci sono anche gli altri, i bambini che amano correre su panchine rialzate o arrampicarsi su parallele e pertiche. Hanno tantissime idee e sanno esattamente come sfruttare il grande spazio offerto loro dalla palestra. Le lezioni di educazione fisica devono soddisfare anche le esigenze di questi bambini, per questo motivo occorre puntare sulla differenziazione. Le postazioni presentate in questo tema del mese (a partire dalla pag. 4) sono ideali per incoraggiare i bambini più timorosi a muoversi. Ma anche quelli più forti e coraggiosi potranno approfittarne appieno sviluppando ulteriormente i loro punti forti e deboli e la loro creatività.

Immagini come fonte d'ispirazione

In questo fascicolo non viene descritta intenzionalmente nel dettaglio l'installazione delle varie postazioni. Le immagini parlano da sole. Nella parte dedicata alle postazioni principali viene menzionato il materiale necessario, gli obiettivi, i percorsi, gli aspetti legati alla sicurezza, ecc. In questo modo, i docenti hanno a disposizione delle idee che possono adattare a seconda dei loro bisogni e delle caratteristiche della classe di cui si occupano. E non da ultimo, è importante che i bambini diano una mano a preparare gli esercizi nelle postazioni. Evitando che trovino già tutto pronto, li si incoraggia infatti a lavorare con consapevolezza e a compiere dei progressi.

Tema del mese

- Il coraggio si impara (pdf)

Articoli

- Organizzazione e sicurezza
- Superare la paura

Esempi pratici

- Postazioni principali
- Postazioni annesse
- Circuito

Fonte: Miriam Rufer, maestra di scuola dell'infanzia alla scuola Unterleberberg di Hubersdorf

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO