

Tutte e tutti fuori!: Quali luoghi si prestano?

I bambini possono maturare esperienze variate nell'area della scuola, in un parco, durante delle passeggiate oppure delle gite nel bosco.

L'attività fisica all'aperto offre l'opportunità di conoscere e sperimentare diversi spazi favorevoli al movimento, contesti sportivi e terreni. Ambienti diversi ampliano la gamma di impressioni ed esperienze sensoriali, in particolare quando l'attività si svolge all'esterno: il vento che soffia, le nuvole che si muovono, una pioggia o una nevicata improvvisa, le foglie che cadono, gli insetti che ronzano, il ghiaccio e la sabbia calda arricchiscono l'attività fisica svolta all'aria aperta. Vale pertanto la pena di uscire regolarmente dal contesto (sportivo) abituale e scoprire altri spazi (favorevoli al movimento)!

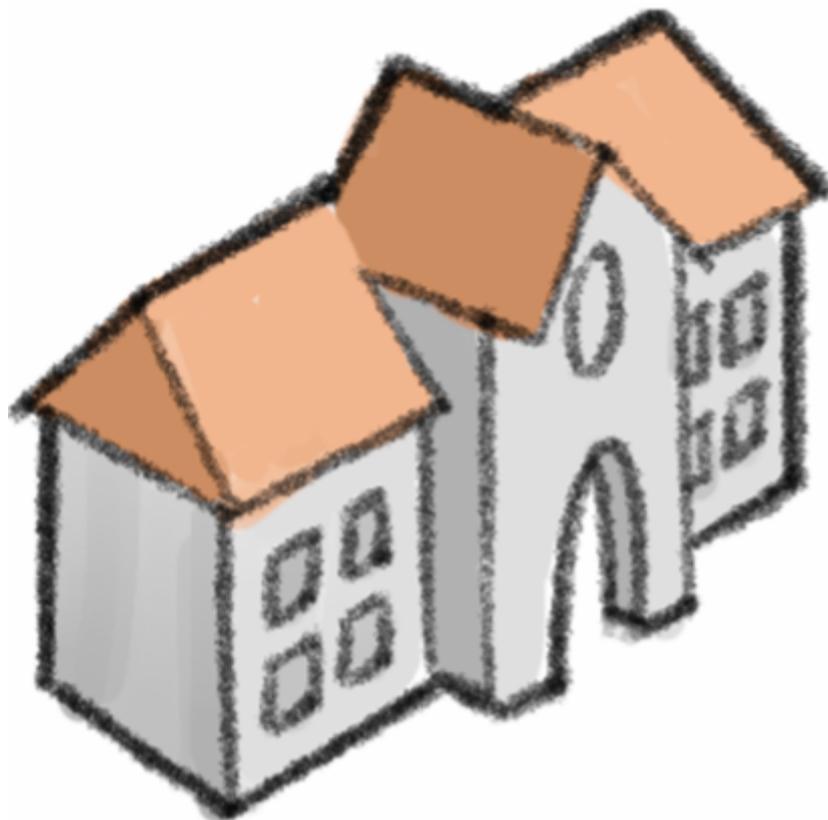


oggi i cortili delle scuole spesso si prestano allo svolgimento di attività motorie e offrono variate superfici di movimento e di gioco su suoli con caratteristiche diverse (asfalto, erba, superfici sintetiche, sabbia)

Nachfolgend stellen wir vier Draussen-Bewegungsorte näher vor::

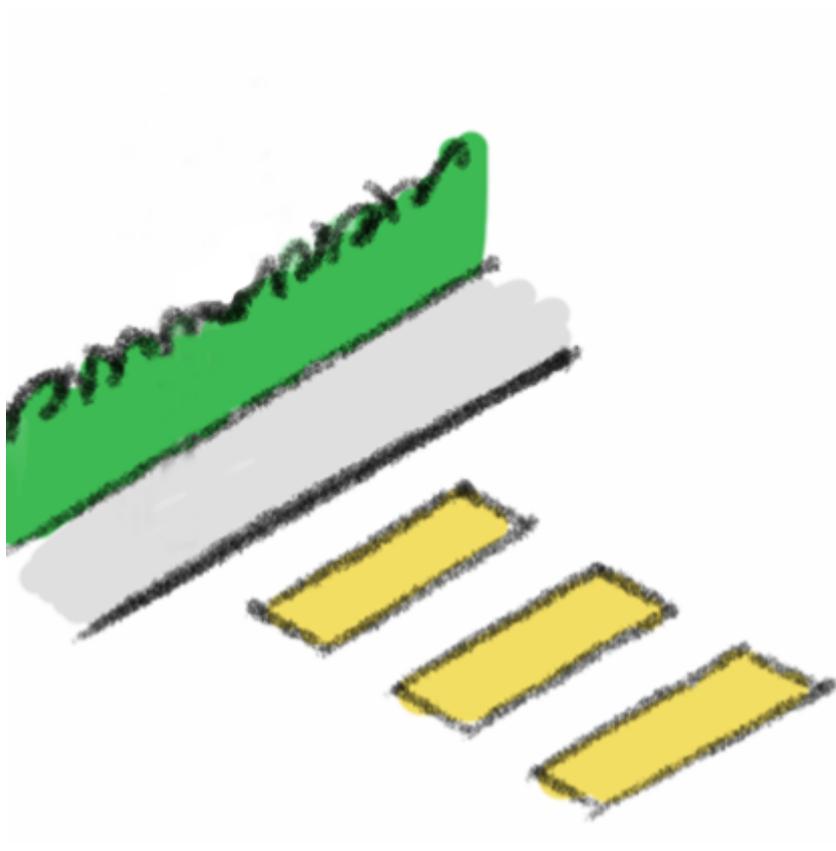
L'area della scuola

Attorno alle scuole ci sono diversi spazi favorevoli al movimento, raggiungibili in modo semplice e veloce: un'area ricreativa con diversi attrezzi, un parco giochi, un campo sportivo, delle scale, dei terreni naturali ecc. Benché le aree esterne favorevoli alla pratica di attività fisica e all'interazione con la natura possono variare a seconda della sede scolastica, in linea di massima si può insegnare all'aperto ovunque.



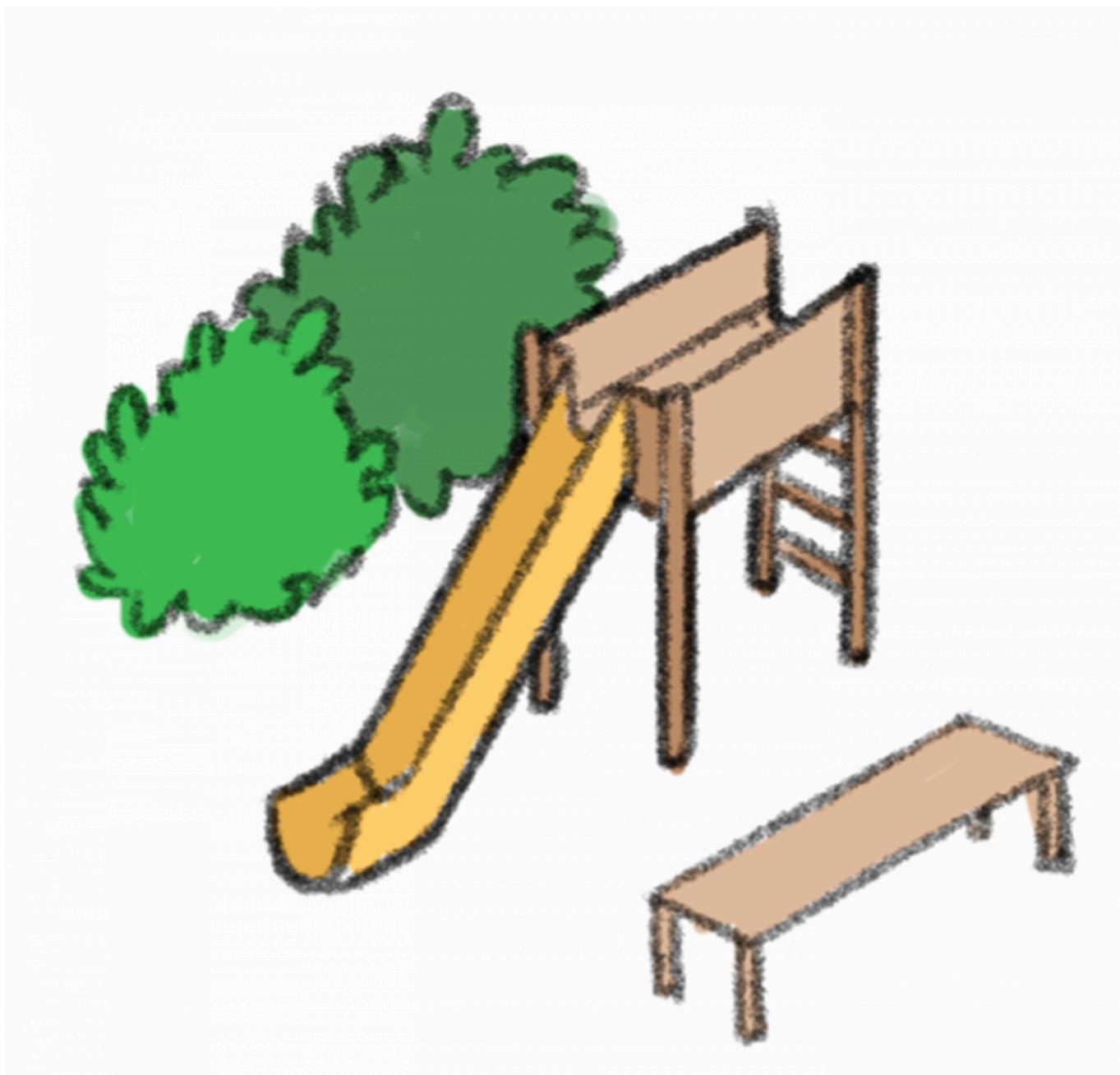
Passeggiate

Andare a spasso con in bambini è una bella attività ma complessa al tempo stesso. Con semplici astuzie organizzative e forme di gioco nell'ambito delle quattro categorie «passeggiare in sicurezza», «passeggiare cantando», «passeggiare esplorando» e «passeggiare giocando» è possibile tenere occupata una schiera di bambini in modo che il percorso diventi la meta.



Spazi pubblici

In città, molte scuole si situano più facilmente in prossimità di parchi che non di boschi. Lo spazio pubblico offre svariate opportunità a livello motorio. Poiché ai parchi pubblici accedono anche altre persone, occorre tuttavia una buona supervisione e flessibilità per gestire eventuali elementi di disturbo. I materiali naturali sono disponibili solo limitatamente, motivo per cui nei parchi è possibile utilizzare semplicemente lo spazio per muoversi o portarsi appresso materiale extra.



Il bosco

Il bosco come spazio vitale offre tanto da scoprire e da sperimentare. È uno spazio di gioco e di movimento fantastico, ma presuppone anche che si tenga conto di alcuni aspetti affinché i bambini possano muoversi in un contesto sicuro. Uno di questi è la protezione della natura. Nello svolgimento delle loro attività, i bambini infatti dovrebbero imparare ad avere cura della flora e della fauna.

Approfondimenti: [Der Wald-Knigge](#) (disponibile in tedesco e francese)





Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO