

## Tema del mese 02/2017: I rituali nello sport per i bambini

Chi insegna educazione fisica ai bambini sa che i rituali sono molto importanti per la buona riuscita di una lezione. Ma che cosa sono dei rituali efficaci in una lezione di educazione fisica o in un allenamento con bambini? Come si possono introdurre e quali opportunità offrono? Questo tema del mese affronta l'argomento presentando idee interessanti da mettere in pratica.



I rituali sono uno strumento molto importante per strutturare in modo chiaro una lezione, soprattutto nello sport per i bambini, perché li aiutano a orientarsi, favoriscono l'attenzione e infondono loro sicurezza, in particolare quando vengono inseriti all'inizio e alla fine della lezione o dell'allenamento, come pause o transizioni per garantirne un corretto svolgimento.

L'introduzione di rituali, in aggiunta a una serie di altri fattori, aiuta a evitare interferenze. Per raggiungere questo scopo la lezione deve essere basata sul rispetto reciproco, essere ritmata, priva di attriti e interessante ed efficace sia dal punto di vista dell'apprendimento che del movimento. Gli obiettivi di apprendimento possono essere raggiunti più facilmente grazie a una buona pianificazione dell'allenamento o della lezione e a istruzioni chiare.

### L'importanza della formazione continua

Le principali esigenze di Gioventù+Sport G+S sono una riproduzione ottimale dell'attività sportiva e dei contenuti messi in pratica senza elementi di disturbo. Per questo motivo G+S Sport per i bambini ha scelto come tema del perfezionamento per il 2017/2018 «I disturbatori nell'ora di educazione fisica o negli allenamenti» per invitare a riflettere sugli elementi di disturbo, sulle forme in cui essi si presentano e sui motivi da cui nascono, per poterle affrontare meglio e reagire correttamente. I monitori e esperti G+S dello sport per i bambini ricevono il fascicolo durante i moduli della formazione continua. La brochure è disponibile nello shop dell'UFSPÖ e anche al sito [www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch) > Discipline sportive > Sport per i bambini > Disturbatori.

## Applicazioni pratiche

Questo tema del mese approfondisce l'argomento dei rituali, chiarisce cosa li contraddistingue, ne presenta le forme esistenti e quali sono le loro particolarità. Inoltre sono messi in evidenza l'impatto che essi hanno bambini e i vantaggi dal punto di vista dell'organizzazione. Sono anche disponibili dei consigli per una buona pianificazione delle lezioni e una raccolta di rituali da adottare in svariate situazioni con cui insegnanti e monitori possono essere confrontati nel loro lavoro quotidiano.

### Tema del mese

- [I rituali nello sport per i bambini](#) (pdf)

### Articoli

- [Breve analisi dei rituali](#)
- [Come pianificare una lezione](#)

### Esercizi

- [Inizio della lezione e saluto](#)
- [Giochi introduttivi in cerchio](#)
- [Giochi con canzoni](#)
- [Ristabilire la calma/rituali per le pause](#)
- [Introdurre/terminare un gioco](#)
- [Commiato, fine della lezione](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO