

A scuola di coraggio: Saper gestire i rischi

Per sua stessa natura il bambino è curioso, ama provare cose sempre nuove e è dotato di una straordinaria capacità di valutazione e autovalutazione del rischio. Questo tema del mese presenta un metodo di insegnamento che vuole stimolare proprio queste capacità e che viene impiegato con successo da anni.



I bambini possono fare molto di più a livello di capacità motorie di quanto creda la maggior parte degli adulti. Il manuale didattico «Mut tut gut» (giunto alla sesta riedizione e disponibile in tedesco e in francese) si basa sul bisogno di fare movimento dei bambini e vuole incoraggiare i docenti dei livelli prescolastico e scuola elementare a proporre offerte di movimento sotto forma di postazioni con esercizi liberi focalizzate sul piacere della scoperta e il bisogno di muoversi.

Delle proposte che favoriscono movimenti come lo stare in equilibrio, rotolare, arrampicarsi, saltare, scivolare, sospendersi, oscillare agli anelli, fare delle capriole, sostenersi, ecc... Tali offerte non sono legate a obiettivi specifici, ma concernono piuttosto diverse capacità motorie e livelli di difficoltà e infondono ai bambini maggior sicurezza durante l'esecuzione dei movimenti.

Una buona prevenzione contro gli infortuni

Non si tratta di evitare ogni pericolo, bensì di saper affrontare e gestire delle situazioni di rischio adatte. Devono essere questi gli obiettivi dell'insegnamento. Apprendere ai bambini l'autovalutazione dei pericoli incoraggiando nel contempo il movimento e la percezione è un'ottima prevenzione degli infortuni. Anche la sicurezza dei movimenti assume un'importanza fondamentale dipende in stretta misura dalla capacità di

percezione e dalle competenze coordinative e condizionali.

Degli studi condotti da assicurazioni contro gli infortuni dimostrano che la promozione del movimento e della percezione, così come la capacità di superare le situazioni a rischio, permettono di ridurre il numero di infortuni nella vita quotidiana. Ciò significa riuscire ad affrontare i pericoli minori per poi essere in grado di confrontarsi con quelli più grandi! In parole povere: «s'impara a cadere solo cadendo!».

Un metodo affermato e collaudato

Per riuscire una lezione basata su offerte di movimento libere occorre prestare attenzione ad alcuni punti, primo fra tutti: una buona organizzazione. Durante lo svolgimento regolare di esercizi a postazioni, si consiglia infatti di lasciare tempo a sufficienza ai partecipanti per sperimentare l'installazione, l'assemblaggio e lo smontaggio degli attrezzi e le varie possibilità di eseguire i movimenti. La scelta delle postazioni dipende dai bisogni dei bambini menzionati poc'anzi.

Tema del mese

- [A scuola di coraggio](#) (pdf)

Articolo

- [Organizzare in modo professionale](#)

Aiuti

- [Lista di controllo per l'installazione](#)
- [Percorso con i dadi](#)

Esercizi

- [Equilibrio](#)

- Rafforzamento muscolare
- Rotolare e girare
- Scoprire il ritmo
- Saltare
- Oggetti volanti
- Emozioni

Fonte: Baumann, H. (2003). A scuola di coraggio. Herzogenbuchsee: Ingold.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO