Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 9 (2007)

Heft: 2

Artikel: "Più qualità ed intensità"

Autor: Zahner, Lukas

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001296

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Più qualità ed intensità»

Lukas Zahner // La scuola e i genitori devono collaborare maggiormente per combattere il problema dell'obesità infantile. A questa conclusione è giunto il responsabile della ricerca al termine della sperimentazione.

▶ **«mobile»: durante la presentazione dei risultati della ricerca che ha fatto in occasione della conferenza di Macolin, ha accennato a tre problemi di fondo, uno dei quali concerne «un maggior coinvolgimento dei docenti nell'insegnamento dell'educazione fisica». Cosa significa esattamente? Lukas Zahner:** constato sempre più spesso che i maestri di scuola primaria impartiscono le loro lezioni senza seguire una linea ben precisa. Ci sono insegnanti che, addirittura, non si cambiamo prima di iniziare la lezione o che fanno lavorare i loro allievi «lanciando semplicemente un pallone in mezzo alla palestra».

▸▸La lezione di educazione fisica è ormai troppo intrisa di pedagogia.◂◂

La questione è stata sollevata anche dal consigliere federale Samuel Schmid, quando disse che vi sono ancora degli insegnanti che impartiscono lezioni di educazione fisica ma che non hanno mai seguito un'ora di formazione di educazione motoria con dei bambini durante i loro studi.

Quali sono le carenze in ambito metodologico secondo lei? Da alcune osservazioni risulta che i periodi di movimento concessi ai bambini sono troppo brevi. Da una parte, questo va attribuito a delle forme di organizzazione inadatte che obbligano i bambini a lunghe attese davanti agli attrezzi. Durante i giochi di squadra, inoltre, sono generalmente gli allievi più forti, ovvero quelli che praticano sport anche durante il loro tempo libero, ad approfittare maggiormente, mentre quelli «più deboli» ricevono raramente la palla. È qui che nascono le prime esperienze negative, la sensazione di esclusione e si sviluppa una certa antipatia nei confronti del movimento. Ma constato anche un altro fatto, ovvero che la lezione di educazione fisica è ormai troppo intrisa di pedagogia.

Fra i cosiddetti bisogni primari dei ragazzini figurano i salti e i saltelli.

Gli alunni formano un bel cerchio e il docente controlla che i ragazzi si comportino bene gli uni con gli altri. Prendere in considerazione soprattutto gli aspetti sociali e organizzativi è sicuramente positivo, tuttavia nel nostro studio KISS abbiamo posto l'accento principalmente sulla qualità e sull'intensità del movimento.

Dunque, un ritorno alla prestazione fisica. Sì, ma non intesa come addestramento rigido, al contrario! I bambini dovrebbero essere stimolati a fornire delle prestazioni attraverso attività ludiche. La mia affermazione potrebbe sorprendere, ma i bambini amano veramente fare grandi sforzi. Fra i cosiddetti bisogni primari dei ragazzini figurano i salti e i saltelli ma anche le corse veloci che necessitano una certa dose di resistenza. Il docente deve dar prova di fantasia ed essere in possesso delle conoscenze giuste per offrire ai bambini una lezione di educazione fisica intensiva.

Quale potrebbe essere la soluzione a questo problema? Assumere anche a livello di scuola primaria dei docenti di educazione fisica con tanto di laurea universitaria? Non necessariamente. Il nostro progetto ha dimostrato che le due lezioni impartite da «professionisti» avevano influito anche sulle altre lezioni. Questi docenti diventano un punto di riferimento, una sorta di persona di contatto, e possono ad esempio fungere da consulenti nei confronti dei colleghi.

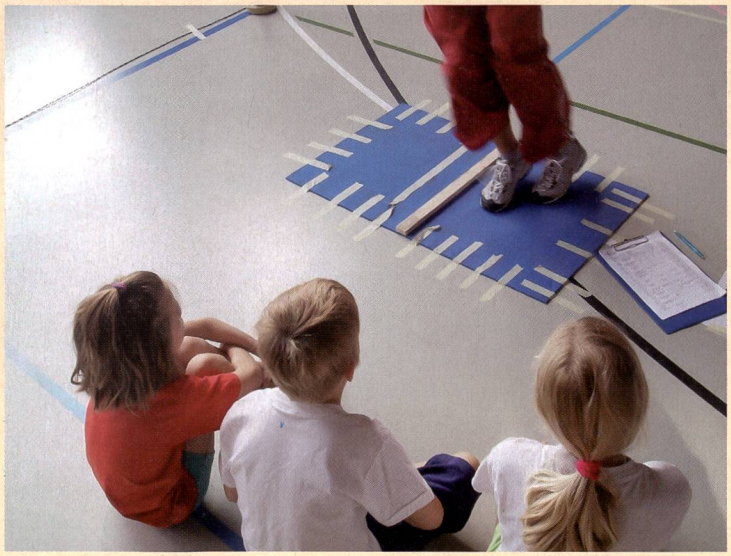
La reazione degli insegnanti è stata positiva? È stata molto positiva. Parecchi docenti, stando alle loro stesse dichiarazioni, erano giunti al punto di non conoscere più i loro allievi e il progetto ha dato loro nuovo entusiasmo. Gli insegnanti hanno potuto appurare che fare movimento può essere anche divertente, se quest'ultimo viene eseguito fino e non oltre lo sfinimento positivo.

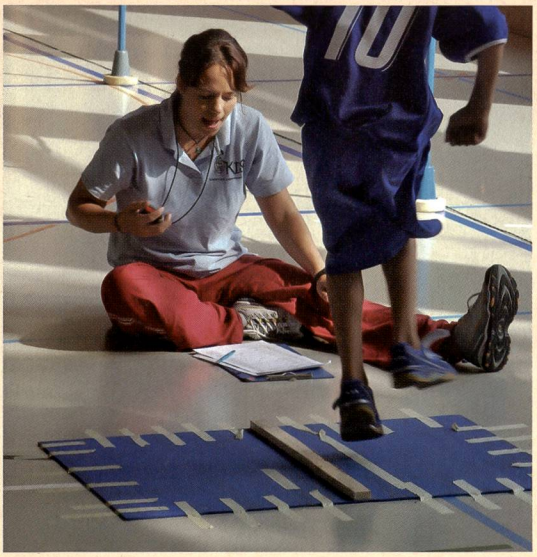
Queste lezioni, tuttavia, non sono gratuite. Certo che no. Ma bisogna anche sapere che, stando alle stime, il problema dell'adiposità ci costa annualmente 2,7 miliardi di franchi. Come ha affermato anche il consigliere di Stato argoviese Rainer Huber, colpendo esattamente nel segno, non esistono argomenti validi per replicare contro il finanziamento della prevenzione. Se non agiamo in questo modo, introducendo la qualità sin dalla base, in futuro saremo confrontati a problemi ancora più gravi.

Ma è giusto ricondurre il problema dell'adiposità unicamente al movimento? Naturalmente il problema è provocato da diversi fattori. Ciononostante, dal nostro studio emerge che, per quanto riguarda i bambini che abbiamo sondato, il problema è da attribuire principalmente alla mancanza di movimento e meno al comportamento alimentare.

»Molti genitori non sono consapevoli che i bambini copiano ed interiorizzano il loro modo di vivere sedentario.«

Il progetto ha dimostrato che le due lezioni impartite da docenti laureati in scienze motorie avevano influito anche sulle altre lezioni. Questi docenti diventano un punto di riferimento, una sorta di persona di contatto, e possono ad esempio fungere da consulenti nei confronti dei colleghi.





La salute delle ossa viene spesso citata come obiettivo da raggiungere. Quale ruolo assume il movimento in questo ambito? Le ossa dei bambini necessitano di sforzi per potersi sviluppare al meglio. Malgrado ciò, oggi, la vita dei più piccoli è orientata essenzialmente sulla comodità, quella comodità di cui approfittano gli adulti (tragitti in auto, scale mobili, ascensori,...). L'esigenza di saltare o saltellare non è un'idea nata nella mente di qualcuno, bensì è un bisogno primario. Con i bambini coinvolti nello studio KISS abbiamo eseguito molte forme di salti e i primi risultati mostrano che i ragazzini più attivi dal punto di vista del movimento presentano una miglior densità ossea.

Naturalmente, i genitori possono influire enormemente sull'atteggiamento dei loro figli nei confronti del movimento. Qual è il modo migliore per coinvolgerli? I docenti devono intraprendere un'opera di convincimento più incisiva per indurre i genitori a capire che i bambini hanno assolutamente bisogno di muoversi. Il movimento deve essere autorizzato e sostenuto, non impedito. Se al di fuori delle mura domestiche diventa sempre più pericoloso muoversi e si mettono a disposizione sempre meno spazi favorevoli al movimento, è necessario trovare delle valide alternative in un ambiente sicuro. Ed è indispensabile agire in modo mirato anche sull'ambiente sociale in cui evolvono i bambini, ad esempio dando da assolvere dei compiti all'insegna del movimento oppure fornendo ai genitori delle informazioni supplementari sull'argomento. Molti di loro infatti non sono a conoscenza della problematica e non si rendono conto che i bambini copiano ed interiorizzano il loro modo di vivere. //

Da sapere

Più tempo per la formazione

Nicolas Voisard // Ma è proprio vero che i maestri di scuola primaria non riescono ad assicurare un insegnamento di qualità in educazione fisica? Lo abbiamo chiesto ad un docente formatore presso un'Alta scuola pedagogica.

▶ Innanzitutto è importante sottolineare il fulcro di questa importante ricerca, che mira a raccogliere dati obiettivi relativi all'efficacia dell'insegnamento dell'educazione fisica a scuola. Essa s'iscrive nell'ambito di uno studio longitudinale, eseguito direttamente sul terreno, che coinvolge numerosi attori del sistema educativo e genera dei risultati tangibili e scientificamente fondati. Inoltre, Lukas Zahner e il suo gruppo di collaboratori si servono in modo ottimale dei mezzi d'informazione per sensibilizzare l'opinione pubblica e la classe politica. Si tratta di una ricerca assolutamente eccezionale che dimostra come si possano ottenere dei risultati con i mezzi giusti a disposizione.

Quanto è emerso dallo studio non mi sorprende. I risultati ribadiscono le conoscenze antecedenti secondo cui una lezione di educazione fisica ben concepita, ben impartita e orientata verso obiettivi di sviluppo motorio possa produrre degli effetti misurabili. La ricerca vuole dimostrare ai più le variabili che favoriscono l'apprendimento: la qualità del docente e la frequenza delle sedute e la loro intensità, due fattori questi ultimi che dipendono strettamente dal primo.

Tuttavia, l'utilità di questo studio sarà realmente percepibile se potrà contribuire a far cambiare le cose. E per raggiungere tale obiettivo a mio avviso non si può fare a meno di due elementi. Innanzitutto di maestri con una buona formazione in educazione fisica alle spalle, motivati e disposti a lavorare principalmente sullo sviluppo motorio (e non perseguendo obiettivi socio-educativi) e, secondariamente, trovare il tempo all'interno della griglia oraria per fare attività fisica. Se in questo ambito è stato tirato il campanello d'allarme è perché attualmente non si ha né l'una né l'altra cosa, salvo a livelli molto locali.

Tocca ai politici agire senza più tardare a favore della qualità della formazione in educazione fisica nelle Alte scuole pedagogiche. Formare un docente generalista in educazione fisica con 4-5 crediti ECTS, come si fa attualmente, è da considerare una mera utopia. //

› *Nicolas Voisard è docente formatore all'Alta scuola pedagogica del Canton Giura. Contatto: nicolas.voisard@hep-bejune.ch*