

EMOZIONI IN GIOSTRA

A cura di Antonio Daino e Marco Bussetti e dell'equipe del Progetto

“Nuove esperienze motorie per imparare di più”

Scuole primarie G. Pascoli e S.G. Bosco - I.C. VARESE 2

INDICE

Prefazione	Giuseppe Colosio	Pag. 1
Introduzione “Motto benessere polivalente”	Francesco Deleo	2
Le ragioni del progetto	Marco Bussetti	3
Nuove esperienze motorio/sportive per imparare di più	Rita Serafini	6
La motricità educativa	Centro Studi CSI	7
Le attività	Giovanna Mapelli	8
Il judo a scuola: progetti Judo	Stefano Speranza	9
	Michele Marano	11
Il pattinaggio su ghiaccio	Alessandra Buzzi	13
	Mirko Antolini	
L'equitazione	Laura Ferrari	16
L'equilibrio	Gabriella Frattini	19
Racconti e poesie	Allievi dell'I.C. Varese 2	21
Il diario		24
Le foto: in posa e nell'attività	Le classi della Pascoli e della S.G.Bosco	27
La Giostra delle emozioni	Antonio Daino	33
Analisi dei dati		37
Raccontare e disegnare lo sport	Antonio Daino	47
	Lisa Strusani	
Questionario insegnanti	Antonio Daino	49
	Marta Landini	
Questionario genitori	Antonio Daino	51
	Serena Giani	
Conclusioni	Francesco Deleo	55
	Giovanna Mapelli	
	Rita Serafini	
	Antonio Daino	
Le insegnanti del Progetto		57
Riflessioni in rima	maestra Monica	58

I disegni sono creazioni originali dei bambini

Le immagini sono tratte dalle pubblicazioni della presidenza Nazionale CSI.

Tutti i diritti letterari e artistici sono riservati

PREFAZIONE

Con vero piacere presento il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA, che ha visto coinvolti in un comune intento l'USR per la Lombardia e l'Istituto Comprensivo Varese 2 con tutto il suo staff.

Il valore di questo lavoro scaturisce dalla consapevolezza che, in un momento critico per la società in generale e per la scuola in particolare, possono nascere esperienze davvero significative per gli insegnanti, i bambini ed i genitori proprio a partire dalla costruzione efficace di un'offerta formativa di qualità.

Le indicazioni per il curricolo del Ministero Istruzione Università Ricerca (MIUR) per la Scuola primaria sottolineano l'importanza del movimento come elemento irrinunciabile di crescita e di apprendimento. Risulta quindi fondamentale sostenere l'educazione motoria e affettiva, a partire dalla popolazione più giovane, in un ambito certamente in grado di rivolgersi a tutti quale è quello della scuola.

Occorre che i bambini imparino a conoscere le proprie potenzialità e capacità psico-fisiche, con particolare attenzione a quelle emotive; a saperle usare con intelligenza; a divertirsi in maniera positiva, saper stare serenamente con i compagni, acquisire sane abitudini e corretti stili di vita.

Questo lavoro, caratterizzato da un approccio operativo, presenta le modalità secondo le quali l'insegnante può lavorare nella direzione sopra indicata, proponendo alla classe attività finalizzate al coinvolgimento, al sostegno motivazionale e alla sollecitazione dei diversi elementi culturali che caratterizzano la formazione della persona nei suoi molteplici aspetti.

Il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA intende quindi proporre un approccio culturale che trasformi l'istituzione scolastica in un luogo in cui gli allievi si sentano ascoltati, compresi, rispettati, seguiti con cura e legati ai compagni così come agli insegnanti, sviluppando in tal modo il senso di appartenenza alla scuola stessa e al più ampio contesto relazionale in cui essi vivono. Occorre tener conto di ciò che accade dentro e fuori la classe, dentro e fuori la scuola, sì da trasformare anche momenti di crisi personale in occasione di sviluppo delle proprie competenze emotive.

L'autonomia è lo strumento per realizzare la flessibilità dei curricoli, l'integrazione delle attività all'interno della scuola e in rapporto al territorio, la sperimentazione di interventi per il miglioramento dell'offerta formativa finalizzata alla crescita complessiva dello studente.

Da queste considerazioni è scaturita l'idea di documentare il percorso realizzato dagli insegnanti della Scuola Primaria dell'Istituto Comprensivo Varese 2, con l'auspicio che esso possa fungere da guida per lo sviluppo di iniziative che concernono l'educazione affettiva e motoria.

Si ringraziano il Prof. Marco Bussetti - dirigente responsabile delle politiche sportive dell'Ufficio Scolastico Regionale della Lombardia - e il Dott. Antonio Daino, suo diretto collaboratore, la cui capacità professionale è risultata fondamentale per il coordinamento e la realizzazione di questo lavoro.

Dott. GIUSEPPE COLOSIO

Direttore Generale

Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia

INTRODUZIONE “MOTTO BENESSERE POLIVALENTE”

Movimento come benessere dell'anima, uno spot inflazionato in questi ultimi decenni eppure poco “sfruttato” dal punto di vista meramente pratico.

Innumerevoli statistiche riportano ormai dati allarmanti circa la condizione fisica di alunni di qualsiasi ordine e grado e i relativi danni che derivano da questa insufficienza di attività motoria..

Le scuole sono piene di bimbi eccellenti nell'uso del computer, ma ahimé un po' meno brillanti nell'esprimersi con il proprio corpo in quelle che sono le abilità base come correre, lanciare, afferrare e similari. Più sovente capita che il corpo venga usato dai ragazzi impropriamente, facendosi male o, peggio ancora, arrecando danni ad altri a causa di gesti aggressivi e non calibrati; ma ancora, il corpo rappresenta un mezzo per sfogare quelle pulsioni che, anche per mancanza di movimento, necessitano di una via di fuga nell'intento di raggiungere un benessere psicofisico. La scuola oggi nei confronti della pratica sportiva viene investita dunque di un duplice compito ovvero valorizzare l'espressione corporea come abilità e movimento e utilizzare la pratica motoria stessa per il raggiungimento di capacità fondamentali per l'individuo quali la socializzazione, la relazione, la comunicazione e l'adattamento a persone ed ambienti di differente estrazione.

Tanti, tra illustri sportivi e non, sono gli esempi di persone che attraverso la pratica sportiva sia essa individuale o di gruppo, attestano successi in campo strettamente fisico come il superamento di una grave malattia, laddove il movimento ha rappresentato non solo una terapia, bensì anche un supporto psicologico alla situazione problematica. Senza necessariamente pensare all'aspetto terapeutico dato dal movimento, si corra semplicemente con la mente alle immagini di incontri sportivi tra popoli, dalle Olimpiadi alle competizioni, le quali hanno avuto il merito, da sempre, di riunire diverse etnie in nome dell'interesse per lo sport.

Per tali considerazioni brevi e sicuramente non esaustive dell'argomento, in qualità di Dirigente dell'Istituto Varese 2 “S. Pellico”, ho ritenuto un' "occasione" da non perdere il progetto “Motto benessere polivalente”, possibile grazie agli stanziamenti del Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia. Non a caso utilizzo l'espressione occasione dal momento che la proposta progettuale offre l'opportunità di riflettere circa i reali bisogni psicofisici dei nostri alunni e di stendere quindi, dalle considerazioni evinte, un percorso valido per la crescita educativa – didattica di ciascuno, nel rispetto delle tappe dell'età evolutiva, dei tempi e dei ritmi individuali.

Mi permetto di riportare anche delle considerazioni finali, a consuntivo, per ragionare in termini commerciali, a conclusione ormai del progetto che ha investito tutti gli alunni e buona parte dei docenti, riportatemi appunto da chi in prima linea ha “provato”, vissuto e “testato” la bontà e l'efficacia di tale intervento. L'esperienza ha permesso un'opportunità di crescita ad ampio raggio a tutta l'istituzione scolastica e rappresenta un trampolino di lancio per le future progettazioni, le quali dovranno prefiggersi quale obiettivo principale, innanzitutto il benessere dell'individuo a giovamento dello stesso e con ricaduta positiva nel piccolo gruppo così come nella società.

Il Dirigente Scolastico

Dott. FRANCESCO DELEO

LE RAGIONI DEL PROGETTO: “EMOZIONI IN GIOSTRA”

di **MARCO BUSSETTI**



Il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA, realizzato grazie al sostegno dell' Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia (Ufficio gestione e coordinamento delle attività sportive), rappresenta una delle azioni previste nel progetto di potenziamento dell'attività motoria, fisica e sportiva sul territorio regionale.

Il progetto può essere definito come un modello di “buone pratiche” per almeno tre ragioni:

- ha proposto agli insegnanti delle scuole che lo hanno prodotto uno strumento di sostegno per la diffusione di una sana cultura del movimento e dello sport;
- ha proposto alle famiglie un servizio che agevola la comunicazione con la scuola, ponendole nelle condizioni di comprendere il percorso scolastico del proprio figlio e di partecipare con un più alto livello di consapevolezza alla sua evoluzione;
- ha proposto alle scuole un'esperienza trasversale per la razionalizzazione degli interventi che concernono l'attività motoria, traducendo idee, sogni, aspirazioni dei bambini in azioni concrete sul piano educativo e formativo.

La condivisione delle finalità progettuali ha consentito di porre in relazione conoscenze, esperienze, riflessioni e abilità maturate negli anni passati finalizzandole al raggiungimento di un importante obiettivo comune, rappresentato dalla possibilità offerta ad ogni bambino di cimentarsi in compiti “motori e non solo” finalizzati alla scoperta della propria identità motoria, sportiva e affettiva.

L' Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia ha promosso, sostenuto e curato la realizzazione dell'iniziativa, attivando un lavoro di rete che ha avuto come effetto la sensibilizzazione del territorio varesino e la concretizzazione di una esperienza che da alcuni anni procedeva in modo informale, trasformandola così in un progetto strutturato, integrato e documentato.

In particolare in un contesto territoriale come quello varesino, dove la tradizione sportiva ha raggiunto dimensioni qualitativamente e quantitativamente rilevanti, l'impegno che l'USR ha assunto è quello di promuovere una politica di diffusione della pratica motoria e sportiva come abituale stile di vita a cominciare dalla scuola primaria.

Il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA si fonda principalmente sullo sviluppo integrato di due dimensioni fondamentali per l'evoluzione ottimale della personalità del bambino in formazione che frequenta la scuola primaria: quella motoria e quella emotiva.

LA DIMENSIONE MOTORIA

E' ormai da tutti riconosciuto che la pratica motoria costituisce uno degli strumenti più efficaci per la formazione della personalità, la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea. Oltre agli innumerevoli studi in campo scientifico che evidenziano i benefici condizionali e coordinativi per i soggetti in età evolutiva, ve ne sono altrettanti che dimostrano come l'attività motoria risulti determinante per la formazione del carattere, la cura della propria persona e del proprio benessere, lo sviluppo e il mantenimento di un corretto equilibrio psico-fisico, con il conseguente miglioramento della qualità della vita e di una positiva attitudine alla relazione sociale. Oggi si riconosce alle esperienze motorie un apporto determinante per lo sviluppo delle capacità cognitive e in particolare per il consolidamento dei concetti spaziali, temporali e di causa-effetto, così importanti ed indispensabili per il successo degli apprendimenti scolastici. Al contrario, la mancanza o la evidente carenza di sviluppo delle abilità motorie comporta un abbassamento delle

competenze cognitive, emotive e sociali degli alunni, fatto che si evince sistematicamente dalle indagini condotte a livello nazionale e internazionale, soprattutto nel contesto europeo.

Le *“Indicazioni per il Curricolo”* emanate dal Miur per il primo ciclo promuovono la conoscenza di sé, dell’ambiente e delle proprie possibilità di movimento. Tali indicazioni, infatti, privilegiano per l’alunno lo *“stare bene con se stessi per stare bene con gli altri”* e richiamano l’esigenza che nel curricolo dell’educazione al movimento confluiscono esperienze che riconducano a stili di vita corretti e salutari.

LA DIMENSIONE EMOTIVA

Il ruolo delle emozioni è alla base della vita sociale e relazionale e lo è anche nel processo d’insegnamento-apprendimento, in quanto esse vanno ad influenzare ogni capacità dell’individuo. Il sistema educativo presente nella nostra scuola tende a privilegiare soprattutto lo sviluppo di abilità cognitive trascurando in parte la sfera emozionale ed affettiva che, invece, ha una funzione centrale dato che il bambino, in ogni momento trascorso a scuola, è coinvolto emotivamente e manifesta diverse reazioni come gioia o sorpresa, tristezza o rabbia, o emozioni complesse di cui talvolta egli fatica ad essere consapevole.

Durante il processo di apprendimento è quindi importante coltivare l’intera personalità dell’allievo curando gli aspetti affettivi che hanno un ruolo fondamentale nella costruzione del Sé e dello sviluppo cognitivo. Si tratta di un percorso di educazione - formazione che mira ad una crescita armonica dell’essere umano, che permette anche il graduale sviluppo della sua consapevolezza globale.

La scuola, mettendo a fuoco la dimensione emotiva, diviene un sistema didattico attento ai bisogni e alle sensazioni del bambino e crea un clima favorevole alla crescita, all’ascolto e all’empatia. In questo modo, l’apprendimento risulta più profondo e più rapido rispetto ai metodi tradizionali d’istruzione; ciò è possibile nel momento in cui si considera il bambino come un *“unicum”* di intelletto e sentimenti, in cui mente e corpo sono di fatto un sistema inscindibile.

Il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA con le sue molteplici esperienze ed attività intende proporre agli allievi una cultura motoria che trasformi la scuola in un luogo in cui gli allievi si sentano rispettati, seguiti con cura, legati ai compagni e agli insegnanti, sviluppando così il senso di appartenenza alla scuola stessa.

Muoversi, giocare, competere insieme significa conoscersi, comprendersi, sviluppare procedure di coinvolgimento e di concertazione, affrontare problemi, risolvere conflitti, usare metodologie interattive e promuovere la cultura dell’accettazione e dell’accoglienza nel rispetto dei principi delle cosiddette educazioni trasversali. In questo modo si può utilizzare l’esperienza di EMOZIONI IN GIOSTRA come innesco per l’incremento della consapevolezza del circuito cognizione-emozione, secondo una modalità interdisciplinare.

Il binomio tra attività motoria ed esperienza emotiva consente agli allievi di misurarsi, di confrontarsi con la loro fisicità e i loro limiti, imparando così il rispetto per le regole e quello per i compagni.

La conquista di abilità motorie già praticate e soprattutto la possibilità di sperimentare il successo delle proprie azioni in situazioni nuove (cavallo - judo - ghiaccio) sono fonti di gratificazione che incentivano l’autostima dell’alunno e l’ampliamento progressivo della sua esperienza, arricchendola di stimoli sempre nuovi. L’attività motoria e sportiva, soprattutto nelle occasioni in cui essa fa sperimentare la vittoria o la sconfitta, ma anche quando permette di superare ritrosie e paure connesse con situazioni mai sperimentate, contribuisce all’apprendimento della capacità di modulare e controllare le proprie emozioni. Attraverso la dimensione fisico-motoria l’alunno, inoltre,

ha la possibilità di esprimere istanze comunicative e, a volte, manifestare disagi di varia natura che non riesce a comunicare con il linguaggio verbale. Partecipare alle attività motorie e sportive significa condividere con altri compagni, anche di culture diverse, esperienze di gruppo, promuovendo altresì l'inserimento di alunni diversamente abili ed esaltando il valore della cooperazione e del lavoro di squadra.

E' fondamentale dichiarare fin dall'inizio che l'impegno profuso nelle attività motorie coinvolge il bambino nell'interessa della sua persona, fatta di pensiero, corporeità, sentimenti ed emozioni, e consente così di realizzare quelle condizioni di empatia che agevolano l'apprendimento e l'interiorizzazione dei saperi disciplinari, delle regole su cui si fonda la convivenza sociale, nonché dei valori che sono patrimonio dell'Umanità e che partono dal rispetto di sé e dell'altro, percepito come persona, con cui condividere la voglia di mettersi in gioco, per competere correttamente.

Certamente le emozioni non si possono insegnare, non si possono regolamentare, non si possono prevedere, ma si possono progettare situazioni didattiche nelle quali ogni bambino può sperimentare e scoprire come lui - e soltanto lui - reagisce, si trova e si sente in quel determinato contesto.

In una società come quella di oggi, caratterizzata da scarse occasioni di gestione diretta e profonda delle relazioni, riuscire a collocare l'allievo al centro del processo educativo significa offrirgli la possibilità di crescere in un ambiente comunicativo ad alta valenza formativa.

Partendo da questa esperienza l'USR (Ufficio gestione e coordinamento delle attività sportive) per la Lombardia ha attuato un modello di governo centrato sulla funzione di regolazione, programmazione e controllo dell'attività che viene svolta sul territorio.

L'azione di programmazione, monitoraggio e valutazione consente da un lato di comprendere la validità delle scelte adottate in termini di programmazione e dall'altro di comunicare con chiarezza gli impatti dell'azione amministrativa sul territorio.

La verifica di quanto sarà attuato sul territorio è tanto più importante e assume funzione di pubblica utilità quando ad essere monitorati e rendicontati sono i progetti e le sperimentazioni che prefigurano nuove esperienze o indicazioni didattiche trasferibili ad altri contesti.

Il successo di questa iniziativa è da attribuire in primo luogo all'azione sinergica tra risorse e competenze di enti ed istituzioni che operano sul territorio provinciale. A questo riguardo è stato fondamentale il lavoro di raccordo tra l'USR, e l'Istituto Comprensivo Varese 2 che comprende le scuole Giovanni Pascoli e San Giovanni Bosco di Varese.

L'USR per la Lombardia è consapevole che è necessario investire sul sistema educativo e scolastico come luogo di esperienza, educazione e formazione dei bambini che saranno i protagonisti della società di domani.

Auspichiamo che la naturale evoluzione di questa esperienza sia l'istituzione di una rete provinciale in cui sia possibile disseminare i frutti del lavoro svolto dal progetto EMOZIONI IN GIOSTRA, così da estendere l'esperienza realizzata nell'anno scolastico 2009-10 ad altre realtà provinciali o regionali.

La scuola del terzo millennio deve avere il coraggio di guardare avanti, oltre l'emergenza quotidiana, per sperimentare strumenti, metodi e strategie che producano una serie di attività volte a promuovere politiche organiche, caratterizzate dalla condivisione di obiettivi, strategie e risultati attesi.

Il progetto "EMOZIONI IN GIOSTRA" realizzato dall'I. C. Varese 2 rappresenta un esempio paradigmatico di come la scuola possa rendersi protagonista e concretizzare un'idea di formazione di alta qualità, associata alla sperimentazione di nuovi percorsi didattici.

NUOVE ESPERIENZE MOTORIO-SPORTIVE PER IMPARARE DI PIU'

dell' insegnante RITA SERAFINI Referente per l'attività motoria nella scuola primaria

NELLE NOSTRE SCUOLE... negli ultimi anni, grazie ai fondi stanziati dal MIUR per il potenziamento delle attività motorie nelle scuole primarie, abbiamo attuato progetti con l'obiettivo di favorire l'alfabetizzazione motoria, riducendo la sedentarietà degli alunni con attività polisportive variate, a favore di un'acquisizione di comportamenti di stili di vita per il benessere psicofisico ed un miglioramento degli apprendimenti culturali, mediati dalla ricchezza delle esperienze motorie praticate. Anche la scelta di iniziative come "Stili di vita nella Scuola"¹ e come "Pedibus, a scuola camminando"², non rappresentano attività isolate, ma concorrono tutte verso il perseguimento di un obiettivo comune: il **BEN-ESSERE** dei nostri bambini. Di fronte ad una progressiva riduzione di spazi comuni protetti ed all'affermarsi, sempre in continuo divenire, del mondo ludico virtuale (che limita il movimento attivo a scapito di forme di dipendenza poco positive e volte all'eccesso), abbiamo sentito l'esigenza di compensare la salute ed il benessere degli alunni ampliando un'offerta di attività ludico-formative: abbiamo cercato di far capire l'importanza che rappresentano le abitudini corporee e come possano influenzare, sia negativamente che positivamente, la salute, nel pieno rispetto dei ritmi evolutivi dei bambini. Da qui è nata l'idea del progetto **"Motto benessere polivalente, nuove esperienze motorie - sportive per imparare di più"** per tutte le classi appartenenti alle scuole G. Pascoli e S.G. Bosco, situate nelle vicinanze dell'Ippodromo "Le Bettole" e del Palaghiaccio. Sempre nel rispetto dei ritmi evolutivi è stato possibile articolare n. 5 incontri per le classi I e II con classi III con il pattinaggio su IV e V con l'equitazione, attuati tutti scelto di integrare, in forma all'emotività, alla consapevolezza adattamento fisico e mentale con soggettiva dell'alunno. Pertanto "Giostra delle emozioni", un motorio/emotivo più articolato e strutturato per le classi III, IV, V (svolto in classe e nelle strutture sportive) ed uno più semplice per i bambini di classe I e II (svolto solo nelle palestre scolastiche) nella salvaguardia della completezza dell'educazione della persona. Ed è proprio con il nome **"Giostra delle emozioni"** che lo staff di progetto ha voluto intitolare questo testo, che vuole essere una raccolta di testimonianze delle esperienze vissute dai bambini, sotto la guida degli insegnanti e degli istruttori, con rappresentazioni grafiche, poesie, pensieri e foto. E' stata un'esperienza ludico-motoria diversa, a contatto con la natura, con animali, con situazioni pratico/ambientali particolari, che hanno contribuito ad arricchire un bagaglio di esperienze motorie fruibili come abilità trasversali, a favore di una maggiore integrazione degli alunni. Ogni singolo alunno è stato messo nella condizione di poter esprimere le proprie potenzialità, indipendentemente dalle esperienze pregresse, dalle disabilità o dalla cultura d'appartenenza. E questo per noi rappresenta un risultato che ci stimola a proseguire, nonostante i continui cambiamenti del mondo scolastico e l'impegno che ne comporta per una flessibile ed efficace attuazione.



¹Progetto attuato, in collaborazione con l'ASL di Varese, con cui gli alunni della scuola "G. Pascoli" e della scuola "S.G. Bosco" almeno un giorno alla settimana effettuano una merenda a base di frutta e/o verdura.

² Iniziativa attuata in collaborazione con i Servizi Educativi del Comune di Varese e l'Associazione Genitori, nei sabati di rientro, grazie alla quale gli alunni delle scuole primarie "G. Pascoli" e "S. G. Bosco" effettuano dei percorsi, in sicurezza, a piedi verso la scuola.

LA MOTRICITÀ EDUCATIVA

di Giovanna Mapelli e Luigi Francesco Ceconi
per il Centro Studi CSI di Varese



L'avviamento motorio/sportivo da privilegiare è quello scolastico: esso richiede un doppio impegno

- intellettuale, per comprendere cosa si deve fare;
- fisico, per imparare ad eseguire.

Entrambe le componenti concorrono allo sviluppo psicomotorio e pongono le basi per la coordinazione e lo sviluppo di possibili capacità tecniche. Se la motricità scolastica può essere potenziata con esperienze diverse da quella della palestra, magari utilizzando ambienti esterni, facilmente accessibili, è possibile

- provare nuove emozioni,
- verificare i limiti personali,
- ricevere sollecitazioni inusuali.

Questo testo raccoglie le riflessioni e le applicazioni che l'attività sportiva sperimentale svolta a Varese nell'anno scolastico 2009-10 ci ha suggerito: intendiamo condividerle, oltre che con i bambini, anche con i loro genitori. Abbiamo scritto a più mani, quindi daremo risalto alle diverse sfaccettature dell'attività svolta e al gradimento degli allievi e delle loro maestre.

Senza ombra di dubbio questa sperimentazione ha influenzato profondamente gli allievi della scuola ma anche:

- chi ha insegnato,
- chi ha partecipato in forma collaterale,
- chi ha svolto il ruolo di osservatore,
- chi ha raccolto i dati,
- chi ha redatto le conclusioni,

perché la **polivalenza sportiva** sa coinvolgere e offrire molti temi utili per gli allievi, in riferimento alla loro conoscenza, alla prevenzione, alla formazione e alla crescita, all'educazione, alla socialità disinteressata e spontanea, perfino all'orientamento verso interessi per il tempo libero.

L'attività motoria non è solo un modo privilegiato per liberare le energie e sviluppare le capacità fisiche, ma è uno strumento speciale per esaltare tutte le caratteristiche individuali di tipo affettivo, intellettuale e morale. Nell'ambito di una ordinata crescita psicomotoria degli allievi della scuola primaria l'avviamento a più specialità sportive forma il carattere e contribuisce allo sviluppo di una personalità armonica ed equilibrata, tramite anche l'esperienza di partecipazione alla vita di gruppo in situazioni speciali.



LE ATTIVITA'

di Giovanna Mapelli

La conoscenza del **JUDO**, dell'**EQUITAZIONE** e del **PATTINAGGIO**, l'influenza formativa di queste attività sugli allievi, l'esigenza di condurre la miglior sperimentazione possibile e di poter adeguatamente documentare e seguire tutti i contenuti di questo Progetto innovativo e la sua realizzazione, ha suggerito al Dirigente scolastico dott. Francesco Deleo di prendere accordi con il Centro Studi CSI, affidatario della promozione sportiva dei giovanissimi per conto del Centro di Formazione Fisico Sportiva del Comune di Varese.



Il C.S. CSI, che collabora da moltissimi anni con le società sportive minori del territorio, ha convocato le tre Associazioni sportive per svolgere le attività e ne ha certificato l'affidabilità alla scuola: si è impegnato a seguire la programmazione tecnico/didattica, fissare gli obiettivi per gli allievi e verificare che le lezioni rispettassero i canoni formativi di gradualità educativa, ludicità e sicurezza che devono caratterizzare ogni attività didattica. L'impegno ha compreso anche la documentazione di tutto il lavoro che è stato svolto.

Tutte le lezioni per le 15 classi, dalla classe 1^a alla 5^a, dei plessi scolastici "G. Pascoli" e "S. Giovanni Bosco", hanno preso l'avvio a partire dal 15 febbraio 2010, con un intervento alla settimana per 5 settimane consecutive, con personale qualificato. Andare in palestra o addirittura uscire dalla scuola per avvicinarsi ad uno sport in ambienti nuovi e protetti procura molta gioia, passione ed entusiasmo; se poi si ha la possibilità di provare uno sport nuovo e interessante, in strutture davanti alle quali si passa ogni giorno e che mettono un po' di soggezione perché sono grandi ed importanti, è il massimo che la scuola possa offrire!



IL JUDO A SCUOLA

Poiché l'attività motoria finalizzata è una componente del processo di sviluppo dell'individuo dalla nascita all'età adulta (sviluppo ontogenetico) e rappresenta un importante motore dello sviluppo intellettuale, è stato attivato un breve corso di Judo, impostato in forma educativa, per le classi prime e seconde, con lo scopo di incrementare l'attenzione e la concentrazione degli allievi e:

- migliorare la percezione di sé attraverso movimenti inusuali;
- integrare nel gruppo femmine, maschi ed elementi poco propensi al movimento;
- inserire nel gruppo le disabilità presenti nelle classi;
- facilitare l'integrazione degli alunni stranieri;
- promuovere comportamenti rispettosi dei compagni;
- contribuire a risolvere difficoltà di apprendimento;
- praticare il principio sociale: "tutti insieme per crescere e progredire";
- acquisire sicurezza e fiducia in sé.

"PROGETTO JUDO" a cura del **prof. Stefano Speranza** - Istruttore di Judo cintura nera I dan.
- che ha attuato il progetto nelle classi 1^aA e 2^aA della Scuola "San Giovanni Bosco".

A conclusione delle lezioni esprimo le mie considerazioni: è stata un'esperienza gratificante e positiva. Ho avuto la possibilità di insegnare una disciplina marziale che, oltre ad essere completa dal punto di vista dell'acquisizione degli schemi motori di base, è sicuramente educativa per i bambini che iniziano il loro percorso nel mondo scolastico.

Le lezioni sono state svolte seguendo un criterio preciso: l'approccio iniziale consisteva nel far apprendere le cadute del judo, in modo da "abituare" i bambini ad avere un contatto dolce con il suolo, senza creare pericoli per sé e per i compagni. Il concetto dell'imparare a cadere è forse il più importante nella costruzione dello schema corporeo, perché consente di allenare l'equilibrio globale del corpo, sul quale poggiano le capacità di controllo e di acquisizione della sicurezza individuale.

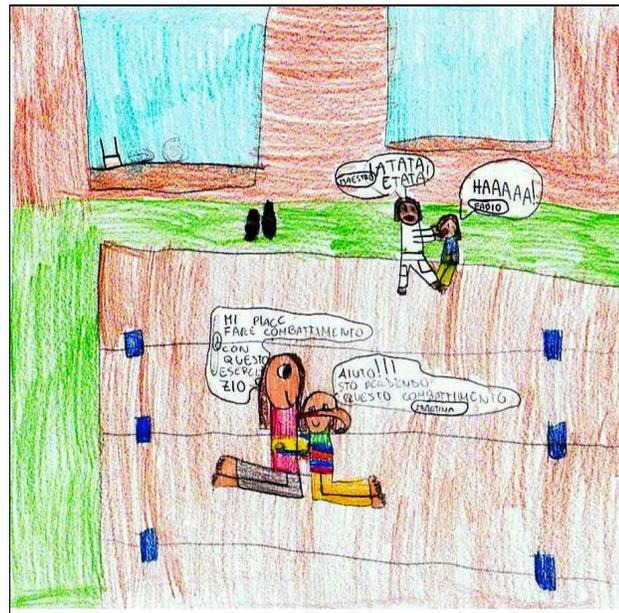
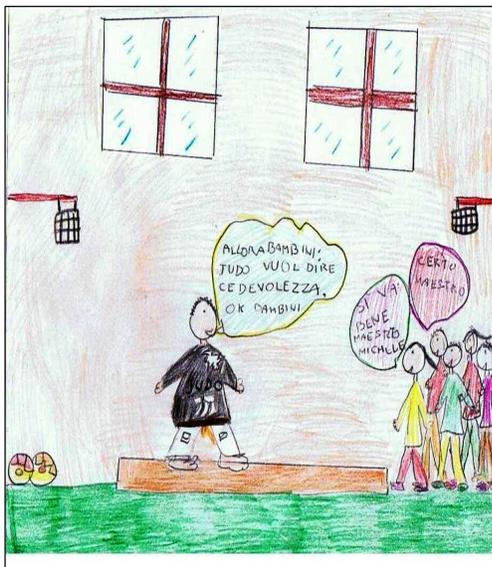
La parte tecnica era mirata ad insegnare semplici ed elementari tecniche di contatto, sia nei contrasti (lotta) al suolo, sia nei contrasti dalla stazione eretta.

L'ultima parte della lezione è stata dedicata al gioco, in cui si applicava tutto ciò che era stato insegnato utilizzando forme ludiche di confronto che per il Judo è "combattimento".

Il mio obiettivo primario è stato quello di trasmettere ai bambini l'idea di base che il judo non deve essere visto come uno sport "violento", ma al contrario come una disciplina divertente ed amicale che si può praticare solo stando bene insieme.

Spesso ho interrotto la lezione per spiegare, con degli esempi semplici, il rispetto delle regole e soprattutto il rispetto verso il proprio compagno che è "colui che mi aiuta a fare dei piccoli passi per migliorarmi" nel percorso sportivo, oltre che nel cammino quotidiano di crescita. Penso che rimarrà comunque un'esperienza speciale per tutti i bambini. Attraverso gli spunti che gli allievi e le insegnanti mi hanno offerto ho potuto variare le proposte pratiche, che si sono trasformate in scambio positivo e formativo per entrambe le parti. Spero si possa continuare con altri progetti simili in modo da insegnare, oltre alla parte motoria di base, fondamentale per queste età sensibili, anche forme di educazione e rispetto per i compagni, che il judo ha come principio basilare.

Ringrazio il Dirigente, insieme alla coordinatrice prof.ssa Rita Serafini per aver voluto il Progetto inserendo il Judo, ringrazio le insegnanti della loro partecipazione, tutti i bambini con i quali ho lavorato e l'equipe tecnica del Centro Studi CSI che mi ha dato l'opportunità di impostare il judo per i più piccoli.



“JUDO A SCUOLA” a cura del maestro **Michele Marano** – Istruttore di judo cintura nera III dan - che ha attuato il progetto nelle classi 1^aA, 1^aB, 2^aA, 2^aB della Scuola “Giovanni Pascoli”.

Dopo molti anni passati a insegnare judo nelle scuole medie come specialista, la proposta del Centro Studi CSI Varese di impegnarmi per la scuola primaria mi è sembrata un sogno che si avvera, certamente il riconoscimento che le basi di tale disciplina, applicate in forma educativa, possono contribuire alla maturazione psico-fisica dei giovanissimi.

Il Maestro di Judo nella scuola deve innanzi tutto essere un utile collaboratore dell'insegnante di classe. Nella mia lunga esperienza ho imparato che i bambini non hanno bisogno di un tecnico, ma di un maestro che li faccia giocare “bene”, che sia giusto nelle osservazioni, che sostenga anche il compagno più debole, che riesca a trasformare in leader positivo l'alunno disturbatore (“il solito incontrollabile”), che coinvolga anche il bambino meno capace (spesso deriso dai compagni) aiutandolo nell'esercizio fino a suscitare un applauso spontaneo.....

Il principio che ha sostenuto la programmazione dell'attività è stato quello di aiutare gli alunni a stare bene insieme, in amicizia e mutua prosperità, a imparare ad utilizzare nel miglior modo la loro energia, a migliorare la loro attenzione e la capacità di coordinazione. Durante gli incontri sono stati proposti:

- le forme di caduta (rotolamenti indietro, in avanti sulla spalla destra e sinistra);
- le forme di immobilizzazione al suolo, applicando il principio della cedevolezza;
- le forme di opposizione e contrasto al suolo;
- gli adattamenti alle spinte e alle trazioni utilizzando l'energia del compagno;
- piccoli incontri di lotta sul tatami con le regole di arbitraggio..

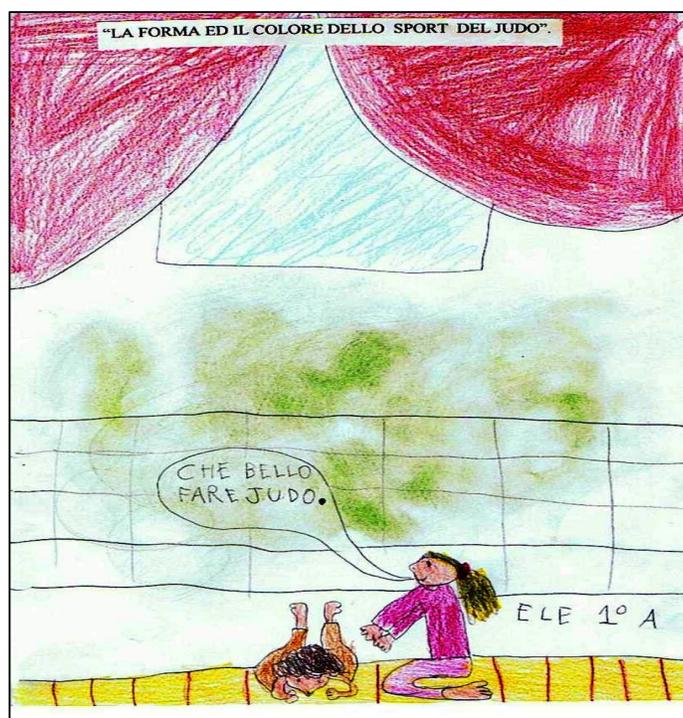
Al termine degli incontri sicuramente i bambini hanno capito che nello sport del Judo domina l'intelligenza e che la capacità di adattamento prevale sulla forza. Già dalla fase formale della lezione, che inizia e termina con il saluto in ginocchio come i samurai (ho raccontato un po' di storia), gli allievi hanno compreso il valore dell'ordine, del rispetto del compagno, del saper occupare lo spazio disponibile, adattandosi insieme agli altri su un tappeto/tatami di 4x6 metri, appositamente acquistato e utile per tante altre attività scolastiche.

Ho verificato che hanno compreso quando ispirare ed espirare durante l'esercizio motorio; ho notato che hanno raggiunto un buon controllo della capovolta, della verticale (con l'aiuto del maestro) e che hanno acquisito le coordinazioni necessarie per le traslocazioni crociate da proni e da supini, a sostegno dei processi di lateralizzazione.

Conclusioni: gli elementi di base del judo, prima di qualsiasi applicazione sportiva sono il pre-requisito fondamentale per una corretta evoluzione motoria, cognitiva e di salute del bambino. E' un'alfabetizzazione motoria che, comprendendo il saper cadere, lo strisciare, il rotolare, lo schivare rinforza i gesti atavici e offre nuove opportunità motorie di adattamento, idonee alla più giovane età.

Durante il corso l'insegnante di classe ha collaborato magnificamente, lavorando sul tappeto, tra lo stupore dei propri alunni che, nel lottare insieme finalmente, hanno potuto abbracciarla e immobilizzarla...Al termine del corso, gli insegnanti hanno manifestato consenso alla proposta di “judo/educazione”, (erano preoccupati che fosse una disciplina pericolosa) ed hanno recriminato: “Peccato solo cinque lezioni!”.

Fuori dalla scuola i bambini con entusiasmo indicavano alla mamma: "Quello è il maestro di Judo". Sono stato contento, ancora una volta, di giocare a fare il maestro.



IL PATTINAGGIO SU GHIACCIO

Imparare a pattinare da piccoli è molto più facile che da grandi, perché il baricentro del corpo è più vicino alla base d'appoggio, i movimenti di riequilibrio e compensazione dei segmenti corporei sono più istintivi e immediati e perché il piacere di riuscire e il divertimento scacciano la paura di cadere. La sottile lamina di acciaio dei pattini è la base di scorrimento sulla quale bisogna ricercare l'equilibrio, la disinvoltura e l'agilità: la difficoltà è la paura di cadere che fa contrarre i muscoli, col risultato di provocare proprio quello che si cerca di evitare!

Si impara cominciando a camminare, poi si passa a muovere altri passi alzando i pattini con movimenti molto ravvicinati per cercare di... "guidarli". Man mano che si acquista un po' di fiducia si riesce a capire che la testa, il petto, il tronco devono essere sull'asse perpendicolare al piede d'appoggio e si trova la giusta posizione per imparare a scivolare in equilibrio. Queste regole di base sostanziano le diverse discipline che la pista del ghiaccio consente di sviluppare e che vanno dal **pattinaggio di velocità** al **pattinaggio di figura**.

PATTINARE CON LA CLASSE, a cura di **Alessandra Buzzi e Mirko Antolini**, istruttori della F.I.S.G. che hanno attuato il Progetto per le classi 3^aA, 3^aB della scuola "G. Pascoli" e 3^aA della scuola "S. Giovanni Bosco".

*La Società sportiva Varese Ghiaccio fondata nel 2002 svolge la sua attività di insegnamento presso il Palaghiaccio di Varese, **unica struttura del territorio**. L'iniziativa è nata allo scopo di avvicinare e far conoscere ai bambini il mondo del pattinaggio, guidati da insegnanti qualificati che si sono resi disponibili con entusiasmo. Nel corso del primo incontro si è proceduto ad una divisione degli allievi in piccoli gruppi, verificando le capacità individuali iniziali, affinché una certa omogeneità dei componenti il gruppo consentisse ai diversi insegnanti di fare proposte pratiche adeguate. Il primo approccio con il ghiaccio è stato lo studio della caduta, per insegnare ai bambini a non farsi male, a non far male agli altri e a vincere le paure. Il passo successivo è stato rialzarsi autonomamente, trovando il giusto equilibrio tramite una tecnica corretta.*

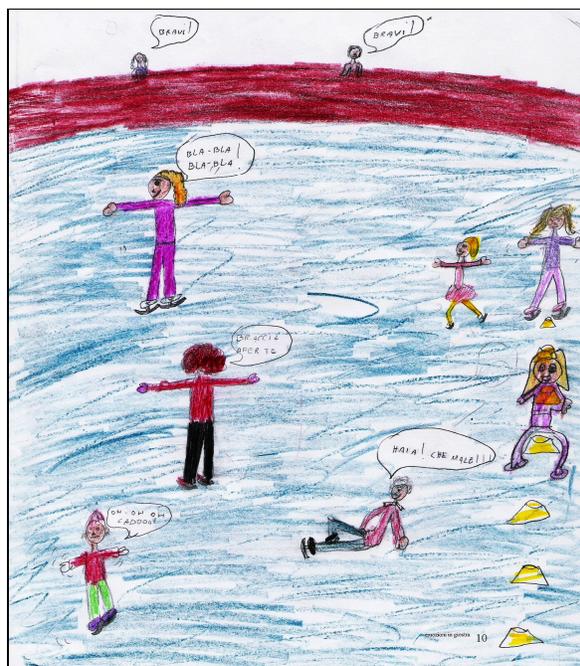
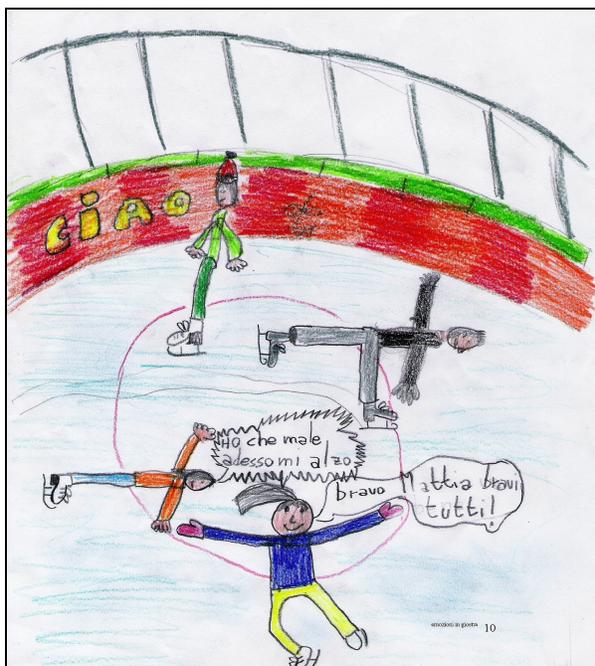
E' seguita una progressione didattica di esercizi per la coordinazione, l'equilibrio e la scivolata. I bambini sono stati coinvolti in modo giocoso per ricercare l'equilibrio, la stabilità e il controllo del corpo nei modi più disparati, come nei classici "limone", "carrellino" e "gru", esercizi che prevedono sciolate su un piede o due, variazioni di baricentro, eseguiti sia in avanti che indietro. Caratteristica fondamentale del pattinaggio (che è anche il suo aspetto più divertente), è la possibilità di scivolare con velocità: i primi esercizi atti a raggiungere questo scopo sono quelli di battere "letteralmente" i piedi sul ghiaccio, simulando una vera e propria camminata, poi alternare passi e sciolate in modo da acquisire gli input, anche mentali, per trovare il giusto equilibrio e muoversi più velocemente sui pattini. Gli esercizi specifici di base hanno consentito agli allievi di migliorare postura e coordinazioni e di divertirsi a scivolare correttamente sul ghiaccio. A conclusione delle lezioni sono migliorate significativamente, sia la capacità di adattamento all'ambiente specifico, sia il controllo delle azioni sui pattini. Si è potuto notare che i bambini di terza hanno un approccio molto positivo a questa disciplina, perché hanno avviato i processi di maturazione della coscienza di sé, di lateralizzazione e dello sviluppo globale delle capacità motorie: si

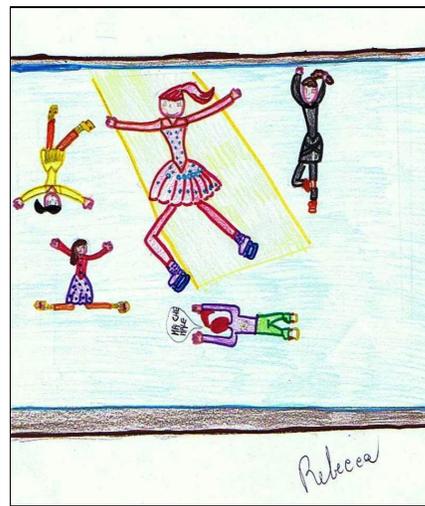
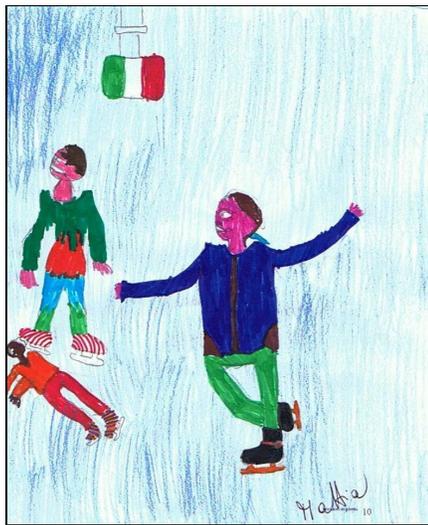
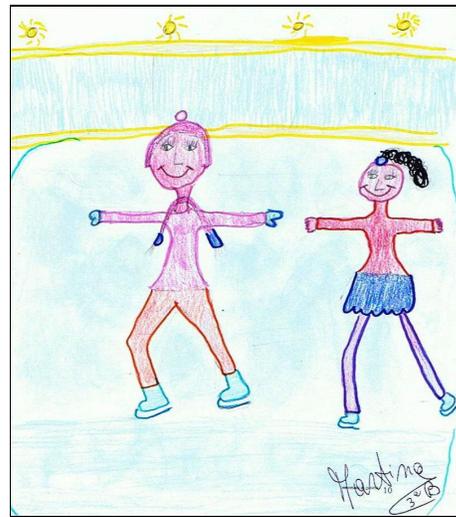
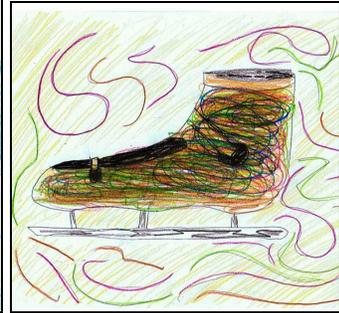
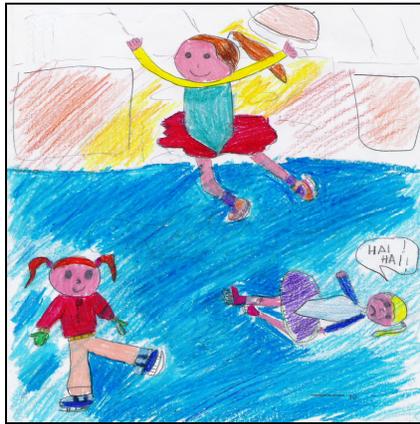
affacciano infatti all' "età dell'oro della motricità", che apporta loro maggior senso di sicurezza e disinvolture rispetto ai bambini di età inferiore.

La completa riuscita del Progetto è dovuta anche al prezioso aiuto delle insegnanti di classe che si sono impegnate a fornire tutto il supporto pratico - logistico negli spostamenti, nella gestione dei gruppi e nell'organizzazione di tutto ciò che era "fuori/pista".

Gli insegnanti/specialisti, abituati a lavorare con gruppi di età e provenienze diverse, sono stati particolarmente gratificati da questa esperienza, che ha permesso loro di mettere a punto progressioni metodologiche e didattiche efficaci, alle quali gli allievi hanno risposto con molta partecipazione.

La A.S. D. Varese Ghiaccio ringrazia la Scuola e il Centro Studi per il coinvolgimento e il supporto e si augura di poter partecipare a eventuali prossime sperimentazioni inserendo nel Progetto anche le prime due classi, per verificare quanto il gioco/ghiaccio possa contribuire alla maturazione delle capacità di equilibrio e al senso di sicurezza.





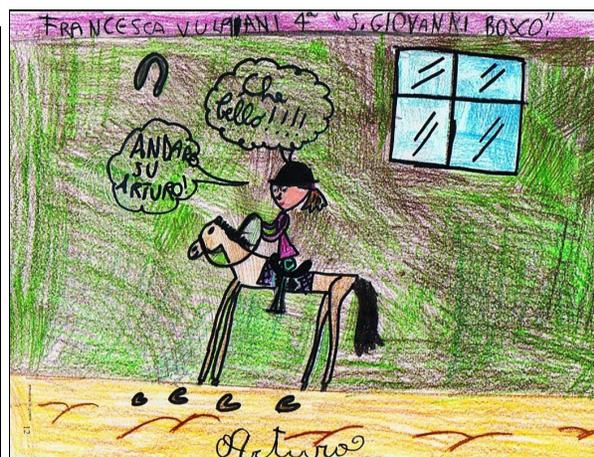
L'EQUITAZIONE

La proposta di questa attività è stata favorita dall'ubicazione dell'Ippodromo di Varese in prossimità dei plessi scolastici coinvolti nel Progetto e dal fatto che, presso questa struttura, è attivo il Pony Club Varese, una scuola di Equitazione vocata all'insegnamento dei primi elementi dell'equitazione. Una insegnante di Educazione Fisica, la prof.ssa Laura Ferrari, guida i Corsi di avviamento alla conoscenza del cavallo, che riscuotono molto apprezzamento e successo: è affiancata da due validi giovani collaboratori, istruttori federali.

Avvicinarsi all'Equitazione significa stimolare una **polivalenza educativa sostenuta dal contatto con un animale dolce quale il pony**, educato per la scuola di equitazione.

Il mondo magico del cavallo rientra nell'immaginario individuale e collettivo e questo corso risponde agli interessi e ai bisogni degli allievi più grandi della scuola primaria, sia sul piano ludico/ricreativo, sia su quello affettivo. Il corpo grande e peloso del cavallo trasmette sensazioni ed emozioni diverse, stimola le dinamiche affettivo/relazionali e attiva un complesso gioco di ruoli.

Saper stare a cavallo presuppone la padronanza e la presa di coscienza di alcune capacità motorie, quali l'equilibrio, la coordinazione, la forza, la conoscenza dello schema corporeo in relazione alla risposta dell'animale, ricca di elementi significativi: infatti l'incontro bambino/cavallo fa prendere coscienza dei diversi comportamenti che supportano il controllo e il senso di sicurezza del "cavaliere".



“A SCUOLA DI CAVALLO” a cura della prof.ssa **Laura Ferrari**, diplomata ISEF e istruttrice federale della FISE che ha attuato il Progetto con le classi 4^aA, 4^aB, 5^aA, 5^aB della scuola “G. Pascoli” e 4^aA e 5^aA della scuola “S. Giovanni Bosco”.



Gli orari dell'attività sono stati organizzati insieme alla referente della scuola per l'attività motoria prof.ssa Rita Serafini e collocati in 3 mattinate della settimana (dalle 9,00 alle 12,00) perché hanno richiesto un'ora e mezzo di impegno per classe: ogni classe è stata suddivisa in tre gruppi (in base alla statura degli alunni) affidati a tre specialisti. Come da accordi, ogni allievo si è presentato al maneggio in tuta e con stivali di gomma, mentre per la parte di lezione in sella al pony, la Società ha fornito i “cap” di protezione. Considerato il numero molto limitato di lezioni e il numero elevato di allievi per classe, per avere la possibilità di far acquisire ai bambini un minimo di confidenza con il pony e imparare a spostarsi sul cavallo, vincendo in primis la paura, ho fissato soltanto tre step da raggiungere:

1) Prendere confidenza con i pony

- conoscenza del cavallo e dei suoi comportamenti (etologia)
- attività pratiche, individuali e di gruppo, per adeguarsi alle regole del maneggio;
- conoscenza degli strumenti per la pulizia del cavallo e modalità di utilizzo;
- informazioni sulla alimentazione e sulla veterinaria del cavallo;
- regole e comportamenti per portare il cavallo a mano;

2) Salire a cavallo

- preparazione del pony da montare;
- regole di monta;
- esercizi di sicurezza in sella;
- esercizi di equilibrio;
- controllo della paura;
- andare al passo;
- andare al trotto.

3) Giochi a cavallo

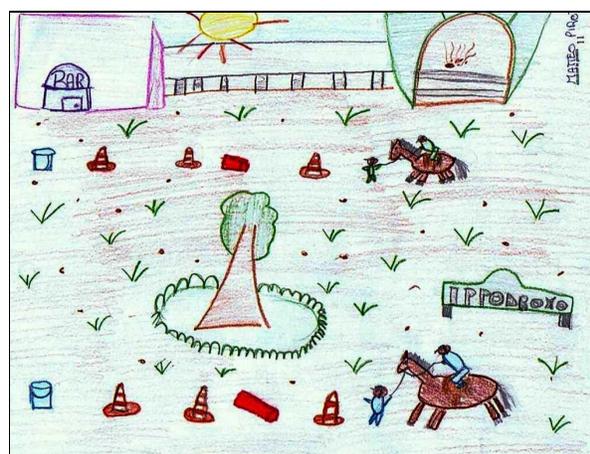
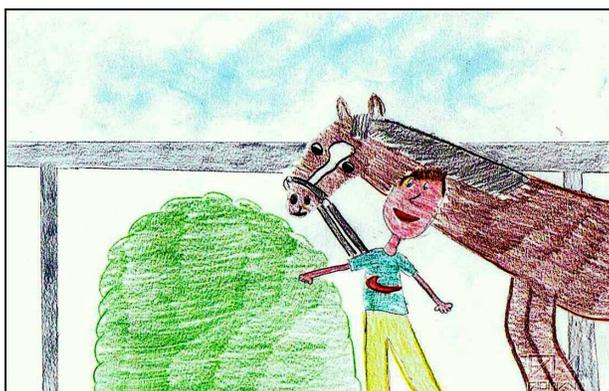
- andare al passo, andare al trotto utilizzando staffette con elementi specifici sulle capacità acquisite.

Sono partita dalla condivisione con ciascun allievo della scelta del pony. Nella fase iniziale i bambini si sono dedicati alla pulizia e alla preparazione del cavallo; successivamente, a turno, li ho fatti montare in sella con esercizi di equilibrio e presa di coscienza del corpo. Importante è stata anche la fase in cui si portava il cavallo a mano. Lo scopo di tutto il percorso didattico è stato quello di far acquisire le capacità e le conoscenze di base; la staffetta finale è stata di verifica per le capacità acquisite. Ogni lezione ha avuto un obiettivo preciso e le attività più complicate sono state riprese più volte, per collegare elementi (associandoli in forme coordinative) e per consentire ad ogni allievo, soprattutto ai più timorosi, di fissare gli apprendimenti e acquisire fiducia in se stessi e nell'attività con il pony.

A conclusione dell'iniziativa mi sento di dire che il progetto è piaciuto moltissimo, sia ai bambini che alle insegnanti, forse anche per la novità del contesto. Penso di aver fatto conoscere ed apprezzare un'attività sicuramente speciale e diversa dalle altre, poiché implica la presenza di un essere vivente e quindi il rispetto di regole di

comportamento ed una conoscenza del pony che andrebbe approfondita il più possibile. Alcuni bambini, con qualche insegnante, inizialmente avevano un atteggiamento dubbioso e hanno seguito le proposte rimanendo un po' ... distanti, ma nel corso delle lezioni si sono appassionati sempre più, mostrando interesse e voglia di partecipare attivamente. La soddisfazione maggiore è stata quella di vedere alcuni bambini incerti all'inizio, chiedere agli istruttori di salire più volte a cavallo e vederli sorridere motivati. Una classe in particolare, molto scettica all'inizio, si è poi dimostrata partecipe ed interessata.

Posso pertanto affermare che lo scopo di far conoscere uno sport insolito, in ambito scolastico, è stato raggiunto e lo dimostrano l'entusiasmo e l'interesse che alunni ed insegnanti mi hanno espresso. Anche i tredici cavalli a disposizione si sono comportati benissimo con tutti gli allievi delle classi quarte e quinte. Peccato solo che gli incontri a disposizione erano solamente cinque!





L'EQUILIBRIO: un amico che si trova solo dopo averlo perso

di Gabriella Frattini

La capacità di equilibrio ci consente, attraverso continui aggiustamenti, di mantenere una posizione statica o di eseguire dei movimenti senza cadere, ma anticipando o reagendo prontamente ai possibili fattori di squilibrio.

La nostra vita, in continuo movimento, è una fonte di squilibrio per cui, anche involontariamente, siamo sollecitati a risistemare le posture per vivere....in equilibrio.

Questa capacità viene controllata da quattro analizzatori, la cui interdipendenza è fondamentale:

1) analizzatore vestibolare: situato nell'orecchio interno, misura i cambiamenti di direzione, di velocità e di accelerazione del capo. Le informazioni rilevate sono inviate al cervelletto che attiva appositi motoneuroni spinali per consentire gli opportuni aggiustamenti muscolari.

2) analizzatore visivo: le informazioni visive relative all'ambiente (un sentiero ghiaioso, una strada bagnata, una serie di scalini da affrontare ecc.) e i movimenti degli oggetti forniscono importanti punti di orientamento e ci consentono di anticipare e prevenire la condizione di squilibrio, operando aggiustamenti consci e volontari, basati sulla variazione degli allineamenti delle parti del corpo.

3) analizzatore cinestetico: nei muscoli, nei tendini, nelle articolazioni troviamo i propriocettori che registrano l'ampiezza e la velocità delle variazioni di lunghezza delle fibre muscolari, i cambiamenti di tensione muscolare e la velocità dei movimenti articolari.

Se si perde l'equilibrio (ad esempio su una superficie scivolosa come la pista del ghiaccio), i propriocettori informano le aree cerebrali, che intervengono per correggere prontamente gli squilibri.

4) analizzatore tattile: attraverso la pelle percepiamo, per contatto o pressione, la distribuzione del peso del corpo sugli appoggi a terra e sulle variazioni della superficie.

Pensiamo al lavoro di aggiustamento delle caviglie durante i continui squilibri anche solo durante una semplice camminata o corsa oppure alla pressione degli arti inferiori per stare in sella sul cavallo.

Varie sono le situazioni in cui l'equilibrio viene "disturbato" quali:

- una superficie d'appoggio ridotta, instabile o in movimento;
- un ambiente sconosciuto o che cambia continuamente;
- una notevole complessità del movimento;
- l'uso di attrezzi;
- la presenza di compagni o avversari (nei giochi o negli sport di contatto quali il Judo);
- la pressione temporale (col cronometro) o le situazioni di stress;
- il carico di lavoro e l'affaticamento.

Strategie per il miglioramento dell'equilibrio

La capacità presa in esame, migliora se sollecitata con progressioni didattiche che prevedano gradualmente:

- * riduzioni della base d'appoggio;
- * instabilità della base di sostegno;
- * elevazione della base d'appoggio;
- * variazioni volontarie nell'allineamento dei segmenti corporei;
- * preclusione dell'uso della vista;
- * combinazioni di tutti questi fattori.

163 studenti delle scuole Primaria Pascoli e San Giovanni Bosco e precisamente 46 allievi di classe terza, 46 allievi di classe quarta, 71 allievi di classe quinta, insieme alle loro maestre, hanno eseguito due test sull'equilibrio, prima e dopo l'esperienza multi sportiva relativa all'equitazione e al pattinaggio.

Uno era sull'equilibrio statico, detto test dell'Airone, che misura la capacità del soggetto di mantenere l'equilibrio in una posizione statica per il maggior tempo possibile. (v. immagine)



L'altro era sull'equilibrio dinamico, effettuato sulla trave d'equilibrio, su cui l'alunno doveva eseguire il più velocemente possibile quattro rotazioni sull'asse longitudinale senza cadere a terra. (v. immagine)



Tutti e due i test sono stati spiegati e dimostrati all'insegnante di classe e, dopo una prova libera, effettuati dai bambini.

Dalla rielaborazione dei risultati è emerso che principalmente solo i bambini con tempi elevati nella prova antecedente l'attività hanno ottenuto significativi miglioramenti, mentre la maggior parte degli alunni ha mantenuto i parametri costanti o con lievi incrementi nella performance. Questo perché sicuramente **occorre lavorare con maggior continuità e per tempi più lunghi per ottenere risultati che migliorino la capacità di equilibrio**, anche se gli sport praticati hanno richiesto un notevole impegno riguardo alla capacità presa in esame.

Judo ed equilibrio

Per quanto possa sembrare paradossale, nel judo perdere l'equilibrio è indispensabile per atterrare l'avversario. Apparentemente occorre cedere se si vuole vincere; il judo è principalmente "una lotta per l'equilibrio", in cui il dinamismo e la reattività sono indispensabili per attuare le strategie più idonee. Gli analizzatori visivo, tattile e vestibolare sono continuamente sollecitati per sviluppare varianti e ampliare il repertorio di movimenti efficaci allo scopo prefisso e alla capacità di anticipazione del compagno/avversario.

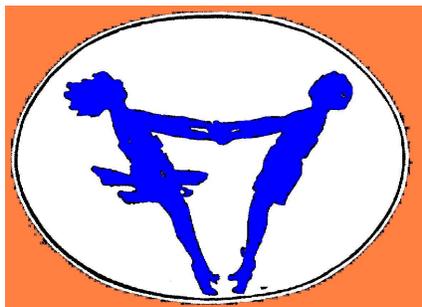
Pattinaggio ed equilibrio

Il pattinaggio artistico è tecnicamente complesso e comprende l'esecuzione di numerose figure spesso eseguite su un solo piede, bloccato in uno scarponcino fissato a sua volta su una lama d'acciaio di pochi millimetri. E' evidente che l'equilibrio è il principale fattore della prestazione di questo sport. Il pattinatore manifesta in ogni momento della lezione la difficoltà per mantenere stabile la propria "postura" in movimento; l'analizzatore visivo e quello cinestetico sono molto importanti, per sentire come il corpo possa trovare costantemente stabilità e orientamento per eseguire una semplice corsa, un cambio di direzione, uno slancio ecc.

La concentrazione, l'attenzione e la capacità di percepire i minimi squilibri costituiscono il valore e la difficoltà di questo sport.

Equitazione ed equilibrio

L'elevazione e l'instabilità della base d'appoggio caratterizzano l'esperienza dell'equitazione. Il praticante adegua costantemente la sua posizione in continuo squilibrio al movimento del cavallo in modo da ottenere una buona sintonia. Tutti gli analizzatori sono coinvolti in questo sport perché il cavallo si muove sia in avanti sia lateralmente e per mantenere una postura adeguata occorre saper discriminare con perizia tutte le afferenze sensoriali.



Racconti e Poesie

Equitazione con la classe

IL 15 FEBBRAIO, CON LA SCUOLA, SIAMO ANDATI ALL'IPPODROMO PER INCOMINCIARE LA PRIMA LEZIONE DI EQUITAZIONE.

APPENA SIAMO ENTRATI ERO UN PO' AGITATA. L'INSEGNANTE CI HA SPIEGATO COME SI USANO LE SPAZZOLE E DA COSA SI CAPISCE CHE UN CAVALLO E' DI RAZZA PONY.

POI CI HA DIVISO IN GRUPPI.

IL PRIMO LAVORO CHE CI HA FATTO FARE E' STATO PULIRE IL CAVALLO, PER POI SELLARLO.

IL MIO CAVALLO SI CHIAMAVA ARTURO.

DOPO ABBIAMO FATTO PASSEGGIARE IL CAVALLO E DENTRO DI ME SENTIVO GIOIA.

INOLTRE CI HANNO SPIEGATO COME SI SELLA UN CAVALLO.

ALLA FINE ABBIAMO SALUTATO E SIAMO TORNATI A SCUOLA.

E' STATA UNA GIORNATA INDIMENTICABILE!

ALESSANDRA E GIULIA - 5^a A scuola Pascoli

Io e il cavallo

Caro Diario,

oggi con la scuola andiamo a cavallo; la scuola ha organizzato il corso una volta alla settimana per cinque settimane, abbiamo iniziato il 15 febbraio, la lezione che facciamo oggi è la seconda.

Nella prima lezione abbiamo pulito il cavallo: che bello!

A me i cavalli piacciono molto, sono proprio belli, ho provato un senso di gioia.

Poi l'istruttore ci ha spiegato tante cose che non sapevamo o che non ci ricordavamo: ci ha fatto vedere, ad esempio, come si sella, e una mia compagna, che va a cavallo in un'altra scuderia, ci ha mostrato come si monta e la postura di come si sta sul cavallo. Io per oggi sono molto agitata perché dovremmo salire sul cavallo... E così è andata...

Terminata la lezione siamo tornati a scuola davvero contenti!!

Sara e Michelle 5^a A Scuola Pascoli

CRONACA DI UN' ESPERIENZA A SCUOLA DI EQUITAZIONE, 15 FEBBRAIO 2010

Eccoci arrivati al maneggio dell' ippodromo di Varese, siamo molto emozionati perché di fronte a noi c'è Afrodite, un pony molto giovane con il corpo robusto e per metà rasato. Ha una coda lunga e diritta, due orecchie corte e diritte, il pelo ispido, liscio e raso, il muso allungato e un aspetto docile e mansueto.

La lezione di oggi è molto interessante perché divisi in 4 gruppi entreremo in relazione con questo stupendo animale e con altri tre cavalli più grandi di età, invece, durante le prossime lezioni impareremo gli elementi di base dell' equitazione.

In questo momento l' istruttrice ci sta mostrando gli strumenti che servono per pulire il cavallo: la striglia e la brusca per pulire il corpo dalla terra e una spazzola più piccola per pettinare la coda e la criniera.

Anche la ferratura è molto importante, infatti il maniscalco ogni 40 giorni circa accorcia manualmente lo zoccolo e mette un ferro in modo da prevenirne il consumo.

Il cavallo è un mammifero erbivoro; è possibile stabilire con discreta esattezza la sua età in base alla forma della tavola dentaria, anche se oggi esistono registri e schede.

Il movimento del cavallo ci aiuta a sviluppare il tono muscolare, ma anche la coordinazione neuro motoria, l' equilibrio, l' orientamento e il senso di responsabilità (sono anche contenuti dell' IPPOTERAPIA, ce l'ha spiegato per bene l'insegnante!).

Secondo noi le altre lezioni saranno emozionanti perché cavalcheremo Afrodite e i suoi amici.

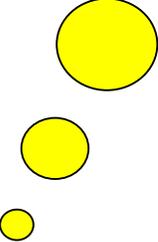
GLI ALUNNI DELLA CLASSE 4^a SCUOLA PRIMARIA "San Giovanni Bosco"

GIBLI

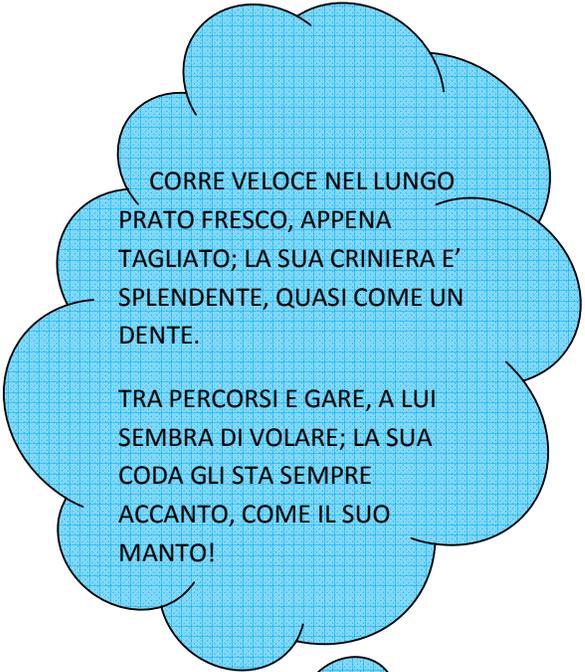
Una coda lunga e folta,
due orecchie per **ASCOLTARE**.
Un pelo liscio e raso,
quattro zoccoli lesti per **GALOPPARE**.
Un muso allungato,
una tavola dentaria
per orzo e paglia **MASTICARE**.
Con la striglia e con la brusca
ho imparato a **SPAZZOLARE**
il suo corpo e la criniera dalla terra **LIBERARE**.
Non vedevo l'ora di **ARRIVARE**
e l'aspetto docile e mansueto mi ha fatto **EMOZIONARE**.
SALTARE in groppa
mi ha fatto anche **SOGNARE**:
Principe e principessa **DIVENTARE**.
Ero agitato ed avevo paura,
ma accarezzandoti mi hai donato
GIOIA, **FELICITA'**, ma soprattutto
tanta, tanta, **TRANQUILLITA'**.



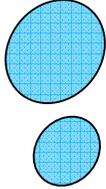
Cavallo, libero e giocoso
non fare lo scontroso,
lascialo libero.
Cavallo, felice e contento
gioca nel vento.
Cavallo pulito e valoroso,
un lusso gioioso!



GIULIA 5^a B Scuola Pascoli

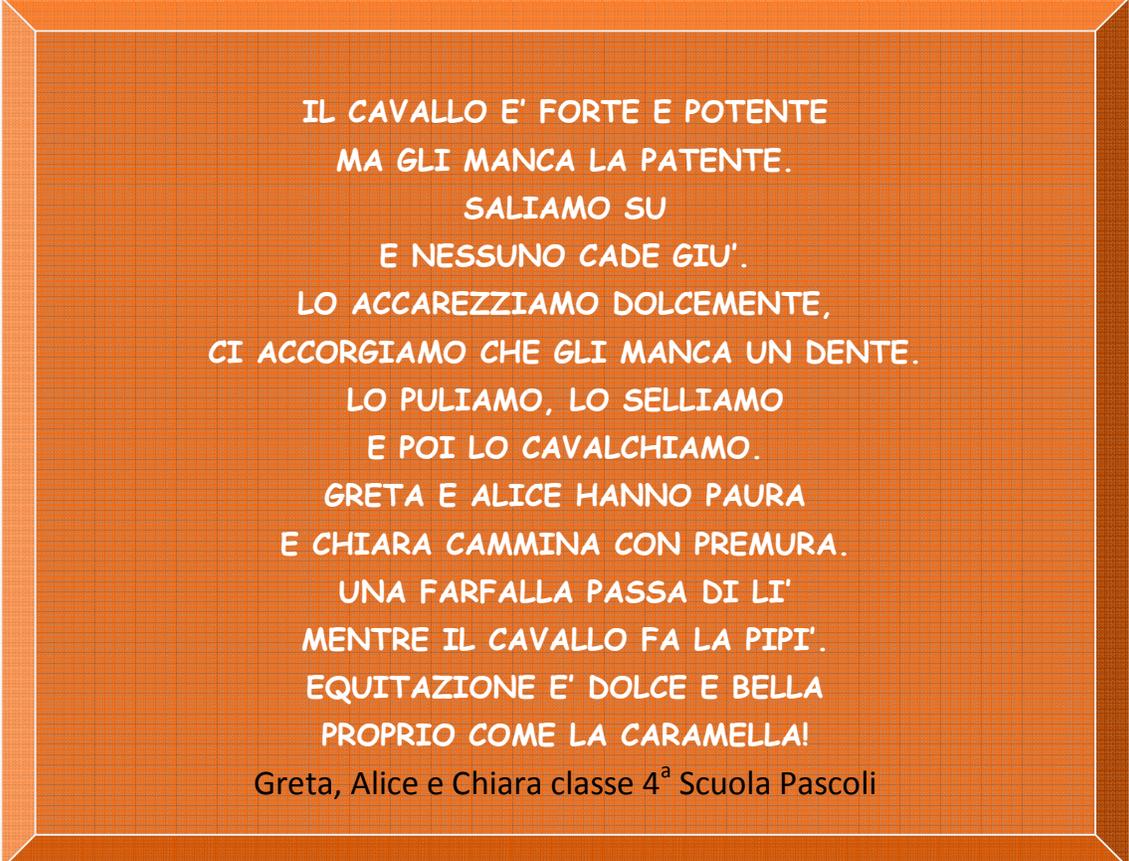


CORRE VELOCE NEL LUNGO
PRATO FRESCO, APPENA
TAGLIATO; LA SUA CRINIERA E'
SPLENDEnte, QUASI COME UN
DENTE.



TRA PERCORSI E GARE, A LUI
SEMBRA DI VOLARE; LA SUA
CODA GLI STA SEMPRE
ACCANTO, COME IL SUO
MANTO!

Gli alunni della classe 5^a B
Scuola Pascoli



IL CAVALLO E' FORTE E POTENTE
MA GLI MANCA LA PATENTE.
SALIAMO SU
E NESSUNO CADE GIU'.
LO ACCAREZZIAMO DOLCEMENTE,
CI ACCORGIAMO CHE GLI MANCA UN DENTE.
LO PULIAMO, LO SELLIAMO
E POI LO CAVALCHIAMO.
GRETA E ALICE HANNO PAURA
E CHIARA CAMMINA CON PREMURA.
UNA FARFALLA PASSA DI LI'
MENTRE IL CAVALLO FA LA PIPI'.
EQUITAZIONE E' DOLCE E BELLA
PROPRIO COME LA CAMELLA!

Greta, Alice e Chiara classe 4^a Scuola Pascoli

IL DIARIO, un lavoro speciale per l'esperienza a cavallo

della classe 5^a "S.G. Bosco" con la maestra Maria Cristina Ceresa

L'esperienza dell'equitazione è stata inserita in modo sistematico nella programmazione educativo-didattica. Il giorno dopo ogni lezione è stata registrata sotto forma di "diario", quale testo personale, annotando stati d'animo e riflessioni.

L'attività condotta in classe si è articolata nelle seguenti fasi:

- verbalizzazione orale, finalizzata ad esprimere le sensazioni provate durante le lezioni di equitazione in relazione ai diversi momenti in cui è stata scandita l'attività e cioè:
 - conoscenza del cavallo e dei suoi comportamenti;
 - conoscenza e utilizzo degli strumenti per la pulizia;
 - preparazione del pony da montare;
 - esercizi e giochi in sella.
- verbalizzazione orale di eventuali episodi intercorsi fra i compagni di classe;
- registrazione su scheda del grado di intensità delle emozioni provate;
- verbalizzazione scritta, previa riflessione sulle difficoltà di saper riportare sul diario la soggettività dell'esperienza vissuta;
- confronto tra la scheda delle emozioni e il testo prodotto per verificare se le emozioni registrate in tabella sono state adeguatamente espresse nel testo.

Si allega la scheda di una alunna quale esempio del lavoro svolto in classe.

	25/03/2010	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Gioia										
2	Tristezza										
3	Interesse										
4	Disinteresse										
5	Orgoglio										
6	Delusione										
7	Sorpresa										
8	Noia										
9	Controllo										
10	Rabbia										
11	Calma										
12	Agitazione										

Caro Diario,

mi rattrista e rallegra raccontarti di oggi: giovedì 25 marzo. Come ormai sai, ogni giovedì per cinque lezioni vado a equitazione, e oggi è stata proprio la quinta lezione! E puoi capire quindi il perché di queste emozioni. Appena arrivati ci hanno divisi in due gruppi, diversi però dalle altre volte: maschi e femmine. Ogni gruppo aveva un cavallo, i maschi avevano Arturo e le femmine Ghibly. Ad aiutare a pulirlo da loro (i maschi) c'era la Sara, mentre da noi (femmine) la Laura. L'abbiamo pulito come al solito e poi lo abbiamo sellato noi.

Ero un po' triste perché ci avevano detto che potevamo uscire oggi, ma a causa del brutto tempo ci hanno annullato la notizia. Ma una bella sorpresa abbiamo trovato subito alle porte: l'istruttore Lorenzo ha detto che aveva smesso di piovere, allora siamo riusciti ad andare fuori.. che fortuna!

Ok, adesso ero sicura di rimanere fuori, ed ero molto felice; ma la mia agitazione era a 1000 soprattutto quando siamo arrivati davanti ai due percorsi! Essi erano uguali all'altra: slalom, ostacolo a terra da oltrepassare, giro intorno al birillo e canestro nel secchio con una pallina che ti davano all'inizio. Con l'aggiunta però di quattro regole: alla partenza i maschi dovevano partire da destra, mentre le femmine da sinistra: lo slalom lo devono fare sia il cavallo sia l'accompagnatore; nello slalom, se si saltava un birillo, si prendeva una penalità, e si doveva tornare indietro e rifare da capo, infine si avevano al massimo tre opportunità per fare canestro.

"PRONTI, PARTENZA, VIA! "Dopo queste parole pronunciate da Laura, perchè nella gara ci aiutava Lorenzo, io sentivo solo un nodo in gola e tanta tanta adrenalina e agitazione! Poi è toccato a me salire, anzi, prima ho portato io la mia compagna (Giulia) e poi lei ha portato me. L'istruttore mi ha detto che non c'era tempo per sistemare le staffe, che mi erano lunghe (visto che sono un po' bassa), quindi io ho fatto tutta la gara senza staffe! Anche il trotto! E quindi avevo paura di cadere! Infatti avevo molta paura di toccare terra, di colpo da 1,35m. circa! Però nonostante tutto non sono caduta! E per questo sono molto orgogliosa! Poi è arrivato il momento delle foto, ogni bambino sul pony. Poi hanno fatto una foto di gruppo i maschi, una foto di gruppo le femmine e poi tutti assieme! Siamo pur riusciti a convincere a fare una foto sul cavallo la Lia, e poi io insieme a mia mamma (sul cavallo, solo lei) e anche il Dima con sua madre. Poi ci siamo messi tutti in fila per ricevere una caramella.

E infine... i saluti, abbiamo accarezzato Ghibly per salutarlo, e, felice per questa esperienza sono andata a fare merenda. Sono un po' triste perché oggi è tutto finito, ma ricorderò sempre!

Tua Elena!!!

pattinaggio che passione!!!

E' proprio bello il **MERCOLEDI'**

al palaghiaccio tutto il **DI'**

con Vittoria e con **BEATRICE**

io mi sento tanto, tanto **FELICE**

E' fantastico e stupendo

con gli amici **PATTINARE**

divertirsi a **SCIVOLARE**

e sul ghiaccio **PASSEGGIARE.**

All'inizio sento l'ansia

la paura poi controllo

e se cado a pancia in **GIU'**

come un pinguino mi tiro **SU.**

Che **allegria** **PATTINARE!!!**

Che **tristezza** **RITORNARE.**

Gli alunni di classe 3^a primaria S.G. Bosco

LE FOTO

CLASSE 1^A "PASCOLI"

CLASSE 1^B "PASCOLI"



I NOSTRI "PICCOLINI" IN POSA DOPO
LA BELL'ESPERIENZA DEL JUDO

CLASSE 2^A "PASCOLI"

CLASSE 2^B "PASCOLI"



CLASSE 1^A "BOSCO"



CLASSE 2^A "BOSCO"



CLASSE 3^A-B "PASCOLI"



PATTINARE... CHE PASSIONE!



CLASSI 3^A-4^A "BOSCO"



E LE EMOZIONI
CONTINUANO SUL CAVALLO..

CLASSI 4^A-B "PASCOLI"



..CHE FATICA E CHE SODDISFAZIONE!



CLASSI 5^A A-B PASCOLI



CLASSE 5^A "BOSCO"



GLI ALLIEVI IMPEGNATI NELLE ATTIVITA'



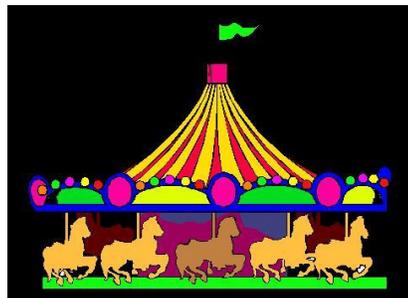


LA G.I.O.S.T.R.A. DELLE EMOZIONI

PROGETTO SPERIMENTALE DI

ALFABETTIZZAZIONE EMOTIVA

di ANTONIO DAINO



FINALITA'

L'insegnamento dell'educazione motoria nella scuola primaria è finalizzato alla conoscenza di sé, dell'ambiente, delle proprie possibilità di movimento e di un sano sviluppo del proprio corpo. La conquista di sempre più elevati livelli di autonomia personale, di capacità motorie e di abilità sportive permette inoltre la sperimentazione di sentimenti di successo ed un innalzamento del proprio livello di autostima che si traduce nello sviluppo di una personalità sempre più solida, articolata ed integrata con il proprio ambiente. La dimensione corporea, motoria e sportiva rappresenta un contesto nel quale è possibile provare e sperimentare, in situazione protetta, sentimenti forti come la sorpresa e la gioia per un successo o una vittoria, ma anche la delusione e talvolta la rabbia per un insuccesso o una sconfitta. Rientra nei compiti della scuola primaria insegnare all'allievo l'alfabetizzazione emotiva nelle sue varie e molteplici articolazioni per poter stare bene con se stesso e con gli altri.

APPLICAZIONI

Per tali motivazioni e per la grande disponibilità delle insegnanti delle scuole Pascoli e S. Giovanni Bosco di Varese ho potuto inserire nello svolgimento del Progetto "**Esperienze motorio-sportive per imparare di più**" il modulo sperimentale di un percorso di alfabetizzazione emotiva. Esso è stato applicato in sinergia tra l'insegnante di educazione motoria e i docenti titolari dell'insegnamento della classe (area linguistica, matematica e educazione all'immagine), coinvolgendo tutti gli allievi delle classi terze, quarte e quinte. Non sono stati coinvolti nella sperimentazione gli allievi di prima e seconda, perché per la loro tenera età si è preferito richiedere solo disegni con fumetti piuttosto che un'attività strutturata ed elaborata.

Hanno collaborato splendidamente 18 insegnanti, con funzione di partner della proposta, di co-progettazione, preparazione e conduzione delle unità formative realizzate con le classi; il supporto e l'assistenza delle insegnanti mi hanno permesso di analizzare i dati raccolti e di comunicare i risultati che sono emersi dalle prove effettuate in aula e in palestra.

La sperimentazione si è articolata in 3 tempi: 1) fase attiva o motoria, 2) fase emotiva e di controllo, 3) fase riflessiva o di elaborazione grafica.

Per la fase 1 si sono utilizzati esercizi e giochi già conosciuti dagli allievi, con proposte individuali e di gruppo e tempi prefissati. Si è pensato infatti che il ruolo dell'emotività fosse così più facilmente riconoscibile e comprensibile e servisse da elemento di paragone con le emozioni da confrontare e verificare dopo le lezioni di equitazione e di pattinaggio. Sono stati applicati in palestra elementi della corsa, staffette con la palla, tiri a canestro e giochi, molto apprezzati dagli allievi perché tipici della tradizione scolastica e cittadina.

Per la fase 2, emotiva, si riportano due esempi delle schede usate; una raccoglie l'intensità delle emozioni provate che era da trasformare in voti, l'altra è riferita alla soluzione cognitiva del problema posto (problem solving). Infatti, utilizzando le 7 iniziali, relative ai sentimenti fondamentali, suggeriva di cercare e creare nuove parole, per arrivare a scoprire l'acronimo G.I.O.S.T.R.A. (la sequenza corretta è letta dall'alto in basso e sta ad indicare le emozioni: Gioia,

Interesse, Orgoglio, Sorpresa, Tristezza, Rabbia, Agitazione, provate nel corso dell'attività sportiva in palestra e dopo le attività della sperimentazione.

La fase 3 chiedeva la riflessione sull'attività svolta, (sempre finalizzata alla rappresentazione delle emozioni provate nel corso delle varie attività motorie), ma attraverso il disegno, il racconto, la cronaca o la poesia, durante e/o alla fine del percorso motorio didattico. La consegna per i bambini è stata:

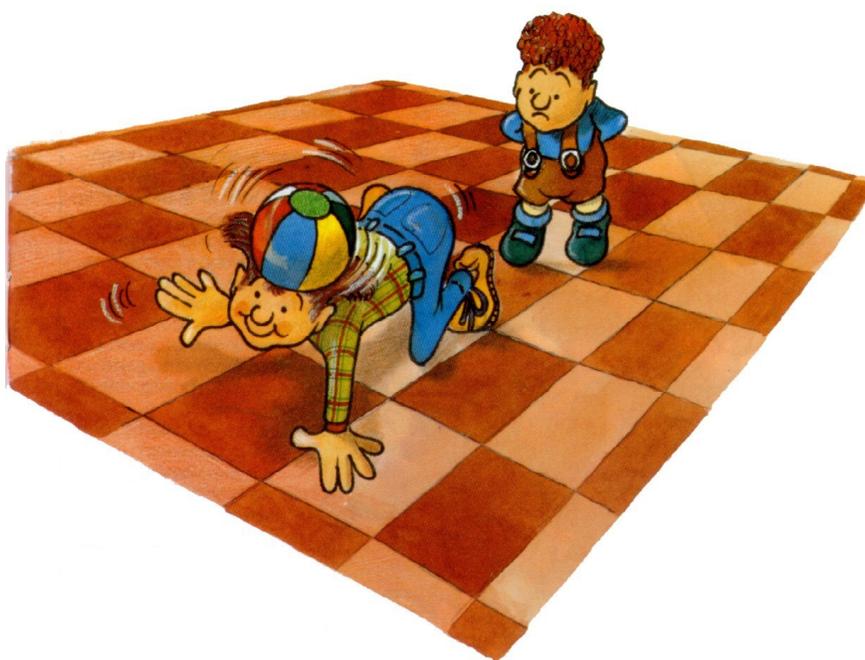
"EQUITAZIONE, PATTINAGGIO SU GHIACCIO, JUDO: RACCONTA O DISEGNA LA FORMA ED IL COLORE DELLO SPORT CHE HAI PRATICATO"

Ogni bambino ha illustrato a suo piacimento l'animale, un attrezzo, una situazione, un'esperienza che lo ha particolarmente colpito nel corso delle attività connesse con il progetto. Gli allievi e le loro insegnanti sono andati oltre le richieste: hanno scritto anche testi di gruppo o di classe che indicano con chiarezza il loro coinvolgimento nelle attività.

Per motivi di spazio presentiamo solo pochi racconti, poesie e disegni ma tutti gli elaborati saranno esposti a scuola in una "mostra" aperta al pubblico, perché molto interessanti e significativi dell'esperienza svolta con il Pattinaggio su ghiaccio, l'equitazione e il Judo.

Si allega copia delle schede utilizzate per le prove:

- 1) riconoscimento e definizione delle emozioni con il gioco collettivo delle frecce;
- 2) quantificazione delle emozioni provate nelle prove in palestra e dopo le lezioni di pattinaggio ed equitazione.



Scheda n.° 1

COLLEGARE CON UNA FRECCIA IL NOME DELL'EMOZIONE ALLA SUA DESCRIZIONE

(Tempo a disposizione 10 minuti).

SORPRESA

Sono stato proprio bene oggi.
Ho una squadra meravigliosa e
mi sento al settimo cielo.

TRISTEZZA

Ho provato una sincera
partecipazione per questa
gara che mi ha coinvolto
completamente.

RABBIA

Oggi ho giocato proprio bene,
sono stato bravo e sono
contento dei miei progressi.

AGITAZIONE

La gara è rimasta incerta fino
all'ultimo secondo quando il
nostro compagno ha
realizzato il punto decisivo.

GIOIA

Mi va sempre tutto male.
Devo aver qualcosa di
sbagliato. Non riesco a fare
nulla di buono.

INTERESSE

Non è per niente giusto quello
che mi ha fatto. Adesso vado
da lui e lo mando a quel
paese.

ORGOGLIO

Me lo sento, andrà tutto
storto. E' indispensabile che
non faccia neanche un errore
in questa gara.

Scheda 2

L'EMOZIONE PROVATA

Segna con una crocetta il grado di intensità della emozione provata alla fine delle prove: (1 = bassa, 10 = altissima) e metti nella casella vuota un'emozione diversa da quelle già indicate.

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Gioia										
2	Tristezza										
3	Interesse										
4	Disinteresse										
5	Orgoglio										
6	Delusione										
7	Sorpresa										
8	Noia										
9	Controllo										
10	Rabbia										
11	Calma										
12	Agitazione										
13	Altro....										

ANALISI DEI DATI

I risultati ottenuti sono stati analizzati statisticamente utilizzando due semplici indicatori di base: la **media** e la **deviazione standard**.

La media ci dà un'indicazione dei valori esistenti e si ottiene dalla somma di tutti i valori diviso per il loro numero.

La deviazione standard è un indice di dispersione, vale a dire una misura di variabilità dei valori. La deviazione standard misura la dispersione dei dati intorno alla media: più basso è il valore maggiore è l'addensamento dei dati intorno alla media; se invece il valore è alto significa che c'è molta variabilità nella distribuzione dei dati.

Di seguito le tabelle e i grafici ricavati dallo studio delle attività pratiche conosciute dagli allievi di terza, quarta, quinta delle due scuole.

In base ai risultati delle varie prove ottenuti in palestra sono stati assegnati dei punteggi che hanno consentito di raggruppare gli allievi di ogni classe in 4 scaglioni denominati:

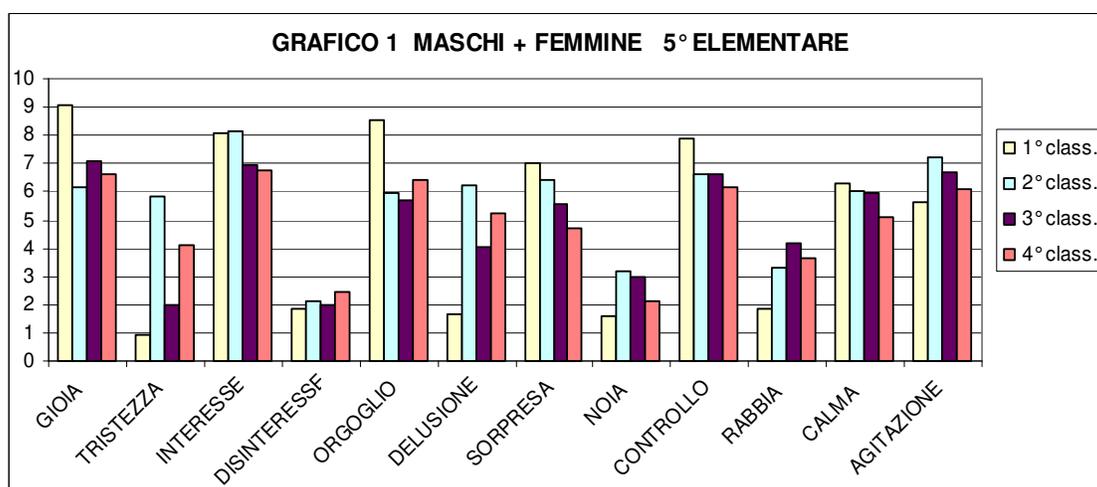
- 1) primi classificati
- 2) secondi classificati
- 3) terzi classificati
- 4) quarti classificati



CLASSE 5^a

La tabella 1 registra i dati ottenuti da 66 allievi (30 maschi e 36 femmine)

TABELLA 1 - MASCHI + FEMMINE – 5^a ELEMENTARE								
SENTIMENTI	1° CLASSIFICATI		2° CLASSIFICATI		3° CLASSIFICATI		4° CLASSIFICATI	
	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s
GIOIA	9,06	1,53	6,19	3,89	7,11	2,65	6,63	2,25
TRISTEZZA	0,94	0,68	5,81	3,64	1,97	1,87	4,08	2,93
INTERESSE	8,06	1,88	8,13	2,33	6,98	2,24	6,77	2,93
DISINTERESSE	1,88	2,25	2,13	2,42	2,00	1,73	2,45	2,89
ORGOGGIO	8,56	2,34	5,94	3,91	5,67	3,32	6,43	2,70
DELUSIONE	1,69	1,99	6,25	3,71	4,07	2,73	5,23	2,61
SORPRESA	7,00	3,50	6,44	3,37	5,59	2,96	4,69	3,37
NOIA	1,56	1,82	3,19	2,83	3,00	2,24	2,11	2,08
CONTROLLO	7,88	2,28	6,63	2,96	6,61	3,19	6,17	3,00
RABBIA	1,88	2,31	3,31	3,14	4,17	3,06	3,64	3,24
CALMA	6,31	3,03	6,00	3,54	5,98	3,28	5,08	3,94
AGITAZIONE	5,63	2,55	7,19	2,79	6,72	2,94	6,11	3,94



Il primo sentimento considerato è la GIOIA che ha visto ottenere il punteggio più alto dai bambini che sono stati i migliori nelle diverse prove (9,06), seguiti da quelli classificati al terzo posto (7,11), e quindi dai quarti (6,63). Una possibile interpretazione del punteggio più alto dei terzi classificati può essere ricercata nel sentimento di soddisfazione provato per non essere arrivati ultimi. Una osservazione particolare va dedicata ai bambini classificati al secondo posto che hanno ottenuto il valore più basso (6,19). Questo ci induce a pensare che è prevalsa la dimensione della delusione e della frustrazione per non aver vinto, con una maggiore intensità rispetto a quelli classificati al terzo e quarto posto.

Il secondo sentimento analizzato è la TRISTEZZA che presenta i dati in modo speculare rispetto a quello della gioia. Infatti i vincitori hanno punteggi molto bassi (0,94) sullo stesso livello dei terzi (1,97), mentre secondi e quarti classificati presentano valori superiori rispettivamente 5,81 e 4,08.

Il terzo sentimento, l'INTERESSE, ha registrato un punteggio alto (6,77 - 8,06) per tutti i bambini. I secondi classificati sono quelli che hanno espresso il valore più elevato (8,13), seguiti dai primi (8,06), poi dai terzi (6,98) e, infine, dai quarti (6,77). Da questo dato si può inferire che nel complesso il progetto ha suscitato un interesse molto alto, a prescindere dal risultato ottenuto durante le prove in palestra.

Il quarto sentimento, il DISINTERESSE, di contro ha ottenuto valori bassi per tutti. I vincitori sono quelli che hanno registrato il punteggio più basso (1,88), seguiti dai terzi classificati (2,00), dai secondi (2,13) e infine dai quarti (2,45).

Il quinto sentimento studiato, l'ORGOGGIO, ha visto esprimere naturalmente i valori più alti dai bambini classificati primi (8,56). E' interessante notare come dai secondi classificati in poi i bambini abbiano mostrato punteggi molto simili, con particolare attenzione agli ultimi classificati che, dopo i vincitori, sono quelli con un valore più alto (6,43), seguiti dai secondi (5,94) e infine dai terzi (5,67). Il sentimento dell'orgoglio presenta un grado di complessità più elevata rispetto agli altri sentimenti fondamentali ed è pertanto possibile una risposta non corrispondente alla sensazione vissuta.

Il sesto sentimento, la DELUSIONE, ha registrato un valore dei dati inverso rispetto all'orgoglio. I vincitori sono quelli che hanno ottenuto il punteggio più basso (1,69), seguiti dai terzi classificati (4,07), poi i quarti (5,23) e quindi i secondi (6,25). Anche in questo caso, come per la tristezza, i secondi classificati sono i bambini in cui è prevalsa la dimensione della delusione e frustrazione per essere stati battuti, rispetto alla gioia e all'orgoglio di essersi classificati davanti ai terzi e ai quarti. Nei terzi classificati, invece, la sensazione positiva derivata da alcune prove vinte può giustificare il punteggio basso.

Il settimo sentimento, la SORPRESA, presenta un valore dei dati che decresce dai primi agli ultimi classificati. Infatti i vincitori sono quelli che hanno ottenuto il punteggio più alto (7,00), seguiti dai secondi (6,44), poi i terzi (5,59) e infine i quarti (4,69). Da questo dato è possibile dedurre una correlazione positiva tra il sentimento provato e la posizione conseguita nella prestazione sportiva.

L'ottavo sentimento, la NOIA, ha registrato un punteggio mediamente basso per tutti i bambini. I primi classificati hanno espresso il valore più basso (1,56), poi i quarti (2,11), seguiti dai terzi (3,00) e infine i secondi (3,19). Questo dato sembra confermare l'ipotesi che vede i secondi classificati rimanere particolarmente colpiti, con un valore simile a quello dei quarti classificati.

Il nono sentimento, il CONTROLLO, ha visto ottenere in generale punteggi alti per tutti i bambini (tra 6,17 e 7,88). Il valore più alto è stato mostrato dai primi classificati (7,88), seguiti dai terzi e dai secondi che hanno registrato un punteggio molto simile, rispettivamente 6,63 e 6,61, e infine dagli

ultimi classificati (6,17). Il sentimento del “controllo” implica una conoscenza del proprio vissuto emotivo piuttosto evoluta e pertanto deve essere interpretato con molta cautela.

Il decimo sentimento, la RABBIA, presenta il punteggio più basso espresso dai vincitori (1,88), seguiti dai secondi (3,31), poi dai quarti (3,64) ed infine dai terzi classificati (4,17). E' interessante notare come, in generale, nei bambini l'essere stati sconfitti non abbia provocato dei valori di rabbia particolarmente elevati.

L'undicesimo sentimento, la CALMA, ha registrato un valore dei dati molto simili per i primi (6,31), secondi (6,00) e terzi classificati (5,98). Gli ultimi classificati sono quelli che hanno ottenuto un punteggio più basso (5,08). Anche in questo caso, come per il controllo, il risultato delle prove non sembra aver avuto particolare influenza su questa dimensione, anche se, andando dai primi agli ultimi, i bambini hanno registrato un punteggio sempre più basso, seppur di pochi decimi.

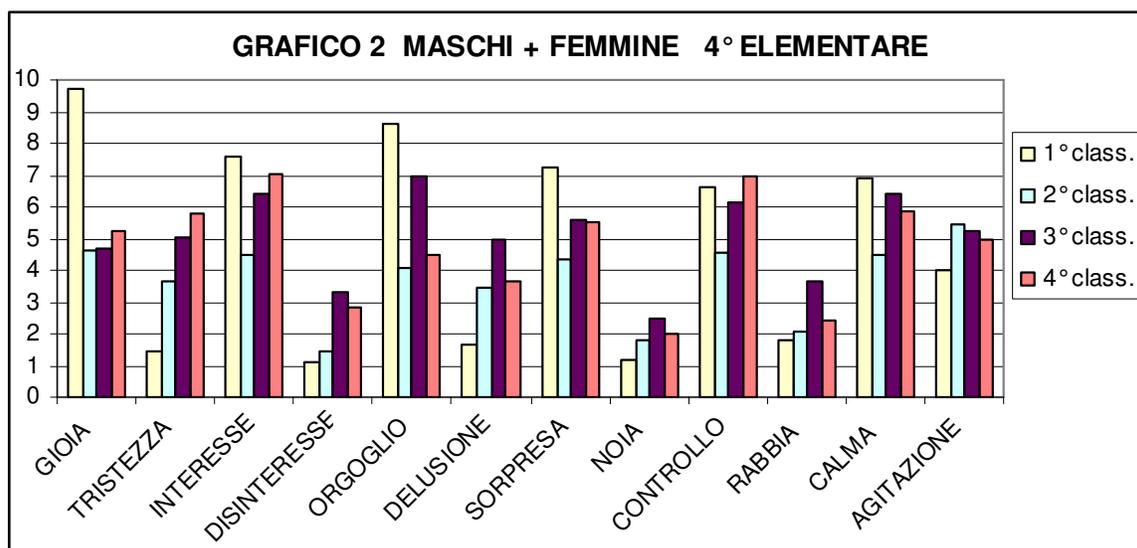
Il dodicesimo sentimento, l'AGITAZIONE, ha visto conseguire il punteggio più basso ai primi classificati (5,63), seguiti dai quarti (6,11), poi dai terzi (6,72) e quindi dai secondi (7,19). Questo dato segnala che i bambini hanno vissuto globalmente l'esperienza sportiva in modo tranquillo e sereno senza provare particolari stati di agitazione.



CLASSE 4^a

La tabella registra i dati ottenuti da 56 allievi (25 maschi e 31 femmine)

TABELLA 2 - MASCHI + FEMMINE - 4° ELEMENTARE								
SENTIMENTI	1° CLASSIFICATI		2° CLASSIFICATI		3° CLASSIFICATI		4° CLASSIFICATI	
	MEDIA	d.s.	MEDIA	d.s.	MEDIA	d.s.	MEDIA	d.s.
GIOIA	9,75	0,67	4,59	2,53	4,68	2,14	5,24	2,41
TRISTEZZA	1,43	1,20	3,64	3,17	5,01	3,06	5,80	3,03
INTERESSE	7,61	2,44	4,51	2,55	6,39	2,36	7,02	2,24
DISINTERESSE	1,14	0,92	1,43	1,59	3,29	2,46	2,85	2,56
ORGOGGIO	8,63	1,50	4,10	2,59	6,94	2,77	4,50	2,76
DELUSIONE	1,63	2,01	3,43	3,16	4,98	2,74	3,65	2,64
SORPRESA	7,28	3,50	4,35	3,55	5,60	2,87	5,51	3,00
NOIA	1,20	0,65	1,78	1,54	2,48	1,85	2,01	1,90
CONTROLLO	6,61	3,39	4,55	3,10	6,14	2,76	6,94	2,73
RABBIA	1,81	1,99	2,09	1,93	3,64	2,21	2,43	1,77
CALMA	6,86	3,50	4,46	3,29	6,38	2,14	5,88	3,02
AGITAZIONE	3,99	3,50	5,43	3,21	5,24	3,09	4,97	3,34



Il primo sentimento preso in analisi è la GIOIA, che ha visto ottenere il punteggio più alto dai bambini primi classificati (9,75). I secondi, terzi e quarti classificati hanno registrato un valore molto simile. Dopo i vincitori quelli che hanno ottenuto il punteggio più alto sono i quarti (5,24), seguiti dai terzi (4,68) e infine i secondi (4,59). Si può notare come la sconfitta dei bambini arrivati secondi, abbia fatto prevalere la dimensione della delusione e della tristezza su quella della soddisfazione. Infatti questi bambini non esprimono un livello di gioia più alto dei terzi e quarti, nonostante si siano classificati prima di loro.

Il secondo sentimento, la TRISTEZZA, rispecchia l'ordine di classifica delle prove. I vincitori sono i bambini con un punteggio più basso (1,43), seguiti dai secondi (3,64), poi i terzi (5,01), quindi i quarti (5,80). In questo caso l'essere stati superati è stato il sentimento che è prevalso in tutti i bambini. Infatti i secondi classificati hanno espresso un punteggio più basso di terzi e quarti e i terzi classificati, pur avendo superato i classificati dopo di loro, non sembrano essere stati particolarmente motivati da questa soddisfazione.

Il terzo sentimento, l'INTERESSE, presenta il punteggio più alto ottenuto dai primi classificati (7,61), seguiti dai quarti (7,02), poi dai terzi (6,39) e infine dai secondi (4,51). In generale il valore è alto per tutti i bambini per cui è possibile ipotizzare che, nel complesso il progetto sia stato gradito indipendentemente dal risultato motorio/sportivo. È interessante notare come solo i secondi classificati abbiano espresso un valore vistosamente più basso degli altri bambini, si potrebbe ricercare la causa ancora nella delusione e nella tristezza per non essere arrivati primi. Il prevalere di questa dimensione potrebbe aver ridotto l'interesse verso l'attività proposta.

Il quarto sentimento, il DISINTERESSE, ha registrato in generale punteggi bassi per tutti i partecipanti. Il più basso in assoluto è stato quello dei vincitori (1,14), seguito dai secondi (1,43), quindi i quarti (2,85) e infine i terzi (3,29). I punteggi tendenzialmente bassi denotano una scarsa presenza di questo sentimento nei bambini in riferimento alle attività svolte.

Il quinto sentimento, l'ORGOGGIO, ha visto ottenere il valore più alto naturalmente dai primi classificati (8,63), seguiti dai terzi (6,94), poi i quarti (4,50) e infine dai secondi (4,10). Da questi dati si può ipotizzare che, da un lato la vittoria realizzata nelle penultime prove dai terzi e dall'altro la sconfitta nella fase finale dell'attività subita dai secondi classificati, possano spiegare la ragione di questo punteggio.

Il sesto sentimento, la DELUSIONE, presenta il valore registrato più basso ovviamente nei primi (1,63), seguiti dai secondi (3,43), poi dai quarti (3,65) e infine dai terzi (4,98). Il punteggio più alto ottenuto dai terzi classificati potrebbe indurci a pensare che in questo sentimento, come nella tristezza, la soddisfazione per alcuni buoni risultati nelle prove sia meno dominante rispetto al risultato finale, non tanto gratificante.

Il settimo sentimento, la SORPRESA, ha registrato il punteggio più alto nei primi classificati (7,28), seguiti dai terzi (5,60), poi nei quarti (5,51) e infine nei secondi (4,35). Come per l'interesse, la sconfitta subita dai secondi classificati potrebbe essere alla base di questo valore più basso. Infatti questo risultato negativo ottenuto nella fase finale delle prove potrebbe avere fatto meno apprezzar loro tutto il progetto.

L'ottavo sentimento, la NOIA, mostra un valore dei dati generalmente basso. I bambini che mostrano il valore più basso sono ancora i primi (1,20), seguiti dai secondi (1,78), poi i quarti (2,01) e infine i terzi (2,48). I risultati così modesti rappresentati dai dati relativi alla NOIA segnalano la scarsa presenza di questo sentimento in questa situazione scolastica.

Il nono sentimento, il CONTROLLO, ha registrato il valore più alto questa volta dagli ultimi classificati (6,94), seguiti dai vincitori (6,61), poi dai terzi (6,14) e infine dai secondi (4,55). Questo sentimento non sembra essere particolarmente influenzato dalla classifica finale. Può essere interessante notare come tutti i bambini abbiano espresso all'incirca lo stesso valore ad eccezione dei secondi classificati che presentano un punteggio più basso degli altri bambini.

Il decimo sentimento, la RABBIA, ha ottenuto il valore più alto per i terzi classificati (3,64), seguiti dai quarti (2,43), poi i secondi (2,09) e quindi i primi (1,81). Come per la delusione e la tristezza, i terzi classificati hanno ottenuto, anche in questo caso, un valore alto. Questo dato potrebbe avvalorare l'ipotesi che in questi sentimenti siano dominanti le sensazioni negative derivate da prove insoddisfacenti nella fase iniziale dell'attività, prevalenti anche su quelle migliori delle fasi successive.

L'undicesimo sentimento, la CALMA, ha visto realizzare il punteggio più alto per i primi classificati (6,86), seguiti dai terzi (6,38), poi dai quarti (5,88) e infine dai secondi (4,46). Questo dato ci può far ipotizzare che la vittoria recente abbia fatto registrare un punteggio più alto nei primi e terzi classificati rispetto a quello rilevato nei secondi e nei quarti a causa della sconfitta.

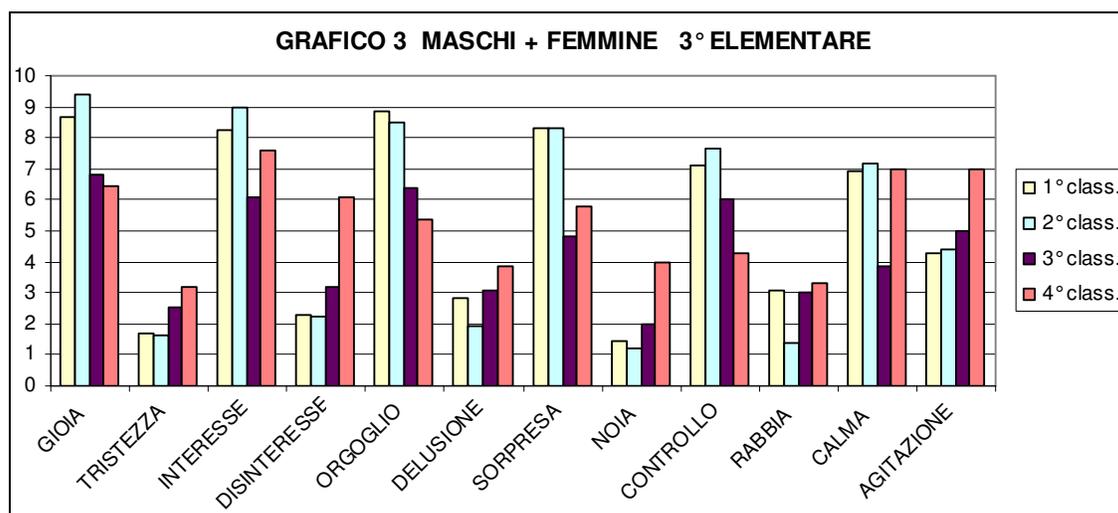
Il dodicesimo sentimento, l'AGITAZIONE, ha ottenuto un punteggio nella stessa area per secondi, terzi e quarti, rispettivamente (5,43), e (5,24) (4,97). I vincitori, invece, hanno registrato il punteggio più basso (3,99). Questo dato, insieme a quello della calma, ci potrebbe far pensare che il non essere mai stati sconfitti possa avere influenzato in maniera positiva questo sentimento.



CLASSE 3^a

La tabella registra i dati ottenuti da 62 allievi (30 maschi e 32 femmine)

TABELLA 3 - MASCHI + FEMMINE - 3° ELEMENTARE								
SENTIMENTI	1° CLASSIFICATI		2° CLASSIFICATI		3° CLASSIFICATI		4° CLASSIFICATI	
	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s	MEDIA	d.s
GIOIA	8,65	1,50	9,38	1,63	6,83	3,28	6,42	3,25
TRISTEZZA	1,66	1,22	1,60	1,86	2,55	3,25	3,17	4,02
INTERESSE	8,25	1,96	8,98	2,59	6,10	3,47	7,58	2,77
DISINTERESSE	2,31	3,00	2,25	1,41	3,22	3,60	6,08	25,56
ORGOGGIO	8,87	1,55	8,50	2,53	6,38	3,79	5,38	3,46
DELUSIONE	2,82	3,31	1,90	1,39	3,08	3,55	3,83	3,54
SORPRESA	8,29	2,39	8,33	2,57	4,82	3,59	5,79	3,64
NOIA	1,47	1,74	1,18	0,84	2,00	3,07	4,00	3,80
CONTROLLO	7,08	3,90	7,68	2,90	6,03	3,44	4,29	3,16
RABBIA	3,06	3,20	1,38	1,45	3,00	3,53	3,29	4,51
CALMA	6,94	3,71	7,18	3,24	3,88	3,73	7,00	3,91
AGITAZIONE	4,27	3,98	4,38	4,18	5,00	3,28	6,96	3,16



Il primo sentimento considerato è la GIOIA che ha visto conseguire i punteggi più alti dai secondi (9,38), seguiti dai primi classificati (8,65), quindi dai terzi (6,83) e infine dai quarti (6,42). Sembra, dai risultati, che in questi bambini il sentimento si presenti in modo indifferenziato rispetto alla posizione nella classifica finale.

Il secondo sentimento, la TRISTEZZA, presenta un andamento dei dati speculare rispetto alla gioia. Il valore più basso è stato registrato dai secondi classificati (1,60), sullo stesso livello i vincitori (1,66), seguiti dai terzi (2,55) e poi dai quarti (3,17). I punteggi si distribuiscono comunque nell'ambito di un'area relativamente omogenea.

Il terzo sentimento, l'INTERESSE, ha registrato i valori più alti per i secondi classificati (8,98), seguiti subito dai primi (8,25), poi dai quarti (7,58) e quindi dai terzi (6,10). In generale, come per le precedenti classi, il progetto sembra aver soddisfatto le aspettative dei bambini. Inoltre da questo dato si potrebbe ipotizzare, come già rilevato per la gioia, che la soddisfazione per un buon risultato finale abbia aumentato il punteggio attribuito dai bambini all'interesse provato per l'attività.

Il quarto sentimento, il DISINTERESSE, segue un andamento dei dati molto simile ai precedenti. Infatti il valore più basso è stato ottenuto dai secondi (2,25), sullo stesso livello i primi (2,31), seguiti dai terzi (3,22). Il valore più alto (6,08) dei quattro gruppi è stato invece registrato dai quarti. Questo risultato può essere interpretato come un segnale di disinteresse globale per la classifica o per l'attività.

Il quinto sentimento, l'ORGOGGIO, mostra una correlazione positiva tra l'andamento dei dati espressi e la classifica finale. I vincitori hanno ottenuto il valore più alto (8,87), molto simile il punteggio dei secondi (8,50), seguiti dai terzi (6,38) e poi dai quarti (5,38). Anche in questo caso la soddisfazione o insoddisfazione per la posizione conquistata alla fine delle prove sembra essere predominante rispetto alle gratificazioni o meno derivate dalle vittorie nelle diverse fasi dell'attività..

Il sesto sentimento, la DELUSIONE, presenta i dati in modo particolare. I bambini che hanno registrato il punteggio più basso sono stati i secondi classificati (1,90), seguiti dai primi (2,82), poi i terzi (3,08) e infine i quarti (3,83). Questo particolare risultato, che vede i secondi classificati con un valore più basso dei vincitori, potrebbe essere ricercato nel sentimento della gioia, nel quale infatti i bambini arrivati secondi hanno registrato un punteggio più alto dei primi. Con tutta probabilità la dimensione della soddisfazione, gratificazione e felicità per aver tentato di vincere è prevalsa rispetto alla delusione per non aver vinto.

Il settimo sentimento, la SORPRESA, ha visto ancora ottenere un punteggio quasi identico dai secondi e dai primi classificati, rispettivamente 8,33 e 8,29, seguiti dai quarti (5,79) e poi dai terzi (4,82). La sorpresa vede sostanzialmente configurarsi due blocchi: da un lato primi e secondi con punteggi molto vicini e dall'altro quarti e terzi. È possibile ipotizzare che il sentimento della sorpresa implichi una capacità di anticipazione del risultato da conseguire che presenta un eccessivo grado di complessità nei bambini di questa età e pertanto i risultati devono essere considerati con estrema cautela.

L'ottavo sentimento, la NOIA, presenta i dati in modo speculare a quello della sorpresa. Il valore più basso è stato ottenuto dai secondi classificati (1,18), seguiti con un punteggio molto simile dai vincitori (1,47), poi dai terzi (2,00) e infine dai quarti (4,00).

Il dato degno di rilievo a proposito della noia è quello ottenuto dai quarti classificati, che indicano appunto nel più alto livello di noia il loro stato di disagio.

Il nono sentimento, il CONTROLLO, mostra un andamento dei dati molto simile ai sentimenti precedentemente analizzati. Il punteggio più alto è stato ottenuto dai secondi classificati (7,68), subito dopo dai primi (7,08), poi dai terzi (6,03) e infine dagli ultimi classificati (4,29). Anche in questo caso la dimensione della vittoria o della sconfitta è quella che sembra prevalere, infatti, scendendo con le posizioni della classifica, diminuisce anche il valore attribuito al controllo, con la solita eccezione dei secondi classificati che hanno espresso un valore più alto, seppur di poco, rispetto ai vincitori.

Il decimo sentimento, la RABBIA, ha registrato il valore più basso per i secondi classificati (1,38). Primi, terzi e quarti hanno ottenuto un punteggio molto simile. Nell'ordine i terzi (3,00), seguiti dai vincitori (3,06) e poi dagli ultimi (3,29). Questo dato invita a ragionare sul fatto che forse i bambini classificati secondi hanno avuto una gratificazione e un senso di appagamento più alto da tutto il progetto rispetto ai vincitori.

L'undicesimo sentimento, la CALMA, ha ottenuto i punteggi più alti, praticamente a pari merito, rispettivamente dai bambini classificati secondi (7,18), seguiti dai quarti (7,00) e poi dai primi (6,94). Un valore molto più basso è stato registrato per i terzi classificati (3,88). Anche in questo caso è possibile rilevare la singolarità del punteggio espresso dai terzi considerevolmente diverso da quello degli altri compagni.

Il dodicesimo sentimento, l'AGITAZIONE, presenta il valore più basso per i primi classificati (4,27) a pari merito con i secondi (4,38), seguiti da terzi (5,00) e infine dai quarti (6,96). Come per la calma, molto probabilmente la soddisfazione per alcuni buoni risultati non è servita ai terzi classificati ad attenuare l'insoddisfazione che è derivata dal non aver vinto di più. E ancora una volta possiamo trovare una stretta correlazione tra classifica finale e punteggio attribuito dai bambini a questi sentimenti.



RACCONTARE E DISEGNARE LO SPORT CHE EMOZIONE

Antonio Daino e Lisa Strusani

Le emozioni ci consentono di scoprire ciò che ci accade, ciò che vogliamo, ciò che per noi è rilevante. Ma questa scoperta non avviene naturalmente, è indispensabile mettersi in un atteggiamento di ascolto delle proprie emozioni, perché solo così è possibile capire come esse guidano il nostro comportamento.

Provare emozioni nei confronti di qualcuno o di qualcosa vuol dire provare un sentimento che può essere connotato positivamente o negativamente. Le emozioni non sono buone o cattive in sé: alcune ci fanno sentire bene con noi stessi, altre ci fanno sentire a disagio. Tutti proviamo sensazioni interiori, emozioni o sentimenti, anche se a volte alcuni tendono a nascondere. Le emozioni sono tante e ognuna ha il suo nome. Più emozioni si sanno riconoscere, quindi nominare, maggiore è il grado di comprensione di sé stessi.

Un obiettivo interessante per ogni bambino – ragazzo è quello di vedere con occhio benevolo le proprie emozioni, anche quelle “negative”. Se si impara a coglierle, riconoscerle ed accettarle diventa anche possibile imparare a controllarle. Non bisogna pensare che sia possibile nasconderele, o addirittura negarle, perché esse ritornano prepotentemente alla ribalta nei momenti meno opportuni.

I bambini e ragazzi di oggi crescono in un ambiente tecnologicamente più stimolante dal punto di vista cognitivo rispetto al passato, ma si presentano con una personalità ed un atteggiamento più problematico dal punto di vista emotivo. Spesso sono più presuntuosi e impulsivi, arroganti e maleducati, soli e introversi e meno rispettosi delle regole sociali. Per tali motivi hanno bisogno di essere guidati verso la consapevolezza, il riconoscimento ed il controllo emotivo, perché da questi dipende la possibilità di gestire al meglio i vissuti positivi e negativi (connessi ad ogni processo di apprendimento), per evitare che si trasformino successivamente in sentimenti di auto svalutazione e/o in comportamenti devianti o depressivi.

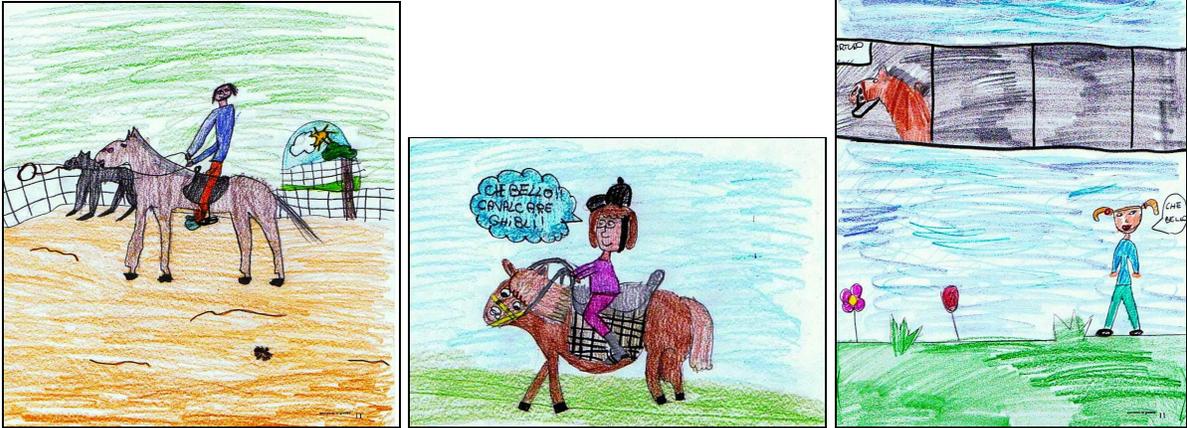
L'esperienza motoria è particolarmente ricca di situazioni emotivamente e cognitivamente a valenza diversa (spesso ambigua), che stimolano l'allievo a mettersi in gioco e a sperimentare le principali emozioni, di piacere e gioia o di tristezza e delusione.

Le emozioni provate nel processo di apprendimento sono un sostegno fondamentale per il pensiero, le azioni e la crescita globale della persona: diventare emotivamente consapevoli significa imparare a gestire in modo equilibrato le proprie emozioni nello studio come nello sport e nel gioco, senza fingere né mostrare un comportamento artificiale o falso.

Insegnare ai ragazzi a riflettere sulle proprie emozioni, a descriverle e rappresentarle (per mezzo di uno scritto o di un disegno) è strumento importante per approfondire la conoscenza di sé, per imparare ad identificare i sentimenti più nascosti e scoprire come possono essere affrontati e condivisi con i compagni e con gli adulti. Scrivere o disegnare può liberare mente e cuore.

Sulla carta si possono esprimere aspettative, desideri o conflitti, impressioni e pensieri, realtà e sogni, ricordi e fantasie. Scrivere e raccontare in forma di cronaca o di poesia consente di riflettere e rivivere le esperienze da una posizione distaccata e quindi guardare le emozioni come non “pericolose” e soffocanti. In particolare le immagini possono aiutare a vedere quello che non è possibile verbalizzare essendo libere da vincoli del pensiero logico sequenziale.

Nella scuola primaria le attività svolte con i disegni quindi si prestano come una sorta di esercizio-gioco semplice ed efficace che stimola la creatività coinvolgendo pensieri difficili da esprimere in altre forme. I bambini possono rappresentare le emozioni proprie e altrui soprattutto attraverso il disegno, dando così una prova della loro capacità di riconoscerle e di raccontarsi. Essi infatti possiedono una ricca gamma espressiva e una notevole capacità di comunicare non verbalmente; di sapere osservare, riconoscere e descrivere negli altri e in sé medesimi le differenti manifestazioni emotive.



Racconti, poesie e disegni che fanno parte integrante di questo volume sono un esempio operativo delle indicazioni sopra accennate, realizzate dagli alunni di tutte le classi che hanno partecipato a questa particolare iniziativa, unica per il nostro territorio.

Per quanto si riferisce ai disegni si è preferito in questa sede presentarli solo nella loro dimensione estetica e non avviare una analisi interpretativa perché non in linea con gli scopi del presente lavoro.



L'OPINIONE DEGLI INSEGNANTI

Antonio Daino e Marta Landini

Lo scopo del questionario di gradimento rivolto agli insegnanti delle scuole partecipanti al progetto, è stato in primo luogo la rilevazione dell'impatto globale del progetto nell'ambito dell'attività didattica curricolare. La valutazione del "grado di soddisfazione" da parte degli insegnanti viene considerata un elemento indispensabile per la continuazione dell'esperienza e soprattutto per raccogliere indicazioni determinanti per migliorare l'applicazione operativa delle diverse azioni del progetto. I questionari sono stati distribuiti agli insegnanti di educazione motoria delle classi nel corso dell'ultimo incontro l' 8 Aprile 2010 al quale hanno risposto 16 docenti che appartengono ai plessi G. Pascoli e S.G. Bosco di Varese. Tutti gli insegnanti si sono dimostrati molto collaborativi e hanno risposto con buona accuratezza a tutte le domande.

La traccia del questionario era costituita da una prima parte in cui venivano rilevati alcuni elementi di carattere generale (data, nome della scuola-plesso scolastico,) e successivamente si entrava nel merito delle attività del progetto esplorando il loro giudizio globale, l'inserimento del programma presportivo nel curricolo, il coinvolgimento dei bambini, l'impostazione didattica, la comunicazione sul progetto, i feedback ricevuti dai genitori ed alunni e eventuali criticità riscontrate nello svolgimento del progetto.

Analisi delle risposte

La prima domanda: **“Qual è il suo giudizio globale in merito alla prima edizione del progetto EMOZIONI IN GIOSTRA?”** Il giudizio espresso è stato molto buono per 5 insegnanti e buono per gli altri 11. Non c'è bisogno di una sofisticata analisi statistica per comprendere dell'alto livello di positività manifestato dagli insegnanti in merito al progetto visto nella sua globalità.

La seconda domanda: **“Ritiene che l'articolazione del programma presportivo in 5 incontri si integri positivamente nel curricolo didattico?”**

La scansione di ciascuna attività presportiva in cinque incontri era stata fatta per verificare la possibilità di conseguire un accettabile livello di conoscenza/apprendimento degli elementi fondamentali di ciascuna attività proposta. L'aver ottenuto il giudizio di una integrazione positiva da parte di 6 insegnanti e di abbastanza positiva da parte degli altri 9 conferma la positività della scelta effettuata rispetto alle risorse ed alla globalità del progetto formativo motorio dell'allievo.

La terza domanda: **“Ritiene positivo l'affiancamento di un esperto al docente titolare?”** Tutti gli insegnanti hanno risposto “Molto”. Questi dati confermano in modo inequivocabile il positivo ruolo dell'esperto che è stato svolto in sinergia con il docente titolare con un approccio didattico che ha privilegiato la sinergia del binomio insegnante esperto e che ha evidenziato i punti forti delle due figure adulte di riferimento.

La quarta domanda. **“Ritiene che la sua scuola abbia ricevuto supporto e sostegno per lo svolgimento dell'attività?”** Questa domanda persegue l'obiettivo del supporto e del sostegno che ogni progetto che viene sviluppato in un contesto scolastico dovrebbe avere. Il primo ed unico giudizio critico dall'attività svolta segnala la necessità di specificare in modo più puntuale ed articolato gli elementi di aiuto avanzati, anche se il rapporto di una criticità rispetto a 15 positività potrebbe essere tranquillamente trascurato.

La quinta domanda: **“La comunicazione dell'esistenza del progetto è stata?”** Il ventaglio delle risposte possibili spaziava dal molto buona, buona, sufficiente insufficiente ha visto le scelte

coagularsi soltanto sul versante positivo. Infatti” 6 insegnanti hanno scelto Molto buona e 10 Buona. Questi numeri danno concretezza al clima psicologico positivo che si respira nelle due scuole che hanno sperimentato il progetto ed all'affiatamento degli insegnanti coinvolti in un progetto che va oltre la routine del lavoro contingente.

La sesta domanda. “ **Quali feedback ha ricevuto dai suoi alunni?**” è la domanda cruciale di tutto il monitoraggio. Infatti, poter affermare che 10 insegnati su 16 considerano molto buoni, e 6 buoni le informazioni di ritorno pervenute dagli allievi in merito al progetto stimola gli organi competenti a tenere nella dovuta considerazione l'entità della richiesta che proviene dalla “base”.

La settima domanda: “**Quali feedback ha ricevuto dagli altri insegnanti?**” Indaga in modo più approfondito la percezione degli insegnanti rispetto all'attività. È possibile riscontrare in queste risposte una più articolata varietà di giudizio che comprende tutte e quattro le possibilità offerte dal questionario. I risultati infatti sono stati: molto buoni espresso da 2 insegnati e buoni indicato da 10 insegnanti per quanto riguarda l'area positiva. Ma ci sono stati anche 3 sufficienti, e addirittura un giudizio non soddisfacente.

L'ottava domanda. “**Quali feedback ha ricevuto dai genitori dei suoi alunni?**” si correla con la domanda precedente perché prende in considerazione l'idea del mondo adulto che è coinvolto nell'universo scuola seppur con ruoli diversi. Il giudizio globale, pur altamente positivo due molto buoni e 8 buoni, conferma una maggior dispersione delle opinioni sul tema e contempla anche giudizi meno lusinghieri come un giudizio sufficiente e 5 insufficienti. I 5 giudizi insufficienti potrebbero esser interpretati come quello del docente si è dichiarato non in grado di rispondere alla domanda.

Le domande nove e dieci **relative ad eventuali criticità riscontrate nella realizzazione del progetto e “se sì quali?”** hanno evidenziato la consueta positività quantificata in 12 insegnanti che hanno risposto “No”, e 4 insegnanti che hanno indicato nei problemi di tipo organizzativi la problematicità della realizzazione.

L'ultima domanda, la undici, chiedeva “**Può dirci cosa si poteva fare per rendere il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA più efficace?**” A questa domanda 13 insegnanti non hanno dato alcuna risposta giudizio che può essere considerato come un segnale di una buona organizzazione ed addirittura due docenti hanno risposto che ritenevano molto buona l'organizzazione nel complesso ed un insegnante che ha proposto di aumentare il numero degli incontri con gli esperti.



L'OPINIONE DEI RAPPRESENTANTI DEI GENITORI

Antonio Daino e Serena Giani

Il questionario intende rilevare il parere dei rappresentanti dei genitori dei bambini che hanno partecipato al progetto EMOZIONI IN GIOSTRA, circa l'efficacia della proposta formativa nell'ambito dell'attività didattica curricolare, raccogliendo informazioni riguardo le attività proposte dal progetto e la loro articolazione, la comunicazione all'interno dello stesso, i feedback ricevuti dai loro figli e dagli altri genitori, eventuali criticità riscontrate durante lo svolgimento delle attività e proposte per rendere il progetto più efficace.

I questionari sono stati distribuiti a tutti i rappresentanti dei genitori delle classi che hanno partecipato al progetto. Al questionario hanno risposto 15 genitori che appartengono cinque al plesso Bosco (1^a-2^a -3^a -4^a -5^a elementare) e dieci al plesso Pascoli (1^a A-B; 2^a A-B; 3^a A -B; 4^a A-B; 5^a A-B elementare) di Varese.

Il questionario è articolato in undici domande: dieci a risposta multipla e una domanda aperta.

Si è ritenuto opportuno riportare un sintetico commento a ognuno degli item per far emergere gli aspetti degni di nota e per avanzare una prima ipotesi interpretativa dei dati raccolti.

Analisi delle risposte

Domanda 1- Qual è il suo giudizio globale in merito alla prima edizione del progetto EMOZIONI IN GIOSTRA?

Il giudizio espresso è stato "molto buono" per 9 genitori, "buono" per 5 e "sufficiente" per 1. Possiamo concludere che nel complesso il progetto ha sicuramente soddisfatto le aspettative dei genitori.

Domanda 2- Ritiene che l'articolazione del programma presportivo in cinque incontri si integri positivamente nel curricolo?

Con tutta probabilità questa organizzazione del progetto è da ritenersi valida ed efficiente per il raggiungimento degli obiettivi proposti in quanto nove genitori hanno risposto "molto" e sei "abbastanza".

Domanda 3 - Ritiene positivo l'affiancamento di un esperto al docente titolare?

Tutti i genitori hanno risposto "molto". Questo risultato non lascia dubbi sull'importanza del ruolo svolto da un esperto, che, lavorando in sinergia con il docente titolare per tutto lo svolgimento del progetto, è stato sicuramente importante per lo sviluppo delle attività e per l'incremento delle abilità motorie dei bambini.

Domanda 4 - Ritiene che la scuola abbia ricevuto supporto e sostegno per lo svolgimento delle attività?

In questa domanda si è registrato il primo giudizio critico, anche se da parte di un solo genitore che ha risposto "poco". Per gli altri invece il supporto e il sostegno, caratteristiche che non dovrebbero mai mancare in un progetto svolto in ambito scolastico, sono stati valutati in maniera positiva, metà ha risposto "molto", l'altra metà "abbastanza".

Domanda 5 - La comunicazione dell'esistenza del progetto è stata?

4 genitori hanno risposto "molto buona", 9 "buona" e 2 "sufficiente". Queste risposte testimoniano il clima di collaborazione fra genitori ed insegnanti. Dai dati emerge che quest'ultime hanno saputo creare un'atmosfera di interesse intorno al progetto, rendendo partecipi i genitori e informandoli sullo sviluppo delle attività proposte.

Domanda 6 - Quali feedback ha ricevuto da suo figlio/a?

Il progetto risulta aver pienamente soddisfatto le aspettative dei bambini, 9 genitori hanno detto "molto buoni" e 6 "buoni". La partecipazione alle attività è risultata senza dubbio un'esperienza positiva per gli alunni.

Domanda 7 - Quali feedback ha ricevuto dagli altri genitori?

Questa domanda, insieme alla successiva, indaga come i bambini hanno informato i genitori circa le attività svolte. Dalle risposte viene confermato il buon livello di gradimento ottenuto dalle attività. Nessun genitore ha espresso un giudizio negativo, 6 hanno risposto "molto buoni", 6 "buoni" e 3 "sufficienti".

Domanda 8 - Quali feedback ha ricevuto dai genitori delle altre classi?

Le risposte a questa domanda sono state simili alla precedente, in 8 hanno risposto "molto buoni", in 7 "buoni" e in 4 "sufficiente". Si può notare come indipendentemente dalla classe le attività siano state sviluppate in maniera ottimale e sempre soddisfacente.

Domanda 9 - Ha riscontrato delle criticità nella realizzazione del progetto?

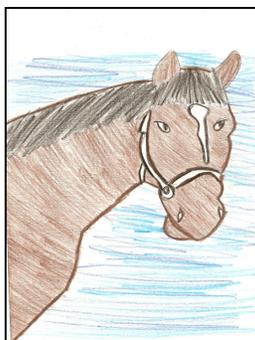
14 genitori hanno dichiarato che non ci sono state criticità nella realizzazione del progetto e quindi è possibile dedurre il gradimento del progetto.

Domanda 10 - Quali criticità sono state rilevate?

Un solo genitore ha dichiarato di aver riscontrato delle criticità, ma nonostante le 4 opzioni predefinite non è stato possibile comprendere il tipo di criticità.

Domanda aperta - Può dirci cosa si poteva fare per rendere il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA più efficace?

In 7 non hanno dato una risposta, che può essere interpretato come segnale di buona organizzazione, un genitore ha detto che per lui è stato efficace, un altro che potrebbe essere utile divulgare i risultati del progetto e i rimanenti sei hanno dichiarato che sarebbe utile prolungare le attività proposte aumentando il numero degli incontri.



L'OPINIONE DEI GENITORI DEI BAMBINI DIVERSAMENTE ABILI

Il questionario di monitoraggio del progetto EMOZIONI IN GIOSTRA è stato distribuito naturalmente anche ai genitori dei bambini diversamente abili che hanno preso parte alle attività.

Gli obiettivi del progetto sono stati in primo luogo quello di garantire a questi bambini la partecipazione alle attività proposte e poi quello di cercare di stimolare la loro dimensione cognitiva e psicomotoria attraverso le diverse attività.

E' sembrato importante monitorare le opinioni dei genitori dei bambini portatori di handicap raccogliendo informazioni riguardo l'inserimento dei loro figli nel progetto.

Al questionario hanno risposto quattro genitori appartenenti ai plessi Pascoli e Bosco di Varese.

Analisi delle risposte

Domanda 1- Qual è il suo giudizio globale in merito alla prima edizione del progetto EMOZIONI IN GIOSTRA?

Dall'analisi delle risposte a questa domanda possiamo concludere che nel complesso il progetto ha sicuramente soddisfatto le aspettative dei genitori, infatti metà dei genitori ha risposto "molto buono", l'altra metà "buono".

Domanda 2- Ritieni che l'articolazione del programma presportivo in cinque incontri si integri positivamente nel curricolo?

Con tutta probabilità questa organizzazione del progetto è da ritenersi sufficientemente valida ed efficiente per il raggiungimento degli obiettivi proposti in quanto un genitore ha risposto "molto" e tre "abbastanza".

Domanda 3 - Ritieni positivo l'affiancamento di un esperto al docente titolare?

Tre genitori hanno risposto "molto", uno "abbastanza" Questo risultato non lascia dubbi sull'importanza del ruolo svolto da un esperto, che, lavorando in sinergia con il docente titolare per tutto lo svolgimento del progetto, è stato sicuramente importante per la partecipazione dei bambini alle attività.

Domanda 4 - Ritieni che la scuola abbia ricevuto supporto e sostegno per lo svolgimento delle attività?

Il supporto e il sostegno, caratteristiche che non dovrebbero mai mancare in un progetto svolto in ambito scolastico, sono stati valutati in maniera molto positiva, infatti tre genitori hanno risposto "molto", solo uno "abbastanza".

Domanda 5 - La comunicazione dell'esistenza del progetto è stata?

Tutti i genitori hanno detto "buona". Queste risposte testimoniano il clima di collaborazione, già espresso dai rappresentanti dei genitori e fra genitori ed insegnanti. Dai dati emerge che queste ultime hanno saputo creare un'atmosfera di interesse intorno al progetto, rendendo partecipi anche i genitori dei bambini diversamente abili e informandoli dello sviluppo delle attività proposte.

Domanda 6 - Quali feedback ha ricevuto da suo figlio/a?

Il progetto risulta aver soddisfatto le aspettative dei bambini, tutti hanno risposto “buono”. La partecipazione alle attività è risultata senza dubbio un’esperienza positiva anche per questi alunni.

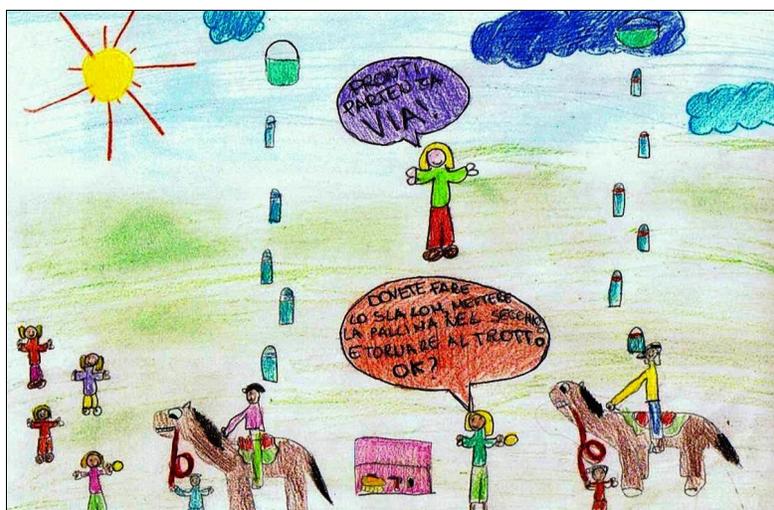
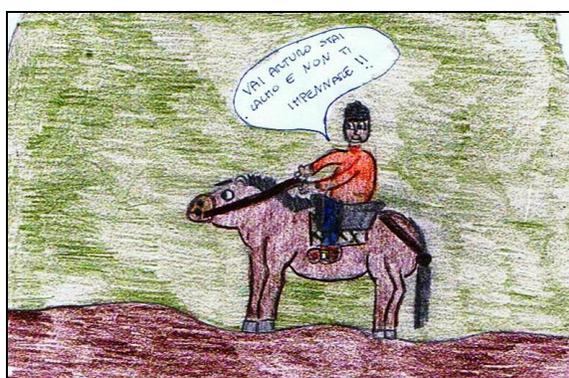
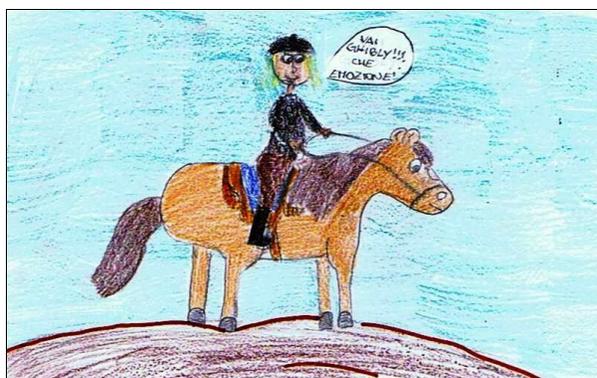
Le domande 7 e 8 indagavano “**Quali feedback ha ricevuto dai genitori?**”. Le risposte ci stimolano a intensificare i momenti di inclusione nelle attività ludico-sportive dei bambini diversamente abili.

Domanda 9 e 10 - Ha riscontrato delle criticità nella realizzazione del progetto?

Tutti i genitori hanno dichiarato che non ci sono state criticità particolari nella realizzazione del progetto e quindi è possibile dedurre la generale positività dello stesso.

Domanda aperta 11 - Può dirci cosa si poteva fare per rendere il progetto EMOZIONI IN GIOSTRA più efficace?

In 3 non hanno dato alcuna risposta, che può essere interpretato come segnale di buona organizzazione; un solo genitore ha detto che potrebbe essere utile prolungare le attività proposte.



CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE

Francesco Deleo, Giovanna Mapelli, Rita Serafini, Antonio Daino

Nella prefazione di questo testo delle persone che hanno ruoli d'indirizzo istituzionale delle attività scolastiche, si rileva il ruolo determinante dell'educazione motoria e dell'attività sportiva come attività fondamentali per una crescita armoniosa e completa della personalità del bambino, per lo sviluppo non solo delle abilità motorie, ma anche di quelle intellettive, relazionali ed emotive. Fin dalla scuola primaria è importante sviluppare progetti e utilizzare strumenti educativi che aiutino gli allievi a conoscere se stessi, a imparare ad ascoltare e ad ascoltarsi, ad attivare relazioni interpersonali positive, valorizzando i differenti canali di comunicazione, allo scopo di facilitare il contatto e l'autenticità nel rapporto con se stessi e con gli altri.

La conclusione evidenzia come le finalità sopra accennate non si possono raggiungere se non si è sostenuti da un gruppo di lavoro che condivide l'obiettivo da conseguire, l'impostazione del lavoro e il valore formativo dell'esperienza da realizzare.

Il gruppo delle insegnanti delle scuole primarie dell'I.C. di Varese 2 ha dimostrato di saper lavorare credendo nell'idea del progetto EMOZIONI IN GIOSTRA, modificando l'abituale attività didattica, mettendosi in gioco nella consapevolezza che soltanto nell'innovazione della propria relazione con gli alunni è possibile migliorare l'interesse per le attività scolastiche.

Queste note finali, si propongono non di chiudere bensì di riaprire il discorso, riconsiderando altri spunti e temi, emersi nella fase di realizzazione del progetto e di documentazione del lavoro svolto. A titolo esemplificativo si pensi al concetto di "PROGETTO" come strumento operativo per programmare l'attività scolastica. L'insegnante che progetta, diversamente da quello che si limita alla pianificazione ed alla programmazione deve "andare oltre" il consueto, per avventurarsi in nuovi campi (motorio-emotivo), leggendo accuratamente i bisogni dei bambini di oggi, modificando il contesto usuale, formulando nuovi obiettivi verso cui tendere con determinazione e tenacia. In quest'ottica "proiettarsi-progettare" vuol dire dare significato alle proprie azioni ed alle proprie scelte, alla luce dei valori assunti e degli obiettivi personali, professionali e sociali di riferimento.

L'auspicio finale è che l'esperienza EMOZIONI IN GIOSTRA realizzata nell'Istituto Comprensivo Varese 2, possa continuare con un approfondimento specifico nell'area dell'alfabetizzazione motorio/emotiva.

Un altro scenario possibile è quello che vede l'esperienza replicarsi in altri contesti che presentino la stessa sensibilità a tali sviluppi.

Per chiudere abbiamo dato voce agli insegnanti delle diverse classi delle due scuole, perché hanno seguito i bambini in tutte le attività e sono in grado di esprimere una valutazione complessiva che serve anche quale ulteriore verifica.

Ecco la sintesi delle loro risposte.

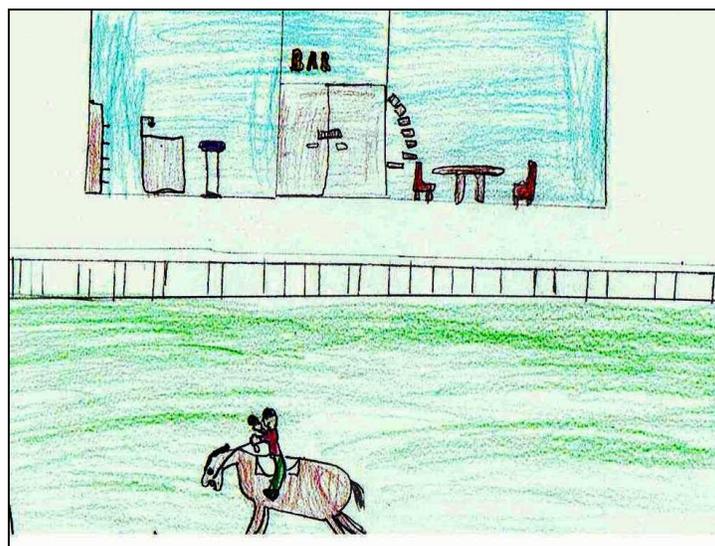
* Tutte le insegnanti pensano di aver preso parte ad un progetto che si è distinto per la sua unicità, che ha il diritto alla primogenitura, almeno in Lombardia, e che è giusto pubblicare per comunicarne i contenuti.

* Gli sport sperimentati sono stati di tipo individuale, ma l'emozione di provare attività nuove ha coinvolto sempre l'intera classe, saldandone i legami di partecipazione e condivisione.

* La possibilità di seguire i propri allievi durante applicazioni spontanee e di osservarli in risposte individuali, legate a situazioni inusuali, ha evidenziato comportamenti e sfumature del carattere rilevabili solo quando la partecipazione, l'interesse e il coinvolgimento sono totali, come stare in equilibrio sui pattini o sulla groppa di un pony che si muove o ancora trovarsi spiazzato al suolo in una semplice "caduta" del judo.

* Dopo ogni lezione "speciale" tutti gli allievi si sono scambiati sensazioni e impressioni, manifestando tipi e forme di interesse e sorpresa diversi, sentimenti di agitazione, di gioia, di timore, di orgoglio, soprattutto per essere riusciti a muoversi con sicurezza, a

**emozionarsi tanto e... imparare,
ma imparare tanto!**



LE INSEGNANTI CHE HANNO COLLABORATO AL PROGETTO

SCUOLA S. G. BOSCO

INSEGNANTE	CLASSE	ATTIVITA'
PISCIOTTANO CARMEN	CLASSE 1 [^]	JUDO
CERESA CRISTINA	CLASSE 2 [^]	JUDO
	CLASSE 5 [^]	PARTE EMOZIONI EQUITAZIONE
BONGIORNO MARGHERITA	CLASSE 2 [^]	JUDO ALUNNO DISABILE PATTINAGGIO E EQUITAZIONE
SCIACCA AGOSTINO	CLASSE 3 [^]	PATTINAGGIO
PISANO GIOVANNA	CLASSE 3 [^]	PARTE EMOZIONI PATTINAGGIO
	CLASSE 4 [^]	PARTE EMOZIONI EQUITAZIONE
LOVELLI AMALIA	CLASSE 4 [^] e 5 [^]	EQUITAZIONE

SCUOLA G. PASCOLI

INSEGNANTE	CLASSE	ATTIVITA'
SERAFINI RITA	CLASSE 1 [^] e 5 [^]	JUDO e PARTE EMOZIONI
CREPALDI CHIARA	CLASSE 2 [^]	JUDO
PORRATO DANIELA	CLASSE 2 [^]	JUDO
CORTI CRISTINA	CLASSE 3 [^]	PATTINAGGIO
VENZA ROSALBA	CLASSE 3 [^]	PATTINAGGIO
STRAMACCIA MONICA	CLASSE 3 [^] e 5 [^]	PATTINAGGIO e EQUITAZIONE CON ALUNNI DISABILI
PIOVANI MARIA CRISTINA	CLASSE 4 [^]	EQUITAZIONE
RUTIGLIANO ANNA	CLASSE 4 [^]	EQUITAZIONE
BRAIA VALERIA	CLASSE 5 [^]	EQUITAZIONE
DE MADDALENA PIERA	CLASSE 5 [^]	EQUITAZIONE
FILI' GAETANA	CLASSE 5 [^]	EQUITAZIONE
IACOPINO MARIA	CLASSE 5 [^]	EQUITAZIONE

Riflessioni "in rima" di un'insegnante in merito ad un'esperienza fantastica

Sport e disabilità, per me, sono sempre andati a braccetto, come i nostri bambini, cosiddetti normodotati,

con quelli un po' più sfortunati;

è facile pensare che all'inizio eravamo tutti un po' emozionati.

Andare a pattinare, che avventura! Ma la paura è passata una volta che sul ghiaccio l'abbiamo dimenticata...

Cavalcare, che bell'andare... ma riusciranno i nostri alunni a non aver timore?

Certo che, con la criniera del cavallo, il timore si è subito volatilizzato e, con la sua coda, è stato spazzato via,

che bellezza, mamma mia!!

Così, di settimana in settimana, i bambini diversamente abili si sono appassionati, movimentati, sono rimasti ammaliati e,

insieme ai loro compagni, sempre più entusiasti

e da loro incitati,

hanno partecipato alle lezioni con vigore

e sano ardore.

Che bello vederli tutti insieme pattinare:

Matteo sul ghiaccio volava,

Andrea con una sedia si aiutava,

ma sempre con gli altri ciascuno di loro partecipava!

E a cavallo, con il sorriso sulle labbra ed il sole in fronte, pulire il manto, lisciare e pettinare coda e criniera, poi in sella salire

e al trotto con gli amici far tutti sbigottire!

Ni ha commosso ed aperto il cuore

poter stare con loro a condividere sport ed amore,

amore per la vita, la vera amicizia e la natura,

senza malumori, brutti scherzi e senza nessuna bruttura.

Lo sport aiuta, belli e brutti, sani e malati,

disabili e normodotati,

alunni e docenti, professionisti ed insegnanti.

E' stato bello essere in tanti!

Maestra Monica