

# i quaderni della DIDATTICA

A cura di  
**Paolo Secli**  
**Andrea Ceciliani**

## Metodi e strumenti per l'insegnamento e l'apprendimento delle **scienze motorie**

- Progettazione per competenze
- Finalità e obiettivi dell'insegnamento
- Valutazione e formazione
- Benessere, salute e sicurezza





i **quaderni**  
della DIDATTICA



Metodi e strumenti per  
l'insegnamento e l'apprendimento  
delle **scienze motorie**

A cura di  
**Paolo Seclì e Andrea Ceciliani**



I quaderni della didattica – Metodi e strumenti per l'insegnamento  
e l'apprendimento delle Scienze Motorie – I edizione  
Copyright © 2014, Edises S.r.l. – Napoli

9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
2018	2017	2016	2015	2014					


*Le cifre sulla destra indicano il numero e l'anno dell'ultima ristampa effettuata*

*A norma di legge è vietata la riproduzione, anche parziale,  
del presente volume o di parte di esso con qualsiasi mezzo.*

L'Editore

*Autori:*

**Paolo Seclì**, per i Capitoli Primo e Quarto  
**Andrea Cecilianì**, per i Capitoli Terzo e Quinto  
**Cecilia Catellani**, per il Capitolo Secondo  
**Simonetta Polato**, per il Capitolo Secondo

*Grafica di copertina:*  **curvilinee**

*Redazione e composizione:* Oltrepagina – Verona

*Progetto grafico:* ProMedia Studio di A. Leano – Napoli

*Fotoincisione:* R.es. S.n.c. Centro Prestampa di V. Russo – Napoli

*Stampato presso la* Litografia di Enzo Celebrano – Pozzuoli (Napoli)

*per conto della* Edises S.r.l. – Napoli

ISBN 978 88 6584 490 8

**www.edises.it**  
**info@edises.it**

# Introduzione

La scuola italiana attraversa da alcuni anni un periodo orientato al cambiamento: nuovi curricula per la scuola dell'infanzia e per i due cicli d'istruzione, nuovo obbligo scolastico, riconoscimento degli alunni con bisogni educativi speciali (BES) e tanto altro ancora. In questo anelito alla trasformazione, l'Educazione Fisica rappresenta un'esperienza privilegiata e significativa ed è chiamata a dare il proprio determinante contributo in una nuova scuola vocata ad ampliare il suo orizzonte di senso, in un processo che non si esaurisca nell'ambiente scolastico, ma che generi le competenze per un apprendimento continuo durante tutto l'arco della vita.

Il presente contributo non vuole rappresentare un trattato esaustivo sulle tematiche relative all'insegnamento dell'Educazione Fisica e delle Scienze Motorie e Sportive, ma intende fornire spunti di riflessione e focus tematici su aspetti ritenuti "strategici", attuali e di particolare interesse, selezionati dagli autori per contribuire al percorso di formazione permanente dei docenti di Educazione Fisica. Nella scuola italiana troviamo oggi termini differenti che indicano la nostra disciplina nei vari ordini e cicli scolastici, così, nella scuola dell'infanzia troviamo "Il corpo e il movimento", nella scuola primaria e secondaria di primo grado (primo ciclo d'istruzione) la storica riaffermazione di "Educazione Fisica", e nella scuola secondaria superiore (secondo ciclo d'istruzione) "Scienze Motorie e Sportive". Nella trattazione riferita ai singoli segmenti scolastici viene utilizzata la terminologia prevista per i vari ordini, mentre nelle parti d'interesse comune si fa riferimento alle espressioni "Educazione Fisica" e "insegnante di Educazione Fisica" per indicare rispettivamente la nostra disciplina e la relativa figura professionale, allo scopo di rendere più agile la consultazione e dare un senso di "verticalità", più che mai opportuno vista la generalizzazione degli istituti comprensivi, tra gli ordini e i cicli d'istruzione, dalla scuola dell'infanzia alla scuola secondaria superiore. Tale scelta risponde, tra l'altro, all'utilizzo di una definizione largamente diffusa nel contesto europeo e internazionale ed è in sintonia con le motivazioni che hanno indotto all'introduzione/reintroduzione dell'espressione "Educazione Fisica".

Nella scuola italiana l'EF ha, negli anni, incontrato critiche e incomprensioni circa le sue reali potenzialità formative, e questo è avvenuto sia a causa della scarsa cultura nazionale nei riguardi di tutto ciò che attiene al corpo, al movimento e allo sport, sia per lo scarso riconoscimento attribuito alla disciplina nel contesto scolastico. Il testo sottolinea l'importanza rappresentata dalla disciplina nella formazione e nello sviluppo della persona, affermando la sua centralità nel percorso formativo scolastico e delineando il profilo e le competenze dell'insegnante di una "moderna" EF, ispirata al panorama europeo e internazionale. L'analisi realizzata "fotografica" vari punti di criticità, alcuni dei quali ormai storici, purtroppo evidenti nel nostro Paese, ma gli autori formulano anche riflessioni su possibili azioni migliorative tese a creare le condizioni per un reale cambiamento che riguardi l'EF, la scuola e la cultura motoria e sportiva in Italia.

Il manuale nasce dal desiderio di approfondire le tematiche fondamentali che caratterizzano la professionalità del docente di EF alla luce del quadro di riferimento nazionale costituito dal contesto normativo vigente, con uno sguardo attento alle *Raccomandazioni* del Parlamento europeo in ordine alle competenze-chiave da perseguire.

L'analisi dell'impianto normativo, le modifiche successive, la sperimentazione sul campo, richiamano il cammino decennale della riforma fino alle *Indicazioni nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione* del 2012, alle *Indicazioni nazionali per i Licei* del 2010, alle *Linee guida per il secondo biennio e quinto anno degli Istituti Tecnici e Professionali* del 2012.

Indubbiamente un tema-chiave, per le competenze del docente, è la capacità di progettare per competenze, e la necessità di modulare un curriculum verticale di studi, sia in relazione alla necessità di prevedere un cammino graduale e integrato nel passaggio da un ciclo all'altro, sia in virtù dell'opportunità offerta, in questo ambito, dalla progressiva istituzione, sul territorio nazionale, degli istituti comprensivi.

Un secondo aspetto è rappresentato dalla competenza nella valutazione come dispositivo che integri gli aspetti programmatici, didattici, gli apprendimenti attesi e le competenze stimulate, in un circolo virtuoso dove la verifica/misurazione assuma un connotato formativo, sia per l'insegnante, sia per l'alunno/studente e la famiglia. La consapevolezza dei livelli raggiunti, stimolata dalla

condivisione delle procedure e dei criteri di verifica e valutazione, deve scaturire da una co-costruzione di significato che abbraccia la programmazione, la proposta didattica e la partecipazione attiva e consapevole degli allievi. Non solo un insegnante che chiede impegno e studio, ma un gruppo-classe, una comunità formativa, che insieme procede e valuta i risultati ottenuti per modificare quanto non funzionale, per stimolare le potenzialità, per motivare a migliorarsi, come individuo e come gruppo. Un processo, quello della valutazione, non demandato al solo docente, che pure ne rimane responsabile, ma condiviso dagli allievi e dalle famiglie, ciascuno per le proprie responsabilità, in un contesto di patto formativo che si realizzi in un clima di aiuto reciproco emotivamente positivo e costruttivo. È il senso che la normativa stessa vuole dare alla valutazione per toglierle le vestigia di ostacolo da superare, di ansia che si ripete di tanto in tanto nel percorso educativo, di unico obiettivo della partecipazione alla vita scolastica.

Indubbiamente quanto appena descritto non può che scaturire dalla competenza relazionale del docente come punto focale del processo di apprendimento-insegnamento. In particolare l'EF, grazie alla sua natura di disciplina "agita", consente di applicare strategie metodologico-didattiche e comunicative particolarmente efficaci, contribuendo a creare un clima positivo in grado di favorire la crescita personale e offrire opportunità formative rilevanti anche in virtù dei numerosi collegamenti interdisciplinari. L'EF dispone di numerose "frecce al proprio arco" nell'accoglienza e nella gestione delle tante *diversità*<sup>1</sup> che la scuola è chiamata ad accogliere, delineando possibili percorsi verso una vera integrazione/inclusione scolastica e sociale. Emerge un approccio che spazia dall'attenzione verso gli alunni con disabilità, alla sensibilità necessaria con i soggetti "goffi", fino al riconoscimento e alla valorizzazione del talento motorio e sportivo. Quella che proponiamo è una disciplina che mette in risalto le tante "anime" che la compongono per realizzare itinerari di reale *prevenzione primaria* sia riferita alle problematiche fisiche e metaboliche (disfunzioni posturali, sovrappeso-obesità ecc.), sia nei confronti delle numerose forme di disagio psicosociale.

---

<sup>1</sup> Che vanno dagli alunni con bisogni educativi speciali (BES), e quindi anche agli alunni con disabilità, fino alle diversità etniche e culturali e alle differenze di genere.

All'interno di questo percorso educativo s'introduce anche il problema della sicurezza, non come parte della disciplina ma come *modus vivendi*, sempre presente, che deve caratterizzare il senso di autonomia responsabile con il quale si affrontano le situazioni quotidiane: a scuola, in palestra, a casa, nel tempo libero. La normativa di riferimento, richiamata nei suoi punti salienti, non vuole essere una sterile declaratoria di articoli e commi, ma una traduzione in "pratica educativa" sia per l'insegnante che per gli studenti. Dietro ciascuna norma, che pone limiti e confini, esiste un'interpretazione formativa che deve tradursi in comportamenti, in buone prassi, in aiuto reciproco nel rispetto della propria e della altrui sicurezza, in un ambiente dove la norma non deve essere un limite ma una guida rispetto a quanto si può e si deve fare.

Tante cose si sentono dire sulla prevenzione rispetto all'assunzione di sostanze, ma raramente si opera concretamente in tal senso. L'EF, attraverso il gioco e lo sport in ambito scolastico, può dare un contributo a un'educazione che sostenga il ragazzo nelle proprie scelte, che stimoli in lui lo sviluppo di una resilienza capace di sostenerlo nei momenti difficili e di crisi. La consapevolezza delle proprie risorse, come dei propri limiti, deve rendere sereno lo studente rispetto agli alti e bassi che la vita – scolastica ed extrascolastica – ineludibilmente porrà sul suo percorso di maturazione verso l'età adulta. Di fronte a ogni ostacolo è necessario essere pronti a vivere l'ebbrezza del successo come la delusione dell'insuccesso, così come avviene nella pratica sportiva, con la serenità che deriva dalla coscienza di aver prodotto tutto l'impegno possibile per vincere la prova o per accettarne il risultato, qualunque esso sia.

Il senso di benessere, salute e sicurezza, assume connotati particolari e non banalizzabili in semplici formule populistiche che restano nell'aria senza scendere nel concreto della vita scolastica. Benessere significa concepire l'umanità di ogni singolo allievo, attraverso il riconoscimento della sua diversità e della sua personalità, senza regalare nulla a nessuno ma riconoscendo l'impegno di "ciascuno".

L'EF può dare un notevole contributo al benessere iniziando dal concepire lo stare bene con se stessi, con il proprio corpo, con una positiva sensazione della propria corporeità e col rispetto che ad essi è necessario dare per sentirsi sereni, pronti ad aprirsi agli altri e al mondo. L'espressività corporea, il gioco, lo sport, rappresentano campi di esperienza dove il benessere può essere realmente



“giocato” in ambiti protetti, adeguati, rispettosi della persona e della sua particolare intelligenza emotiva.

La qualità del rapporto educativo, in ultima analisi, paga molto di più della quantità di insegnamenti che si impartiscono; nessun allievo, d'altra parte, apprenderà alcunché se non è motivato e disponibile a partecipare a quanto gli viene proposto.



# Sommario

## 1 Capitolo Primo Orizzonti di senso per l'Educazione Fisica

Paolo Secli

1.1	Ruolo del corpo e del movimento nella formazione e nello sviluppo della persona.....	4
1.1.1	<i>Sviluppo motorio e strutturazione della personalità nel contesto educativo.....</i>	8
1.2	Centralità dell'Educazione Fisica nel percorso formativo scolastico .....	13
1.2.1	<i>Perché l'Educazione Fisica .....</i>	13
1.2.2	<i>L'Educazione Fisica a scuola .....</i>	14
1.3	L'insegnante di Educazione Fisica .....	26
1.3.1	<i>Essere docenti nel quadro europeo .....</i>	26
1.3.2	<i>Un nuovo docente in una nuova scuola italiana .....</i>	31
1.3.3	<i>Verso un nuovo profilo e nuove competenze dell'insegnante di Educazione Fisica.....</i>	36
1.4	Per una nuova cultura del corpo, del movimento e dello sport.....	44
	Bibliografia .....	53

## 2 Capitolo Secondo Progettare l'Educazione Fisica

Cecilia Catellani, Simonetta Polato

2.1	Uno sguardo verso l'Europa .....	55
2.2	Una scuola per lo studente: dalla L. 59/1997 alle Indicazioni nazionali 2012 .....	59
2.2.1	<i>Bentornata Educazione Fisica!.....</i>	63
2.2.2	<i>Gli obiettivi di apprendimento: qualche osservazione .....</i>	65
2.2.3	<i>Le Scienze Motorie e Sportive nel secondo ciclo d'istruzione.....</i>	66
2.2.4	<i>Problematiche legate alle Scienze Motorie e Sportive e obbligo d'istruzione .....</i>	76

<b>2.3</b>	<b>Progettare per competenze</b> .....	<b>79</b>
<b>2.4</b>	<b>Dall'istituzione degli istituti comprensivi al curricolo verticale: un'opportunità da cogliere</b> .....	<b>95</b>
<b>2.4.1</b>	<i>Proposta di un itinerario didattico possibile: un curricolo su "Salute e benessere, prevenzione e sicurezza"</i> .....	<b>98</b>
<b>2.5</b>	<b>Interdisciplinarietà e trasversalità: una sinfonia a più mani</b> .....	<b>108</b>
<b>2.5.1</b>	<i>Interdisciplinare e trasversale nel curricolo su "Salute e benessere, prevenzione e sicurezza"</i> .....	<b>111</b>
	<b>Bibliografia</b> .....	<b>117</b>

---

### **3** Capitolo Terzo **Valutazione e formazione, un intreccio indissolubile**

---

**Andrea Cecilianì**

<b>3.1</b>	<b>Valutazione, una questione complessa</b> .....	<b>120</b>
<b>3.2</b>	<b>La valutazione tra normativa e libertà di insegnamento</b> .....	<b>126</b>
<b>3.3</b>	<b>Valutare per promuovere la persona</b> .....	<b>134</b>
<b>3.4</b>	<b>Il dispositivo della valutazione in Educazione Fisica</b> .....	<b>137</b>
<b>3.4.1</b>	<i>La valutazione reciproca o valutazione tra compagni</i> .....	<b>141</b>
<b>3.4.2</b>	<i>Gli strumenti della valutazione</i> .....	<b>144</b>
<b>3.5</b>	<b>La valutazione delle competenze</b> .....	<b>163</b>
<b>3.6</b>	<b>Riflessioni conclusive sul senso della valutazione</b> .....	<b>169</b>
	<b>Bibliografia</b> .....	<b>173</b>

---

### **4** Capitolo Quarto **Insegnare l'Educazione Fisica nella scuola del nuovo millennio**

---

**Paolo Seclì**

<b>4.1</b>	<b>Apprendere e insegnare</b> .....	<b>175</b>
<b>4.1.1</b>	<i>Comunicare, ascoltare, educare</i> .....	<b>181</b>
<b>4.1.2</b>	<i>La professionalità e il ruolo del docente come facilitatore dell'apprendimento</i> .....	<b>187</b>

---

4.1.3	<i>Costruire un clima positivo per favorire la crescita personale</i>	190
4.2	L'approccio al ciascuno, l'obliquità	194
4.2.1	<i>Orizzontalità</i>	195
4.2.2	<i>Obliquità</i>	195
4.2.3	<i>Obliquità vs orizzontalità</i>	197
4.3	Gestire le diversità	203
4.3.1	<i>Gli alunni con bisogni educativi speciali (BES)</i>	205
4.3.2	<i>L'inclusione degli alunni con disabilità, ovvero il "corpo invisibile"</i>	208
4.3.3	<i>Diversità etniche e culturali</i>	217
4.3.4	<i>Differenze di genere</i>	222
4.3.5	<i>Il disagio: emergenza ignorata</i>	231
	Bibliografia	238

## **5** Capitolo Quinto **Benessere, salute, sicurezza e successo scolastico**

**Andrea Ceciliani**

5.1	Promuovere il benessere a scuola	241
5.2	Il contributo dell'Educazione Fisica e delle Scienze Motorie	247
5.2.1	<i>Il corpo e la percezione di sé</i>	248
5.3	Una vita a ostacoli: educare alla prevenzione dall'uso di sostanze	255
5.4	Prevenzione e sicurezza nell'insegnamento dell'Educazione Fisica	259
5.4.1	<i>Il D.Lgs. 81/2008</i>	263
5.5	Riflettendo sul tema del successo scolastico	269
	Bibliografia	276

<b>Appendice</b>	278
------------------	-----

<b>Autori</b>	295
---------------	-----



## 1.2 Centralità dell'Educazione Fisica nel percorso formativo scolastico

*L'organismo vivente si esprime più chiaramente con il movimento che non con le parole. Ma non solo con il movimento! Nelle pose, nelle posizioni e nell'atteggiamento che assume, in ogni gesto, l'organismo parla un linguaggio che anticipa e trascende l'espressione verbale.*

[Alexander Lowen]

### 1.2.1 Perché l'Educazione Fisica

Come accennato nell'introduzione, utilizziamo in modo estensivo e generalizzato le espressioni "Educazione Fisica" per indicare la nostra disciplina e "insegnante di Educazione Fisica" per indicare la relativa figura professionale, pur considerando le differenti denominazioni della disciplina previste dalle recenti revisioni dei curricula dei diversi cicli d'istruzione. L'utilizzo degli altri termini previsti anche in passato<sup>5</sup> è ovviamente riscontrabile con frequenza, indicando con questo la complessità della realtà scolastica e l'approccio trasversale e "verticale" del testo.

Tale scelta, realizzata dagli autori, va incontro a due istanze principali<sup>6</sup>:

- l'utilizzo di un termine condiviso con un largo riconoscimento nel panorama europeo e internazionale<sup>7</sup> e l'introduzione/reintroduzione del termine nel primo ciclo d'istruzione, cioè la scuola primaria e secondaria di primo grado (Ceciliani, Polato, Seclì, 2012);
- dare un senso di "verticalità" e organicità tra gli ordini e i cicli d'istruzione, pur nella consapevolezza delle differenti denominazioni e delle specifiche prerogative della scuola dell'infanzia (Il corpo e il movimento), della scuola primaria e secondaria di

<sup>5</sup> Educazione motoria, Corpo movimento sport, Scienze Motorie e Sportive ecc.

<sup>6</sup> Si vedano anche le considerazioni sull'argomento espresse nel secondo capitolo.

<sup>7</sup> "Educazione Fisica" è, infatti, l'espressione più utilizzata o maggiormente condivisa dalla letteratura internazionale, non solo europea: *Physical education* (anglofoni), *Éducation physique* (francofoni), *Educación física* (ispanofoni).

primo grado (Educazione Fisica) e della scuola secondaria superiore (Scienze Motorie e Sportive).

Si potrebbe pensare a un ritorno al passato, a quello storico conflitto tra Psicomotricità ed Educazione Fisica tradizionale d'impronta meccanicistica che ha alimentato, per anni, il dibattito tra esperti in materia e docenti di ogni ordine e grado. Ma non è così! Malgrado alcuni detrattori sostengano che l'espressione "Educazione Fisica" risulti ambigua e richiami al citato dualismo, nella realtà lo sforzo del mondo scientifico-accademico dovrebbe concentrarsi sui contenuti più che sulla terminologia, per non cadere nella tendenza – peraltro molto presente in Italia – di cambiare i nomi senza, spesso, cambiarne il significato.

Nell'Educazione Fisica che proponiamo convergono sia il concetto di attività motoria sia quello di attività sportiva considerandone il più ampio spettro possibile di espressioni (motricità educativa, psicomotricità, attività espressiva, danza, sport ecc.), superando i preconcetti che nei programmi per la scuola elementare del 1985 determinarono l'introduzione dell'Educazione motoria per distaccarsi dalla vetusta Educazione Fisica di stampo ginnico-addestrativo (Cecilian, Polato, Seclì, 2012).

## **1.2.2 L'Educazione Fisica a scuola**

L'importanza dell'Educazione Fisica nel percorso formativo scolastico, a conferma di quanto esposto finora, è ribadita nei nuovi curricula dei diversi cicli d'istruzione e le sue finalità si possono racchiudere in due categorie: *finalità intrinseche*, cioè caratteristiche e peculiari della disciplina e *finalità estrinseche*, che utilizzano la disciplina per raggiungere altri fini (sviluppo sociale, comunicativo-relazionale ecc.). Nel percorso scolastico, spesso, le due categorie di finalità coincidono e prendono corpo nel curriculum. Potremmo dire che l'intento primario dell'Educazione Fisica è quello di formare "persone fisicamente educate", riferendoci alla definizione formulata dall'Associazione americana degli insegnanti di Educazione Fisica<sup>8</sup> che racchiude in sé le varie finalità, e tendere alla "crescita di persone [...] che hanno competenze, cioè le abilità motorie, le conoscenze, i comportamenti socioaffettivi e

---

<sup>8</sup> NASPE (National Association for Sport and Physical Education), AAHPERD, 1992.



le motivazioni che consentono di acquisire stili di vita fisicamente attivi da conservare per tutta la vita e basati sulla consapevolezza del sé corporeo” (Colella, 2011).

Quando parliamo di “moderna” Educazione Fisica, quella che noi sosteniamo e che le *Indicazioni nazionali* 2012 ribadiscono, intendiamo assegnare alla disciplina l’orientamento pedagogico di *educazione globale della persona*, cioè di un’educazione attraverso il corpo e il movimento secondo un paradigma in cui si evidenziano due direttrici fondamentali:

- *educazione del corpo e del movimento*, tesa a sviluppare competenze motorie e sportive, come ambito specifico e caratterizzante la disciplina stessa;
- *educazione al corpo e al movimento*, tesa a coltivare sani stili comportamentali e di vita, come ambito preventivo e salutistico<sup>9</sup>.

Colella (2011) ci indica che la progettazione del curriculum scolastico di Educazione Fisica, “indipendentemente dal grado d’istruzione, presuppone due macro-direzioni del processo didattico-educativo:

- *apprendere a muoversi*: [...] include l’apprendimento di abilità motorie e mimico-gestuali, conoscenze riguardanti le attività svolte (relazioni tra compiti svolti e capacità motorie coinvolte, attrezzi utilizzati, regolamenti [...]) in funzione delle competenze motorie; lo sviluppo delle capacità percettive, coordinative e condizionali, secondo i personali livelli di sviluppo;
- *muoversi per apprendere*: secondo tale direzione l’Educazione Fisica è concepita quale contesto e mezzo per apprendere. L’insegnamento dell’Educazione Fisica a scuola propone molteplici e diversi risultati di apprendimento, che non sono specifici dell’ambito motorio o sportivo ma hanno grande valore educativo: il controllo della motricità individuale, l’apprendimento dei concetti topologici, la risoluzione dei problemi, lo sviluppo delle competenze sociali, la gestione della cooperazione e della competizione, la capacità di formulare giudizi estetici, la comprensione delle modalità esecutive di azioni differenti ecc. (apprendimenti impliciti)”.

---

<sup>9</sup> Rinviamo l’approfondimento sull’argomento al paragrafo 2.2.1 e a Ceciliani, Polato, Seclì, 2012.

L'iter che tratteremo tenderà di seguire un percorso ragionato che metta in parallelo le *Indicazioni nazionali* 2012<sup>10</sup> e quelle 2010<sup>11</sup> in una progressione “verticale” che si sviluppa – quando possibile – dai 3 ai 19 anni, nell'intento di far emergere la logica evoluzione nel tempo dell'Educazione Fisica e i numerosi snodi di continuità che la disciplina offre.

La scuola dell'infanzia, pur non rientrando nell'obbligo, è ormai riconosciuta come parte integrante dell'iter scolastico, e nelle *Indicazioni nazionali* 2012, a proposito del campo d'esperienza de “Il corpo e il movimento”, viene ribadito che “i bambini prendono coscienza del proprio corpo, utilizzandolo fin dalla nascita come strumento di conoscenza di sé nel mondo. Muoversi è il primo fattore di apprendimento: cercare, scoprire, giocare, saltare, correre a scuola è fonte di benessere e di equilibrio psicofisico” (*Indicazioni nazionali* 2012, p. 24). In assoluta continuità con la scuola dell'infanzia, nel primo ciclo d'istruzione troviamo che “l'Educazione Fisica promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. Contribuisce, inoltre, alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere”, rimarcando, inoltre, la centralità dell'esperienza attraverso il corpo e il movimento come “occasione per promuovere esperienze cognitive, sociali, culturali e affettive” (ivi, p. 76).

Nella scuola secondaria superiore<sup>12</sup> viene indicato che “l'insegnamento di Scienze Motorie e Sportive [...] costituisce un ambito essenziale per favorire negli studenti il perseguimento di un equilibrato sviluppo e un consapevole benessere psicofisico”.

Alla nostra disciplina vengono quindi riconosciute importanti finalità formative che valorizzano aspetti sia disciplinari che interdisciplinari e trasversali.

---

<sup>10</sup> Relative a scuola dell'infanzia e primo ciclo d'istruzione (primaria e secondaria di primo grado).

<sup>11</sup> Relative alla scuola secondaria superiore.

<sup>12</sup> Direttiva n. 57 del 15 luglio 2010: *Linee guida per il passaggio al nuovo ordinamento degli istituti tecnici a norma dell'art. 8, c. 3, del DPR 15 marzo 2010, n. 88.*

Seguendo quest'ottica "l'esperienza attraverso il corpo ed il movimento può fornire il 'telaio' sul quale il bambino tesse, grazie alle varie esperienze (motorie, sensoriali, affettive, emotive, relazionali, comunicative) un 'arazzo' in continua elaborazione, che rappresenterà la struttura portante della sua stessa personalità" (Seccli, 2007, p. 25).

Le peculiarità disciplinari e gli ambiti d'intervento si sono negli ultimi anni ampliati, passando da un'Educazione Fisica tradizionale, che si preoccupava principalmente dello sviluppo fisico-motorio degli studenti, a un più ampio spettro d'azione, che coinvolge tutte le dimensioni dell'educazione umana e che va ben oltre lo sviluppo di sole competenze motorie, orientandosi sempre più verso lo sviluppo delle *life skills*<sup>13</sup>.

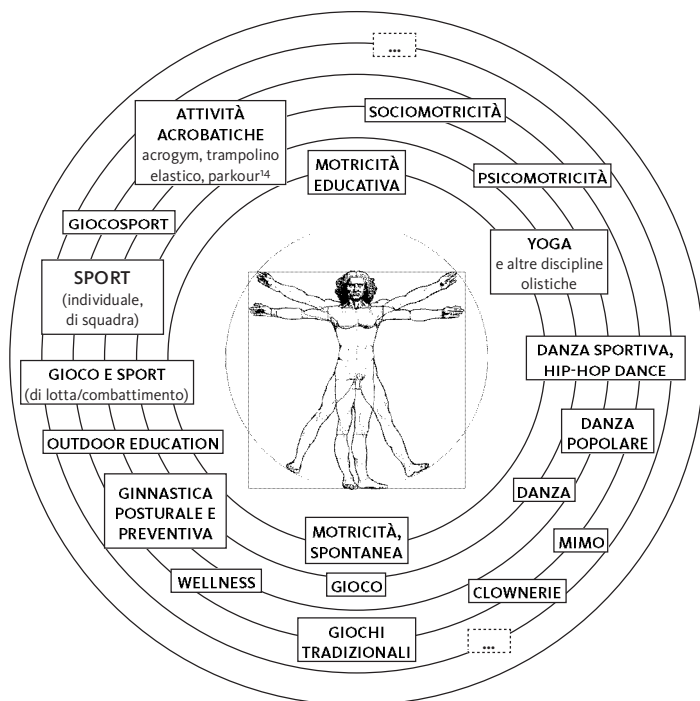
L'Educazione Fisica moderna si prefigura, pertanto, come una disciplina *articolata e ricca*: un'articolazione in grado di affrontare le attuali, numerose sfide sociali e una ricchezza in grado di ampliare sempre più e sempre meglio il ventaglio di proposte di cui il docente potrà disporre per dare il proprio contributo significativo, con la partecipazione di tutte le altre discipline scolastiche, alla formazione globale dello studente.

Oggi potremmo parlare di un'Educazione Fisica composta da numerose dimensioni, tante "anime", tutte importanti e in grado di concorrere alla formazione della persona e di arricchire l'identità stessa della disciplina. Queste numerose componenti si sono evolute, perfezionate, diversificate nel tempo e probabilmente evolveranno ancora verso nuove ulteriori dimensioni. Per gestire questa ricchezza è indispensabile un professionista molto preparato e motivato, in grado di "spaziare" con creatività tra le numerose possibilità, anche per personalizzare e rendere interessanti le proprie proposte didattiche.

Nella figura seguente riportiamo una rappresentazione che, pur nella sua parzialità, può fornire un'idea del possibile spettro d'azione della moderna Educazione Fisica.

---

<sup>13</sup> *Life Skills Education in Schools*, Organizzazione Mondiale della Sanità, 1993: è l'insieme di abilità personali e relazionali utili per governare i rapporti umani e sociali e per affrontare positivamente la vita quotidiana.



*Le tante “anime” o dimensioni dell’Educazione Fisica.*

Tra le principali finalità espresse dall’Educazione Fisica, rilevanti anche per le ricadute sociosanitarie, troviamo quelle legate alla *prevenzione* di cui si tratterà in modo approfondito nel quarto e nel quinto capitolo di questo manuale. Richiamiamo però l’attenzione su quanto l’Educazione Fisica svolga un ruolo di primaria importanza anche per la promozione della salute e l’attuazione di misure preventive, come raccomandato da organismi internazionali tra i quali l’OMS<sup>15</sup>, anche in considerazione della preoccupa-

<sup>14</sup> Si tratta di una disciplina “di strada” e consiste nel seguire un percorso stabilito, superando qualsiasi genere di ostacolo con tecniche acrobatiche e con la maggior efficienza di movimento possibile; si tratta di un fenomeno in notevole espansione tra i giovani e presenta un elevato grado di pericolosità. L’Educazione Fisica può attivare una corretta azione informativa ed educativo-preventiva per evitare traumi e scelte inconsulte da parte degli studenti nel loro tempo libero.

<sup>15</sup> OMS – WHO (2010 e 2011), *Global Recommendations on Physical Activity for Health*.

pante riduzione dei livelli di attività fisica abituale e dell'aumento di sovrappeso e obesità in età evolutiva.

E infatti nelle *Indicazioni nazionali* 2012 (p. 76) è chiaramente indicato come l'Educazione Fisica rappresenti il presupposto “di una cultura personale che valorizzi le esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso e cattive abitudini alimentari, involuzione delle capacità motorie, precoce abbandono della pratica sportiva e utilizzo di sostanze che inducono dipendenza”, per giungere alla fine del percorso previsto per la scuola secondaria superiore e “avere consapevolezza dell'importanza che riveste la pratica dell'attività motoria-sportiva per il benessere individuale e collettivo e di saperla esercitare in modo efficace”, ma anche di essere in grado di “riconoscere comportamenti di base funzionali al mantenimento della propria salute, riconoscere e osservare le regole di base per la prevenzione degli infortuni adottando comportamenti adeguati in campo motorio e sportivo” (*Indicazioni nazionali* 2010)<sup>16</sup>.

Lungimirante e inconfutabile appare oggi l'osservazione di Aldo Fabi (1990, p. 29): “Le città si trasformano in megalopoli costituite da ammassi di appartamenti con scarsissimi spazi verdi [...] è probabile che tra cinquanta/cento anni l'attività motoria dell'uomo possa essere ridotta: l'uomo potrebbe avere meno bisogno di muoversi a seguito di un determinato sviluppo culturale e di trasformazioni ambientali con specifici effetti sullo sviluppo organico dell'individuo. Ma ancora oggi, e di certo per molti altri decenni, lo scarso movimento provoca turbe ipocinetiche piuttosto gravi per cui l'uomo ha bisogno ancora di realizzare un'attività motoria piuttosto intensa, possibilmente completa e notevolmente articolata da svolgersi in ambienti naturali, cosicché tutte le funzioni motorie siano attivate, esercitate, sviluppate, potenziate [...] da qui la necessità che lo sviluppo motorio non sia lasciato al caso, ma diventi, com'è in realtà, una delle sei sezioni fondamentali dell'educazione, con uguale dignità e valore di tutte le altre”.

La condizione di ben-essere si realizza, tuttavia, anche nella relazione con gli altri e con l'ambiente, non solo inteso come spazio

<sup>16</sup> Direttiva n. 57 del 15 luglio 2010, *Linee guida per il passaggio al nuovo ordinamento degli istituti tecnici a norma dell'art. 8, c. 3, del DPR n. 88 del 15 marzo 2010*.

Direttiva n. 65 del 28 luglio 2010, *Linee guida per il passaggio al nuovo ordinamento degli istituti professionali a norma dell'art. 8, c. 3, del DPR n. 87 del 15 marzo 2010*.

fisico nel quale viviamo, ma anche come ambiente naturale. Tra le attività con alta valenza formativa, fortemente intrisa di storia e di valori sociali, troviamo una pratica motoria purtroppo poco attuata in Italia: l'*outdoor education*. "L'attività motoria praticata in ambiente naturale rappresenta un elemento determinante per un'azione educativa integrata, per la formazione di futuri cittadini del mondo, rispettosi dei valori umani, civili e ambientali" (*Indicazioni nazionali* 2012, p. 63). Rappresenta quindi un'opportunità per recuperare, attraverso la pratica motoria e sportiva, il rapporto diretto con il mondo naturale e con la cultura, valorizzando le numerose valenze interdisciplinari che l'Educazione Fisica può realizzare<sup>17</sup>.

In questa direzione preventiva di tipo personale e sociale si muovono anche le possibili riflessioni "sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona; offrono altresì occasioni per riflettere sulle valenze che l'immagine di sé assume nel confronto col gruppo dei pari" (*ibidem*), ma soprattutto la metodologia didattica attuata dall'insegnante dovrà creare le condizioni perché l'alunno possa vivere senza ansia da prestazione e con serenità la pratica motoria e sportiva: "L'esperienza motoria deve connotarsi come 'vissuto positivo', mettendo in risalto la capacità di fare dell'alunno, rendendolo costantemente protagonista e progressivamente consapevole delle competenze motorie via via acquisite" (ivi, p. 76).

Una grande arma anche per le ricadute sulla prevenzione e per la sensibilizzazione verso le buone pratiche, è rappresentata dall'educazione sportiva che già dalle esperienze di giocosport nella scuola primaria contribuirà a creare opportunità per un approccio ludico ai giochi sportivi, creando le condizioni che potranno portare verso un corretto orientamento prima e avviamento alla pratica sportiva poi, realizzando un presidio verso ogni tipo di precocizzazione e di selezione, intesa come esclusione dei meno dotati all'interno della scuola. In questo senso l'educazione sportiva, a partire dal primo ciclo, rappresenterà un valido alleato per raggiungere la formazione delle donne e degli uomini di domani: "L'attività sportiva promuove il valore del rispetto di regole concordate e

---

<sup>17</sup> Ad esempio realizzare esperienze di educazione ambientale e attività motoria in ambiente naturale: quello che viene definito "il cerchio verde".

condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile. I docenti sono impegnati a trasmettere e a far vivere ai ragazzi i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di controllo dell'aggressività, di negazione di qualunque forma di violenza" (ivi, p. 63).

La pratica sportiva può anche rappresentare un ottimo veicolo per vivere e trasmettere valori ormai rari, quali l'impegno, il sacrificio, la costanza nell'applicazione. Nella scuola secondaria superiore, all'interno della pratica sportiva, ormai matura e regolare, assumerà "speciale rilevanza la dimensione delle competenze sociali o trasversali, in particolare quelle collegabili all'educazione alla cittadinanza attiva", ma anche l'opportunità di "utilizzare le regole sportive come strumento di convivenza civile, partecipare alle gare scolastiche, collaborando all'organizzazione dell'attività sportiva anche in compiti di arbitraggio e di giuria" (*Indicazioni nazionali* 2010).

Sappiamo che il valore educativo dell'esperienza presportiva e sportiva va ben oltre l'approccio alle diverse possibili discipline sportive/specialità o ai diversi ruoli che potranno essere assunti dallo studente: "L'attività motoria e sportiva, soprattutto nelle occasioni in cui fa sperimentare la *vittoria* o la *sconfitta*, contribuisce all'apprendimento della capacità di modulare e controllare le proprie emozioni" (*Indicazioni nazionali* 2012, p. 64), a diventare persona che agisce con equilibrio in un contesto sociale.

Il corpo e il movimento, come abbiamo visto, assolvono anche alle essenziali funzioni espressiva, comunicativa e relazionale. Nella scuola dell'infanzia l'alfabetizzazione motoria si interfaccia intrinsecamente con l'alfabetizzazione degli altri linguaggi in un'evoluzione reciproca: "Il corpo ha potenzialità espressive e comunicative che si realizzano in un linguaggio caratterizzato da una propria struttura e da regole che il bambino impara a conoscere attraverso specifici percorsi di apprendimento: le esperienze motorie consentono di integrare i diversi linguaggi, di alternare la parola e i gesti, di produrre e fruire musica, di accompagnare narrazioni, di favorire la costruzione dell'immagine di sé e l'elaborazione dello schema corporeo" (ivi, p. 19).

Ed è nel primo ciclo che questo bagaglio ha l'opportunità di essere valorizzato e arricchito, implementando le opportunità espressive: "Attraverso il movimento, con il quale si realizza una vastissima

Rivolto a candidati dei concorsi per corsi di specializzazione, studenti TFA e PAS, studenti in Scienze Motorie e in Scienze della Formazione primaria, insegnanti per l'aggiornamento professionale, educatori motori e sportivi che operano nella scuola.



Il presente volume non vuole rappresentare un trattato esaustivo sulle tematiche relative all'insegnamento dell'Educazione Fisica e delle Scienze Motorie e Sportive, ma intende fornire **spunti di riflessione e focus tematici** su aspetti ritenuti "strategici", attuali e di particolare interesse, selezionati dagli autori per contribuire al percorso di **formazione permanente dei docenti** di Educazione Fisica.

Il manuale nasce dal desiderio di approfondire le **tematiche fondamentali** che caratterizzano la professionalità del docente di EF alla luce del quadro di riferimento nazionale costituito dal contesto normativo vigente, con uno sguardo attento alle *Raccomandazioni* del Parlamento europeo in ordine alle **competenze-chiave** da perseguire (che vanno dalla capacità di progettare per competenze, e dalla necessità di modulare un curriculum verticale di studi, alla competenza nella valutazione come dispositivo che integri gli aspetti programmatici, didattici, gli apprendimenti attesi e le competenze stimulate). La disciplina trattata nel presente volume mette in risalto le tante "anime" che la compongono per realizzare itinerari di reale *prevenzione primaria* sia riferita alle problematiche fisiche e metaboliche (disfunzioni posturali, sovrappeso-obesità ecc.), sia nei confronti delle numerose forme di disagio psicosociale.



€ 15,00



ISBN 978-88-6584-490-8



9 788865 844908