



Basi teoriche e didattiche dell'educazione fisica



Sguardo d'insieme sul fascicolo 1

comprendere

l'educazione fisica

apprendere

insegnare

l'educazione fisica

Accenti nel fascicolo 1 dei volumi 2 a 6

I principi didattici e i riferimenti teorici sono sviluppati nel fascicolo 1 del volume 1. Tali proposte vengono riprese in seguito nei fascicoli 1 dei vari volumi, adattate al grado scolastico per il quale il manuale è destinato. La ripresa dei diversi aspetti è rivolta principalmente ai docenti che utilizzano solo i manuali destinati alla classe in cui insegnano. La struttura rimane la stessa per tutti i volumi.

- 1 Senso e interpretazione
- 2 Aspetti teorico-scientifici
- 3 Apprendere e insegnare
- 4 Ideare
- 5 Realizzare
- 6 Valutare



Scuola dell'infanzia

- 1 Senso e interpretazione
- 2 Aspetti teorico-scientifici
- 3 Apprendere e insegnare
- 4 Ideare
- 5 Realizzare
- 6 Valutare



1. – 4. anno

- 1 Senso e interpretazione
- 2 Aspetti teorico-scientifici
- 3 Apprendere e insegnare
- 4 Ideare
- 5 Realizzare
- 6 Valutare



4. – 6. anno

- 1 Senso e interpretazione
- 2 Aspetti teorico-scientifici
- 3 Apprendere e insegnare
- 4 Ideare
- 5 Realizzare
- 6 Valutare



6. – 9. anno

- 1 Senso e interpretazione
- 2 Aspetti teorico-scientifici
- 3 Apprendere e insegnare
- 4 Ideare
- 5 Realizzare
- 6 Valutare



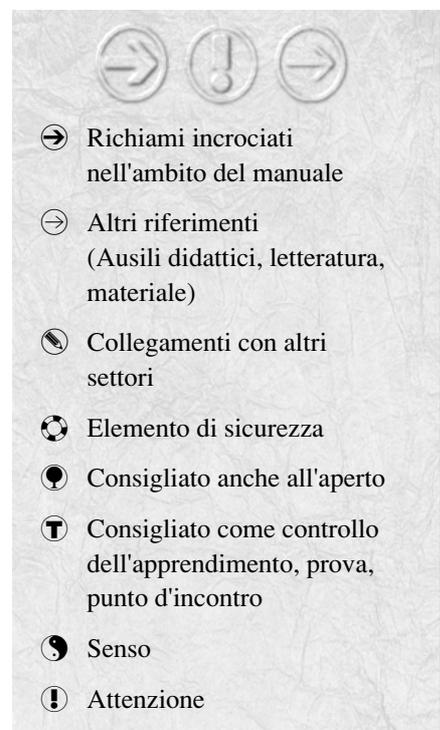
10. – 13. anno

6 Il *Libretto dello sport*

Libretto dello sport

Indice

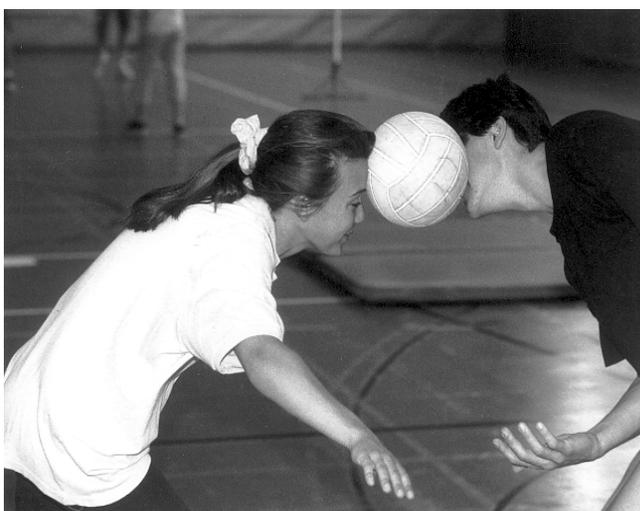
Introduzione	2
1 Senso e interpretazioni	3
1.1 Esperienze con il corpo, il movimento e lo sport	3
1.2 La rosa dei sensi	6
1.3 Linee direttrici	9
2 Basi scientifiche	10
2.1 Aspetti relativi alle persone	10
2.2 Concezione e pianificazione dello sport scolastico	14
3 Apprendere e insegnare	15
3.1 Modelli teorici	15
3.2 Apprendere ed insegnare il movimento	16
3.3 Riferimenti per l'insegnamento	17
3.4 Gli stili d'insegnamento	18
3.5 Le situazioni di apprendimento	19
3.6 Formare ed educare	21
3.7 Complessità e globalità	22
4 Concepire e pianificare l'insegnamento	23
4.1 Pianificare – Realizzare – Valutare	23
5 Realizzare	24
5.1 Realizzare – Valutare – Pianificare	24
6 Valutare	25
6.1 Valutare – Pianificare – Realizzare	25
7 Il libretto dello sport	26
7.1 Idea e concezione del libretto dello sport	26
7.2 Lavorare con il libretto dello sport	27
Bibliografia / Ausili didattici	28



Introduzione

Un manuale anche per le scuole professionali

L'idea di realizzare un manuale unico per le scuole medie superiori e le scuole professionali ci è venuta considerando la sostanziale eguaglianza del movimento e dello sport a prescindere dall'istituzione scolastica in cui si svolgono. È vero che le condizioni quadro sono diverse, ma i presupposti fisici sono uguali. Anche nello sport al di fuori della scuola i giovani adulti praticano lo stesso sport!



Sport nella scuola professionale ...



... o alle medie superiori?

È pertanto logico presentare lo sport alle medie superiori e alle scuole professionali in uno stesso manuale.

A questo livello scolastico il ventaglio delle attività proposte nella lezione di educazione fisica spazia dalle ore di mera pratica sportiva all'insegnamento teorico dello sport come materia complementare. Decisivo è tener conto delle esperienze e delle aspettative dei giovani e di considerare la loro realtà.

☯ Sensi e obiettivi:
v. fasc. 1/6, p. 6 ss.

Nell'ambito di un manuale didattico non si possono presentare e approfondire tutti gli aspetti. Pertanto abbiamo scelto e presentato a guisa di esempi taluni settori. L'accento è stato posto sulle diverse prospettive possibili per esaminare la lezione di educazione fisica.

Il presente volume offre ai docenti di livello superiore suggerimenti e aiuti per una lezione di educazione fisica che possa portare i giovani ad una pratica sportiva sensata, autonoma e – se possibile – estesa lungo tutto l'arco della vita.

1 Senso e interpretazioni

1.1 Esperienze con il corpo, il movimento e lo sport

Lo sport nella società

Lo sport è un fenomeno sociale che ha invaso il nostro quotidiano. Tutti i media ne parlano e i termini sportivi vengono comunemente usati nel linguaggio di tutti i giorni: persino seminari o corsi di management sono pieni di termini tratti dal linguaggio dello sport. L'impatto economico non è certo estraneo a questa popolarità. La cerchia dei clienti si amplia, i giovani sono dei potenziali acquirenti. Ma proprio per i giovani lo sport molto spesso assume diversi significati: attività fisica in una società o con degli amici, una pratica non codificata, nuova, una sfida, o semplice consumo seduti allo stadio o davanti alla televisione. È in questa giungla che i giovani cercano di orientarsi.

➔ La cultura, la natura, lo sport: v. fasc. 1/1, p. 5 ss.

L'importanza di fare esperienze corporee e di movimento

L'adolescenza consente ai giovani di prendere coscienza dei cambiamenti verificatisi nel proprio corpo (e non sempre è compito facile). Questa sensibilità è un aspetto della ricerca di identità collegata a questo periodo della vita, in cui l'aspetto esteriore assume notevole importanza. Le motivazioni alla pratica di un'attività fisica sono condizionate e si sente spesso citare il «sentirsi bene ed essere in forma».

➔ Assis, assis, j'en ai plein le dos: v. fasc.7/1, p. 7.

L'importanza del movimento dipende in larga misura dall'ambiente sociale del giovane; sia a scuola che sul lavoro gli si dovrebbe insegnare a fare del movimento una pratica quotidiana. I docenti dovrebbero impegnarsi a fondo per mettere davvero la «scuola in movimento» (ed anche il posto di lavoro).

L'importanza dello sport

Una statistica mostra che oltre il 50% dei giovani a questa età sono o sono stati membri di una società sportiva (Egger, 1992). I giovani pertanto dispongono di notevoli competenze tecniche e tattiche, capacità fisiche e coordinazione. Per il docente si tratta di colmare eventuali lacune. I giovani devono essere consultati per pianificare un insegnamento adeguato, realizzabile in ambito scolastico, volto alla realizzazione degli obiettivi e delle finalità dell'istituzione. Le attività sportive scolastiche ed extra scolastiche dovrebbero essere fra loro complementari.



Molteplici interpretazioni

Le motivazioni a praticare un'attività fisica possono essere diverse e rifarsi a molteplici valori. I teorici distinguono oltre venti obiettivi motivazionali principali fra quelli suscettibili di organizzare il comportamento umano:

- scopi interiori che riguardano la persona in sé (affettivi, cognitivi ...);
- scopi esteriori che riguardano il soggetto in relazione all'ambiente che lo circonda (confronto, appartenenza, organizzazione nella società ...).

➔ Prospettive diverse sulla sfera didattica: v. fasc. 1/6, p. 15

Il significato culturale dello sport e del movimento

La cultura risponde a bisogni dell'uomo, comporta scelte etiche, organizza le rappresentazioni, le esperienze e i sentimenti dell'essere umano. Struttura pensieri ed azioni, risveglia in lui forza creativa aprendogli nuovi mezzi espressivi.

La cultura del movimento è da sempre una forma di espressione umana presente in varie situazioni e con significati molto diversi fra loro. Motivazioni e interpretazioni che non sempre possono essere chiaramente distinte fanno parte integrante della cultura del movimento umano. (Grössing, 1993, p. 24):

- *la cultura del gioco*, quando il movimento è un pretesto per giocare
- *la cultura dell'espressione*, quando il movimento fa da mediatore fra attore e spettatore
- *la cultura del benessere*, quando il movimento serve a gestire o riscoprire la salute
- *la cultura dello sport*, quando dominano la rivalità, la concorrenza, il superare l'altro – spesso senza regole precise.

Attualmente la cultura dello sport è presente ovunque; domina e influenza con il proprio spirito tutti gli ambiti collegati al movimento. Uno dei compiti dell'educazione fisica scolastica è analizzare il fenomeno e relativizzarne l'importanza riguardo ad altre prospettive e altri significati che il movimento può assumere.

Una seconda espressione della cultura del movimento riguarda l'attitudine in generale dell'uomo nei confronti del movimento e della motricità. L'educazione fisica a scuola attualmente tende a tematizzare le diverse prospettive del movimento e dell'attività fisica cercando di raggiungere una certa unità fra educazione, sviluppo e apprendimento motorio, acquisizione di abilità complesse e capacità di scegliere e gestire le proprie attività fisiche e sportive.

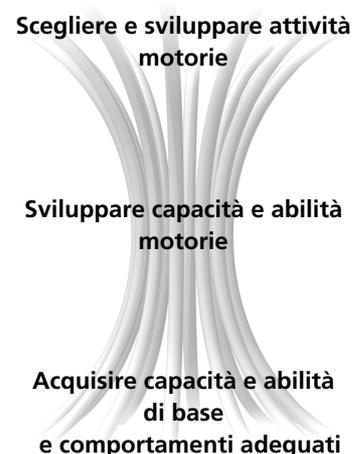
Si possono reperire alcuni segni esteriori in rapporto allo stile di vita di alcuni soggetti:

- un'eccellente padronanza a livello motorio
- una grande disponibilità al movimento
- la capacità d'apprendimento motorio
- la curiosità nei confronti di altri gesti e movimenti
- il piacere di muoversi per tutta la vita
- la capacità di vivere il movimento.

L'educazione fisica e lo sport scolastici contribuiscono allo sviluppo e all'apprendimento offrendo una vasta gamma di movimenti, evitando di limitare l'apprendimento agli sport codificati, proponendo una cultura del movimento personalizzato che sfocia in un tipo di movimento che meglio risponde allo stile di vita dell'allievo. (➔ v. la seconda pagina di copertina di ciascun fascicolo).



☉ La rosa dei sensi:
v. fasc. 1/6, p. 16



Educazione fisica e sport riguardano l'uomo nel suo complesso

Lo sport non significa solo sviluppo delle capacità e delle abilità motorie. La pratica di attività fisiche diversificate sviluppa le funzioni motorie, le qualità sociali e – consentendo di conoscere e sperimentare i propri limiti – aiuta a sentire meglio il proprio corpo alternando tensione e rilassamento, carico e riposo. Siffatte esperienze contribuiscono ad una migliore conoscenza del proprio corpo e sostengono il processo di sviluppo dell'identità dei giovani.

Esperienze di movimento ...	Esperienze corporee ...	Esperienze sportive ...
<ul style="list-style-type: none"> • forniscono indicazioni e sensazioni riguardo al corpo e all'ambiente circostante • permettono una scoperta attiva del mondo • danno la possibilità di esprimere i propri sentimenti • permettono rivalità e collaborazioni 	<ul style="list-style-type: none"> • esigono un uso rispettoso del proprio corpo • sviluppano le percezioni, la sensazione del corpo, il senso del movimento • permettono di vivere gli estremi opposti: tensione / rilassamento, carico / recupero • consentono di sperimentare i limiti del carico muscolare, fisico, psicologico 	<ul style="list-style-type: none"> • creano interessi • entusiasmano • procurano piacere • invitano a partecipare • offrono mezzi e situazioni insostituibili (rapporto con sé stessi, con gli altri, con l'ambiente)
<i>Conseguenze didattiche:</i>	<i>Conseguenze didattiche:</i>	<i>Conseguenze didattiche:</i>
Il movimento è vita; la vita è movimento. Se possibile integrare sempre il movimento nella vita di tutti i giorni.	Il benessere fisico e psichico sono collegati. Nei limiti del possibile cercare di sviluppare sia lo spirito che il corpo.	Considerare lo sport come un'attività significativa che consente uno stile di vita attivo originale.

Porre gli accenti

La pianificazione e la concezione dell'insegnamento vengono fatte assieme. Docente e allievi fissano obiettivi, precisano i contenuti e i comportamenti da verificare. Nella pratica l'attività deve avere un senso per l'allievo e l'esperienza del movimento e dello sport devono essere totali.

Il tema della salute è particolarmente adatto: si possono trattare diversi aspetti, che consentono esperienze interessanti e contribuiscono in larga misura a mantenere il benessere e la forma fisica.

Esempi:

- Accorgimenti particolari nella pratica di sport di resistenza (possibilità di influenzare il funzionamento del sistema cardiorespiratorio con un allenamento adatto)
- Ginnastica di mantenimento, controllo e apprendimento dello spostamento dei pesi, misure di primo intervento in caso di infortunio (padronanza del proprio corpo)
- Tecniche di rilassamento psicofisico (equilibrio con le attività quotidiane)
- Rapporto fra prestazioni e assunzione di alimenti e bevande (alimentazione adatta, prodotti, quantità, ecc.)

1.2 La rosa dei sensi

Anche per i giovani il piacere è la molla principale che li spinge a muoversi. Naturalmente quello che piace agli uni può non piacere agli altri, con l'età cambiano anche le cose che piacciono. Spesso la motivazione dipende da molti fattori diversi. È un dovere ed un privilegio dell'educazione fisica scolastica accompagnare i giovani in questa fase di transizione fra il ragazzo e l'adulto per far scoprire loro gli interessi, precisare i bisogni e scegliere le pratiche adatte.

☉ Simbolo della rosa dei sensi



Tutte le prospettive sono collegate all'insegnamento dell'educazione fisica nella scuola, con il piacere messo spesso al centro dell'attenzione.

Quale attività fisica scegliere?

Il passaggio alla scuola superiore comporta diversi cambiamenti; ambiente sociale, rapporto fra tempo dedicato a lavoro/studio e al divertimento, esigenze derivanti dall'impegno professionale o scolastico, sono tutti fattori che influenzano la scelta delle attività fisiche o sportive. I giovani sviluppano la capacità di valutare ed analizzare le attività praticate fino a quel momento a scuola, nella società sportiva o in famiglia. A volte si organizzano con amici, in gruppo o, più di frequente, svolgono queste attività da soli per rispondere al bisogno di evasione e di ricerca della propria identità tipiche dell'età.

➔ Psicologia dello sviluppo:
v. fasc. 1/1, p. 52 ss.

Formare gruppi di interesse

Un «inventario» di tutti i punti comuni e divergenti che caratterizzano le biografie sportive degli allievi consente di fare una lista delle esigenze comuni e individuali in base alla quale formulare interessi e prospettive per praticare insieme un determinato sport. Ciò consente ai giovani una certa autonomia e allo stesso tempo richiede loro una certa responsabilità. Riconoscere che ci possano essere diverse motivazioni sviluppa la tolleranza e favorisce la curiosità nei confronti di attività sportive meno conosciute ed apprezzate.

➔ Dall'insegnamento guidato a quello autonomo: v. fasc. 1/6, p. 18 e fasc. 1/1, p. 54 ss.

Dare un senso all'attività praticata

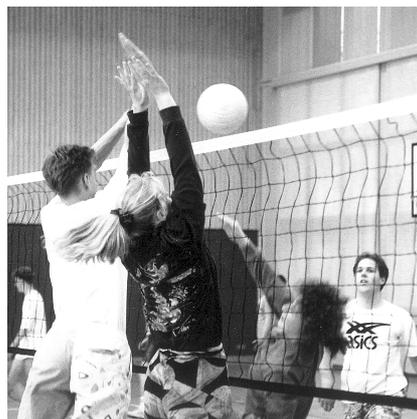
Se docenti e allievi riescono a scoprire le diverse prospettive di ogni attività fisica e sportiva, è più facile introdurre attività o sport nuovi. La pallavolo, ad esempio, può assumere diverse forme, senza rinunciare alla logica intrinseca dell'attività. Si può porre l'accento sul gioco, sulla competizione o sull'attività come momento di incontro, cui corrispondono il gioco sulla sabbia (il beach-volley), una partita (competizione) o il palleggio senza rete.

➔ Senso e interpretazioni:
v. fasc. 1/6, p. 9 ss. e
fasc. 1/1, p. 18



Sulla sabbia

- muoversi per divertimento
- momento di rilassamento nella vita di tutti i giorni
- ricerca del benessere



Competizione

- misurarsi con gli altri
- giocare gli uni contro gli altri



Palleggi senza rete

- partecipare e far parte
- giocare insieme, condividere

Proporre dei riferimenti

Gli obiettivi devono essere adeguati alla vita dei giovani e corrispondere alle loro rappresentazioni sociali. Offrire un'ampia gamma di attività sportive è uno dei compiti della scuola. Devono esserci attività che favoriscano la coscienza del corpo e il benessere. Mostrare i diversi approcci, i diversi rapporti con il corpo e le pratiche sportive, i diversi modi di sensibilizzare, sono momenti per raccogliere esperienze e per riflettere.

➔ Lo sport, la natura e la cultura: v. fasc. 1/1, p. 5

Fissare obiettivi comuni

A quest'età obiettivi e contenuti possono essere discussi, adattati ed esaminati con gli allievi. Le decisioni prese di comune accordo e il diritto all'autonomia consentono di delegare responsabilità al giovane, rafforzano l'identità e favoriscono la trasparenza e la comprensione nel momento della valutazione. La formulazione degli obiettivi presuppone un'analisi dettagliata di tutti gli ambiti che influenzano e caratterizzano lo sport, cui si aggiungono tutta una serie di presupposti:

➔ Insegnamento autonomo e reciproco:
v. fasc. 1/6, p. 18;
Il partenariato:
v. fasc. 1/6, p. 22



Un ponte gettato verso la pratica

Facendo l'esempio dell'arrampicata, vediamo ora come possano essere concretizzati degli obiettivi comuni.

Una prima esperienza di arrampicata in parete consente di:

- conoscere i propri limiti e parlarne apertamente (paura, forza, mobilità, equilibrio, fiducia nel compagno, tecnica, confronto)
- rassicurarsi a vicenda (sapere, capacità, assumersi delle responsabilità)
- consigliarsi per scegliere la via da intraprendere (mezzi per orientarsi).

1.3 Linee direttrici

Esperienze fisiche, motorie e sportive variate

I giovani devono:

- scoprire le proprie capacità e i propri limiti fisici, psichici ed intellettuali
- capire il funzionamento del proprio corpo
- sviluppare il senso del movimento in modo consapevole e diversificato
- conoscere e praticare diversi sport
- allenarsi in modo autonomo



Competenze personali

I giovani devono:

- agire con tolleranza e rispetto
- comportarsi come compagni o componenti di una squadra
- sviluppare la fiducia in sé stessi, l'autonomia e la responsabilità
- sperimentare la capacità di prestazione e svilupparla
- adattare in modo originale le forme di apprendimento



Prospettive ed interpretazioni delle attività sportive

I giovani devono:

- essere in grado di dare diversi sensi alle varie attività
- trovare e sviluppare motivazioni personali per le diverse pratiche sportive e fisiche
- conoscere vantaggi, svantaggi e i rischi delle attività sportive
- porsi degli obiettivi personali e agire in modo responsabile



Aspetti positivi dell'attività sportiva

I giovani devono:

- apprezzare e imparare a gestire salute e benessere (fisico, psichico, emotivo e sociale)
- valutare ed equilibrare i carichi di lavoro quotidiani
- integrare le attività sportive nel tempo libero
- riconoscere la natura come luogo privilegiato per la pratica sportiva e rispettarla



Conseguenze per l'educazione fisica e lo sport a scuola

La sfida cui i docenti si vedono confrontati è notevole, se vogliono considerare tutte le componenti delle attività fisiche e sportive. A seconda della scuola e della struttura, si tratta di integrare:

- *gli attori:* allievi, docenti (protagonisti); genitori, insegnanti della classe, direzione d'istituto, collegio dei docenti.
- *scienza dello sport:* docenti, docenti di educazione fisica (formazione); operatori scientifici (ricerca).
- *società* (istituzione, istanze politiche, associazioni interessate): commissioni scolastiche, uffici federali, commissioni pedagogiche, istruzione pubblica, partiti politici, associazioni corporative, assicurazioni, organizzazioni ecologiste, responsabili dei programmi scolastici.

2 Basi scientifiche

2.1 Aspetti relativi alle persone

L'ambiente sociale

L'ambiente sociale dei giovani è diverso, a seconda che continuino gli studi o frequentino una formazione professionale.

Formazione scolastica

L'obiettivo di una licenza universitaria è ancora abbastanza remoto, la scuola è un mondo pedagogico-didattico. Non sempre si ha l'impressione che studiare porti ad una meta precisa; gli obiettivi sono a volte confusi e lontani. La scuola è una specie di spazio protetto che prolunga l'infanzia. Molto spesso il giovane adulto vi viene considerato come allievo.

Il bisogno di efficienza è latente, ma non realizzabile spesso nell'ambito dei corsi. Il valore del singolo è valutato sulla base della nota che riceve. I giovani sono divisi fra due vite; quella scolastica e quella extrascolastica.

Scuola professionale

Gli apprendisti realizzano i propri obiettivi di formazione ogni giorno, sul lavoro. Il senso della loro attività è concreto e gli obiettivi vengono realizzati nella pratica. Le strutture del mondo del lavoro non sono di tipo protettivo, la scuola professionale non ha lo stesso valore della scuola media, il senso di appartenenza è praticamente inesistente. Gli apprendisti acquisiscono uno status di adulti, in parte anche perché guadagnano qualcosa. Sul posto di lavoro sono considerati come colleghi in formazione. L'apprendimento e la valutazione non dipendono solo dalle note ma anche dall'efficacia sul lavoro. La scuola professionale è soltanto una piccola parte della vita dell'apprendista.

I corsi di educazione fisica e sport devono tener conto di queste differenze. D'altra parte, lo sport nel tempo libero è comune a tutti i giovani e può essere considerato come punto di riferimento per la concezione di base dell'insegnamento.

Aspetti dello sviluppo

L'aspetto fisico ha un ruolo importante a questa età. L'autostima dipende dall'immagine che i giovani hanno di sé stessi. Molto spesso il gruppo e gli amici sostituiscono la famiglia o la scuola per creare delle nuove norme sociali. L'amicizia con una sola persona è una forma di relazione sociale privilegiata.

Il corpo raggiunge la capacità di rendimento ottimale alla fine della pubertà. In questo periodo sono giunti a maturità l'apparato locomotore e gli organi interni. Si scopre l'importanza della salute. Il benessere dipende dal rapporto dell'individuo con il proprio corpo, con l'energia vitale, con la capacità di prestazione fisica e dal senso di appartenenza sociale.

La capacità di prestazione fisica può essere migliorata tramite l'allenamento, ma i fattori genetici e lo sviluppo individuale non possono essere ignorati. La motivazione a muoversi, a fare sport, a giocare, determina le possibilità di migliorarsi.

Le tendenze ed i comportamenti individuali sono piuttosto evidenti in questa fascia d'età. Alcuni studi (Egger, 1992) non mostrano differenze fra studenti e apprendisti. Questa diversità si nota sulla base della quantità di esperienze fisiche, motorie, sportive e della gamma di comportamenti osservabili: muoversi, capire, incontrare e vivere.



➔ Teoria dell'allenamento:
v. fasc. 1/1, p. 34 ss.

	da ...	a ...
Esperienze fisiche	dal mantenimento delle capacità di prestazione	al miglioramento e all'ampliamento delle stesse
Esperienze motorie	dall'uso dei movimenti conosciuti e padroneggiati	all'apprendimento individualizzato, alla scoperta di nuovi movimenti, mezzi di espressione, giochi
Esperienze sportive	dalla pratica di sport conosciuti	alla scoperta di pratiche nuove: al transfert di abilità di base, al miglioramento della tecnica e all'affinamento della tattica
Muoversi	dalla totale assenza di attività fisiche e sportive	alla voglia di praticare regolarmente un'attività fisica, sportiva, o di gioco
Capire	da movimenti più o meno automatizzati ed imitati	alla capacità di analisi, di valutazione, di transfert delle conoscenze
Incontrare	dalla soddisfazione dei propri bisogni	alla pratica tollerante e rispettosa, alla gestione dei conflitti
Vivere, sentire	da esperienze stereotipate, limitate alle norme standard	all'entusiasmo alla creatività, all'armonia

La coeducazione

A questo livello di scolarità le condizioni di base sono favorevoli ad un insegnamento in classi miste, anche se non si ha certo la garanzia di riuscita. Gli argomenti pro o contro la coeducazione si basano su criteri che dipendono dalla visione che si ha del mondo, dell'essere umano, dell'educazione e dello sport.

➔ Coeducazione: v. fasc. 1/1, p. 86 e fasc. 1/5, p. 7

Le peculiarità degli studenti di sesso diverso vanno naturalmente considerate: tutti devono potersi esprimere insieme, senza soffrire della presenza degli altri e nel modo che più conviene loro. La pedagogia differenziata offre alcuni spunti per riuscire ad adattare l'insegnamento.

... a favore delle classi miste

- preparazione alla pratica sportiva del tempo libero, nella società sportiva, in famiglia
- avvicinamento fra i sessi (fattore d'integrazione sociale)
- sviluppo del processo di identificazione e rispetto dell'altro
- diminuzione di vergogne e tensioni
- diminuzione dello spirito di concorrenza, apertura verso ulteriori prospettive
- ricerca di attività adeguate a tutti e interessanti

... a favore della separazione

- diverso sviluppo delle capacità di prestazione
- evidenti differenze genetiche
- esperienze fisiche, psichiche e sportive diverse o interessi diversi
- reticenze e tensioni
- dominanza di un gruppo sull'altro
- necessità di adattamento all'interno del gruppo e fra i gruppi dello stesso sesso

Il docente

L'attività sportiva porta inevitabilmente a incontri personali. Gli attori delle pratiche sportive non barano nel comportamento interpersonale e consentono al docente interessanti «scoperte». I partecipanti (docenti e allievi) sono vicini. Un rapporto cooperativo nell'insegnamento e la nota che, in genere, non è determinante ai fini della media globale, favoriscono un clima di comprensione e di integrazione.

L'attività sportiva è collegata a sensazioni personali. Durante l'attività possono nascere diversi conflitti; il fair play, il rispetto reciproco e delle regole consentono di gestire questi conflitti e di trovare compromessi.

L'attività sportiva con i giovani adulti esige dagli insegnanti una forte personalità (autonomia). Nella pratica essi devono intervenire a favore o contro certi comportamenti ed assumerne la responsabilità. Inoltre sanno accettarsi, e accettare gli altri, si impegnano a livello di disciplina e sviluppano una attitudine da veri pedagoghi.

Cos'è un «cattivo giocatore»?

I cattivi giocatori sono quelli che non sanno perdere, giovani adulti delusi, scoraggiati dal continuo correre avanti e indietro, a destra e sinistra sul terreno, senza mai toccare palla, magari prendendosi delle gomitate dagli avversari e subendo continuamente l'umiliazione della sconfitta?

Oppure sono una sorta di profeti, che giudicano che alcune forme di giochi tradizionali non hanno più posto nel nostro mondo, perché non sono altro che conflitti latenti, barbari, che servono solo a rafforzare la stima di sé?

O ancora giovani oppressi che cercano in tutti i modi di sfuggire alla lezione di educazione fisica, trovando tutte le scuse e procurandosi un certificato medico che consenta loro di scapparsene alla chetichella?

Tutti questi, cattivi perdenti, profeti o oppressi, non sono ben visti dagli sportivi. Stando al margine del gruppo durante l'attività fisica non riescono a trovare un compagno, nè tantomeno a creare contatti all'interno della classe.

Imparare a integrare i «cattivi giocatori»

I docenti dovrebbero dedicare particolare attenzione agli allievi che non mostrano alcun piacere per l'attività fisica e sportiva. Molto spesso sono ragioni valide e di tutto rispetto a tenere l'allievo lontano dall'attività che pur piace alla maggioranza. La capacità del docente di tener conto delle differenze e dell'autonomia, argomentando a favore dell'attività mediante un dialogo franco con gli allievi, può far scoprire un senso nell'attività proposta.

Trovare delle soluzioni

Per poter applicare le linee direttrici dell'educazione fisica e dello sport alle scuole superiori e professionali, è indispensabile fare regolarmente il punto sulla situazione insieme (valutazione e pianificazione). Di seguito alcune proposte per avviare e tenere aperto questo dialogo.

➔ Linee direttrici per l'educazione fisica e lo sport sport: v. fasc. 1/6, p. 9

Una possibilità: «Il Walk-Talk»

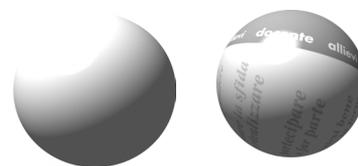
Formare coppie con allievi diversi fra loro (per esempio più o meno sportivi). Il feedback viene comunicato tramite un formulario o direttamente. Possibili temi sono:

- Il prossimo semestre di educazione fisica e sport
- Bisogni e motivazioni per praticare un'attività fisica
- Obiettivi e modelli individuali
- Esperienze motorie e sportive a scuola e altrove
- ...

I risultati e le riflessioni sono discussi in classe e confluiscono nella pianificazione del semestre successivo fissandone gli obiettivi differenziati.

2.2 Concezione e pianificazione dello sport scolastico

La concezione dello sport scolastico dipende dal programma di studi, dalle infrastrutture della scuola e dalle persone (docenti e allievi). Se i giovani vengono presi sul serio, il concetto fondamentale dello sport scolastico varia a seconda del posto, delle leggi quadro e del piano di studio. È indispensabile che l'attuazione abbia un senso per allievi e docenti, che venga rimessa in discussione e possa svilupparsi ulteriormente.



Lo sport scolastico per promuovere lo sport per la vita

Allo scopo di promuovere e di partecipare allo sviluppo di una concezione dello sport al di fuori della scuola, si devono offrire agli allievi opportunità che vadano oltre le lezioni di educazione fisica:

Esempi:

- Il corso di educazione fisica viene completato con progetti interdisciplinari.
- La scuola organizza attività sportive extra-scolastiche (*sport facoltativo*).
- In collaborazione con società locali, a scuola vengono presentate attività sportive cui gli allievi possono partecipare nell'ambito dell'educazione fisica scolastica (*sport associativo*).
- Si possono concludere accordi con partner esterni, commerciali, per offrire attività sportive non codificate (*sport libero*).

Sport scolastico facoltativo	Progetto	Lezione	Sport associativo	Sport «libero»
<ul style="list-style-type: none"> • Corsi • Animazioni, manifestazioni • Tornei • Campi scolastici • Manifestazioni sportive • Attività proposte dai giovani • ... 	<p>Svolgimento multidisciplinare dei temi proposti, ad esempio la salute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carico e sovraccarico a scuola e sul posto di lavoro • Informazioni e dimostrazioni • Esercizi di compensazione, programma di ginnastica, di fitness, di stretching • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Insegnamento regolare, con classe mista o no</i> • <i>Insegnamento per affinità</i> • <i>Team-Teaching (2–3 classi insieme)</i> • <i>Campi, giornate sportive</i> • <i>Materie opzionali «educazione fisica e sport»</i> • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipazione ad un allenamento di prova aperto a tutti • Invitare specialisti • Partecipazione a giornate di sport per tutti • Partecipazione a competizioni • Andare a vedere tornei • Visita o partecipazione a campi di allenamento • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipare a un allenamento aperto a tutti • Prendere parte a incontri • Partecipazione a giornate di sport per tutti • Consigli e assistenza per la pratica sportiva individuale (materiale ...) • ...

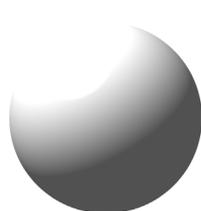
3 Apprendere e insegnare

3.1 Modelli teorici

La «sfera didattica»

La sfera didattica mostra l'interazione dei principali elementi illustrati nel volume teorico. Educazione fisica e sport orientati sulla pratica significano: dare e ricercare il senso (2), tener conto delle diverse motivazioni ed esperienze (3), collegare fra loro l'ambiente e le situazioni di apprendimento (4), regolare e adattare l'apprendimento (5–7), considerare i riferimenti (8).

⇒ Il pallone e la sfera didattica possono essere ordinati presso le Edizioni dell'ASEF



1 La sfera simboleggia un insegnamento diversificato, senza limite di contenuti.



2 L'attività può essere vista dal praticante da diverse prospettive e interpretata in vari modi. Il docente deve permettere di dare un senso alle attività proposte.



3 Docenti e allievi mettono in comune esperienze ed aspirazioni per stabilire contenuti e scegliere i temi da trattare.



4 L'ambiente determina un ambito di azione per l'educazione fisica e lo sport.



5 Il partenariato e la discussione consentono di fissare obiettivi e pianificare l'insegnamento.



6 Lo stile di insegnamento è adattato alla situazione di apprendimento. Esso varia dal guidato all'autonomo.



7 La valutazione consente di raffrontare le attese e i risultati. Essa riguarda i docenti e gli allievi.



8 I corsi considerano la globalità dell'essere e dell'autonomia dell'individuo.

La «bussola didattica»

La bussola didattica aiuta a costruire passo dopo passo il proprio insegnamento. Essa ricorda le condizioni, enumera i contenuti e gli obiettivi, pone degli accenti e propone procedure e metodi adatti. Essa ricorda anche che l'insegnamento può essere paragonato alla corsa d'orientamento, dove si tratta di trovare punti di riferimento e di controllare continuamente la direzione del cammino intrapreso.



solo in francese!

3.2 Apprendere ed insegnare il movimento

Una delle capacità del docente di educazione fisica è quella di trasformare alcuni comportamenti (motori). La conoscenza dei principi che sottintendono all'apprendimento permette al docente di non applicare ricette valide sempre, ma di favorire la creatività nella concezione dell'insegnamento.

Gli elementi teorici sono organizzati sulla base di quattro questioni fondamentali *Cosa significa apprendere? Cosa si apprende? Come misurare l'apprendimento? Come si apprende?* Il comportamento motorio del soggetto riflette le sue capacità di adattamento, che si esprimono quando esso è confrontato ad un ambiente più o meno cogente. In questa sede affrontiamo i modelli che influenzano il controllo del gesto, che rinviano a concezioni diverse e a volte contrastanti del soggetto che agisce. Essi rappresentano un importante elemento per il docente che effettua le scelte pedagogiche. Effettivamente, organizzare compiti motori non è che una semplice trasmissione culturale dei modi d'agire (le abilità motorie), è il posto dove i meccanismi fondamentali della motricità si esercitano e si sviluppano.

Cosa significa apprendere?

L'apprendimento «è una modificazione dello stato interiore del soggetto che risulta dalla pratica o dall'esperienza e che può essere verificata dall'analisi della prestazione» (Magill, 1985).

Nella prospettiva cognitiva, il soggetto è considerato come un sistema di trattamento dell'informazione assistito da basi di conoscenza memorizzate e da meccanismi che consentono di utilizzare le conoscenze nell'ambito di rappresentazioni. L'apprendimento si traduce essenzialmente in un aumento delle conoscenze memorizzate, nella strutturazione delle conoscenze e infine nella proceduralizzazione delle conoscenze dichiarative. *Apprendere consiste in un aumento della parte programmata del movimento, una diminuzione della variabilità dell'impulso per i movimenti programmati, nell'integrazione progressiva delle diverse fonti sensoriali refferenti nell'ambito di una rappresentazione che permette di correggere gli errori durante l'esecuzione.*

Nella corrente ecologica la percezione consiste nel prelevare le informazioni disponibili nell'ambiente. In questo ambito sono importanti nozioni come coordinazione, costrizione, informazione ed auto-organizzazione, che soppiantano quelle di istruzioni, programma, calcolo o feed-back. *Apprendere è scoperta dell'informazione utile all'azione e non costruzione della stessa.*

Nella prospettiva dinamica, si tratta di enucleare la variabile essenziale (ad esempio, nella pallavolo, la variabile essenziale per il servizio è l'accoppiamento a livello di spalla e mano) e studiare poi la dinamica delle modificazioni di stato dinanzi alle costrizioni imposte dall'apprendimento. *Apprendere è quindi costruire e stabilizzare un nuovo stato di coordinazione non previsto nella dinamica iniziale del sistema.*

➔ Apprendimento motorio
Modelli teorici dell'apprendimento e del controllo motorio:
v. cap. 2.5, 2.6 1/1, p. 61 ss.

➔ Le diverse correnti:
v. fasc. 1/1, p. 72 ss.

Nell'approccio cognitivo della motricità, apprendere significa costruire, strutturare ed utilizzare delle conoscenze.

Nella corrente ecologica apprendere significa trovare informazioni utili per agire.

Nella prospettiva dinamica apprendere è costruire e stabilizzare un nuovo stato di coordinazione.

3.3 Riferimenti per l'insegnamento

Diverse spiegazioni

Il modo di procedere è diverso a seconda della corrente. Il modello è ridotto, in quanto l'apprendimento non può essere visto come un processo lineare. Bisognerebbe pertanto considerare le tappe come elementi ricorrenti ed intercambiabili.

In questo capitolo vogliamo dare alcuni riferimenti didattici che consentano di adeguare costantemente le situazioni dell'insegnamento al soggetto. In effetti, il docente ha dinanzi a sé soggetti particolari, con modi di agire intellettivi e motori differenti. L'incontro avviene in una situazione di dialogo, lo scambio fra gli interlocutori viene assicurato dalla qualità e dal livello dei rapporti fra attività fisiche insegnate e saperi corrispondenti.

Le varie tappe proposte da G. Bui-Xuan (1996), possono essere invertite o riprese a seconda della corrente che si preferisce o delle acquisizioni degli allievi.

➔ Riferimenti per l'insegnamento: v. fasc. 1/1, p. 92



Modello pedagogico

I momenti dell'apprendimento	per l'allievo	per il docente
Momento emozionale <ul style="list-style-type: none"> • apprendimento globale • fase di scoperta 	Identificare Prelevare Esplorare	Motivare Provocare Realizzare Proporre forme
Momento funzionale <ul style="list-style-type: none"> • ottimizzazione dei fondamentali • prova-errore 	Discriminare Trattare Scoprire	Favorire gli scambi Offrire situazioni di scoperta, situazioni problematiche
Momento strutturale <ul style="list-style-type: none"> • scomposizione-ricostruzione-ripetizione • uso di modelli 	Elaborare rappresentazioni del movimento e della situazione Organizzare coordinazioni imposte Combinare	Proporre situazioni-problema Proporre dei modelli
Momento della contestualizzazione o dell'integrazione <ul style="list-style-type: none"> • collegamento pertinente fra capacità funzionali integrate, complessità dei contesti e dei processi • disponibilità e aggiustamento adattativo 	Selezionare ed adattare la risposta Organizzare l'azione Adattare i parametri	Proporre situazioni volte alla soluzione di problemi (a condizione che si abbia una soluzione potenziale) Proporre ripetizioni motorie in situazioni variate
Momento del perfezionamento e della creatività <ul style="list-style-type: none"> • sfruttamento della specificità • evoluzione della disponibilità del singolo • metodologia dell'autonomia 	Affinare l'esecuzione Controllare l'esecuzione Frammentare la consegna Correggere gli errori	Favorire l'originalità Consigliare Individualizzare Allenare, costruire e realizzare

3.4 Gli stili d'insegnamento

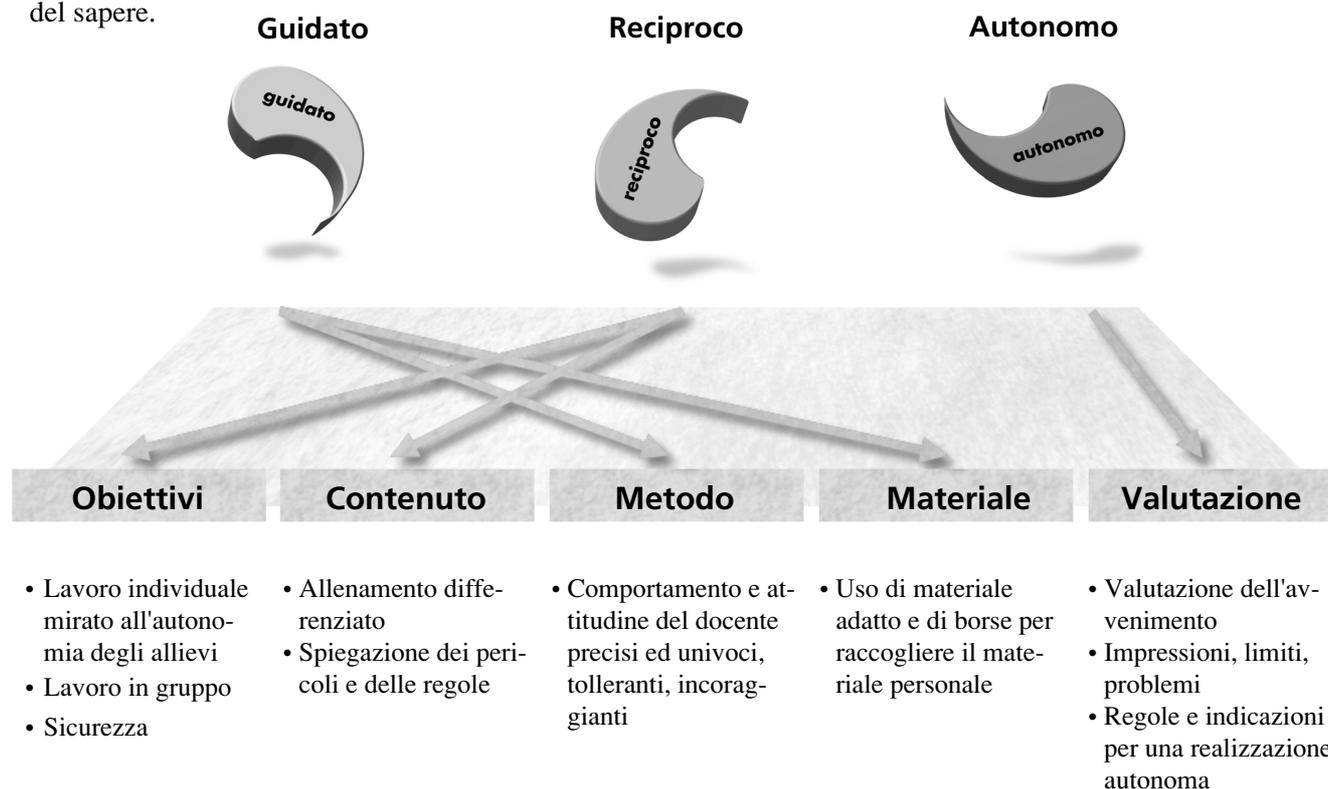
L'insegnamento è complesso e il rapporto fra docente e allievi non è sempre uguale. I riferimenti che segnano l'insegnamento provano quanto sia importante analizzare il processo considerando tutti i parametri. L'educazione fisica e lo sport sono terreno privilegiato per agire sulla base di regole (di sicurezza, sociali, di gioco, dell'apprendimento, dell'istituzione). È quindi utile:

- fare un inventario delle regole
- concepirle in maniera sistematica
- esplicitarle (dare modo all'allievo di codificare/decodificare).

Il rapporto con le regole cambia a seconda dello stile d'insegnamento:

Stile d'insegnamento	In relazione alle regole
• l'insegnamento guidato	• assoggettarsi
• l'insegnamento reciproco	• integrare
• l'auto-insegnamento	• adattare

- *Insegnamento guidato*: il docente si accerta dei progressi degli allievi e se necessario li riorganizza. Il suo stile passa dall'ordine all'insegnamento per mezzo di consegne.
- *Insegnamento reciproco*: consente di organizzare lo scambio del sapere fra gli allievi. Si tratta di un partenariato fra gli allievi (ruolo tutorio).
- *Il metodo di costruzione autonoma*: permette di associare la struttura delle conoscenze e di mobilitarle per facilitare l'esplorazione di nuovi campi del sapere.



➔ Gli stili d'insegnamento v. fasc. 1/1, p. 98 s.



3.5 Le situazioni di apprendimento

Il docente avrà già identificato le differenze, per cui si tratterà di proporre situazioni che consentano ad ogni allievo di fare dei progressi. In particolare deve tener conto:

- della concezione (rappresentazione) che gli allievi hanno dell'attività,
- della problematica del cambiamento,
- degli obiettivi globali della formazione,
- delle possibilità di transfert.

Conseguenze per il docente

- diversificare la situazione, per permettere agli allievi di utilizzare le risorse di cui dispongono (zona prossimale di sviluppo)
- proporre situazioni che l'allievo possa comprendere sulla base delle proprie risorse personali e cui possa dare un senso; lasciargli del tempo
- mettere a disposizione degli allievi gli elementi necessari a crearsi una propria rappresentazione dell'obiettivo
- prevedere l'errore
- valorizzare quanto gli allievi fanno
- permettere a tutti gli allievi di dare una risposta.

La costruzione dei saperi

Per consentire di stabilire relazioni fra le cose, si deve partire da situazioni significative. Tale rappresentazione può essere trasformata per elaborare un nuovo sapere. Giordan (1993) propone di trattare le concezioni (rappresentazioni) degli allievi interferendo con esse (mediazione). Si tratta del sistema più efficace, che trasforma le concezioni.

Gli ostacoli da superare, la rottura, le nuove conoscenze portano ad un apprendimento inserito in una problematica di cambiamento. Il fattore tempo è uno degli elementi principali. Nel dare un compito, il docente:

- presenta gli elementi a disposizione,
- prevede consegne intermedie (valutazione),
- prevede l'errore, per analizzarlo e superarlo,
- tiene conto della logica di apprendimento degli allievi.

I punti di riferimento nella situazione di apprendimento

- diversificare
- dare il tempo necessario
- tener conto delle rappresentazioni degli allievi
- prevedere un rimedio
- fare emergere l'abilità generale
- valorizzare quanto fatto dagli allievi
- aiutare gli allievi a riflettere e comprendere le azioni svolte (metacognizione)
- dare un'opportunità a tutti gli allievi

➔ Le situazioni di apprendimento: v. fasc. 1/1, p. 93

➔ Pianificare l'insegnamento: v. fasc. 1/6, p. 23;
La costruzione dei saperi: v. fasc. 1/1, p. 94.

➔ Modello diagnostica-prescrizione: v. fasc. 1/1, p. 95

Verso la competenza e l'efficacia

Condizioni

in relazione all'altro valori , rappresentazioni, programmi	in relazione all'ambiente ambiente, tempo, materiale	in relazione a sé stessi docente, allievi
--	---	---



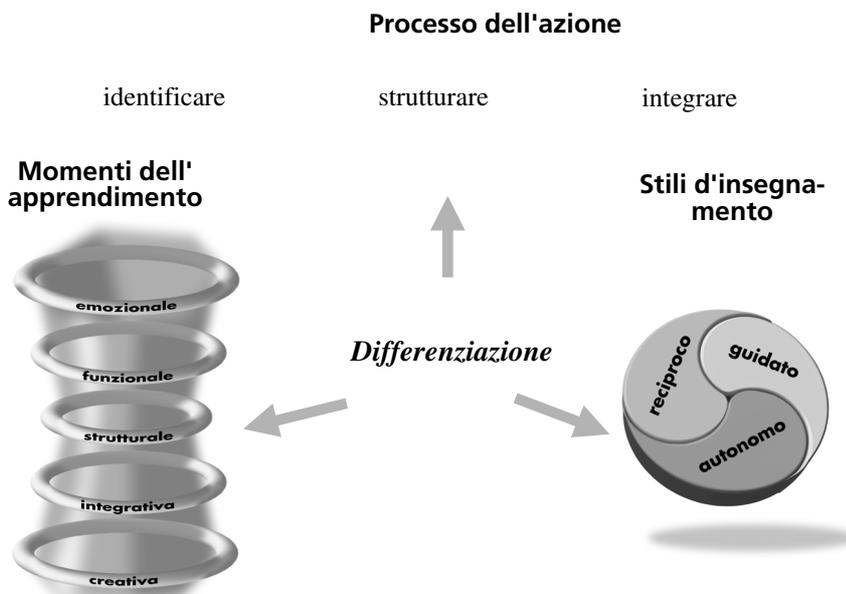
Contenuti, finalità, accenti

a livello emotivo: vissuto, espe- rienze	a livello moto- rio: capacità, abilità	a livello socia- le: comporta- mento, fairness	a livello cogniti- vo: conoscenza, comprensione
--	--	--	---

Senso e interpretazioni



Aspetti dell'insegnamento e dell'apprendimento



Valutazione

diagnostica pronostica certificativa formativa



3.6 Formare ed educare

Insegnare l'educazione fisica e lo sport

Uno degli obiettivi dell'educazione fisica e dello sport a livello medio superiore è l'acquisizione di capacità che consentono una pratica sportiva autonoma. Una volta definita la nozione di azione (secondo Egger, 1994) bisogna trarne le conseguenze per la pratica.

➔ Insegnare:
v. fasc. 1/1, p. 89

Agire è e ciò comporta
<ul style="list-style-type: none"> • dare e trovare un senso, agire in modo significativo ... 	<p>... proporre approcci diversi, contenuti diversi, situazioni adattate, chiarimenti e prospettive diversi.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • regolare obiettivi e processi a seconda dei risultati ... 	<p>... che le decisioni e gli obiettivi vengono discussi; che il processo d'insegnamento e di apprendimento sono basati sul rapporto, sullo scambio; che è indispensabile creare un clima di scambio, di regolare l'apprendimento e adattare l'insegnamento in vista dei risultati (valutazione comune).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • insegnare sulla base delle esperienze e delle aspettative degli allievi ... 	<p>... che il docente considera il giovane come un allievo con un passato e delle esperienze sportive; che gli delega delle responsabilità, ad esempio dei compiti di organizzazione; che gli lasci un certo spazio.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • creare collegamenti fra le situazioni di apprendimento e l'ambiente ... 	<p>... che le situazioni di apprendimento sono organizzate e sfruttate al meglio; che l'ambiente sociale, economico, scolastico, sia considerato e rispettato, come avviene per la natura e gli impianti sportivi.</p>

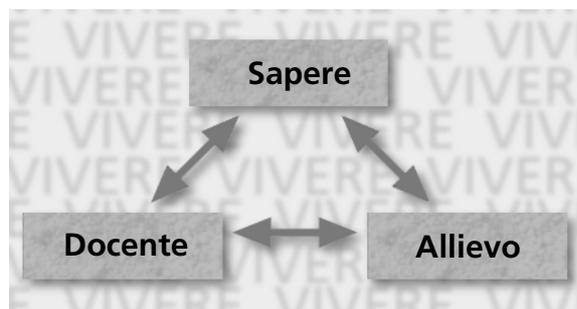
Il tirangolo pedagogico

La pedagogia, secondo J. Houssaye (1996), è l'instaurazione del dialogo, del rapporto con l'altro. D'altra parte sembra necessario rivedere il rapporto accentratore fra docente e sapere. Le relazioni fra i diversi poli possono essere illustrate ricorrendo a un triangolo nel quale appaiono i tre attori del processo: l'allievo, il docente e il sapere.

➔ Formare ed educare:
v.fasc. 1/1, p. 88 ss.

È un modello che – creando dei ponti (mediazione) fra allievo e sapere – consente al giovane di staccarsi dal docente. Esso favorisce inoltre lo sviluppo della persona sempre mantenendo «la preoccupazione del terzo escluso - il sapere mediatore, l'operazione mentale di chi apprende, la volontà di ampliare le proprie capacità strategiche». (Houssaye, 1996)

- **insegnare**, privilegia l'asse docente – sapere, è *un mezzo*.
- **formare**, privilegia l'asse docente – allievo, parte del processo educativo, è *l'essenziale*.
- **apprendere**, privilegia l'asse allievo – sapere, è *un fine*.



3.7 Complessità e globalità

Una delle finalità dell'educazione fisica è l'acquisizione di abitudini per la salute e la pratica sportiva per tutta la vita. Si tratta di attribuire al movimento un senso concreto nella vita delle persone, più che di creare una cultura sportiva finalizzata alla semplice riuscita a scuola. Per illustrare meglio quanto detto, ci rifacciamo ancora una volta a Meirieu (1995).

L'autore propone:

- di fare una sorta di excursus storico, che consenta agli allievi di astrarre dall'asettica realtà scolastica le conoscenze e di riposizionarle nel loro contesto primario (prima volta che si calzano gli sci),
- il confronto con grandi interrogativi e con particolari situazioni ad ampio respiro (ad es. gli allievi organizzano la traversata di una regione con gli sci di fondo),
- di usare diversi ausili e metodi per mobilitare gli allievi, ricorrendo alla differenziazione per non perdere il senso delle dimensioni (correre una staffetta per battere il record mondiale dei 10'000 m con tutta la classe).

La metacognizione

Consente al soggetto di interrogarsi sulle proprie strategie di apprendimento e mette in relazione i mezzi adottati e i risultati ottenuti consentendogli di enucleare le procedure da riutilizzare in un altro momento. A questo livello gli allievi sono in grado di evitare strategie valide universalmente per moltiplicare gli approcci e creare per tutta la durata dell'apprendimento stimoli e dispositivi che favoriscono la riflessione sul proprio agire.

Per facilitare l'approccio, Meirieu (1995) propone diversi strumenti di lavoro:

- la valutazione formativa, che funge da base per orientare l'attività a partire da un programma e da un insieme di criteri di riuscita conosciuti ed apprezzati dall'allievo,
- il colloquio esplicativo, che permette all'allievo di descrivere il più esattamente possibile il modo in cui ha agito per risolvere i compiti ricevuti. Il colloquio può essere guidato da compagni o dal docente,
- il consiglio metodologico, uno scambio sui metodi usati, un'analisi delle scelte fatte dagli allievi e proposte di regolazione da parte del docente.

Le diverse strategie considerano le caratteristiche e i limiti dell'oggetto di cui bisogna appropriarsi. L'acquisizione di numerosi strumenti da parte dei giovani consente loro di acquisire sempre maggiore autonomia nel processo di apprendimento e di valutazione dei comportamenti (motori).

Queste strategie implicano del pari un'attenzione particolare per fattori più o meno stabili della personalità, chiamati stili cognitivi, che evidenziano come una situazione raramente viene vissuta allo stesso modo da tutti gli allievi. I fattori si completano spesso e cambiano con il momento e la situazione ...

Diversi stili cognitivi: uditivi/visivi, dipendenti/indipendenti dal campo, riflessivi/impulsivi, concentrati/analitici, produttivi/consumistici ecc.

➔ La sfera didattica:
v. fasc. 1/6, p. 15.

➔ La metacognizione:
v. fasc. 1/1 p. 97

➔ Gli stili cognitivi:
v. fasc. 1/1, p. 96

4 Concepire e pianificare l'insegnamento

4.1 Pianificare – Realizzare – Valutare

Una pianificazione suscettibile di adattamenti e flessibile

Il primo momento dell'insegnamento è la riflessione. La concezione e la messa a punto di situazioni di insegnamento si rifanno ai programmi cantonali, a un progetto in atto nella scuola, ai manuali didattici. Essa si situa fra improvvisazione e pianificazione sistematica e tecnologica, e spesso considera solo marginalmente i soggetti interessati.

Per poter programmare si deve essere capaci di proiettarsi nel futuro, di anticipare gli eventi. Il docente prevede situazioni di apprendimento in funzione di un pubblico e di un oggetto dati. Il compito è difficile e reso ancora più complicato da tutta una serie di parametri che interagiscono fra loro. Gli allievi hanno rappresentazioni, vissuti, modi di apprendere, progetti, diversi. Una *pianificazione adattabile* consente di tener conto delle differenze e di adattarvisi a seconda delle circostanze, delle situazioni, della valutazione del processo e dei risultati. Una pianificazione flessibile offre la possibilità d'intervenire, di sviluppare strategie diverse da quelle che erano state previste durante il processo.

Concezione e pianificazione dell'insegnamento consentono di dare all'allievo il posto centrale che gli spetta, a patto di considerare la sua storia personale, le sue capacità, le sue risorse, le sue capacità e le sue motivazioni. Uno scambio con i giovani consente di scoprire gli approcci più efficaci nell'apprendimento. Per il docente si tratta quindi di conoscere i propri allievi, accettando le differenze fra essi come punto di partenza su cui costruire nuovi saperi. Le differenze possono essere distinte in socio-culturali, cognitive, cognitivo-motorie, psico-affettive e motorie.

Elaborare contenuti

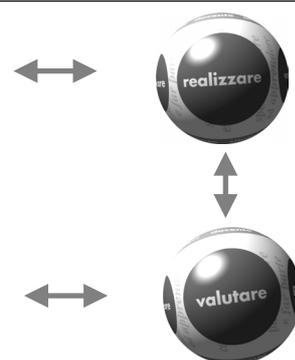
I mezzi a disposizione del docente per organizzare l'apprendimento sono i contenuti, ovvero i saperi da acquisire e le situazioni di apprendimento da creare. Essi possono essere catalogati sulla base di questioni che il docente deve porsi:

➔ Concepire e pianificare:
v. fasc. 1/1, p.101 ss.



Concezione e pianificazione suscettibili di adattamenti e flessibili

- Quali competenze voglio raggiungere?
- Quali attività o campi di attività bisogna scegliere?
- Quali sono i saperi da acquisire?
- Quali situazioni di apprendimento si possono creare?
- A quali teorie far capo e quali metodi utilizzare?
- Quali procedure di valutazione si devono predisporre?



5 Realizzare

5.1 Realizzare – Valutare – Pianificare

Le competenze e le prestazioni

Nel momento in cui elabora la situazione d'apprendimento, il docente si chiede quali competenze, trasversali e specifiche, intende utilizzare. Ogni competenza presuppone la coordinazione di un insieme di capacità di tipo informativo, affettivo, energetico e meccanico. Le competenze rivelano una padronanza di dati essenziali che costituiscono i saperi nel campo dell'educazione fisica. Lo stesso contenuto può essere interpretato in modo diverso; ad esempio la schiacciata nella pallavolo si può vedere:

- come miglioramento di qualità fisiche (equilibrio, velocità, scioltezza): capacità di schiacciare in modo differenziato e variato,
- come mobilitazioni motorie (coordinazione, dissociazione): il movimento della schiacciata è parte integrante del riscaldamento,
- come facoltà percettive (identificazione, discriminazione, selezione): confronto fra il filmato del movimento e l'immagine che di esso si aveva.

La regolazione

Il processo di regolazione è permanente durante i tre momenti dell'insegnamento e nelle fasi di transizione fra l'uno e l'altro. È importante ricordare che i diversi modelli presentano due costanti:

- l'apprendimento dipende dall'attività del soggetto,
- l'apprendimento viene influenzato dall'ambiente.

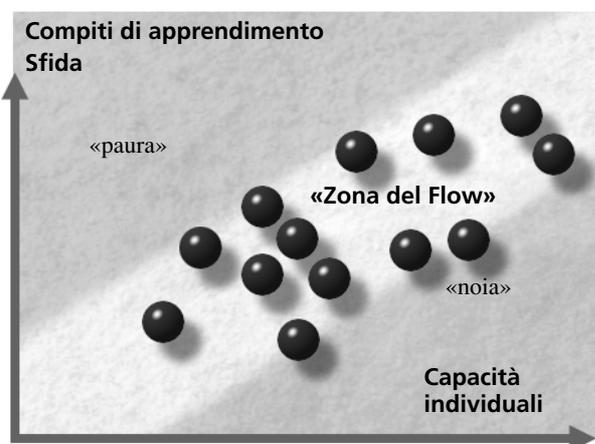
Numerose esperienze hanno provato che se il compito è impegnativo, la prestazione aumenta. Nella pratica sportiva il pericolo e il rischio sono fra gli elementi di questa «zona» (delle capacità attuali o zona prossimale di sviluppo). Succede che, a un dato momento, soggetto, azione e ambiente circostante si fondono insieme. L'attenzione è elevata, il soggetto controlla perfettamente ciò che fa, si raggiunge uno stato di armonia che consente di superare i propri limiti, il cosiddetto flow, caratterizzato secondo Csikszentmihaly (1992) appunto dalla fusione fra attore, azione e mondo circostante.

Lo svolgimento della lezione

La presentazione dei compiti è efficace quando gli allievi ascoltano e comprendono l'informazione ed essa consente loro di impegnarsi nell'attività. Siedentop (1994) propone una lista che facilita una valida presentazione dei compiti:

<i>Informare</i>	... in modo pertinente (parole, tabelloni, foto, ecc.)
<i>Motivare</i>	... fare in modo che gli allievi si impegnino attivamente
<i>Comunicare</i>	... verificare che abbiano capito, considerare gli allievi come partner
<i>Integrare</i>	... attribuire agli allievi delle responsabilità

➔ Realizzare:
v. fasc. 1/1, p. 109 ss.



➔ La presentazione dei compiti: v. fasc. 1/1, p.111

6 Valutare

6.1 Valutare – Pianificare – Realizzare

La valutazione è nello stesso tempo un atto ed un processo pedagogico che consente di determinare, in una fase dell'apprendimento, il grado di controllo raggiunto dall'allievo e pertanto di regolare l'apprendimento. Essa viene intesa come processo di localizzazione, che serve a fissare obiettivi e a differenziare l'insegnamento. Serve da riferimento e da guida. L'allievo deve poter partecipare, capirla ed accettarne i criteri.

Le funzioni della valutazione

La valutazione ha diverse funzioni, che a volte si confondono fra loro (v. tabella di seguito), e due livelli che si giustificano a vicenda:

- un livello comparativo: analitico e quantitativo. Per superare lo stadio della semplice constatazione, i test devono essere ripetuti e confrontati fra loro.
- un livello educativo o formativo: gli scopi educativi sono prioritari. L'esame delle prestazioni si fa in funzione di un obiettivo da raggiungere.

Il dispositivo di valutazione rinvia sempre ad un quadro di riferimento che consente di confrontare il risultato a una norma o a criteri di competenza definiti in precedenza e che gli allievi conoscono esattamente.

➔ Valutare:
v.fasc 1/1, p. 114 ss.



7 Il libretto dello sport

7.1 Idea e concezione del libretto dello sport



➔ Gli stili d'insegnamento:
v. fasc. 1/1, p. 98 ss.

L'idea alla base del libretto dello sport

In educazione fisica si può dire che si riesce a influenzare il comportamento degli allievi nei limiti in cui si applicano principi come globalità, partenariato e autonomia. Per raggiungere la necessaria trasparenza i giovani adulti devono confrontarsi a livello individuale con i temi ed i contenuti affrontati nella lezione di educazione fisica.

Il libretto dello sport (ausilio all'apprendimento), che ogni ragazzo riceve, costituisce uno strumento dalle molteplici possibilità di applicazione.

➔ Dove ordinare il libretto dello sport: v. seconda pagina di copertina

Il concetto alla base del libretto dello sport

Affrontando in modo generale i temi dello sport e della salute, il libretto dello sport vuole creare i presupposti per consentire al giovane di scoprire un'attività fisica autonoma ed una pratica sportiva consapevole e destinata a durare nel tempo.

...ready...

Il capitolo *ready* («pronti»)

- pone questioni relative alla pratica sportiva
- mostra alcuni dei possibili sensi da dare allo sport
- sensibilizza a una pratica sportiva attenta al corpo e alla salute
- indica dove informarsi sulle questioni relative allo sport

...steady...

Il capitolo *steady* («attenti»)

- tratta le basi dell'attività fisico-sportiva
- mostra possibili modi per allenare da soli i fattori della condizione
- spiega i principi dell'apprendimento del movimento
- indica come comportarsi prima e dopo la pratica sportiva

...go...

Il capitolo *go* («via»)

- avvia ad una pratica sportiva autonoma, sulla base di esempi concreti (per ogni fascicolo una possibilità concreta)
- consente di completare e di sostenere l'offerta sportiva scolastica
- sottolinea l'importanza ai fini della salute del movimento fatto ogni giorno

7.2 Lavorare con il libretto dello sport

I temi trattati nel libretto dello sport possono essere visti come obiettivi e basi per le prestazioni sportive a livello di scuola media superiore. Alcuni suggerimenti per usare al meglio il fascicolo:

- I temi trattati servono a prepararsi individualmente ai contenuti della lezione o ad approfondirli (lettura prima o dopo la lezione).
- I temi servono come appunti per lo svolgimento della lezione.
- I temi trattati contengono spunti per una collaborazione interdisciplinare (ad es. pause in movimento, carichi di lavoro, alimentazione).
- I temi trattati fungono da punto di partenza per approfondire determinati temi (ad es. se si sceglie sport come materia complementare alla maturità).
- Tutti gli allievi, o un gruppo di loro (magari dispensati dall'attività, o particolarmente interessati all'argomento), trattano un tema indicato dal docente o liberamente scelto, adatto alla materia trattata. L'attività può consistere in: lavori scritti, relazione davanti alla classe, applicazione nella pratica (sono necessarie indicazioni differenziate!).
- I temi trattati nel libretto dello sport vengono completati in modo situativo ed individuale, ad es. con fotocopie di parti dei manuali.

Bibliografia / Ausili didattici

- Allal, Linda; Cardinet, Jean; Perrenoud, Philippe, (1991).
 Balz, E. / Neumann, P. (1997).
 Bui-Xuan, G., Gleysse J. (1993).
 Bussard, Jean-Claude; Roth, Frédéric. (1993).
 Cziksenti-mihaly, M. (1992).
 Delignières, Didier; Duret, Pascal. (1995).
 Egger, Kurt. (1981).
 Famose, J.P., Sarrazin, P., Cury, F. (1995).
 Famose, Jean-Pierre (1990).
 Grupe, O. (1982).
 Hadji, Charles. (1990).
 Hameline, Daniel. (1991).
 Hébrard, Alain. (1986).
 Houssaye, J. et al. (1994).
 Houssaye, Jean. (1996).
 Joannise, Robert et al. (1995).
 La Garanderie, Antoine de. (1990).
 Lazarus. (1996).
 Maccario, Bernard. (1986).
 Marsenach, Jacqueline. (1991).
 Martin, D. et al. (1999).
 Medau H.-J. / Röthig, P. / Nowacki, P.E. (1996).
 Meirieu, P. (1993).
 Meirieu, P. (1995).
 Meirieu, P. (1995).
 Obin, Jean-Pierre; Cros, Françoise. (1991).
 Pineau, Claude.
 Przesmycki, Halina. (1991).
 Pühse, U. (1994).
 René, Bernard Xavier. (1990).
 Schaeffer E. (1995).
 Scherler, K. (1989).
 Scherler, K.; Schierz, M. (1993).
 Schüpbach, J. (1997).
 Siedentop, D. (1991).
 Siedentop, Daryl. (1994).
 Trebels, A. (1992).
 Ulmann, J. (1989).
 Vangioni, Jean. (1990).
 Volkamer, M.; Zimmer, R. (1990).
 Williams, Linda V. (1986).
 Zimmer, R.. (2001).
 L'évaluation formative dans un enseignement différencié. Berne: Peter Lang.
 Wie pädagogisch soll der Schulsport sein? Schorndorf.
 Enseigner l'Education Physique. Paris: Editions AFRAPS.
 Education physique et différenciation pédagogique. Berne: Editions ASEP.
 Flow. Das Geheimnis des Glücks. Stuttgart.
 Lexique thématique en sciences et techniques des activités physiques et sportives. Paris: Editions Vigot.
 Education physique à l'école, Livre 1. Berne: CFGS.
 Apprentissages moteurs et buts d'accomplissement, in Apprentissages moteurs et conditions d'apprentissages, Bertsch, J., le Scanff, C. Paris: Presses universitaires de France.
 Apprentissage moteur et difficulté de la tâche. Paris. INSEP.
 Bewegung, Spiel und Leistung im Sport. Grundthemen der Sportanthropologie. Schorndorf.
 L'évaluation, règles du jeu. Paris: ESF.
 Les objectifs pédagogiques. Paris: ESF.
 L'éducation physique et sportive. Paris: Editions Revue EPS.
 La pédagogie, une encyclopédie pour aujourd'hui, Paris: E.S.F.
 Autorité ou éducation? Paris: ESF.
 Une expérience de formation didactique en éducation physique. Genève.
 Les profils pédagogiques. Paris: Centurion.
 Emotions et Adaptations, cité par J.-P. Famose document de conférence. Paris.
 Théorie et pratique de l'évaluation dans la pédagogie des APS. Paris. Vigot.
 Education physique et sportive. Quel enseignement? Paris: INRP.
 Handbuch Kinder- und Jugendtraining. Schorndorf.
 Ganzheitlichkeit. Beiträge in Sport und Gymnastik. Sportwissenschaftliche und sportmedizinische Aspekte. Schorndorf.
 Le choix d'éduquer. Paris: ESF Editeurs, 3e édition.
 La pédagogie entre le dire et le faire. Paris: E.S.F.
 La Pédagogie entre le dire et le faire. Paris: Edition ESF.
 Le projet d'établissement. Paris: Hachette.
 Introduction à une didactique de l'éducation physique. Paris: Editions Revue EPS. s.
 Pédagogie différenciée. Paris: Hachette.
 Soziales Handeln im Sportunterricht. Schorndorf 1994.
 Différencier la pédagogie en EPS. Paris: Editions Revue EPS.
 Sport in der Berufsschule: didaktische Analyse, empirische Untersuchung, Vorschläge zur Revision. Hamburg: Czwalina.
 Elementare Didaktik. Weinheim / Basel.
 Sport unterrichten. Schorndorf.
 Nachdenken über das Lernen. Bern.
 Apprendre à enseigner l'éducation physique. Montréal: G. Morin Ed.
 Apprendre à enseigner l'éducation physique. Montmagny: Edition Marquis.
 Das dialogische Bewegungskonzept. Eine pädagogische Auslegung von Bewegung. In: Sportunterricht 41/1992.
 De la Gymnastique aux Sports modernes, histoire des doctrines de l'éducation physique pp. 448-450. Paris: Vrin.
 Objectifs pédagogiques et didactique des APS. Paris: Editions Revue EPS.
 Vom Mut trotzdem Lehrer zu sein. Schorndorf 1990.
 Deux cerveaux pour apprendre. Paris: Les éditions d'organisation.
 Erziehen als Aufgabe. Sportpädagogische Reflexionen.

Altri testi sono contenuti nella bibliografia dei volumi in tedesco

➔ www.sportmediathek.ch



Edizioni ASEF

Ampio assortimento di opuscoli, libri, videocassette, cassette audio e ausili didattici vari per completare il presente manuale.