



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

Servizio Istruzione
Ufficio programmazione e organizzazione dell'istruzione
Via Gilli, 3 – 38121 Trento
T +39 0461 497235
F +39 0461 497216
pec serv.istruzione@pec.provincia.tn.it
@ uis@provincia.tn.it
web www.provincia.tn.it

<p>PROGRAMMAZIONE DELLE ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE NELLA SCUOLA TRENTEINA 8 Settembre 2020</p>

OBIETTIVO	Valorizzare l'attività motoria/sportiva come strumento di crescita educativa, formativa e salutare degli studenti trentini (Programma di sviluppo provinciale della XVI legislatura - obiettivo 1.4)
------------------	---

In relazione alla prossima convocazione dell'Organismo Provinciale per lo Sport a Scuola, e con l'obiettivo di condividere le linee generali attraverso cui sviluppare l'attività motoria e sportiva scolastica, vengono illustrati di seguito i progetti riferiti ai singoli segmenti del primo e secondo ciclo, precisando che essi tengono nella dovuta considerazione le misure previste dall'emergenza sanitaria tuttora in corso e le conseguenze da essa determinata nell'organizzazione della didattica, e risultano coerenti e compatibili con la complessiva rimodulazione del "sistema scuola".

Soprattutto in considerazione del fatto che l'interruzione dell'attività scolastica ha determinato il blocco pressoché totale della pratica motoria e sportiva di base, è necessario predisporre e assicurare lo svolgimento di un progetto motorio e sportivo scolastico adeguato a soddisfare le necessità di tutti gli studenti, con proposte formative rispettose delle prescrizioni generali.

La programmazione qui descritta, realizzata anche grazie al prezioso contributo di un team di colleghe/i, ambisce a ridisegnare i contesti operativi fin qui progettati, rimodulando gli ambiti disciplinari al fine di favorire il raggiungimento degli obiettivi prefissati e l'acquisizione delle specifiche competenze previste dal curriculum.

CONSIDERAZIONI GENERALI

In conseguenza del lockdown, fin dal mese di marzo tutti i traguardi educativi attesi per i bambini e gli adolescenti sono stati significativamente compromessi. Date le basi multidimensionali che caratterizzano la disciplina, contraddistinta da pregnanti esperienze relazionali, pratiche e corporee difficilmente riproducibili attraverso una didattica a distanza, le scienze motorie e sportive sono state senza dubbio una delle materie più colpite.

Il monitoraggio delle esperienze fin qui maturate e l'analisi delle documentazioni disponibili sia a livello provinciale che a livello nazionale ha generato alcune riflessioni e approfondimenti, soprattutto in merito ad alcune/i **parole/concetti chiave** su cui costruire una programmazione adeguata e coerente;

- dal prof. Carraro dell'Università di Padova recepiamo l'idea di **trarre il meglio dal peggio**: mai come in questo periodo si è scritto dell'importanza del movimento, della necessità di contrastare la **sottovalutazione del ruolo dell'educazione fisica**, delle **conseguenze positive a lungo termine per la salute**; la sua formula operativa si riassume in quattro indicazioni:
 - muoversi velocemente (nella riprogrammazione)
 - utilizzare tecnologie digitali (attrattive ed educative)
 - rimodulare il nostro ruolo (formativo e non addestrativo)
- il prof. Lanza dell'Università di Verona esorta a **non rinunciare all'educazione fisica**, promuovendo attività in grado di sviluppare competenze volte alla costruzione di **corretti stili di vita**, privilegiando le attività in **ambiente naturale**, stimolando alla **collaborazione** utilizzando in modo finalizzato le **tecnologie digitali**, favorendo la **consapevolezza** degli studenti tramite processi di **autovalutazione**
- infine (ma si potrebbero citare tanti altri interventi) il prof. Colella dell'Università di Foggia pone l'attenzione sulla necessità della **formazione e aggiornamento** degli insegnanti e sull'opportunità di **riorientare i curricula**

❖ Il ruolo delle Scienze motorie e dei relativi docenti

La scarsa consistenza oraria destinata alle Scienze motorie e sportive nel curriculum scolastico (al pari delle altre "educazioni") sempre più contrasta con una crescente diffusa consapevolezza, *soprattutto in questo momento storico*, dell'importanza che riveste l'educazione corporea e il movimento nella crescita complessiva dell'individuo. E' necessario pertanto sensibilizzare il mondo scolastico, le famiglie, le agenzie educative in generale all'importanza dell'attività motoria, fisica e sportiva, ponendola in giusta evidenza soprattutto in questo momento delicato per la salute del paese. L'interesse collettivo, la salute pubblica e la prevenzione di malattie e sedentarietà, ci impongono di scongiurare che la pratica motoria venga ridotta a spazi e tempi non dignitosi. E' altrettanto necessario rafforzare il ruolo degli insegnanti di Scienze motorie e sportive intendendoli come "specialisti" del settore, competenti nel ripianificare e adattare le esperienze pedagogiche alle norme sanitarie, anche sensibilizzando i colleghi delle altre materie ad attivare momenti di "pausa in movimento":

<https://www.vivoscuola.it/content/download/68105/1472189/file/d2ad9cc0684126ac43a6c53e12870e5f.pdf>

❖ Riorientare i "curricula" - Conseguenze a lungo termine per la salute (stili di vita)

Le Scienze motorie e sportive dovrebbero ri-orientare l'asse dei curricula; infatti, pur continuando a sviluppare competenze dei vari sport individuali e di squadra – a vari livelli nei diversi ordini di scuola, creando parallelamente padronanze utilizzabili nella "vita" in vari contesti - competitivi e non, devono soprattutto poter incidere positivamente sulla maturazione psico-fisica degli studenti, recuperando anche la dimensione ludica del movimento e dello sport, facendo leva sulle vocazioni dei singoli ragazzi, assecondandone le aspettative e la creatività. L'obiettivo sarà quello di mettere sempre in primo piano lo studente, gratificandolo attraverso attività stimolanti e coinvolgenti.

Tali attività dovrebbero sempre essere allineate pedagogicamente con gli effetti a breve e lungo termine per la salute e con l'obiettivo primario di strutturare corretti stili di vita, mantenendo vivo nel tempo l'interesse per l'attività fisica, soprattutto svolte in ambiente naturale. Le attuali norme relative alla sicurezza sanitaria potranno contribuire a rafforzare tali aspettative; l'attivazione per esempio, almeno nel primo ciclo, di progetti di mobilità (bike to school www.fiab-trento.it – All. 1), oltre che favorire la razionalizzazione e il decongestionamento del trasporto pubblico, indurrebbero negli studenti atteggiamenti positivi e consapevoli nei confronti dell'attività fisica.

❖ **Le attività indoor**

Il proposito di riattivare una normale attività motoria in presenza presuppone la disponibilità degli spazi codificati (palestra), il cui utilizzo deve avvenire nel totale rispetto delle misure igienico-sanitarie volte a garantire la salute degli studenti; queste sono state definite da vari documenti, sia nazionali che provinciali; l'attuazione di queste misure, che dipende dal contesto e dalla geografia, è compito dei singoli dirigenti scolastici e degli interlocutori competenti; le misure specifiche le attività motorie e sportive riguardano il trasferimento da e per la palestra, i criteri di utilizzo degli spogliatoi (valutare l'opportunità di presentarsi a scuola già in tuta per limitare le necessità al cambio delle scarpe e al cambio della maglia a fine lezione) e la loro sistematica sanificazione, la personalizzazione dei piccoli attrezzi (numerazione con consegna allo studente avente corrispondente numero del registro) per evitare scambi e anche per eventuali tracciature dell'utilizzo (valutare l'opportunità che ogni studente possa disporre di tappetino personale); sanificazione alla fine di ogni lezione degli attrezzi utilizzati e dell'ambiente (collaboratore di palestra). Le attività previste devono prevedere adeguato distanziamento fra gli studenti (All. 2). Sarà importante comunicare adeguatamente le misure adottate, anche coinvolgendo gli studenti nella realizzazione di cartelloni informativi. Il prevedibile aumento dei "tempi morti" deve indurre a valutare l'opportunità di unire le due ore di attività fisica settimanale (*in questo caso sarà bene prevedere "compiti a casa" per favorire consuetudine e approfondimenti, anche utilizzando strumenti digitali - app - per acquisire feedback*).

❖ **Le attività outdoor**

L'utilizzo di strutture outdoor, attrezzate o no, interne alla struttura scolastica o in ambienti esterni vicini, va privilegiato, laddove possibile in riferimento alle condizioni ambientali/meteorologiche; sarà necessario attivare flessibilità organizzativa e sviluppare programmazioni tematiche e interdisciplinari, valutando tutti gli aspetti relativi alla mobilità sul territorio con le conseguenti implicazioni di tipo assicurativo

❖ **L'inclusione didattica e sociale**

Promuovere inclusione significa poter condividere spazi, tempi ed emozioni con il gruppo di riferimento/classe; inclusione è 'partecipazione attiva', è accoglienza e valorizzazione delle differenze (tutte..., non solo quelle legate alla disabilità); non c'è inclusione se non c'è solidarietà sociale.

Non c'è una sola disabilità, quindi risulta molto importante poter personalizzare il percorso di ciascun alunno a seconda dei bisogni e dei punti forti che lo caratterizzano. Sarà compito del docente della disciplina, in collaborazione con il docente di sostegno (eventualmente presente) e con i colleghi di dipartimento d'Istituto assumere il ruolo di mediatore per rendere accessibile ciò che viene programmato. E questa accessibilità, peraltro, dovrà essere esplicitata al momento della progettazione delle attività da chi, nelle specifiche situazioni, conosce i bisogni reali della classe intera, considerando anche la disponibilità delle strutture e delle risorse (umane e non) dell'Istituto.

❖ **Utilizzo delle tecnologie**

Si diceva in premessa "trarre il meglio dal peggio"; il blocco delle attività ha reso necessario l'utilizzo di supporti tecnologici per poter garantire la prosecuzione delle attività didattiche; pur nei limiti riscontrati nell'applicazione della didattica a distanza per la nostra disciplina, l'esperienza maturata ha consentito di definire campi di azione solo circoscritti in cui la "rete" può offrire un supporto di ripiego. E' il caso ad esempio della progettazione delle attività modulari tematiche, della loro rendicontazione, dei processi di valutazione e autovalutazione.

❖ **La formazione e l'aggiornamento**

La rimodulazione dei contenuti, il loro adattamento alle misure igienico-sanitarie, le dinamiche di gruppo per favorire il distanziamento fisico, rendono necessario un articolato percorso di formazione e aggiornamento degli insegnanti; le Federazioni Sportive hanno attivato adeguati percorsi metodologici e si sono rese, come consuetudine, disponibili. Ad esse va aggiunto il supporto della Scuola Regionale dello Sport del CONI di Trento, soprattutto a beneficio delle esperienze programmate nella Scuola primaria; di vitale importanza rimarrà la collaborazione con l'Iprase, che nello specifico andrà potenziata.

OBIETTIVI E AZIONI DELL'ATTIVITA' CURRICOLARE

Scuola dell'infanzia

OBIETTIVI: Favorire lo sviluppo motorio del bambino: gli schemi posturali, gli schemi motori segmentari, le capacità senso-percettive e l'organizzazione del movimento

AZIONI: Corsi di formazione per le maestre in collegamento con il primo biennio della scuola primaria

Scuola primaria

OBIETTIVI: Ampliare il repertorio motorio, sviluppare e coordinare gli schemi motori di base, anche in funzione pre-sportiva; valorizzare la funzione veicolare dell'educazione motoria attraverso una programmazione interdisciplinare; utilizzare i giochi della tradizione, stimolando ricerche in ambito familiare e territoriale; promuovere le attività in ambiente naturale; favorire le relazioni attraverso giochi compatibili con le norme relative al distanziamento fisico

AZIONI: 1° biennio: si ritiene utile delegare a un gruppo di lavoro specifico sulla tematica, attivato dalla Scuola regionale dello Sport del CONI, che possa delineare varie modalità di intervento in considerazione dell'evoluzione della situazione sanitaria, con l'obiettivo di fornire agli insegnanti validi e qualificati supporti metodologici-didattici, pure in una prospettiva veicolare innovativa interdisciplinare dell'educazione motoria, integrata con le altre materie, mantenendo vivo il prezioso e proficuo rapporto di collaborazione tra le due figure educative (esperto CONI ed insegnante).

2° biennio – i progetti solitamente proposti (Scuola e sport, Sport di classe e progetti di associazioni locali) necessitano della presenza, all'interno del complesso scolastico, di esperti esterni; se da un lato la presenza di una figura di riferimento in ambito motorio può essere una forma di supporto e indirizzo per le insegnanti, dall'altro implica un maggior rischio di contagio. Alla luce di questo, sarebbe importante prevedere l'organizzazione di attività di collaborazione con i diversi soggetti da svolgere in luoghi aperti, al fine di poter lavorare in sicurezza, mantenendo le direttive impartite per l'emergenza sanitaria. Inoltre, un lavoro sicuramente più dispendioso in termini di tempo e programmazione, ma certamente efficace ai fini dello svolgimento dell'attività, potrebbe riguardare la stesura di procedure condivise con le società sportive aderenti ai differenti progetti di educazione motoria; in questo modo, si potrebbe operare all'interno degli spazi delle diverse società sportive (le quali sicuramente sono attrezzate per garantire il rispetto di protocolli e procedure consolidate), permettendo agli alunni di praticare differenti attività, in ambienti più idonei di quelli scolastici.

Classe 5^A - La presenza in organico dell'insegnante di educazione fisica permette di fare riferimento, in forma propedeutica, alle proposte declinate per la scuola secondaria di primo grado. In particolare, alla luce delle direttive impartite per l'emergenza sanitaria, l'attività potrebbe prevedere anche l'utilizzo di spazi aperti, proponendo attività individuali stimolanti e coinvolgenti. Ad esempio:

- Percorsi motori in ambiente naturale, utilizzando come "attrezzi" gli elementi della natura (alberi, cespugli...) e facendo lavorare i bambini sui diversi schemi motori di base e sulla coordinazione)
- Attività di resistenza, di velocità/rapidità, di tonificazione muscolare
- Orienteering
- Trekking ed escursioni con fini didattici
- Nordic walking
- Ciaspolate

Attività da proporre in palestra:

- Workout
- Yoga
- Aerobica
- Fondamentali dei diversi sport di squadra (pallacanestro, pallavolo, pallamano, calcio, ecc.) con l'obiettivo di migliorare la tecnica individuale

Laddove possibile, promuovere l'adesione ai progetti nelle piscine, sulla neve, sul ghiaccio, in ambiente lacustre o fluviale, ma anche in campi da tennis, piste di atletica, ecc

Scuola Secondaria di Primo Grado

OBIETTIVI: Affinare il repertorio motorio fin qui acquisito e finalizzarlo anche in una dimensione sportiva, favorendo un approccio multidisciplinare che preveda l'acquisizione di competenze tecniche variegate, grazie alla pratica di discipline sportive individuali e, limitatamente ai fondamentali tecnici individuali, per le discipline di squadra; promuovere le attività in ambiente naturale ... e su impianti sportivi territoriali ...

AZIONI: Elaborare in forma evoluta le proposte già indicate per la classe quinta di scuola primaria

Laddove possibile, promuovere l'adesione ai progetti nelle piscine, sulla neve, sul ghiaccio, in ambiente lacustre o fluviale, ma anche in campi da tennis, piste di atletica, ecc

Scuola Secondaria di Secondo Grado

OBIETTIVI:

BIENNIO: perseguire, attraverso la didattica settimanale ordinaria, prevalentemente indoor, l'alfabetizzazione sportiva - ancora non matura a questa età, le attività di allenamento e sviluppo delle capacità coordinative e condizionali, le lezioni integrate tra teoria del movimento e pratica, ecc.

Per lavorare in sicurezza sarà necessario avere una classe per volta in palestra.

Secondo le condizioni e la logistica delle singole scuole, si potranno alternare attività outdoor – anche nei cortili attrezzati delle scuole, come già molti Istituti già fanno.

TRIENNIO: indirizzare le padronanze tecniche acquisite nella pratica verso esperienze più complesse e strutturate, attraverso una programmazione modulare tematica e multidisciplinare che favorisca l'acquisizione di competenze trasversali; le attività saranno svolte principalmente in ambienti esterni; la progettazione delle attività sarà realizzata con il contributo degli studenti per favorire l'esperienza organizzativa e la consapevolezza sui corretti e abituali stili di vita; il coinvolgimento degli studenti sarà opportuno anche in riferimento agli aspetti organizzativi e manageriali degli eventi sportivi scolastici.

AZIONI: si intende cogliere l'occasione per strutturare in maniera organizzata, capillare e di prospettiva una proposta che miri al benessere individuale ed al miglioramento degli stili di vita, attraverso l'educazione ambientale, la consapevole fruizione del territorio e la pratica motoria e sportiva outdoor:

- **SPAZI e LUOGHI:** ricerca e mappatura delle «opportunità di movimento» esterne alla scuola (nel comprensorio / comunità di valle) in termini di impianti sportivi, ciclabili, sentieri, piste sci, strade forestali, luoghi di interesse storico, artistico e naturalistico
- **RETE tra Istituti e colleghi:** documentazione da condividere/socializzare sul territorio con i diversi attori dell'istruzione, con le indicazioni dei contatti dei gestori impianti sportivi, degli orari disponibili per la scuola, delle necessità organizzative e operative, dell'attrezzatura necessaria e vestiario-calzature, sicurezza sanitaria e ambientale
- **MOBILITÀ':** analisi delle possibilità di raggiungimento di tali spazi: mezzi pubblici, orari, possibilità corse "bis" per possessori tessera libera circolazione, ecc.
- **COSTI:** analisi dei costi da sostenere a cura dell'Istituto scolastico (attività che libera risorse orarie e spazi fisici in favore di altre classi in palestra; contributi alle Scuole da parte dell'amministrazione pubblica locale
- **FORMALIZZAZIONE:** redazione di un documento di sintesi contenente il Portfolio delle possibilità attività per le diverse classi dell'Istituto (progetto didattico)

L'innovazione progettuale richiede più impegno e competenza da parte dei docenti, meno burocrazia e più flessibilità oraria e contabile. **Per fare innovazione serve cambiare mentalità.**

A scuola la specificità trentina va colta e rilanciata, e l'ambiente montano, lacustre, fluviale, i biotopi, vanno valorizzati anche come elettivo luogo di educazione motoria, sportiva, sociale, ambientale, culturale, etica e ricreativa.

Secondo il tipo di uscita, saranno associati approfondimenti sui seguenti argomenti: climatologia, eco sistemi, cartografia, nivologia, educazione alimentare, tecnica degli sport, fisiologia dell'esercizio, cenni di anatomia, biomeccanica articolare.

- Ambiente di media o alta montagna: trekking in aree di interesse culturale, naturalistico (biotopi, parchi naturali, ecc), paesaggistico, artistico.
- Ciclabili: uscite in bicicletta su ciclabili o forestali in aree di interesse culturale e paesaggistico.
- Ambiente fluviale o lacustre: canoa, vela e sup surf, rafting, dragon boat
- Palestra dedicata o falesia: arrampicata sportiva, boulder o acro park
- Ambiente naturale - bosco: Orienteering
- Ambiente montano invernale: sci di fondo, sci alpino e uscite con ciaspole
- Sport individuali e/o sport di squadra (*con attività riferita ai fondamentali individuali*): tennis, nuoto, atletica, calcio, pallavolo, pallacanestro, ecc
- Nordic walking e gestione delle attività aerobiche
- Fitness out-door in parchi e giardini pubblici

Il progetto è innovativo anche nella modalità di valutazione; la maturazione dello studente e l'acquisizione di competenze per l'autonomia organizzativa e attuativa verranno valutate dal docente attraverso l'osservazione sistematica degli apprendimenti: progressi personali, coinvolgimento e partecipazione attiva, propositività / volitività, correttezza ed equilibrio nell'affrontare le esperienze e i problemi, saranno le chiavi di lettura della **valutazione formativa degli studenti**, superando la logica del voto tratto da medie matematiche di varie "prove di verifica".

Allo scopo opportune griglie di valutazione che individuano "ambiti di osservazione", indicatori, livelli di punteggio, ecc. saranno la chiave per l'approccio innovativo verso la valutazione formativa degli studenti, ottimo ausilio per imparare ad osservare in maniera oculata il lavoro profuso dagli alunni e correggere le proposte operative sulla base dei risultati ottenuti. (All. 3)

PROGETTI DI SUPPORTO

Tutti i soggetti coinvolti garantiranno il pieno rispetto delle norme relative al distanziamento fisico

SCUOLA PRIMARIA

Classi: prime e seconde

Progetto: Alfabetizzazione motoria

Tale progetto formativo, volto a migliorare la qualità dell'apprendimento motorio, persegue altresì l'obiettivo di instaurare un rapporto di collaborazione tra docenti di scuola primaria ed esperti laureati in Scienze motorie o Diplomatisti ISEF; questi saranno incaricati dal CONI, Comitato provinciale di Trento, in linea di continuità con gli anni precedenti; prevede il coinvolgimento di circa **9.000** alunni, che rappresentano la quasi totalità della popolazione scolastica di riferimento.

Classi: terze e quarte

Progetto: Scuola e Sport – Sport di classe

Il progetto Scuola e Sport, volto a migliorare la qualità dell'apprendimento motorio, anche in funzione pre-sportiva, persegue altresì l'obiettivo di instaurare un rapporto di collaborazione della scuola con le società sportive del territorio; queste saranno incaricate di comune accordo con il CONI, l'Agenzia dello Sport della Vallagarina (per gli Istituti della Vallagarina) e l'amministrazione comunale, che finanzierà il progetto; prevede il coinvolgimento di circa **4.000** alunni. A questo progetto si affianca il progetto Sport di classe, interamente finanziato dal MI in collaborazione con Sport e Salute, che prevede la presenza nelle classi, per 20 ore annue, di un insegnante di scienze motorie.

Classi: quinte

Progetto: Alfabetizzazione sportiva

Il progetto mira a favorire, anche grazie alla presenza in organico di un insegnante di educazione fisica, la diffusione capillare della pratica sportiva attraverso un triplice intervento:

- formazione degli insegnanti: 15 corsi di aggiornamento in collaborazione con le Federazioni sportive per circa **250/300** insegnanti, integrata dall'evento **Trentino Sport Days** realizzato da Riva fiere;
- proposta di un progetto didattico;
- realizzazione di tre manifestazioni disciplinari (Promohandball, Promovolley e Promocalcio) e di una manifestazione multidisciplinare (Promosport), con modalità di svolgimento a carattere ludico e secondo protocolli rispettosi del distanziamento fisico

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO E SECONDO GRADO

Classi: tutte

Progetto: Campionati studenteschi

Modalità in corso di definizione

Classi: tutte

Progetto: Sportabilità

Si darà seguito ai progetti attivati negli anni precedenti attraverso la raccolta e l'analisi degli elaborati pervenuti; inoltre, in collaborazione con FISDIR, con l'area BES del Dipartimento e con le Federazioni interessate (FIPAV – FIP) verranno attivati 2 corsi di formazione (Sitting volley e Baskin) per sensibilizzare gli insegnanti di Sostegno e di Scienze motorie a proporre percorsi di integrazione degli alunni con disabilità attraverso la pratica motoria.

Classi: tutte

Progetto: Scuola e Montagna

Realizzato in collaborazione con Accademia della Montagna, il progetto mira a incrementare l'avvicinamento concreto dei giovani al territorio di appartenenza, offrendo opportunità di pratiche sportive in ambiente naturale e favorendo lo studio della cultura della montagna e dei suoi valori. E' affiancato da un concorso che premierà i 15 migliori Progetti (10 Comprensivi e 5 Superiori) bandito da Accademia della Montagna.

A supporto del progetto si prevede di programmare due percorsi formativi:

- **100 classi in Montagna**
- **100 classi sulla neve**

SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO

Classi: tutte

Progetto: Student's staff

In riferimento alla realizzazione sul territorio provinciale di eventi sportivi (Campionati studenteschi, fasi provinciali e nazionali), il progetto si propone, tramite un adeguato percorso di formazione, di strutturare gruppi in grado di collaborare alla realizzazione dell'evento (accoglienza, collaborazione giudici e ufficio gare, ufficio stampa, premiazioni).

Classi: tutte

Progetto: Tutoraggio studenti-atleti

Il progetto intende promuovere azioni di sostegno a favore degli studenti che praticano attività sportiva a carattere agonistico con risultati di eccellenza; tale azione si sviluppa attraverso l'intervento di un insegnante "Tutor" che per tale compito sarà esonerato dalle normali attività per 2 ore settimanali (o 2 ore di orario eccedente).

Il progetto intende motivare i ragazzi all'utilizzo della bicicletta per promuovere e diffondere la cultura e le pratiche della mobilità sostenibile al fine di diminuire gli impatti ambientali, sociali ed economici generati dai veicoli privati e in particolare l'inquinamento atmosferico e acustico, la congestione stradale e l'incidentalità.

In sintesi, i ragazzi che aderiranno si daranno appuntamento in un luogo prestabilito e poi insieme, per garantire maggiore visibilità e quindi sicurezza, si recheranno a scuola in bicicletta. Spazi, tempi e modalità saranno scelti da loro in quanto il progetto è improntato alla filosofia "bottom-up" (dal basso verso l'alto), stimolando la partecipazione attiva e lo sviluppo delle loro competenze di cittadinanza. Alle istituzioni scolastiche si richiede di individuare uno spazio pertinenziale per parcheggiare le biciclette, qualora non già presente.

Il progetto era stato proposto nel mese di febbraio ai Dirigenti scolastici degli Istituti provinciali di secondo grado della città di Trento, ma potrebbe essere promosso anche negli altri centri urbani del territorio provinciale ed esteso agli alunni delle scuole secondarie di primo grado, adattando le modalità di progettazione e attuazione dello stesso.

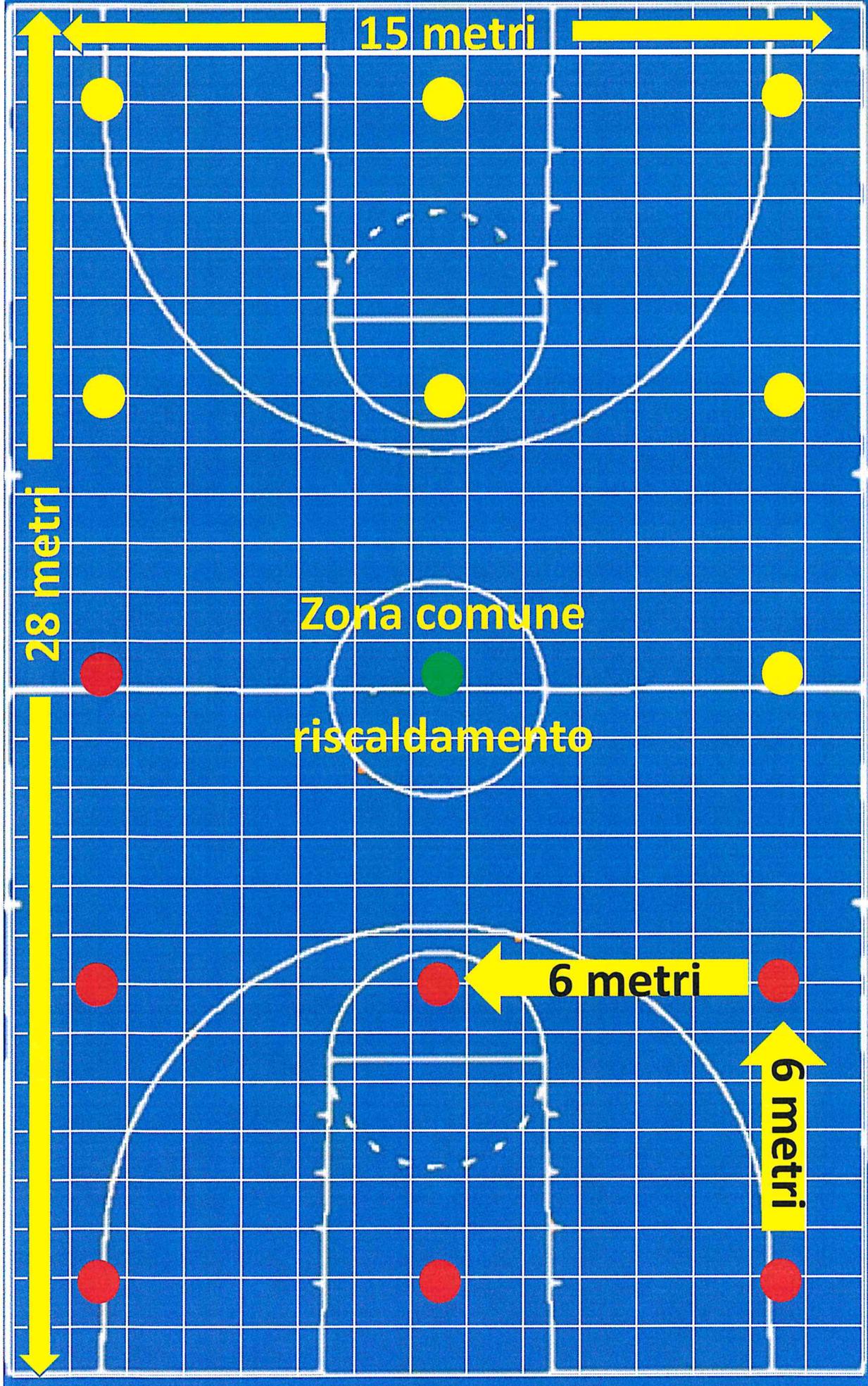
Altre proposte interessanti potrebbero parimenti essere avanzate per le scuole materne e primaria (creando le cosiddette "vie scolastiche") e per l'Università (con flotte di e-bike dedicate e individuazione di percorsi in sicurezza per l'accesso alle sedi della collina, comprendendo anche il polo della formazione professionale di via Asiago).

In riferimento all'emergenza Covid-19 e alla riapertura delle scuole nel mese di settembre, riteniamo che il progetto sia utile per contrastare il congestionamento del traffico; per questo riteniamo urgente la sua promozione.

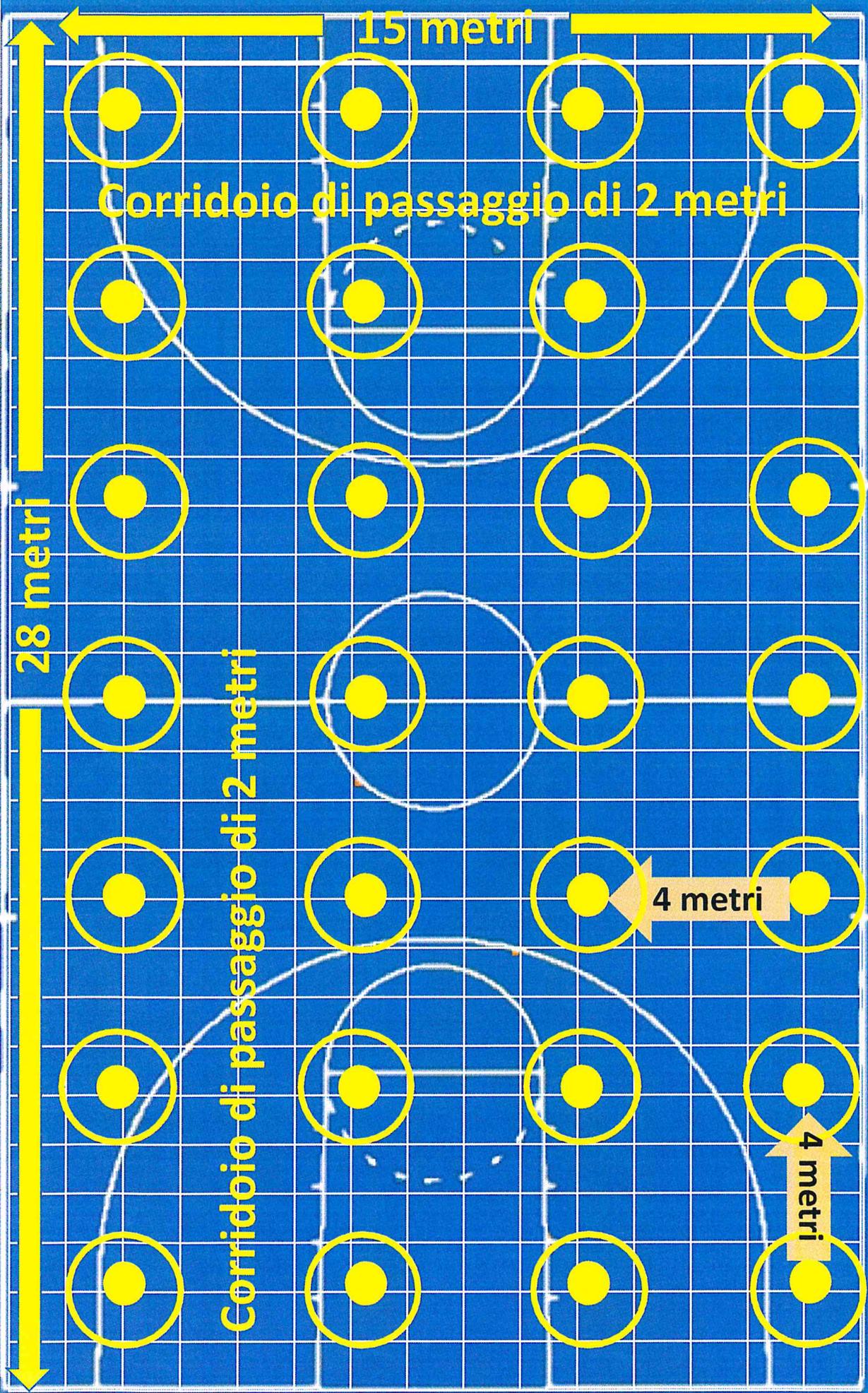
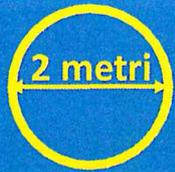
Sperando che il progetto possa ricevere la Vostra attenzione e di poter quindi collaborare ai fini della promozione dello stesso, in attesa di cortese riscontro porgiamo cordiali saluti.

FIAB Trento
Daniela Baraldi
Filippo Tomasi
(referenti progetto)

Esempio di come realizzare due percorsi in palestra



Esempio di come organizzare spazi in palestra fino a 28 alunni



Spunti per la ripartenza - a.s. 2020-2021

Scienze motorie e sportive Secondaria di secondo grado

Premessa

la ripartenza post Covid 19, per le Scienze motorie e sportive rappresenta un'occasione interessante per rivedere alcuni paradigmi fondanti della disciplina e della sua conseguente valenza nel curriculum dello studente.

Nelle attività motorie e sportive il rischio di contagio da Coronavirus, ma anche dovuto a una semplice influenza, è altissimo: il sudore, le gocce di saliva, la respirazione accelerata e il movimento stesso, l'uso di attrezzature condivise, sono tutti fattori che implementano di molto il rischio di diffusione del virus.

Al tempo stesso, però, tenere il corpo e la mente in piena forma e continuare a sollecitare il corretto funzionamento di apparati (cardiocircolatorio e respiratorio, muscolo-scheletrico) e di tutti gli organi, è condizione imprescindibile per il mantenimento in salute delle persone e, quindi, la miglior difesa dagli attacchi esterni.

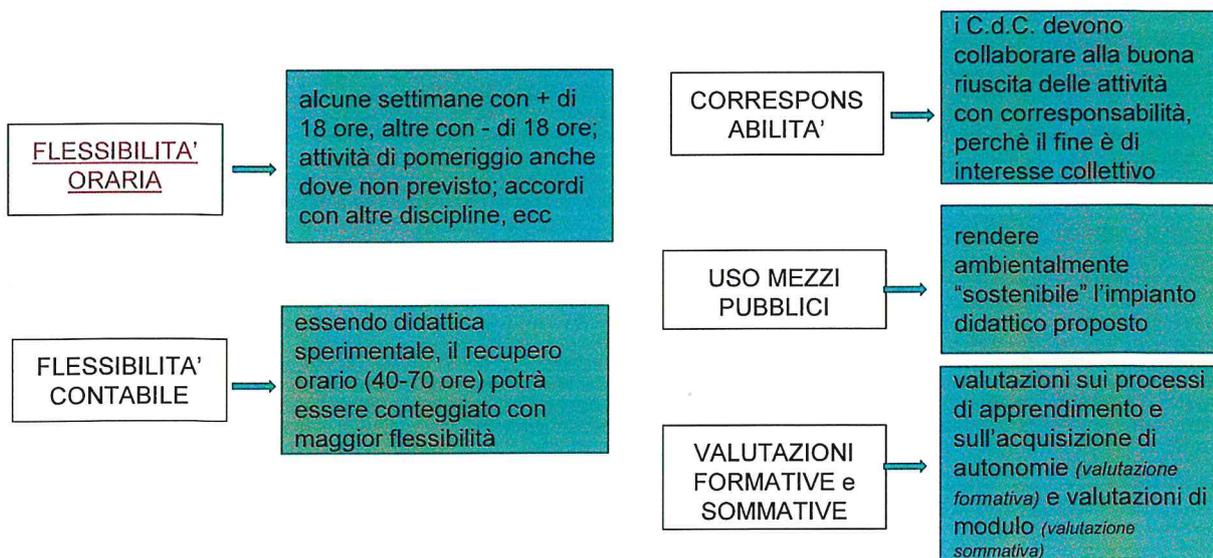
Ne consegue che due sono i macro obiettivi su cui puntare:

- 1 - implementare (e non diminuire) l'attività motoria e sportiva**
- 2 - organizzare tali attività applicando le migliori condizioni di sicurezza possibili**

PAROLE CHIAVE PER IL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI



PAROLE CHIAVE PER L' INNOVAZIONE (organizzativa, didattica e valutativa)



PAROLE CHIAVE PER L' INNOVAZIONE (organizzativa, didattica e valutativa)

Al fine di distanziare fisicamente le persone e prevenire i contagi si propone di differenziare l'approccio didattico tra le classi 1^a, 2^a e 3^a e/o le classi 3^a, 4^a e 5^a.

ORGANIZZAZIONE
ATTIVITA'
CLASSI 1^a, 2^a e 3^a

GARANTIRE IL DISTANZIAMENTO FISICO in palestra:

Le classi 1^a, 2^a, ed eventualmente le 3^a, lavorano da sole in palestra, a rotazione devono privilegiare, durante le proprie ore, anche l'attività all'aperto. Tali classi devono avere l'orario impostato prioritariamente sulle prime quattro ore di lezione, solo eccezionalmente sulle ultime due - destinate invece preferibilmente alle classi quarte e quinte e/o terze

ORGANIZZAZIONE
MODULI CLASSI
3^a, 4^a e 5^a

SCUOLA FUORI DALLE MURA: autonomia operativa dello studente, conoscenza del territorio, interdisciplinarietà ...

Le classi 4^a e 5^a ed eventualmente la 3^a lavorano per MODULI di 4 - 6 ore per volta, dalla quinta ora del mattino al pomeriggio... (pranzo al sacco compreso / pretesto per educare ad una consapevole modalità alimentare).

E' necessaria una efficace pianificazione delle attività annuali da parte dei docenti di scienze motorie dell'Istituto.

Schema tipo: 1 lez. in D.a.d. - in aula o in palestra (secondo le situazioni contingenti) preparatoria all'uscita + 1 MODULO attività pratica di 4-6 ore (1 uscita circa al mese per classe)

8 ore di lezione/mese circa

SICUREZZA: scuola e tutela della salute

- **SPAZI:** 16mq (dist. 2m. nelle 4 direzioni direzioni) – (forse basterebbero 1,5m. di dist. = 9mq) per studente in palestra; no uso mascherina
- **ATTREZZI:** uso piccoli/grandi attrezzi possibilmente individualizzati e comunque sanificati prima e/o dopo l'uso (a cura degli studenti, dal personale ausiliario, dal docente - se trattasi di materiali particolari)
- **SPOGLIATOI:** 4mq (dist. 1m.) per studente, con uso della mascherina
- **SERVIZI IGIENICI:** congrui rispetto alla numerosità della classe
- **AMBIENTI indoor:** massima aerazione ambienti – temperatura adeguata alla stagione; durante e dopo ogni lezione arieggiare i locali; dopo la lezione pulire adeguatamente la pavimentazione e dotare la palestra di dispenser gel igienizzanti per le mani e spray antibatterici per gli attrezzi
- **ATTIVITÀ POSSIBILI:** qualsiasi tipo di **esercitazione individuale o in gruppo**, di **fitness, sportiva** o in **ambiente naturale**, possibilmente senza scambio attrezzi, che rispetti le distanze fisiche, che preveda un posizionamento/schieramento degli studenti tale che il respiro dell'uno non venga rivolto verso l'altro

CONDIVISIONE: ogni attività proposta, *per tutte le classi*, va adeguatamente progettata del docente e inserita nel piano generale delle attività annuali, prospettata al C.d.C., spiegata agli studenti preventivamente (per sottolinearne gli scopi, il seguito da sviluppare eventualmente a titolo individuale, le misure operative per il rispetto della «sicurezza» sanitaria e ambientale

TERRITORIO e RETE: scuola fuori dalle mura

Si intende cogliere l'occasione per strutturare in maniera organizzata, capillare e di prospettiva una proposta che miri al benessere individuale ed al miglioramento degli stili di vita, attraverso l'educazione ambientale, la consapevole fruizione del territorio e la pratica motoria e sportiva outdoor:

- **SPAZI e LUOGHI:** ricerca e mappatura delle «opportunità di movimento» esterne alla scuola (nel comprensorio / comunità di valle) in termini di impianti sportivi, ciclabili, sentieri, piste sci, strade forestali, luoghi di interesse storico, artistico e naturalistico
- **RETE tra Istituti e colleghi:** documentazione da condividere/socializzare sul territorio con i diversi attori dell'istruzione, con le indicazioni dei contatti dei gestori impianti sportivi, degli orari disponibili per la scuola, delle necessità organizzative e operative, dell'attrezzatura necessaria e vestiario-calzature, sicurezza sanitaria e ambientale
- **MOBILITÀ:** analisi delle possibilità di raggiungimento di tali spazi: mezzi pubblici, orari, possibilità corse "bis" per possessori tessera libera circolazione, ecc.
- **COSTI:** analisi dei costi da sostenere a cura dell'Istituto scolastico (attività che libera risorse orarie e spazi fisici in favore di altre classi in palestra; contributi alle Scuole da parte dell'amministrazione pubblica locale
- **FORMALIZZAZIONE:** redazione di un documento di sintesi contenente il Portfolio delle possibilità attività per le diverse classi dell'Istituto (progetto didattico)

SCUOLA IN AMBIENTE NATURALE MONTANO e LACUSTRE

A scuola la specificità trentina va colta e rilanciata, e l'ambiente montano, lacustre, fluviale, i biotopi, vanno valorizzati anche come elettivo luogo di educazione motoria, sportiva, sociale, ambientale, culturale, etica e ricreativa:

- **SPAZI e LUOGHI:** ricerca e mappatura delle possibili uscite sul territorio
- **RETE tra istituti/docenti:** informazioni da condividere con l'indicazione dei contatti gestori impianti, orari disponibili per la scuola, disponibilità guide del territorio/alpine in funzione dell'attività, ecc.
- **MOBILITÀ:** analisi delle possibilità di raggiungimento dei luoghi dove iniziare le "uscite" con uso di e mezzi pubblici (sostenibilità ambientale ed economica delle iniziative)
- **COSTI:** analisi costi
- **FORMALIZZAZIONE:** approntamento di un documento di sintesi contenente il Portfolio delle possibilità per l'Istituto relativo alle uscite in ambiente montano
- **PLURIDISCIPLINARIETÀ:** individuazione delle eventuali collaborazioni con colleghi di altre discipline per condividere attività motorie e laboratori scientifici, artistici, culturali , ambientali

INNOVAZIONE : FLESSIBILITA' ORARIA e CONTABILE

L'innovazione della nostra proposta richiede più impegno e competenza da parte dei docenti, meno burocrazia e più flessibilità oraria e contabile. **Per fare innovazione serve cambiare mentalità.**

STRUTTURAZIONE ORARIA e CONTABILIZZAZIONE delle 40 - 70 ORE:

- per i docenti prevedere la possibilità di svolgere alcune settimane con + di 18 ore, altre con - di 18 ore; stessa cosa per l'orario riservato agli studenti, salvaguardando comunque il monte ore totale annuo di lezione sia per la componente docente che per gli studenti;
- per i docenti prevedere la possibilità di svolgere ore curricolari della disciplina di pomeriggio, anche dove il rientro pomeridiano non è previsto dall'indirizzo;
- per i docenti contemplare la possibilità di conteggiare nelle 40 e 70 ore, non solo le attività extracurricolari complementari, ma anche le ore di didattica istituzionale nelle varie uscite sul territorio eccedenti l'orario di servizio e/o le ore impiegate per il lavoro organizzativo delle stesse uscite

ORGANIZZAZIONE ORARIA classi 1[^], 2[^] ed eventualmente 3[^]

Gli studenti del biennio necessitano di proposte educative scandite settimanalmente; la propedeutica dei vari sport, le attività di allenamento e sviluppo delle capacità coordinative e condizionali, l'alfabetizzazione sportiva ancora non matura a questa età, ben si sposano con un lavoro indoor da svolgersi in sicurezza con una classe per volta in palestra.

Pertanto, onde assicurare il distanziamento fisico raccomandato dalle misure sanitarie anti covid 19, si pensa di mantenere l'attività didattica in palestra solo per le classi dalla prima alla seconda in maniera obbligatoria, assicurando lezioni di una sola classe alla volta in palestra, facoltativamente, secondo la numerosità delle classi dei vari Istituti, anche per le classi terze.

Laddove invece l'orario dovesse prevedere due classi in contemporanea, in mancanza di spazi sufficienti, sarà necessario organizzare attività all'esterno presso strutture sul territorio per una delle due classi.

Le lezioni per le classi prime, seconde, ed eventualmente terze, dovranno essere condotte auspicabilmente con moduli di due, tre o quattro lezioni (da due ore ciascuna - per provvedere anche alle operazioni di sanificazione attrezzi/ambiente) e dovranno essere tenute in maniera consecutiva nelle varie settimane al fine di non creare una didattica "spezzatino". Quindi, nel caso di classi in contemporanea in orario e mancanza di spazi sufficienti, il docente di una delle due classi dovrà organizzare un blocco di lezioni sul territorio composta di 2,3,4 unit" consecutive settimanalmente per liberare risorse spazio/orarie nell'Istituto; ovviamente le classi e i docenti si alterneranno nel corso dell'anno nelle "uscite" (n.b.: le uscite possono al limite essere effettuate nei cortili attrezzati degli edifici scolastici e nei parchi vicini alla scuola).

ORGANIZZAZIONE ORARIA classi 4[^] e 5[^] (facoltativamente anche 3[^])

L'acquisizione di una autonomia nell'organizzazione, nella scelta e nella pratica di attività motorie e sportive in palestra o all'aperto rappresenta una opportunità strategica per gli studenti del triennio della secondaria di secondo grado.

Le competenze maturate a seguito di tali esperienze assumono valore fondamentale per adottare, un domani, salutari stili di vita, per prevenire disturbi derivanti da patologie croniche e sedentarietà oggi molto diffuse e per l'acquisizione di una sana socialità ispirata all'etica e al fair play nello sport, preventiva rispetto a comportamenti devianti e malsani; insomma, per prevenire costi sociali inutili e investire, al contrario, sul capitale umano.

Per questo nelle classi quarte e quinte obbligatoriamente (e per le terze facoltativamente) si propone una nuova DIDATTICA MODULARE basata su pacchetti di 4 - 6 ore di attività pratica, associati ad una lezione di due ore in D.a.d. o in presenza (secondo le condizioni), utile a monitorare e condividere le finalità e il programma delle uscite, prepararle sotto il profilo motorio, culturale e organizzativo e di prevenzione da infortuni e sanitaria.

Ogni attività dovrà **tener conto della presenza di studenti diversamente abili**, al fine di garantire la massima inclusione, nessuno escluso.

OPZIONI POSSIBILI per 4[^] e 5[^] (facoltativamente 3[^])

Tutte le attività dovranno essere preferibilmente svolte con l'uso dei mezzi pubblici per caratterizzare la proposta sotto il profilo della sostenibilità ambientale ed economica, nel rispetto delle norme sanitarie relative ai trasporti.

Secondo il tipo di uscita, saranno associati approfondimenti sui seguenti argomenti: climatologia, eco sistemi, educazione alimentare, fisiologia dell'esercizio, cenni di anatomia, cartografia, nivologia, tecnica degli sport, biomeccanica articolare.

- Ambiente di media o alta montagna: trekking in aree di interesse culturale, naturalistico (biotopi, parchi naturali, ecc), paesaggistico, artistico.
- Ciclabili: uscite in bicicletta su ciclabili o forestali in aree di interesse culturale e paesaggistico.
- Ambiente fluviale o lacustre: canoa, vela e sup surf, rafting, dragon boat
- Palestra dedicata o falesia: arrampicata sportiva, boulder o acro park
- Ambiente naturale - bosco: Orienteering
- Ambiente montano invernale: sci di fondo e sci alpino e uscite con ciaspole
- Sport individuali e/o sport di squadra (specificatamente con attività riferita ai fondamentali individuali): tennis, nuoto, atletica, calcio, pallavolo, pallacanestro, ecc
- Nordic walking e gestione delle attività aerobiche
- Fitness out-door in parchi e giardini pubblici

Le condizioni necessarie

- **INVESTIMENTI:** stornare risorse dai pullman dell'attività sportiva-studentesca provinciale in favore degli Istituti per coprire eventuali spese: compensi "personale esperto" (guide alpine maestri di sci, ecc.), affitto impianti sportivi, ecc
- **RICONOSCIMENTO recupero orario** per ORGANIZZAZIONE/INTEGRAZIONE attività
- **CORRESPONSABILITÀ'** di tutta la scuola verso il progetto modulare delle classi 3[^], 4[^], 5[^] ...
- **PERSONALIZZAZIONE** : ogni Istituto può organizzare in maniera personalizzata in base alla quantità e numerosità delle classi, condizioni del proprio territorio, disponibilità dei docenti
- **ALTERNATIVE** in caso di maltempo (ad esempio: prevedere uscita in mountain bike e in alternativa palestra di arrampicata, ecc.)
- **DISTRIBUZIONE CLASSI 4 e 5** tra tutti i colleghi di scienze motorie e sportive dell'Istituto al fine di distribuire equamente il carico di lavoro organizzativo dei moduli
- **FORMALIZZAZIONE:** gli Istituti devono tenere traccia delle esperienze programmate e condotte a termine secondo modalità e criteri comuni in modo tale che le esperienze possano essere ripetibili in futuro e rimodulate al meglio
- **SBUROCRATIZZAZIONE:** essendo ore curricolari è necessario evitare la burocrazia prevista per le visite guidate e, più in generale, per le uscite didattiche (ad esempio facendo firmare ad inizio anno scolastico una sorta di «liberatoria» che autorizzi - almeno in parte - le peculiarità di questo tipo di didattica

VALUTAZIONE: oltre le medie matematiche

Un progetto innovativo va di pari passo con un cambio di mentalità anche nella sua dimensione docimologica.

La maturazione dello studente e l'acquisizione di competenze per l'autonomia organizzativa e attuativa verranno valutate dal docente attraverso l'osservazione sistematica degli apprendimenti: progressi personali, coinvolgimento e partecipazione attiva, propositività/volitività, correttezza ed equilibrio nell'affrontare le esperienze e i problemi, saranno le chiavi di lettura della **valutazione formativa degli studenti**, superando la logica del voto tratto da medie matematiche di varie "prove di verifica"

Allo scopo opportune griglie di valutazione che individuano "ambiti di osservazione", indicatori, livelli di punteggio, ecc. saranno la chiave per l'approccio innovativo verso la valutazione formativa degli studenti, ottimo ausilio per imparare ad osservare in maniera oculata il lavoro profuso dagli alunni e correggere le proposte operative sulla base dei risultati ottenuti.

ATTIVITA' SPORTIVE EXTRA-CURRICOLARI SPORT e SOCIALIZZAZIONE

La didattica per moduli rimane una strategia valida anche nella progettazione delle "attività sportive" complementari, tenendo presente la distribuzione codificata delle categorie.

FRUITORI: le proposte vengono offerte a tutti gli studenti dell'Istituto, con adesione su base volontaria. Ogni scuola troverà le migliori formule di coinvolgimento dei ragazzi.

TEMPI e MODI: le attività si svolgono nelle ore pomeridiane, 2 o 3 ore a giornata per una volta a settimana, con un numero di lezioni adeguato all'approfondimento della specifica disciplina. Si auspica lo svolgimento di gare e tornei di interclasse, manifestazioni d'Istituto della durata di un'intera giornata, come momento di costituzione della rappresentativa d'Istituto. Anche feste sportive che prevedano il coinvolgimento di docenti di altre discipline, delle famiglie e del personale non docente possono essere validi momenti di promozione sportiva.

LUOGHI: le attività di svolgono a scuola o presso le strutture del territorio

ATTIVITA': ogni Istituto, in base alla propria programmazione, individua gli sport più consoni rispettando la competenza dei docenti e la tradizione del territorio. Tali iniziative costituiscono occasione da una parte per avvicinare i ragazzi allo sport, portando anche alla scoperta di nuovi "talenti" e creando nuove passioni, e dall'altra per prevenire l'abbandono precoce.

CAMPIONATI STUDENTESCHI

Il momento attuale potrebbe essere l'occasione per rinnovare anche l'offerta dei Campionati Studenteschi, rendendola coerente e allineata con i presupposti di una visione delle scienze motorie e sportive che vede lo sport ed il movimento come elettiva occasione di salute, benessere psico-fisico e socialità.

Gli obiettivi sono:

- 1) raggiungere il **massimo coinvolgimento** possibile degli studenti attraverso l'implementazione di manifestazioni per gli sport individuali e di squadra, privilegiando le fasi d'Istituto e territoriali della durata di uno o due giorni;
- 2) ridurre il **numero** di sport proposti, mantenendo quelli che hanno registrato maggior adesione e ruotando eventualmente ogni due anni gli sport minori;
- 3) assicurare **minor burocrazia e maggiore informatizzazione** per tutte le procedure di partecipazione;
- 4) per docenti di scienze motorie e sportive aumentare le ore retribuite col FUIS
- 5) al fine di rendere tutto l'impianto coerente con una reale politica per la salute e il benessere degli studenti, introdurre delle **premierità per le scuole che attivano una capillare pianificazione sportiva** come proposta nella slide precedente, monitorandone l'effettiva realizzazione. Tali premierità devono avere anche un maggiore peso nell'individuazione della scuola più sportiva dell'anno.