

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:

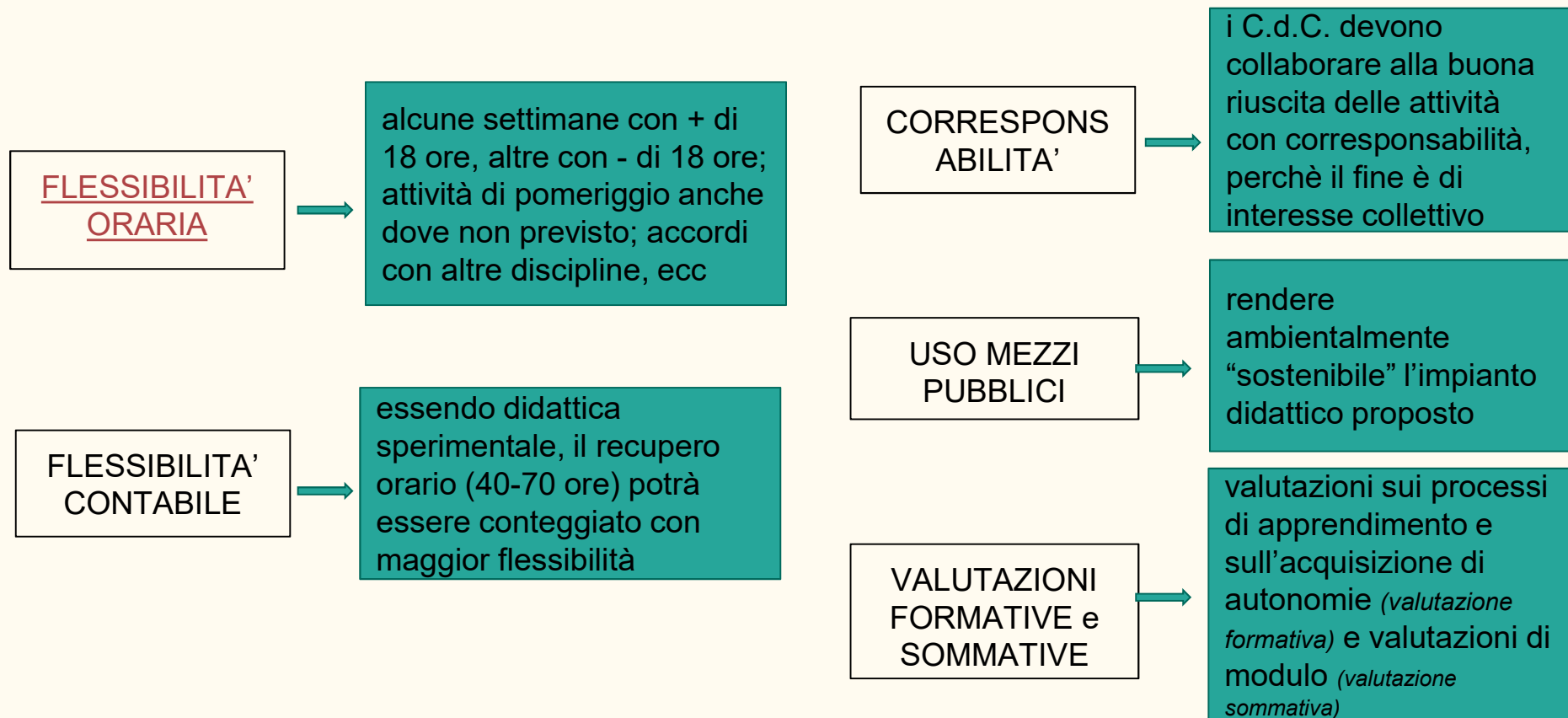
- 1 - implementare (e non diminuire) l'attività motoria e sportiva**
- 2 - organizzare tali attività applicando le migliori condizioni di sicurezza possibili**

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[^], 2[^] e 3[^] e/o le classi 3[^], 4[^] e 5[^].

ORGANIZZAZIONE
ATTIVITA'
CLASSI 1[^], 2[^] e 3[^]



GARANTIRE IL DISTANZIAMENTO FISICO in palestra:

Le classi 1[^], 2[^], ed eventualmente le 3[^], 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[^], 4[^] e 5[^]



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

Le classi 4[^] e 5[^] ed eventualmente la 3[^] 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 unità 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 si 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 **premialità per le scuole che attivano una capillare pianificazione sportiva** come proposta nella slide precedente, monitorandone l'effettiva realizzazione. Tali premialità devono avere anche un maggiore peso nell'individuazione della scuola più sportiva dell'anno.

The image features a solid teal horizontal band at the top, followed by a larger solid black area. The text is positioned in the lower right of the black area.

—

*Coordinamento Attività Sportive
Provincia Autonoma di Trento
(a cura di Marina Taffara e Matteo Lazzizzera)*