



**D2.3 E-book sulla Physical Literacy in tutte  
le lingue dei partner**  
Preparato dal consorzio ePhyLi  
Traduzione italiana

## Scheda tecnica

**Titolo** Comprendere e sviluppare la *Physical Literacy* nell'educazione fisica: una guida per gli insegnanti di educazione fisica

**Editori** Nigel Green, Jana Vašíčková, Efstathios Christodoulides, Olia Tsivitanidou

**Contenuto redatto da** Nigel Green, Jana Vašíčková, Efstathios Christodoulides, Olia Tsivitanidou, Attilio Carraro, Martina Poláková, Viviana Zito, Miroslav Markovič

**Contenuto revisionato da** Antonino Mulè, Manolis Adamakis

**Proprietà** progetto ePhyLi

**Prodotto dal** progetto ePhyLi

**eBook revisionato da** David Grecic

**Versione italiana a cura di** Attilio Carraro, Camilla Costagliola, Antonino Mulè



**Approvato dall'International Physical Literacy Association (IPLA)**



**Co-funded by  
the European Union**

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute [Numero del progetto: 101089928].

## Indice

1	Introduzione.....	4
2	Modulo 1: Introduzione al concetto di physical literacy.....	7
	Modulo 2: Perché la physical literacy? Perché proprio tu? Salute, benessere, sport, educazione fisica, attività fisica e percorsi personali. ....	27
3	Modulo 3: Monitorare i progressi.....	41
4	Modulo 4: Prima infanzia .....	61
5	Modulo 5: Esperienze curricolari ed extracurricolari - pianificazione della progressione dalla scuola primaria alla scuola secondaria (5 - 18 anni).....	75
6	Modulo 6: Pedagogia e pratica 1 - Strategie di insegnamento che hanno un impatto sulla physical literacy .....	92
7	Modulo 7: Pedagogia e pratica 2 - Modelli - Impatto sulla physical literacy .....	119
8	Modulo 8: Disabilità, inclusione e physical literacy .....	133

## 1 Introduzione

Il progetto *Promoting Physical Literacy and Healthy Lifestyles through Digital Materials for University Students* (ePhyLi) - Promuovere la Physical Literacy e Uno Stile di Vita Sano attraverso l'utilizzo di Strumenti Digitali per gli Studenti Universitari - ha l'obiettivo di promuovere la consapevolezza e l'attività in ambienti che favoriscono la pratica di attività fisica (AF) volta ad un miglioramento dello stato di salute e l'adozione di uno stile di vita sano per tutti. In particolare, il mantenimento di uno stile di vita attivo per tutto l'arco della vita, basato su una partecipazione adeguata ad attività fisiche e sportive, potrebbe essere raggiunto accrescendo la conoscenza e la comprensione delle nozioni di *Physical Literacy* (PL) in futuri insegnati di educazione fisica (EF) ed altri studenti universitari con particolare interesse all'EF, alla pedagogia dello sport, alle scienze motorie e sportive o all'istruzione primaria.

Tra le varie attività, il consorzio ePhyLi ha ideato e sviluppato un e-book che fornisce una visione completa del concetto di PL.

Questo e-book si basa su un'analisi della letteratura scientifica e una ricerca sul campo sulla PL e sulle sue connessioni con l'EF. L'analisi della letteratura scientifica ha preso in esame le pubblicazioni scientifiche provenienti da vari Paesi del mondo correlate alla PL, all'EF e all'AF, mentre la ricerca sul campo è consistita in diverse interviste a focus group con studenti universitari e insegnanti in servizio nei Paesi partecipanti, per esplorare la loro comprensione della PL e il suo impatto sull'impegno alla pratica di AF, sull'insegnamento dell'EF e sulle esperienze individuali. Durante questi focus group, sono stati condotti sondaggi online e raccolte le risposte di 92 partecipanti.

In base ai risultati precedentemente menzionati di analisi della letteratura scientifica e di ricerca sul campo, è stato riconosciuto un quadro pedagogico per l'insegnamento e l'apprendimento della PL, accompagnato da associati obiettivi di apprendimento associati, delineati nella relazione completa del quadro pedagogico per la PL. Questo quadro può essere visionato sul sito web del progetto ed è destinato a fornire indicazioni per la creazione di materiali didattici incentrati sulla PL, che verranno sviluppati dal consorzio in una fase successiva del progetto.

L'e-book comprende otto moduli. La maggior parte dei moduli richiede circa 10 ore per essere esplorati. Nei moduli sono presenti alcuni esercizi di riflessione da svolgere in gruppo, per aumentare il coinvolgimento verso l'argomento presentato e alcune domande di ripasso o autovalutazione per verificare la comprensione finale.

Il modulo 1 introduce i partecipanti al concetto di PL. In questo modulo i partecipanti approfondiranno le radici filosofiche, le prospettive mondiali e l'evoluzione storica della PL. Attraverso la riflessione personale e le attività interattive, i partecipanti acquisiranno una comprensione più profonda dell'essenza della PL. Il modulo 2 analizza l'importanza della PL e la sua rilevanza per gli individui. I partecipanti esamineranno la connessione tra AF, salute e benessere. Esamineranno inoltre come le esperienze personali, le istituzioni sociali e i fattori ambientali influenzino l'impegno alla pratica di AF, comprendendo così il ruolo centrale della PL nel promuovere uno stile di vita sano. Il modulo 3 si concentra sul monitoraggio dei progressi nella PL ed EF. I partecipanti approfondiranno la nozione di progresso, esaminando varie tecniche di valutazione e i loro effetti sugli individui. Inoltre, verranno introdotti i "compiti autentici di base" e i principi volti a migliorare l'efficacia del monitoraggio dei progressi. Il modulo 4 è dedicato all'esplorazione delle esperienze di AF utili ai bambini nei primi anni di vita. I partecipanti rifletteranno sulle pratiche e sui principi esistenti per facilitare esperienze positive di AF in contesti diversi come case, asili, gruppi di gioco e club sportivi. Il modulo 5 approfondisce la pianificazione di attività curricolari ed extracurricolari per studenti dai 5 ai 18 anni. I

partecipanti esploreranno le strategie utili alla promozione di esperienze positive di AF in vari contesti, tra cui scuole, comunità, famiglie e club sportivi. Il modulo 6 introduce i partecipanti alla relazione tra pedagogia, PL e EF. Esamina i vari livelli di PL nei bambini e utilizza lo Spettro degli stili di insegnamento di Mosston per migliorare lo sviluppo della PL. Il modulo 7 amplia la comprensione dei modelli di insegnamento come *Sport Education* - Educazione allo Sport, *Teaching Games for Understanding* (TGfU) – Insegnare i giochi per comprendere e *Cooperative learning* - Apprendimento Cooperativo. Fornisce ai partecipanti le competenze per applicare e adattare efficacemente questi modelli al fine di promuovere l'impegno a lungo termine alla pratica di AF. Il modulo 8 si concentra sulla relazione tra disabilità, inclusione e PL nell'ambito dell'EF. I partecipanti acquisiranno spunti e strategie per creare un ambiente inclusivo che favorisca lo sviluppo olistico di tutti i bambini, indipendentemente dalle loro capacità.

Pertanto, l'e-book può essere considerato come una guida in un viaggio che attraversa le radici, il concetto e l'impatto della PL nelle nostre vite. Dopo aver completato i moduli, gli studenti potranno promuovere i principi della PL e contribuire a una comunità globale informata, inclusiva e attiva.

L'obiettivo finale di questo e-book è quello di poter essere utilizzato dagli Istituti di Istruzione Superiore (ISS) e da altri istituti/centri di formazione, dalle Università che vogliono approfondire il concetto di PL o che vogliono abbracciare la PL attraverso le lezioni di EF come parte della preparazione e della carriera dei futuri insegnanti di EF.

Il team



# MODULO 1

INTRODUZIONE AL CONCETTO DI  
PHYSICAL LITERACY

## 2 Modulo 1: Introduzione al concetto di physical literacy

Durata: circa 10 ore

### 2.1 Panoramica

Il modulo 1 funge da elemento fondante nel più ampio sforzo del progetto ePhyLi di migliorare la comprensione della nozione di PL, nell'ambito dell'EF e delle attività della comunità. Il modulo propone un'immersione profonda nei fondamenti filosofici della PL, esplorando il suo significato in diverse culture e le interpretazioni che riceve in tutto il mondo. Esamina lo sviluppo storico della PL e fornisce definizioni adottate in diversi Paesi, in modo che gli studenti siano incoraggiati ad apprezzare la rilevanza globale della PL e la sua adattabilità a diversi contesti culturali. I contenuti sono arricchiti da esempi di come la PL viene percepita e applicata in tutto il mondo, sottolineando l'importanza di un approccio olistico che comprenda i domini fisico, affettivo, cognitivo e sociale. Le attività pratiche all'interno del modulo sono progettate per coinvolgere gli studenti in esercizi di riflessione e analisi, incoraggiandoli a mettere in relazione le loro esperienze personali con i concetti più ampi di PL. Nel complesso, il modulo mira a fornire agli studenti una valutazione approfondita dell'emergere della PL come concetto riconosciuto a livello globale, delle sue basi filosofiche e delle sue implicazioni pratiche per l'EF e le attività della comunità. Al termine di questo modulo, gli studenti dovranno valutare criticamente le attuali pratiche di EF, sostenere i principi della PL nell'ambito educativo e contribuire a una comunità globale più informata, inclusiva e attiva.

### 2.2 Parole chiave e concetti

Physical literacy (PL), educazione fisica (EF), attività fisica (AF), sviluppo storico del termine, differenze culturali nell'interpretazione del concetto, risultati chiave della ricerca

### 2.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere il concetto e le componenti della PL e la sua importanza nell'EF.
- Comprendere le ragioni per cui è necessario un approccio diverso all'insegnamento dell'EF, compresi gli aspetti del benessere, dell'inclusione, dello sviluppo olistico, delle *life skills* e delle abilità personali.
- Riconoscere lo stato attuale dell'insegnamento dell'EF e identificare ciò che funziona e ciò che non funziona.
- Identificare le questioni chiave dell'insegnamento e dell'apprendimento dell'EF in relazione alla PL.

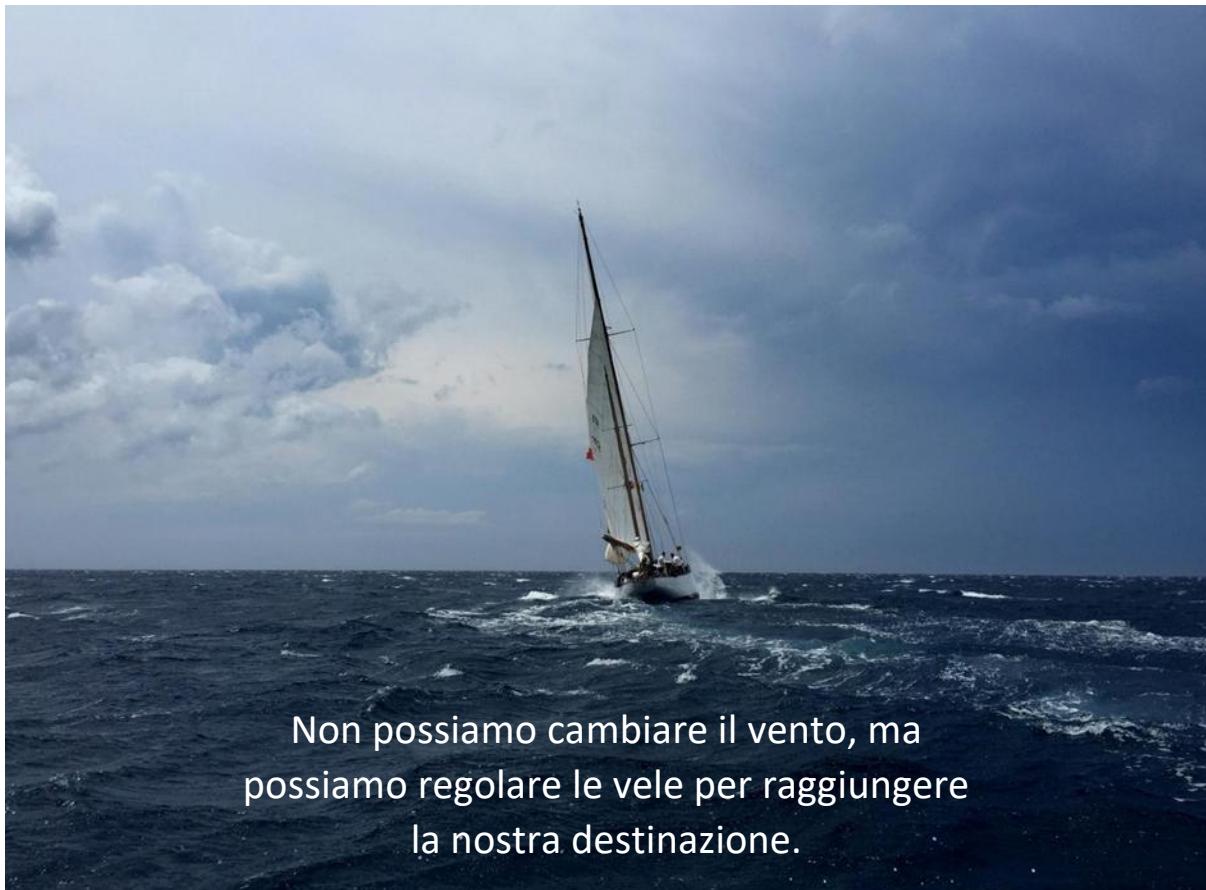
In termini di abilità, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Analizzare la relazione tra PL ed EF.
- Valutare criticamente i metodi di insegnamento dell'EF esistenti e proporre miglioramenti basati sui principi della PL.
- Riflettere e valutare le esperienze individuali con l'EF e la PL, sia positive che negative.
- Sviluppare le capacità comunicative per articolare le esperienze personali di PL e le loro influenze.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Applicare i concetti di PL per proporre modifiche agli approcci didattici dell'EF.
- Utilizzare un approccio di pensiero critico per valutare i metodi di EF esistenti e ideare soluzioni.
- Sostenere l'attuazione dei principi della PL nell'insegnamento dell'EF.

## 2.4 Contenuti e attività del modulo 1



Non possiamo cambiare il vento, ma  
possiamo regolare le vele per raggiungere  
la nostra destinazione.

Ci sono state molte “influenze” sulla nostra attuale offerta di EF (come quelle del vento nell’immagine precedente, che non si possono cambiare), tra cui le politiche governative, le questioni riguardanti la salute, le iniziative educative e, più recentemente, il Covid. Ma qual è la nostra destinazione?

❖ **Riflettere e discutere all'interno del gruppo.**

- Cosa sappiamo dell'EF, dell'AF e degli sport a scuola?
- Quali sono le differenze?
- Nel nostro ruolo di insegnanti/professionisti, cosa può influire su questi aspetti?
- Sta funzionando per noi? Per i nostri studenti?

Le influenze sull'offerta dell'EF derivano da una complessa interazione di direttive politiche, sfide sanitarie della società, riforme dell'istruzione e crisi globali emergenti. Queste forze hanno scolpito il paesaggio dell'EF, degli sport scolastici e dell'AF all'interno dei nostri sistemi educativi, portando spesso a una rivalutazione degli obiettivi e dei metodi.

## 2.4.1 Definizioni chiave - Come si inserisce la physical literacy nell'educazione fisica e nello sport?

**Figura 2.1** Come si inserisce la physical literacy?



### 2.4.1.1 Verifica della terminologia e analisi riflessiva

- **Lo sport** è spesso usato per indicare giochi o attività competitive con regole, sportività e abilità.
- **La fitness** è uno stato di salute e benessere e, più specificamente, la capacità di svolgere attività correlate allo sport, alle attività quotidiane e lavorative.
- **L'attività fisica** (AF) è definita come qualsiasi movimento corporeo prodotto dai muscoli scheletrici che richiede un dispendio di energia, comprendendo le attività svolte durante il lavoro, il gioco, le faccende domestiche, i viaggi e le attività ricreative.
- **L'educazione fisica** (EF) è l'educazione al, sul e attraverso il movimento. Gli sport, il fitness ed altre AF costituiscono una parte fondamentale del programma di EF attraverso il quale gli individui possono essere educati.
- **Il gioco** è spesso considerato come la nostra prima esperienza di coinvolgimento in ambienti diversi; è anche il modo in cui impariamo a conoscere il mondo dal nostro punto di vista, interagendo fisicamente con esso.

Osserviamole adesso da un'altra prospettiva:

- Consideriamo le nostre esperienze di gioco e il modo in cui queste influiscono sul nostro impegno nell'AF da bambini.
- Consideriamo come l'EF possa avere un impatto e un'influenza sul nostro impegno nella pratica di AF, sulla nostra fitness e sul nostro coinvolgimento nello sport.

#### ❖ *Riflessione/ discussione*

Discutete nel forum la seguente domanda, condividendo i vostri pensieri e le vostre riflessioni: Cosa intendete con i termini sport, fitness, PL, EF, AF e gioco?

### 2.4.1.2 Che cos'è la literacy in generale?

La *literacy*, nella sua accezione più ampia, è la capacità di interagire in modo efficace e consapevole con vari ambienti, andando ben oltre i confini tradizionali della lettura e della scrittura. Racchiude l'attitudine/abilità di un individuo non solo a navigare, ma anche a impegnarsi e adattarsi in contesti

situazionali diversi. La literacy incarna la capacità di sfidare sé stessi fisicamente, di rispondere agli stimoli in modo autentico e razionale e di attingere a un bagaglio di esperienze precedenti per migliorare le proprie capacità. Inoltre, comporta un livello di apprezzamento e comprensione che trascende la semplice partecipazione, indicando un rapporto più profondo e riflessivo con il proprio ambiente. Questo approccio olistico alla *literacy* riflette una competenza poliedrica che integra i domini fisico, cognitivo e affettivo, consentendo agli individui di operare in modo efficace e di crescere all'interno della propria sfera personale, sociale e culturale. Esempi di *literacy*: digitale, scientifica, musicale, linguistica, fisica, ecc.

#### **2.4.1.3 *Storia del termine physical literacy***

Il primo documentato uso del termine PL risale al 1884, quando un capitano dell'esercito americano lo utilizzò per descrivere la fisicità o la qualità del movimento di una cultura indigena, che coinvolgeva la danza e altri movimenti. Negli anni Venti gli educatori americani, rispondendo alla minaccia dello stile di vita derivante dall'era della modernizzazione attraverso la meccanizzazione e alla necessità di preparare le reclute dell'esercito, suggerirono che: "Dobbiamo prepararci alla physical literacy così come alla literacy mentale".

Nel 1937 "un comando disciplinato sul corpo" era considerato come una definizione di literacy (la capacità di leggere e scrivere). Questo riferimento riconosceva implicitamente che la PL è un percorso che dura tutta la vita, includendo sia le attività dell'infanzia che quelle dell'età adulta.

Storicamente, quindi, la PL è stata vista come un concetto legato a un mezzo per combattere i mali della modernizzazione e garantire una migliore salute e un'ampia partecipazione alla vita. Whitehead (2010) ha argomentato contro questa tesi, suggerendo che la PL è ciò che significa essere umani, non uno strumento per raggiungere altri fini. Ha inoltre suggerito di fornire un approccio alternativo in cui l'obiettivo è stabilire uno stile di vita attivo per tutti, indipendentemente dalle loro capacità.

Whitehead aveva a cuore (a) la mancanza di rispetto nei confronti dell'*human embodied dimension* - dimensione umana incarnata, (b) l'importanza dello sviluppo del movimento nell'educazione della prima infanzia che non riceveva l'attenzione che meritava, (c) l'EF scolastica che si stava orientando verso prestazioni di alto livello e l'elitarismo e (d) i bassi livelli di AF in tutto il mondo che stavano esacerbando i crescenti tassi di scarsa salute fisica e mentale. Whitehead ha intrapreso una ricerca sulla filosofia legata a queste preoccupazioni e alla fine ha sviluppato il concetto nella sua forma moderna. È stato da lei condiviso inizialmente 30 anni fa ed è diventato un concetto importante in molti Paesi del mondo.

#### ***Che cos'è la physical literacy?***

La definizione formale dell'International Physical Literacy Association (IPLA) è che la PL può essere descritta come la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e assumersi la responsabilità di impegnarsi nella pratica di AF per tutta la vita (IPLA, 2017). Esistono altre definizioni adottate in diversi Paesi e culture, ma essenzialmente derivano da questa definizione. La PL è un concetto globale in crescita che pone gli individui al centro di un rapporto personale con l'AF. È il nostro rapporto con il movimento e l'AF durante tutta la vita. La PL include tutti, indipendentemente dalle capacità e dall'età. Ognuno di noi ha i propri bisogni e le proprie esperienze passate di movimento e AF e quindi il percorso di ognuno è unico, ma cambia anche nel corso della vita. Il modo in cui pensiamo, sentiamo, ci muoviamo e ci connettiamo con gli altri durante il movimento e la pratica di AF dà forma alla nostra PL. Coltivare queste influenze ci aiuta a sviluppare un rapporto positivo con la pratica di AF, costruendo le basi per una vita attiva. Dovremmo quindi assicurarci che le esperienze di AF che proponiamo e in cui ci impegniamo siano mirate, coinvolgenti,

pertinenti e gratificanti. Le persone, la cultura, i luoghi e gli spazi che ci circondano influenzano il nostro rapporto con il movimento e la pratica di AF. Esperienze positive in ambienti diversi ci incoraggiano a dare valore, a trarre piacere da e a impegnarci nella pratica di AF per tutta la vita.

Quindi, la PL è il nostro impegno a dare valore e a impegnarci nella pratica di AF per tutta la vita, a volte descritto come una propensione. La radice dello sviluppo del nostro impegno risiede nella nostra motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione.

Il concetto di PL di Whitehead si distingue per il suo fondamento filosofico, che comprende Monismo, Esistenzialismo e Fenomenologia. Il Monismo sottolinea l'unità di mente e corpo, suggerendo che la cognizione umana è profondamente influenzata dalle esperienze di movimento. L'Esistenzialismo sostiene che gli individui danno forma alla propria identità attraverso le interazioni con il mondo, sostenendo la necessità di esperienze di movimento diverse per favorire un rapporto positivo con la pratica di AF. La Fenomenologia estende questo concetto evidenziando come le esperienze personali plasmino la nostra percezione del mondo, sottolineando l'importanza di riconoscere le differenze individuali nella pratica di AF. Il lavoro di Whitehead sottolinea la necessità di praticare AF di diverso tipo e coinvolgente, adattata alle esigenze e alle esperienze individuali, con l'obiettivo di coltivare la capacità fisica, la fiducia e la motivazione per tutta la vita.

#### ***2.4.1.4 Interpretazioni e definizioni di physical literacy in tutto il mondo***

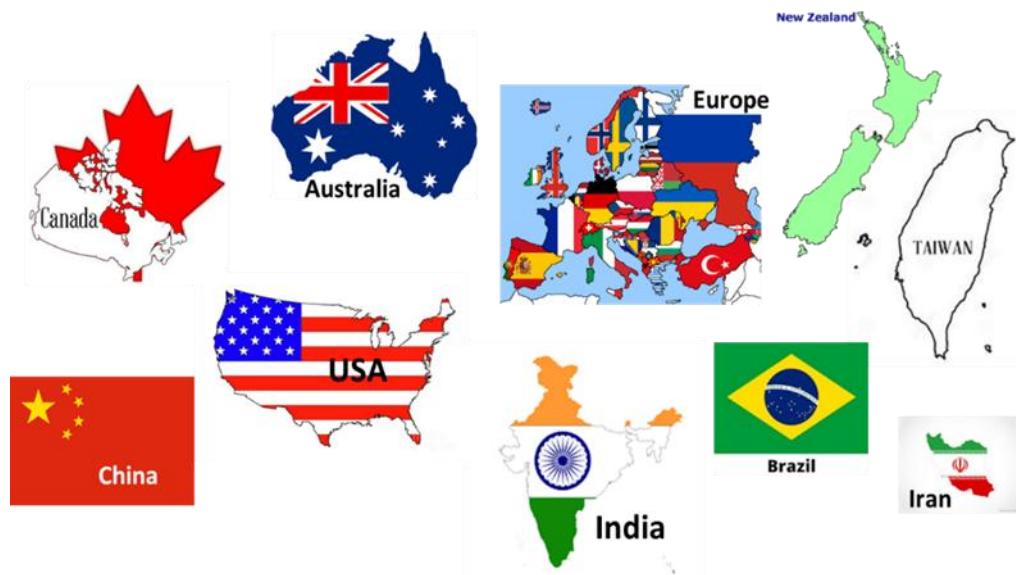
Il concetto di PL trascende i confini geografici, incarnando una filosofia universalmente applicabile con diverse interpretazioni che riflettono le sfumature culturali e le priorità educative dei vari Paesi. Questa sezione presenta una raccolta di definizioni provenienti da varie organizzazioni e Paesi internazionali, ognuna delle quali offre una prospettiva unica sulla PL. Dall'enfasi posta dall'IPLA sull'impegno per tutta la vita alla pratica di AF alla visione olistica del progetto PL4Life sull'apprendimento motorio, emotivo, sociale e cognitivo, queste definizioni evidenziano collettivamente la natura multiforme della PL. Le interpretazioni di Irlanda, Irlanda del Nord, Canada, Australia, Stati Uniti e Inghilterra illustrano ulteriormente il consenso globale sull'importanza della motivazione, della fiducia, della competenza fisica e della conoscenza nel promuovere un rapporto positivo e duraturo con la pratica di AF. Insieme, queste definizioni sottolineano il movimento globale verso il riconoscimento e l'integrazione dell'AF come componente fondamentale del benessere e dello sviluppo umano.

Definizioni adottate dai diversi Paesi:

- International Physical Literacy Association (IPLA) - "La PL può essere descritta come la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e assumersi la responsabilità di impegnarsi nella pratica di attività fisica per tutta la vita" (IPLA, 2017).
- Physical Literacy for life (progetto PL4Life) (2023) - La PL è un concetto che sottolinea l'importanza del movimento e della pratica di attività fisica nel corso della nostra vita. Può essere descritto come la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e assumersi la responsabilità di impegnarsi nella pratica di attività fisica. La PL non è solo imparare a muoversi, ma anche imparare a interagire con gli altri, a pensare in modo diverso e a prosperare nella nostra vita umana. È un processo che dura tutta la vita e che coinvolge l'interazione dei nostri apprendimenti fisici, emotivi, sociali e cognitivi.
- Tutte le isole (Irlanda e Irlanda del Nord) - La PL è la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione che consentono a una persona di apprezzare e praticare attività fisica per tutta la vita (Sport Ireland, 2022).

- Canada (PHE Canada, 2023) - La PL è la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e assumersi la responsabilità di impegnarsi nella pratica di attività fisica.
- Australia - Australia Sports Commission (2023) - La PL consiste nel costruire le abilità, le conoscenze e i comportamenti che ci danno la fiducia e la motivazione per condurre una vita attiva.
- USA (The Aspen Institute, 2015) - La PL è la capacità, la fiducia e il desiderio di essere fisicamente attivi per tutta la vita.
- Inghilterra (Sport England, 2023) - La PL è il nostro rapporto con il movimento e la pratica di attività fisica nel corso della vita.

**Figura 2.2** Definizione e interpretazione della physical literacy in tutto il mondo.



#### 2.4.1.5 Da dove deriva il termine?

Il termine PL è stato usato per oltre cento anni per descrivere le opinioni sul valore dell'EF per migliorare la qualità della vita, la salute fisica e il bagaglio motorio, solo per citarne alcuni. I primi riferimenti erano collegati ad una prospettiva dualistica in cui il corpo e la mente erano visti come entità separate. Il concetto di PL si è sviluppato in modo significativo negli ultimi vent'anni grazie alle nuove ricerche sulla scienza del movimento, sull'*embodiment*<sup>1</sup> e sulle neuroscienze. La PL si è allontanata da una prospettiva dualistica e adotta invece una prospettiva monista. Il Monismo è l'idea che la nostra mente e il nostro corpo siano inseparabili, interconnessi e intrecciati, non elementi divisi, come sostengono i dualisti. La PL, inspirata dal Monismo, porta gli operatori a considerare lo sviluppo olistico degli individui che si impegnano nella pratica di AF.

<sup>1</sup> Nella versione italiana dell'ebook, i termini *"embodied"* ed *"embodiment"* sono stati mantenuti in inglese, poiché non esiste ancora una traduzione italiana unanimemente accettata in letteratura. I curatori della versione italiana ritengono inoltre che le traduzioni talvolta proposte in letteratura, come *"incarnato"* o *"incarnazione"*, non riflettano pienamente il significato originale.

Figura 2.3 Focus olistico



### Messaggio chiave

La *physical literacy* riguarda l'intera persona.

Mente e corpo sono interdipendenti, intrecciati e inseparabili.

Il percorso di *physical literacy* di ognuno è unico.

In ePhyLi condividiamo la definizione dell'IPLA. L'IPLA sostiene una definizione unica di PL per promuovere l'uniformità globale e prevenire la diffusione di idee errate. Questo approccio unificato facilita una comunicazione chiara e un'implementazione coerente nei programmi educativi e sportivi, e consente una ricerca e una valutazione coerente. Si tratta di un passo fondamentale per garantire che i principi chiave della PL siano compresi e applicati in modo coerente, il che a sua volta sostiene lo sviluppo di politiche informate e di pratiche di alta qualità in tutto il mondo, tenendo conto delle variazioni regionali, ma senza comprometterle.

### Messaggio chiave

Affettivo	Fisico	Cognitivo
<ul style="list-style-type: none"><li>• Motivazione</li><li>• Fiducia</li><li>• Dare valore all'AF</li><li>• Impegno</li><li>• Responsabilità</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Competenza</li><li>• Modelli di movimento</li><li>• Diversificazione</li><li>• Involgimento</li><li>• Significativo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscenza</li><li>• Comprensione</li><li>• Dare valore all'AF</li><li>• Responsabilità</li></ul>

Il concetto di PL riconosce che tutti questi elementi sono ugualmente importanti.

### **La PL non è...**

- Solo per i bambini o per il settore dell'istruzione.
- Una risorsa.
- Solo capacità motorie fondamentali o agilità, equilibrio e coordinazione.
- Fornita o insegnata, conseguita o portata a termine.
- Etichettare come fisicamente competenti o incompetenti.
- Un'altra iniziativa di literacy (lettura/scrittura) insegnata attraverso l'EF o l'AF.

## **2.4.2 Filosofia di base**

### ***Monismo***

La PL si fonda sul principio monista secondo cui, come esseri umani, siamo un tutto. Un insieme costituito da una serie di domini essenzialmente interrelati e interdipendenti. Qualunque sia la natura delle esperienze in cui gli individui sono coinvolti, è probabile che siano coinvolti molti di questi domini. Per quanto riguarda la PL, i domini affettivo, fisico e cognitivo avranno un ruolo in qualsiasi esperienza e allo stesso tempo saranno influenzati dalla partecipazione a tale esperienza. Il corpo umano è stato progettato per muoversi liberamente in una serie di ambienti integrando tutte le parti che lo compongono.

### ***Esistenzialismo***

L'Esistenzialismo può essere utilizzato per affermare che un individuo è ciò che è come risultato diretto delle esperienze vissute. È lavorando e affrontando situazioni diverse che gli individui costruiscono la loro unicità e sviluppano il loro potenziale di crescita. La nozione di *literacy* all'interno del concetto di *physical literacy* deriva dall'importanza dell'interazione descritta dagli esistenzialisti. Questa interazione è principalmente quella che avviene durante la partecipazione a forme di movimento. L'Esistenzialismo può essere utilizzato per giustificare il motivo per cui è così importante promuovere esperienze positive di AF all'interno dell'EF, in modo che gli individui abbiano un rapporto positivo con l'AF. L'Esistenzialismo è importante anche per giustificare il motivo per cui l'AF dovrebbe essere sperimentata in un'ampia varietà di ambienti, in modo che gli individui abbiano una gamma di esperienze a cui attingere per essere fisicamente attivi nelle diverse fasi della loro vita.

### ***Fenomenologia***

La Fenomenologia si basa sull'Esistenzialismo in quanto sostiene che tutti noi siamo il prodotto delle nostre esperienze, ma suggerisce anche che, come risultato delle nostre esperienze, tutti noi avremo una prospettiva unica su come vediamo il mondo. Ogni persona matura un insieme di specifiche esperienze che influenzano la sua percezione e la sua risposta alle situazioni in cui è coinvolta. La Fenomenologia aiuta a giustificare il motivo per cui la PL deve essere un concetto inclusivo e personalizzato, e come la PL deve supportare i giovani nel fare scelte consapevoli sulla pratica di AF per tutta la vita. Il paragone con gli altri non è rilevante, poiché ognuno porta un insieme unico di esperienze precedenti in un contesto di attività. L'impronta di queste esperienze precedenti influenzera il modo in cui i partecipanti considerano le sfide da affrontare.

Figura 2.4 Filosofia sottostante



❖ *Riflessione/ discussione*

Condividete la vostra attuale comprensione della PL prima di procedere.

#### 2.4.3 Coltivare un percorso che dura tutta la vita: l'essenza della physical literacy

*“La PL è il nostro rapporto con il movimento e l'AF nel corso della vita”.*

La PL incarna una connessione dinamica e profonda con il movimento e l'AF, radicata nella profondità delle nostre esperienze, emozioni e interazioni. Non si tratta semplicemente della capacità di muoversi, ma di creare una relazione positiva e arricchente con le attività fisiche che rispecchiano i nostri valori e le nostre aspirazioni. Questo rapporto, in continua evoluzione e influenzato da una serie di fattori, tra cui i nostri pensieri, i nostri sentimenti e i contesti sociali, svolge un ruolo cruciale nel plasmare la nostra volontà di impegnarci in uno stile di vita attivo. Nel corso della vita, l'arazzo della nostra PL è intessuto con diversi fili di esperienze, che hanno un impatto significativo sulla nostra salute, sul benessere e sulla qualità della vita. Questo sottolinea l'idea che la PL è un viaggio intensamente personale, unico per ogni individuo, e fondamentale per promuovere un impegno a mantenersi attivi e in salute per tutta la vita.

##### **Comprendere la PL.**

La PL si riferisce al grado di relazione positiva e significativa con il movimento e la pratica di AF. Si tratta di una relazione complessa e in continua evoluzione. Riflette il nostro legame e il nostro impegno verso il movimento e la pratica di AF, influenzato da diversi fattori come i pensieri, i sentimenti, l'impegno e le esperienze.

##### **Perché la PL è importante.**

La qualità del nostro rapporto con il movimento e la pratica di AF influenza profondamente la nostra scelta di essere attivi. Avere una relazione positiva e significativa con il movimento e la pratica di AF ci rende più propensi a essere e rimanere attivi, a vantaggio della nostra salute, del nostro benessere e della nostra qualità di vita.

### ***Sostenere la PL.***

Il modo in cui ci muoviamo, siamo in sintonia, pensiamo e ci sentiamo durante il movimento e l'AF gioca un ruolo cruciale nella formazione della nostra PL. Svolgendo attività che ci piacciono, che troviamo significative e che apprezziamo, approfondiamo il nostro legame con il movimento e l'AF e promuoviamo un impegno continuo a mantenere uno stile di vita attivo.

### ***Le nostre esperienze influenzano la nostra PL.***

Le persone con cui interagiamo, le comunità di cui facciamo parte, la cultura che viviamo e i luoghi e gli spazi in cui ci muoviamo influenzano fortemente la nostra PL. Queste influenze possono essere positive o negative. Le esperienze positive di movimento e AF che soddisfano i nostri bisogni e sostengono il nostro sviluppo ci incoraggiano a essere attivi in futuro.

### ***La PL è personale.***

Ognuno ha i suoi punti di forza, i suoi bisogni, le sue circostanze e le sue esperienze passate che influenzano il suo rapporto con il movimento e la pratica di AF. La nostra PL è quindi unica e cambia nel corso della vita.



### **Video**

Guardate i seguenti video per comprendere meglio le nozioni di PL.

- Active for Life - IPLA: <https://www.youtube.com/watch?v=bqMmUsI7kmg>
- India Pledge Video: <https://www.youtube.com/watch?v=jArqivNUXL4>
- What is Physical Literacy? <https://www.youtube.com/watch?v=9izfKujQLDI>
- How to provide a positive environment to promote physical literacy?  
<https://www.youtube.com/watch?v=cTnvHxhcAwY>
- Every Move Counts WHO:  
<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=Youtube+Every+Move+Counts&mid=AAEC72FACB523595129EAAEC72FACB523595129E>
- Margaret Whitehead and Pullela Gopichand Webinar: <https://www.youtube.com/watch?v=OZ-5-9aH2bc>

#### **2.4.4 Physical literacy: passato e presente**

**Stiamo interagendo efficacemente con il nostro ambiente? Questo influisce sulla nostra salute e sul nostro benessere?**

L'esplorazione della PL in diverse epoche rivela un'evoluzione significativa nel modo in cui gli esseri umani interagiscono con l'ambiente e le implicazioni di queste interazioni per la salute e il benessere. Storicamente, l'impegno fisico con l'ambiente circostante non era solo una necessità per la sopravvivenza, ma anche una fonte di gioia, sfida e connessione sociale. Attività come la caccia, la raccolta e l'attraversamento di terreni di ogni tipo erano parte integrante della vita quotidiana, garantendo contemporaneamente la sopravvivenza e offrendo opportunità di divertimento attivo e legame comunitario.

Il paesaggio contemporaneo, invece, presenta uno scenario nettamente diverso. I progressi della tecnologia e i cambiamenti nello stile di vita hanno ridotto al minimo la necessità di interagire fisicamente con l'ambiente per la sopravvivenza. Le moderne comodità della vita quotidiana, dai

trasporti all'acquisto di cibo, hanno ridotto in modo significativo la necessità di uno sforzo fisico. Inoltre, il tempo libero, un tempo ricco di gioco ed esplorazione fisica, è sempre più dominato da attività sedentarie, facilitate dall'intrattenimento digitale e dalla socializzazione virtuale. Questo cambiamento solleva domande critiche sull'efficacia della nostra interazione con l'ambiente e sul suo impatto sulla nostra salute e sul nostro benessere.

La diminuzione dell'impegno fisico all'interno del nostro stile di vita attuale ha portato a una serie di problemi di salute, tra cui l'aumento dei tassi di obesità, di malattie cardiovascolari e di problemi di salute mentale. La mancanza di AF non solo influisce sulla salute fisica, ma ha anche profonde implicazioni per il benessere mentale ed emotivo. Il senso di disconnessione dal nostro ambiente fisico può portare a un senso di alienazione e a una diminuzione della qualità della vita.

Alimentare nuovamente il nostro rapporto con l'AF e con l'ambiente è indispensabile per condurre una vita sana e appagante. Si tratta di ripensare le nostre routine quotidiane e i nostri spazi per incoraggiare interazioni fisiche più naturali e coinvolgenti. Dall'integrazione di spazi percorribili e aree verdi nella pianificazione urbana, alla promozione del trasporto attivo e delle attività fisiche ricreative, esistono una miriade di modi per migliorare la nostra PL al giorno d'oggi.

In quest'ottica, la comprensione del passato e del presente della PL offre preziose indicazioni sul ruolo centrale della pratica di AF durante tutto il corso della vita. Sottolinea la necessità di uno sforzo consapevole per integrare interazioni fisiche significative nella nostra vita quotidiana, garantendo un equilibrio armonioso tra i progressi tecnologici e il nostro innato bisogno di impegno fisico. Così facendo, possiamo navigare verso un futuro in cui l'AF non è un'arte perduta, ma un aspetto fondamentale del nostro stile di vita, che contribuisce al benessere olistico di individui e comunità.

**Figura 2.5** Physical literacy: passato e presente



### ❖ Attività pratica in classe: esplorare il paesaggio della PL

Questa attività è pensata per approfondire la comprensione della PL e il suo rapporto con le tue esperienze personali di AF. Attraverso una discussione di gruppo e una riflessione personale, vi focalizzerete sulla definizione completa fornita dall'IPLA, arricchendo il vostro percorso di apprendimento.

È necessario:

- Un grande foglio di carta per lavagna a fogli mobili
- Dei pennarelli colorati
- Note adesive
- Una penna o una matita per le vostre riflessioni

Istruzioni:

Parte A: Iniziate con una panoramica sulla PL. Considerate il suo impatto sulle vostre attività quotidiane e sul benessere a lungo termine. Riflettete sulle componenti chiave della PL: motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione, viaggio lungo tutto l'arco della vita, responsabilità individuale e impegno nelle attività fisiche. Il vostro tutor mostrerà una raccolta di termini e idee tratti dalle discussioni precedenti sulla lavagna a fogli mobili. Questi termini sono direttamente collegati alle vostre e altrui esperienze con la pratica di AF. Studiate le componenti sopra citate e lavorate con i vostri compagni per collegarle alla definizione di PL dell'IPLA (vedi sezione 2.4.1.4 per le definizioni). Usate i pennarelli per tracciare linee o per disporre le parole chiave in gruppi interconnessi sul foglio di carta.

Parte B: Prendetevi un momento per pensare alle vostre interazioni con l'AF. Sono allineati con gli elementi della PL? Scrivete i vostri pensieri come una breve frase o un elenco di temi chiave su foglietti adesivi. Mettete i vostri foglietti adesivi sulla lavagna a fogli mobili per contribuire alla formazione di una "mappa" collettiva delle esperienze del vostro gruppo con la pratica di AF. Discutete su queste esperienze, annotando i punti in comune e le diverse prospettive.

Parte C: Con la guida del vostro tutor, esamineate la disposizione visiva delle vostre riflessioni. Discutete il modo in cui ogni nota si riferisce alle sfaccettature della PL e al concetto più ampio di uno stile di vita attivo e sano.

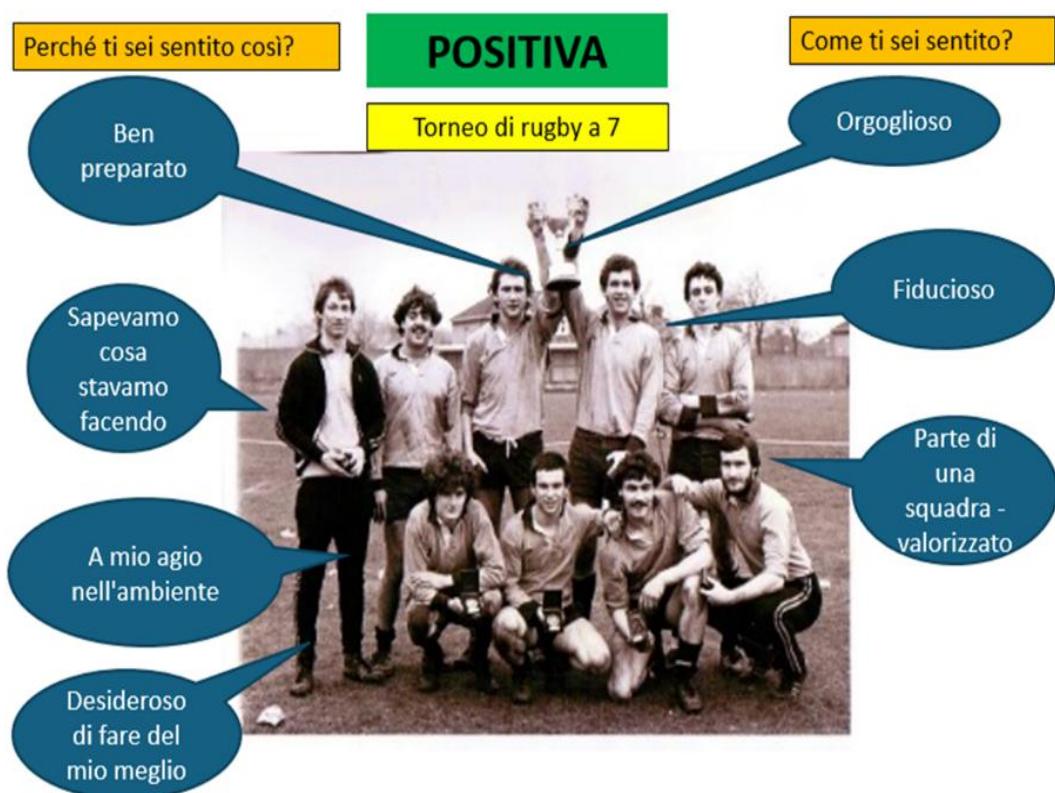
Pratica riflessiva: Dopo questa attività, prendete in considerazione l'idea di tenere un diario o un registro che illustri come le vostre attività fisiche regolari contribuiscono al vostro percorso verso la PL. Questa pratica riflessiva può migliorare il vostro apprendimento e fornire un racconto personalizzato della vostra crescita.

### 2.4.5 L'importanza dell'esperienza nel coinvolgimento nell'attività fisica

Le esperienze individuali hanno un impatto significativo sulla propensione alla pratica di AF. Le esperienze positive (Figura 2.6) fungono da potenti catalizzatori che non solo accrescono la motivazione e il piacere, ma migliorano anche una relazione sostenibile con la pratica di AF. Queste esperienze, caratterizzate da sentimenti di realizzazione, gioia e connessione sociale, possono contribuire in modo significativo allo sviluppo di una narrazione positiva della PL, incoraggiando un impegno continuo nella pratica di AF. Al contrario, le esperienze negative (Figura 2.7) evidenziano i potenziali ostacoli all'impegno nella pratica di AF. Tali esperienze, che possono includere sentimenti di inadeguatezza, esclusione o disagio fisico, possono creare barriere alla partecipazione e influire negativamente sull'auto-efficacia e sull'atteggiamento verso la pratica di AF. Comprendere e affrontare queste esperienze negative è fondamentale per creare ambienti di AF inclusivi, di supporto

e adattabili, che rispondono alle diverse esigenze e capacità degli individui. Inoltre, gli educatori, gli allenatori e i leader della comunità hanno un ruolo fondamentale nel plasmare queste esperienze (Figura 2.8). La qualità della guida, del supporto e dell'ambiente forniti possono influenzare in modo significativo il percorso di un individuo verso la pratica di AF. Le influenze positive possono coltivare un ambiente che valorizza l'esplorazione, l'apprendimento e la crescita personale, arricchendo così l'esperienza di AF e promuovendo l'impegno per tutta la vita. In sostanza, le esperienze hanno un ruolo cruciale nel plasmare il rapporto con l'AF. È essenziale capire come le esperienze positive e negative influenzino tale impegno, mentre è fondamentale creare ambienti di supporto e di responsabilizzazione che favoriscano le esperienze positive. In quest'ottica, l'obiettivo è quello di sostenere strategie e interventi che migliorino la qualità delle esperienze di AF, contribuendo così al benessere generale e alla PL degli individui e delle comunità.

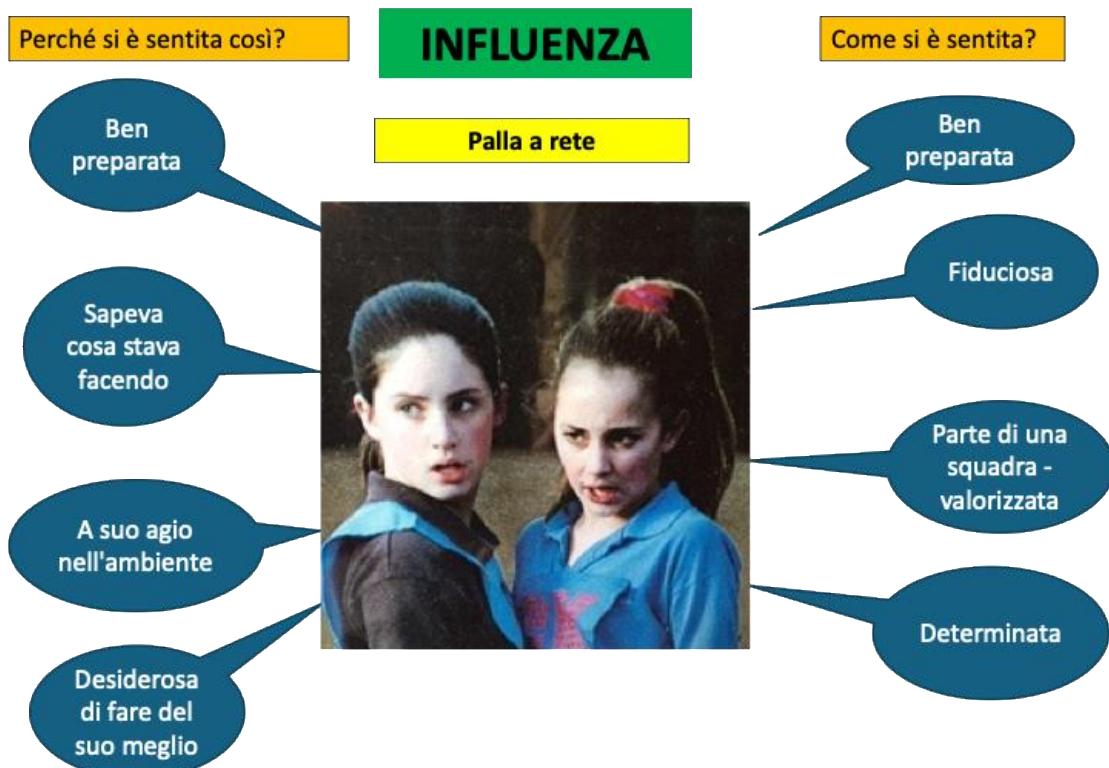
**Figura 2.6** Importanza dell'esperienza - positiva (Green, 2018)



**Figura 2.7** Importanza dell'esperienza - negativa (Green, 2018)



**Figura 2.8** Importanza dell'esperienza - influenza (Green, 2018)



❖ **Esercizio di riflessione: PL, importanza dell'esperienza**

Pensa a una "esperienza positiva" di AF a cui hai preso parte.

- Come ti sei sentito?
- Perché ti sei sentito così?

Pensa a una "esperienza negativa" di AF a cui hai preso parte.

- Come ti sei sentito?
- Perché ti sei sentito così?

Pensa a come hai influenzato positivamente le esperienze di AF di altri, ad esempio figli, parenti, clienti.

- Come si sono sentiti?
- Perché si sono sentiti così?

#### **2.4.6 Qual è la differenza tra physical literacy ed educazione fisica?**

Un programma di educazione fisica di qualità (EFQ) aiuta gli studenti a sviluppare le competenze fisiche, cognitive, sociali ed emotive che definiscono cittadini sicuri di sé e socialmente responsabili (UNESCO 2021). La PL è il fondamento dell'EF, non è un programma ma un risultato di qualsiasi offerta strutturata di EF, che viene raggiunto più facilmente se gli studenti incontrano una serie di opportunità adeguate all'età e al grado di sviluppo. Non c'è conflitto tra PL e EF. EF è il titolo dato a quegli elementi del programma scolastico che riguardano la partecipazione attiva e l'apprendimento attraverso una serie di attività fisiche. La PL è un obiettivo di partecipazione. Le due cose dipendono l'una dall'altra. La PL si basa sul tempo assegnato nel programma scolastico alla pratica di AF per raggiungere le sue aspirazioni/obiettivi e l'EF trae vantaggio dalla PL per creare una chiara logica per il miglior uso del tempo. Maggiori informazioni sull'interazione tra PL e EF sono fornite nei moduli successivi.

#### **2.4.7 Risultati della ricerca sul campo di ePhyLi**

Nell'ambito del progetto ePhyLi, è stata condotta una ricerca sul campo, con interviste a focus group e la somministrazione di un sondaggio online, per esaminare la comprensione della PL da parte degli insegnanti di EF e degli studenti universitari. I dati sono stati raccolti in quattro Paesi europei (Repubblica Ceca, Cipro, Italia e Serbia), con un totale di 92 partecipanti che hanno completato il sondaggio sulla PL. I risultati hanno mostrato che la maggior parte dei partecipanti aveva una conoscenza e una comprensione sostanziale del concetto di PL e del ruolo della PL nella scuola. In generale, non sono state riscontrate differenze significative tra gli studenti universitari e gli insegnanti di EF per quanto riguarda le opinioni e la comprensione degli argomenti relativi alla PL, ad eccezione di un'affermazione: gli studenti erano maggiormente d'accordo sul fatto che ogni individuo può sviluppare il proprio potenziale di PL rispetto alle opinioni degli insegnanti. Un importante elemento relativo alla conoscenza della PL da parte dei partecipanti è stato quello che chiedeva se per PL si intendesse la capacità di leggere e scrivere mentre ci si muove (come stare in equilibrio, camminare su una trave, ecc.). Anche se solo il 26,1% dei partecipanti era d'accordo o fortemente d'accordo sul fatto che PL significa essere in grado di leggere e scrivere mentre ci si muove, il 29,3% non ne era sicuro. Un'ulteriore analisi di questo risultato, confrontando le risposte dei partecipanti maschi e femmine, ha mostrato che anche se la maggior parte dei maschi e delle femmine era d'accordo sul fatto che ogni individuo può sviluppare la propria PL, un numero significativamente maggiore di femmine era fortemente d'accordo con questa affermazione, mentre un numero significativo di maschi era in disaccordo (cioè, non tutti gli individui possono sviluppare la propria PL). Inoltre, la

maggior parte dei maschi non era sicura che la PL consista nel leggere e scrivere mentre ci si muove. Questo risultato fornisce una prima evidenza del fatto che le femmine hanno una maggiore comprensione e un atteggiamento più positivo verso il concetto di PL rispetto alle loro controparti maschili. Infine, i risultati delle correlazioni hanno suggerito che gli anni di esperienza di insegnamento dei partecipanti non sono correlati in modo significativo con la conoscenza e la comprensione del concetto di PL e del ruolo della PL nella scuola. Tuttavia, i partecipanti con maggiore esperienza di insegnamento concordano maggiormente con le affermazioni relative alla PL e all'impegno nella pratica di AF per tutta la vita, così come con l'affermazione secondo cui la PL è influenzata dalle precedenti esperienze di AF e dall'ambiente.

Sono state anche organizzate altre sessioni di focus group in tre Paesi (Cipro, Repubblica Ceca e Serbia). Complessivamente, 22 insegnanti di EF in servizio hanno partecipato a diversi focus group. I risultati hanno mostrato che gli insegnanti di EF di Cipro, della Repubblica Ceca e della Serbia hanno diverse concezioni della PL. Inoltre, in tre Paesi (Cipro, Repubblica Ceca e Serbia) sono state condotte altre 66 sessioni di focus group con insegnanti di EF in pre-servizio (cioè studenti universitari). Diversi gruppi di studenti provenienti da Italia, Serbia, Cipro e Repubblica Ceca hanno condiviso le loro prospettive sulla PL e sul suo rapporto con l'EF.

È possibile leggere il rapporto completo con i risultati di ePhyLi a questo link: [https://www.ephyliproject.eu/\\_files/ugd/a72e85\\_e20ec06012594a0a85ce7a4681c82ed7.pdf](https://www.ephyliproject.eu/_files/ugd/a72e85_e20ec06012594a0a85ce7a4681c82ed7.pdf)

## 2.5 Risultati di apprendimento

Al completamento di questo modulo, lo studente dovrebbe avere:

- dimostrato di apprezzare l'emergere della PL come concetto riconosciuto a livello globale,
- articolato i fondamenti filosofici che stanno alla base del concetto di PL,
- studiato i risultati della ricerca sul campo del progetto ePhyLi per comprendere la percezione della PL tra gli studenti e gli educatori a livello internazionale,
- valutato criticamente l'efficacia delle attuali pratiche di PL nei vari Paesi, tenendo conto delle influenze culturali e regionali,
- tracciato lo sviluppo storico del termine "physical literacy" e la sua evoluzione nel tempo,
- confrontato e contrapposto le definizioni di PL di diversi Paesi - tra cui Inghilterra, Irlanda, Canada, Australia e Stati Uniti - per discernere sia gli aspetti comuni che quelli unici,
- sintetizzato i risultati di questionari e focus group per valutare la comprensione della PL, riconoscendo l'importanza delle differenze culturali e nazionali,
- acquisito la capacità di distinguere i concetti e le pratiche di EF e di educazione alla salute in diversi contesti internazionali,
- messo in relazione la natura olistica della PL con diverse prospettive filosofiche, come il Monismo, l'Esistenzialismo e la Fenomenologia,
- valutato la natura multiforme della PL, integrando i domini e gli elementi fisici, affettivi, cognitivi e sociali associati al concetto.

## 2.6 Conclusione

In conclusione, la PL funge da determinante essenziale delle tendenze comportamentali verso la pratica di AF e sport, privilegiando l'essenza dell'esperienza rispetto alla specificità dell'attività svolta. È indispensabile riconoscere che la natura e la qualità di queste esperienze hanno un peso sostanziale; di conseguenza, dovrebbero essere realizzate con ponderazione e infuse con i principi della PL. Questo approccio garantisce che gli individui traggano un valore intrinseco e un significato personale dalla

loro partecipazione, favorendo una disposizione sostenibile e positiva verso uno stile di vita attivo e sano. Questa prospettiva olistica sull'impegno fisico non solo migliora il benessere individuale, ma sostiene anche la coltivazione di una società che valorizza e integra la PL come pietra miliare della sua cultura.

## 2.7 Revisione e autovalutazione

### Quiz con domande a scelta multipla:

Domanda 1 - Che cosa enfatizza la PL?

- A. Competitività nello sport.
- B. Forza e resistenza fisica.
- C. Integrazione olistica dei domini fisico, cognitivo e affettivo.
- D. Padronanza di sport specifici.

Domanda 2 - Perché l'esperienza è considerata più importante dell'attività stessa nella PL?

- A. Favorisce lo spirito competitivo.
- B. Garantisce il rispetto delle regole.
- C. Migliora lo sviluppo delle competenze.
- D. Contribuisce a un impegno significativo e alla crescita personale.

Domanda 3 - In che modo la PL può influenzare la propensione alla pratica di AF?

- A. Imponendo rigidi regimi di fitness.
- B. Coltivando la motivazione intrinseca a praticare AF.
- C. Imponendo la partecipazione a una serie di sport.
- D. Dando priorità ai risultati delle prestazioni.

Domanda 4 - In che modo la PL si differenzia dall'EF?

- A. La PL riguarda solo lo sviluppo delle competenze.
- B. La PL incorpora una comprensione più ampia del movimento e del suo valore.
- C. L'EF non implica di praticare AF.
- D. La PL è meno strutturata dell'EF.

Domanda 5 - Quale aspetto della PL può potenzialmente contribuire a un impegno nella pratica di AF per tutta la vita?

- A. Sviluppo della motivazione e della fiducia nella propria capacità di essere attivi.
- B. Esercizi quotidiani obbligatori.
- C. Enfasi sulle metriche di performance.
- D. Concentrarsi sugli sport di squadra.

### Domande aperte:

1. Rifletti su un'esperienza personale di EF che è stata particolarmente significativa per te. In che modo questa esperienza si è uniformata con i principi della PL?
2. Considerando le varie definizioni di PL nei diversi Paesi e la definizione utilizzata nel tuo Paese, come pensi che i contesti culturali influenzino la comprensione e l'implementazione della PL nei contesti educativi?

## 2.8 Bibliografia

- Australian Sports Commission. (2023). *Physical literacy*. [https://www.sportaus.gov.au/physical\\_literacy](https://www.sportaus.gov.au/physical_literacy)
- Bailey, R. (2020). Defining physical literacy: Making sense of a promiscuous concept. *Sport in Society*, 25(1), 163-180. <https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1777104>
- Green, N. (2018). *Introduction to Physical Literacy*. Not published.
- International Physical Literacy Association. (2017). *Definition of physical literacy*. <https://www.physical-literacy.org.uk>
- PHE Canada. (2023). *Professional learning: Physical literacy*. <https://phecanada.ca/professional-learning/physical-literacy>
- Physical Literacy for Life. (2023). *What is physical literacy?* <https://www.physical-literacy.isca.org>
- Sport England. (2023). *Physical literacy consensus statement for England published*. <https://www.sportengland.org/news-and-inspiration/physical-literacy-consensus-statement-england-published>
- Sport Ireland. (2022). *All-island physical literacy consensus statement*. <https://www.sportireland.ie/sites/default/files/media/document/2022-10/Physical%20Literacy%20Statement.pdf>
- The Aspen Institute. (2015). *Physical literacy in the United States: A model, strategic plan, and call to action*. [https://www.aspeninstitute.org/wp-content/uploads/files/content/docs/pubs/PhysicalLiteracy\\_AspenInstitute.pdf](https://www.aspeninstitute.org/wp-content/uploads/files/content/docs/pubs/PhysicalLiteracy_AspenInstitute.pdf)
- Whitehead, M. (Ed.). (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. Routledge.

## 2.9 Ulteriori letture

- Cairney, J., Kiez, T., Roetert, E. P., & Kriellaars, D. (2019). A 20th-century narrative on the origins of the physical literacy construct. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38, 79-83. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0072>
- Castelli, D. M., Barcelona, J. M., & Bryant, L. (2015). Contextualizing physical literacy in the school environment: The challenges. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 156-163. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.04.003>
- Cornish, K., Fox, G., Fyfe, T., Koopmans, E., Pousette, A., & Pelletier, C. A. (2020). Understanding physical literacy in the context of health: A rapid scoping review. *BMC Public Health*, 20(1), Article 1569. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09583-8>
- Dudley, D., Cairney, J., & Goodway, J. (2019). Special issue on physical literacy: Evidence and intervention. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 77-78. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0020>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, foundations and associations of physical literacy: A systematic review. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 47(1), 113-126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>

- Gleddie, D. L., & Morgan, A. (2020). Physical literacy praxis: A theoretical framework for transformative physical education. *Prospects*, 50(1), 31-53. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09481-2>
- Green, N. (2021). *Agashe College Physical Literacy course*. Not published.
- Green, N. (2022). *Delhi presentation August 2022*. Not published.
- Harris, M., Crone, D., Hughes, S., & Bird, W. (2022). Creating a social movement to engage communities in physical activity: A mixed methods study of motivations to engagement. *PLoS ONE*, 17(2), Article e0263414. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263414>
- Higgs, C., Cairney, J., Jurbala, P., Dudley, D., Way, R., & Mitchell, D. (2019). *Developing physical literacy: Building a new normal for all Canadians*. Sport for Life. <https://sportforlife.ca/portfolio-item/developing-physical-literacy-building-a-new-normal-for-all-canadians/>
- Liverpool John Moores University. (n.d.). *Draft Physical Literacy consensus statement for England*. Retrieved from <https://www.ljmu.ac.uk/>
- Martins, J., Onofre, M., Mota, J., Murphy, C., Repond, R.-M., Vost, H., Cremosini, B., Svrđlić, A., Marković, M., & Dudley, D. (2021). International approaches to the definition, philosophical tenets, and core elements of physical literacy: A scoping review. *Prospects*, 50(1), 13–30. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09466-1>
- Shortt, C. A., Webster, C. A., Keegan, R. J., Egan, C. A., & Brian, A. S. (2019). Operationally conceptualizing physical literacy: Results of a Delphi study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 91-104. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0202>
- Westerbeek, H., & Eime, R. (2021). The physical activity and sport participation framework—A policy model toward being physically active across the lifespan. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, Article 608593. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.608593>
- Young, L., Alfrey, L., & O'Connor, J. (2022). Moving from physical literacy to co-existing physical literacies: What is the problem? *European Physical Education Review*, 29(1), 55-73. <https://doi.org/10.1177/1356336X221112867>

Risposte corrette (alle domande a scelta multipla):

- Domanda 1: C  
 Domanda 2: D  
 Domanda 3: B  
 Domanda 4: B  
 Domanda 5: A

# MODULO 2

· PERCHÉ LA PHYSICAL LITERACY?  
PERCHÉ PROPRIO TU? SALUTE,  
BENESSERE, SPORT, EDUCAZIONE  
FISICA, ATTIVITÀ FISICA E  
PERCORSI PERSONALI

# Modulo 2: Perché la physical literacy? Perché proprio tu? Salute, benessere, sport, educazione fisica, attività fisica e percorsi personali.

Durata: circa 10 ore

## 3.1 Panoramica

Questo modulo rifletterà su come la salute e il benessere legati all'impegno nella pratica di AF siano diventati più significativi di recente e su come questo ci abbia spinto a considerare come la nostra attuale offerta di EF influisca sul nostro futuro impegno nella pratica di AF. Il modulo offrirà un'opportunità di riflessione personale sul proprio percorso di PL e sull'impatto significativo che individui, istituzioni e ambiente hanno avuto sul proprio impegno nella pratica di AF.

## 3.2 Parole chiave e concetti

percorso personale, modello ecologico, spirale di sviluppo, influenza dell'ambiente

## 3.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere il concetto e le componenti della PL e la sua importanza nell'EF.
- Comprendere le ragioni per cui è necessario un approccio diverso all'insegnamento dell'EF, compresi gli aspetti del benessere, dell'inclusione, dello sviluppo olistico, delle abilità di vita e delle abilità personali.
- Riconoscere lo stato attuale dell'insegnamento dell'EF e identificare ciò che funziona e ciò che non funziona.
- Identificare le questioni chiave dell'insegnamento e dell'apprendimento dell'EF in relazione alla PL.

In termini di abilità, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Analizzare la relazione tra PL e EF.
- Riflettere e valutare le esperienze soggettive con l'EF e la PL, sia positive che negative.
- Sviluppare le capacità comunicative per spiegare il percorso personale della PL e le sue influenze.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Applicare la comprensione della PL per proporre modifiche agli approcci didattici dell'EF.
- Utilizzare un approccio di pensiero critico per valutare i metodi di EF esistenti e ideare soluzioni.
- Sostenere l'attuazione dei principi della PL nell'insegnamento dell'EF.

## 3.4 Contenuti del modulo 2

### 3.4.1 Introduzione al modulo 2

Negli ultimi anni l'interesse per la PL ha acquisito un notevole slancio. Ciò è dovuto al declino globale dei livelli di AF e all'aumento di stili di vita sedentari e inattivi. La partecipazione alla pratica di AF a livello globale continua a diminuire a un ritmo allarmante. Si stanno valutando metodi alternativi per coinvolgere la popolazione alla pratica di AF per tutta la vita, con l'obiettivo di rallentare e poi invertire

questa tendenza, migliorando così la salute e il benessere olistico. La PL è un concetto che sfida il modo in cui gli individui considerano il loro impegno nella pratica di AF. Il concetto è un approccio nuovo alla promozione dell'AF, grazie alla sua natura olistica che affonda le sue radici nelle ideologie filosofiche del Monismo, dell'Esistenzialismo e della Fenomenologia.

Tuttavia, molte persone percepiscono la propria fisicità come inferiore alle altre capacità umane, come la capacità di pensare e ragionare, e la considerano solo al fine di promuovere la salute e prolungare la vita. Sappiamo però che il coinvolgimento nella pratica di AF ha il potenziale per arricchire enormemente la vita, migliorando il benessere e fornendo ampiezza ed equilibrio alle esperienze di vita. Inoltre, ci permette di realizzare la nostra identità, la fiducia in noi stessi e l'autostima. L'approccio della PL, che collega le abilità di riconoscimento e di problem solving, consentirà agli alunni di imparare a muoversi e a controllare il movimento, prima di apprendere le abilità sportive specifiche.

### 3.4.2 Perché?

#### ❖ *Riflessione/ discussione*

- Perché le persone praticano AF? Considerate la Figura 3.1
- Condividete i vostri pensieri con il gruppo.

**Figura 3.1** Motivi della partecipazione alla pratica di AF.

## Dove siamo noi in relazione all'attività fisica?



#### ❖ *Riflessione/ discussione*

- A che punto pensate che siamo con il nostro impegno nella pratica di AF, come individui e come nazione? Pensate a voi stessi, alla vostra famiglia, ai vostri amici e alle persone della vostra comunità locale.
- Perché le persone sono fisicamente attive? Come lo sappiamo? Considerate la Figura 3.2
- Discutete in gruppo.

**Figura 3.2** Motivi della mancata partecipazione alla pratica di AF.

## Dove siamo noi in relazione all'attività fisica?



- Perché le persone non sono fisicamente attive? Come lo sappiamo?
- Discutete in gruppo.

### 3.4.3 Attività fisica e salute

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (2020) ha recentemente stimato che il 27,5% degli adulti e l'81% degli adolescenti (11-17 anni) non soddisfano le raccomandazioni in merito alla pratica di AF (Bull et al. 2020), ed è stato osservato che l'incidenza dell'inattività fisica è fortemente diversa tra i vari gruppi di popolazioni (Mielke et al., 2018). Ad esempio, le donne sono risultate più inattive degli uomini (Mielke et al., 2018) e le persone che vivono con disturbi mentali hanno mostrato dei livelli di AF drammaticamente inferiore rispetto alla popolazione generale (Rosenbaum et al., 2020). Più di un quarto della popolazione adulta mondiale non è sufficientemente attiva. In tutto il mondo, circa 1 donna su 3 e 1 uomo su 4 non praticano una quantità di AF sufficiente a mantenersi in salute. I livelli di inattività sono il doppio nei Paesi ad alto reddito rispetto a quelli a basso reddito.

#### ❖ *Riflessione/ discussione*

- Com'è la situazione nel tuo Paese?
- Discutete in gruppo.

I benefici della pratica di AF e di una buona fitness sulla salute e sul benessere fisico, mentale e sociale sono ampiamente dimostrati (Dogra et al., 2022; Kaminsky et al., 2019; Pedersen & Saltin, 2015; OMS, 2020). È noto che gli interventi volti a far muovere più persone e a controllare l'inattività fisica possono ridurre i costi economici e il peso che incide sui sistemi sanitari pubblici (Katzmarzyk, 2023; Santos et al., 2023). Uno studio condotto in Europa (International Sport and Culture Association & Centre for Economics and Business Research, 2015) ha stimato che l'inattività fisica costa all'economia europea oltre 80 miliardi di euro all'anno. L'inattività fisica è anche un fattore di rischio rilevante che può portare a un aumento degli *Disability Adjusted Life Years* (DALYs) - anni di vita corretti per disabilità (Commissione europea, 2021; Stanaway et al., 2018).

## LINEE GUIDA DELL'OMS SULLA PRATICA DI ATTIVITÀ FISICA

---

### Bambini e adolescenti (5-17 anni)

L'OMS raccomanda almeno **60 minuti** al giorno di AF ad intensità moderata-vigorosa **nell'arco della settimana** per bambini e adolescenti. L'AF di intensità vigorosa dovrebbe essere svolta almeno 3 giorni alla settimana e dovrebbe includere anche attività di forza. Da un punto di vista pratico, svolgere un po' di AF è meglio di niente. I bambini e gli adolescenti dovrebbero limitare la quantità di tempo trascorso in sedentarietà, in particolare la quantità di tempo trascorso davanti ad uno schermo.

### Adulti (18-64 anni)

Per ottenere benefici sostanziali per la salute, gli adulti dovrebbero praticare almeno **150-300 minuti** di AF ad intensità moderata-vigorosa, o almeno 75-150 minuti di AF aerobica ad intensità vigorosa o una combinazione equivalente di attività a intensità moderata e vigorosa durante la **settimana**.

Gli adulti dovrebbero anche includere almeno 2 giorni alla settimana di esercizi per l'allenamento della forza.

---

L'indagine *Active Lives Survey*, condotta in Inghilterra da Sport England nel 2020, misura i livelli di attività delle persone in Inghilterra. Esistono due indagini: *Active Lives Adult*, pubblicata due volte l'anno, e *Active Lives Children and Young People*, pubblicata annualmente. Entrambe forniscono una visione unica e completa di quanto le persone siano attive fisicamente. L'indagine più recente ha rilevato che:

- I ragazzi hanno maggiori probabilità di essere attivi rispetto alle ragazze.
- La percentuale di adulti che dichiarano di soddisfare le linee guida sulla pratica di AF è più alta negli uomini che nelle donne.
- I livelli di AF si riducono costantemente con l'età - l'inattività è maggiore tra gli ultrasettantacinquenni.
- La pratica di AF è meno comune in persone disabili o con malattie a lungo termine.
- Una percentuale significativamente più alta di adulti che dichiarano di essere fisicamente inattivi è obesa.
- L'inattività è maggiore tra le famiglie meno abbienti.

Vedere il link al sondaggio: [Active Lives | Sport England](#)

#### ❖ *Riflessione/ discussione*

- Come si colloca questa indagine rispetto a ciò che accade nel tuo Paese?
- Discutete in gruppo.

### 3.4.4 La necessità di **physical literacy**

La PL è un concetto che sfida il modo in cui gli individui si impegnano nella pratica di AF. Il concetto rappresenta un approccio innovativo alla promozione dell'AF grazie alla sua natura olistica, radicata nelle ideologie filosofiche del Monismo, dell'Esistenzialismo e della Fenomenologia.

Molte persone percepiscono la propria fisicità come inferiore alle altre capacità umane, come la capacità di pensare e ragionare, e la considerano solo al fine di promuovere la salute e prolungare la vita. Sappiamo però che il coinvolgimento nella pratica di AF ha il potenziale per arricchire

enormemente la vita, migliorando il benessere e fornendo ampiezza ed equilibrio alle esperienze di vita. Inoltre, ci permette di realizzare la nostra identità, la fiducia in noi stessi e l'autostima.

Negli ultimi anni l'interesse per la PL ha acquisito un notevole slancio. Ciò è dovuto al declino globale dei livelli di AF e all'aumento di stili di vita sedentari e inattivi. Si stanno valutando metodi alternativi per coinvolgere la popolazione alla pratica di AF per tutta la vita, con l'obiettivo di rallentare e poi invertire questa tendenza e, così facendo, migliorare la salute e il benessere olistico.

La PL è la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e impegnarsi nella pratica di AF durante tutto il corso della vita (Whitehead, 2010). È diversa dall'EF, che è un'educazione al, sul e attraverso il movimento. La PL fornisce un obiettivo chiaro per l'EF.

Il pensiero attuale suggerisce che il concetto di PL si basa sull'importanza degli individui che interagiscono con sé stessi e che formano sé stessi, all'interno del loro ambiente, in relazione alle loro capacità e percezioni, mentre interagiscono con l'ambiente. Questo approccio è sostenuto dai filosofi delle scuole di pensiero esistenzialiste e fenomenologiche.

L'Esistenzialismo sostiene che ogni individuo crea sé stesso come risultato delle esperienze che ha avuto interagendo con il mondo. Questa interazione è principalmente quella che avviene attraverso la partecipazione a forme di movimento. È agendo e rispondendo a situazioni diverse che gli individui "creano" la loro unicità e sviluppano il loro potenziale per prosperare in ambienti differenti di AF. L'Esistenzialismo può essere usato per spiegare perché è così importante che gli individui abbiano esperienze positive di AF per realizzare il loro pieno potenziale di *embodied*. L'Esistenzialismo è importante anche per chiarire il motivo per cui gli individui dovrebbero sperimentare un'ampia varietà di ambienti ed esperienze di movimento per massimizzare le loro possibilità di essere fisicamente attivi per tutta la vita. Fornire un'ampia gamma di esperienze e alternative agli individui permette loro di partecipare ad attività varie e di utilizzare queste esperienze per ispirare le scelte sul loro futuro impegno nella pratica di AF.

L'*embodiment* umano è un aspetto chiave dell'interazione umana e ha quindi molto da offrire per attivare e sviluppare molte delle nostre capacità umane e arricchire la vita. È noto che ogni interazione che abbiamo con il mondo ci rende una persona diversa e che creiamo il nostro essere e diventiamo ciò che siamo come risultato della nostra interazione con il mondo. In ogni interazione, diventiamo più consapevoli delle nostre capacità e aumentiamo la nostra conoscenza del mondo. Per esempio, scalando una montagna, apprezziamo maggiormente il nostro potenziale *embodied* e sviluppiamo la nostra competenza fisica. Inoltre, impariamo a conoscere e a riconoscere caratteristiche delle sfide di cui forse prima non eravamo consapevoli. In un certo senso, dopo la scalata siamo una persona "diversa".

Inoltre, comprendiamo il mondo da una prospettiva di *embodiment* e questo avvalora la visione della centralità e del ruolo chiave dell'*embodiment* umano nell'esistenza - questa è la Fenomenologia. La vita si svolge come un'interazione *embodied* con il mondo. Quasi tutte le interazioni sono inevitabilmente fondate e informate da una relazione di *embodiment* con il mondo. Ad esempio, si sostiene che la percezione non è operata da organi sensoriali distinti, ma opera unendo le informazioni provenienti da tutti i sensi. Si suggerisce che questa sensibilità *embodied* sia lo sfondo di tutta la percezione. Qualsiasi cosa percepiamo è compresa dalla prospettiva dell'*embodiment* umano. Una scalinata, per esempio, è legata agli aspetti della scalata, mentre un pacco pesante suggerisce una nozione di sforzo per raccoglierlo. Allo stesso tempo, la scalinata può avere connotazioni di paura che coinvolgono le nostre emozioni, mentre il pacco, se scosso, può avere aspetti rilevati dal suono. La percezione è per sua natura olistica e include istantaneamente una serie di caratteristiche.

È altrettanto chiaro che siamo tutti diversi e unici e come tali dobbiamo essere visti in questa luce. Nell'insegnamento dell'EF, gli insegnanti devono riconoscere che ogni individuo porta con sé le proprie esperienze di vita, le proprie conoscenze, le proprie paure, il proprio entusiasmo, ecc. e come tale deve essere trattato come individuo. Quando si pianifica una lezione di EF, l'insegnante deve prendere in considerazione l'esperienza precedente di ciascuno e comprendere le sue capacità e pianificare esperienze adeguate che consentano a tutti di crescere.

❖ **Riflessione/ discussione**

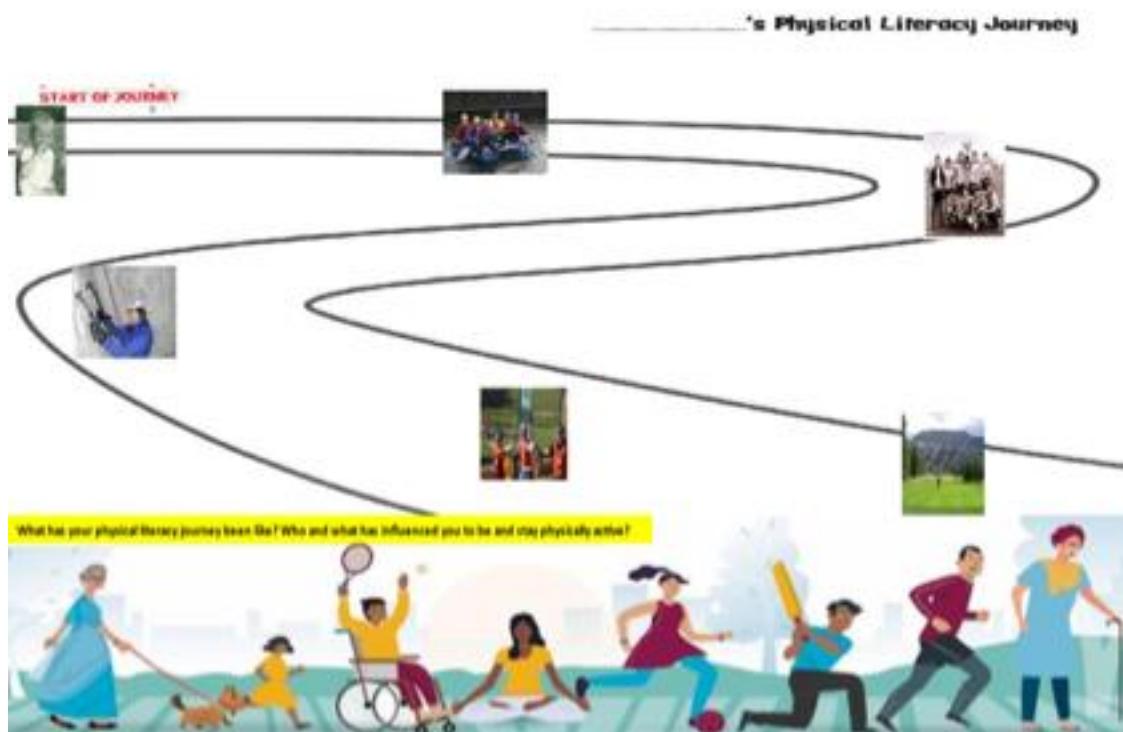
- In che modo le vostre capacità uniche sono state prese in considerazione durante le lezioni di EF?
- L'insegnante ha tenuto conto delle esigenze di tutti i membri della classe?
- L'insegnante ha preso in considerazione la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione del vostro valore e del vostro impegno nella pratica di AF?
- Discutete in gruppo.

### 3.4.5 Un viaggio unico di physical literacy

❖ **Riflessione/ discussione**

Considerate il vostro percorso. Utilizzate il grafico (Figura 3.3) per riflettere sul vostro percorso fino ad oggi e sul vostro impegno nella pratica di AF nel corso della vita. Riflettete su chi e cosa vi ha influenzato nell'essere fisicamente attivi.

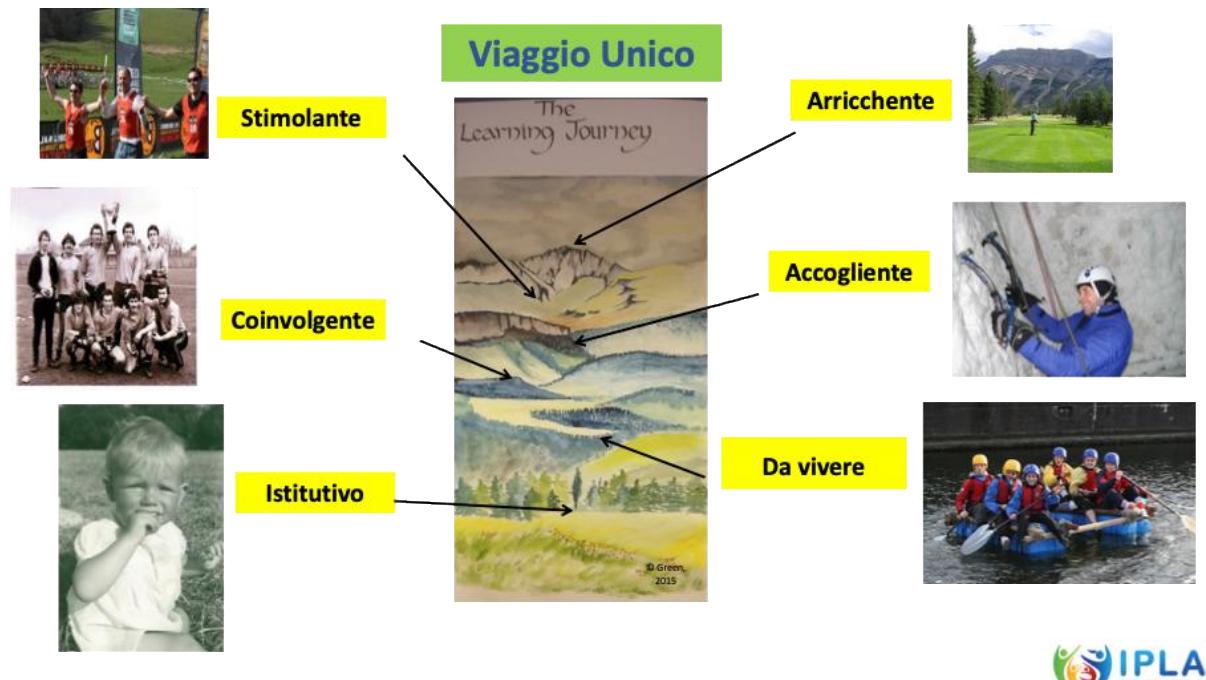
**Figura 3.3** Percorso di physical literacy (Green, 2023)



- Condividi il tuo percorso con un coetaneo e analizza gli impatti positivi e negativi su di te e sul tuo coetaneo. Condividete le principali influenze all'interno del vostro gruppo. Valutate altre persone che conoscete e come è stato il loro percorso.
- Discutete in gruppo.

Ogni percorso di PL è un'esperienza unica, personalizzata e soggettiva.

**Figura 3.4** Un viaggio unico di physical literacy (Green, 2019)



Quando nasciamo, abbiamo un bisogno innato di impegnarci fisicamente con il nostro ambiente. Le nostre prime esperienze sono auspicabilmente supportate dai genitori, da chi si occupa di noi, dagli insegnanti, ecc. e durante questo periodo dobbiamo avere a disposizione un ambiente sicuro e protetto che permetta a ciascuno di noi di esplorare la propria fisicità. Man mano che impariamo a gattonare e a camminare, sviluppiamo fiducia, competenza, conoscenza e comprensione, che a loro volta ci motivano a continuare a impegnarci fisicamente per interagire con il nostro ambiente.

Con l'avanzare dell'età, ci viene offerta una serie di esperienze in ambienti di AF diversi, per cui la nostra motivazione, fiducia, competenza, conoscenza e comprensione saranno influenzate da queste esperienze. In questa fase iniziamo a stabilire cosa ci piace e cosa apprezziamo dei diversi tipi di AF e questo può influenzare il nostro impegno nella pratica di AF per tutta la vita.

Se apprezziamo e ci piace l'AF, questa diventa una parte regolare della nostra vita. Possiamo sentirci soddisfatti di mantenere il nostro impegno nella pratica di AF in questa fase o scegliere di affrontare altre sfide in ambienti diversi o più impegnativi. La scelta è nostra ed è influenzata dalla qualità delle nostre esperienze precedenti.

Se decidiamo di imparare nuove attività o di affrontare sfide che ci spingono verso i nostri limiti, questo può aumentare la nostra motivazione, fiducia, competenza, conoscenza e comprensione. Tuttavia, in qualsiasi momento della nostra vita, possiamo avere delle sfide che ci vengono imposte e

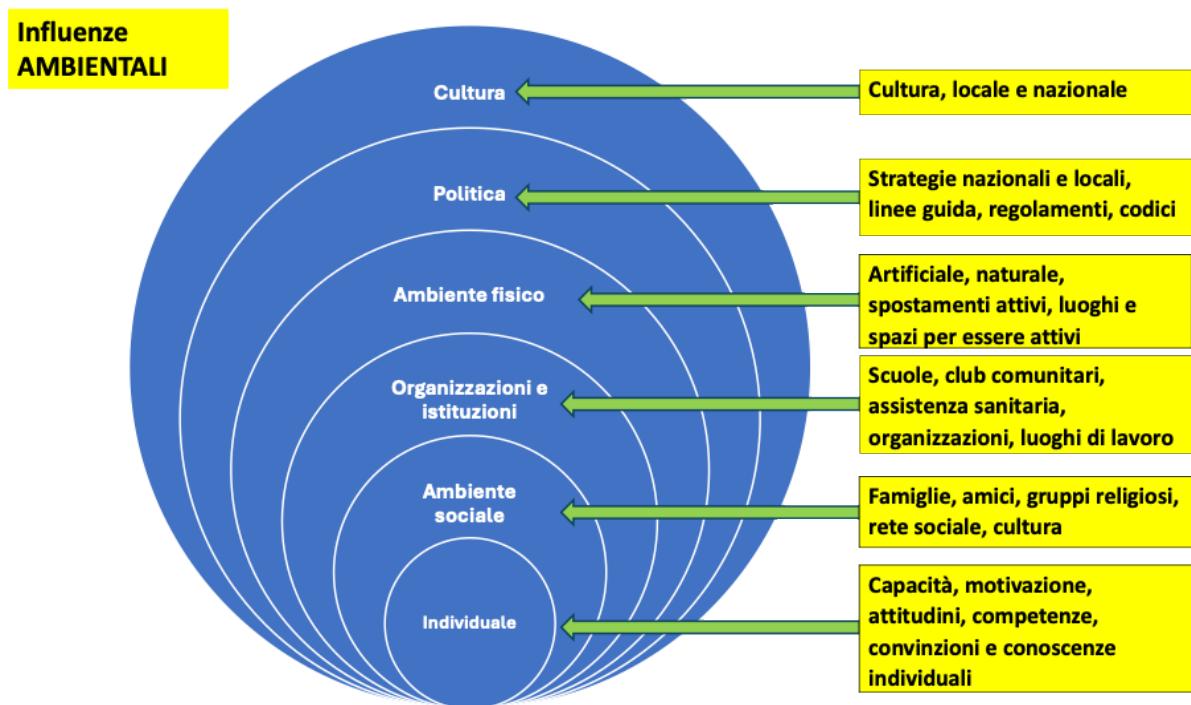
che sono difficili da superare. Potremmo subire un infortunio o avere impegni che non ci permettono di praticare AF con la frequenza che vorremmo. In questa fase, possiamo tornare a mantenere, consolidare o sviluppare la nostra PL.

Dovremmo celebrare i nostri risultati e condividere con gli altri il nostro senso di realizzazione. Dobbiamo riconoscere i benefici di una natura olistica.

Riflettendo sulla nostra PL, possiamo stabilire obiettivi futuri e capire come continuare a svilupparli nel corso della vita.

### 3.4.6 Influenze ambientali

Figura 3.5 Influenze ambientali (Green, 2023). [Modello ecologico - Immagini prese da Bing](#)



Come individui, siamo influenzati dagli aspetti più ampi della nostra vita, dalla nostra famiglia, dagli amici e dai gruppi sociali, dalle nostre scuole o comunità, dall'ambiente in cui viviamo, dalle politiche nazionali e dalla nostra cultura.

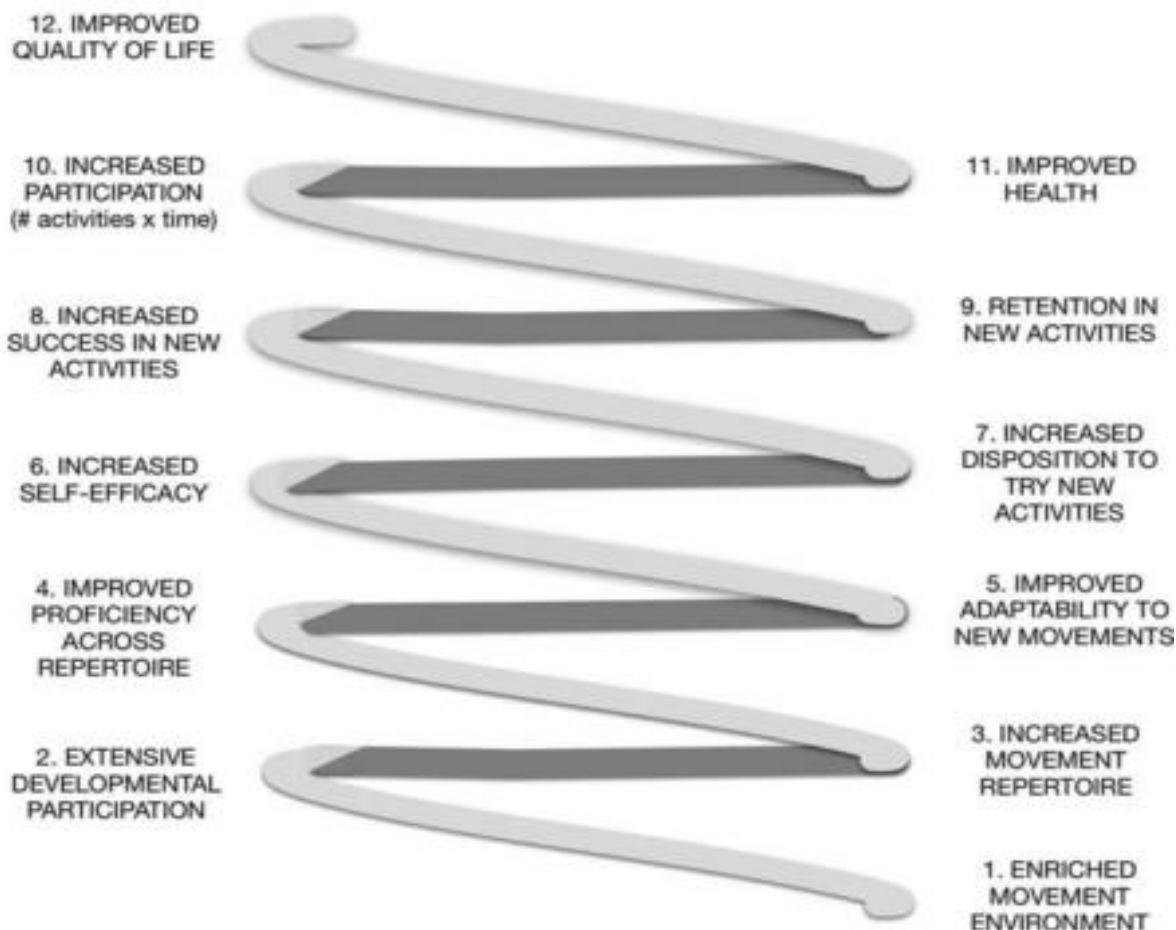
#### ❖ *Riflessione/ discussione*

- In gruppo, discutete l'impatto della società in generale (Figura 3.6) sul vostro impegno nella pratica di AF. Potreste prendervi un po' di tempo per riflettere sul vostro percorso di PL o su quello di altri.
- Cosa e chi l'ha influenzata?
- Perché siete attivi o inattivi ora?
- In che modo i fattori influenzanti potrebbero fornire una strategia per incoraggiare tutti a essere fisicamente attivi nel corso della vita?

### 3.4.7 La spirale dello sviluppo della physical literacy

Jurbala (2015) ha utilizzato un esempio diagrammatico per spiegare come lo sviluppo della PL non sia necessariamente lineare, ma spesso a spirale.

**Figura 3.6** La spirale dello sviluppo della physical literacy (Jurbala, 2015)



❖ *Riflessione/ discussione*

- Dove ti sei mosso all'interno della spirale?
- La spirale è un modo appropriato di considerare lo sviluppo della tua PL?
- Discutete in gruppo.

### 3.4.8 Perché abbiamo bisogno di un approccio diverso all'insegnamento dell'educazione fisica?

In molti Paesi, l'EF è stata insegnata secondo un modello "tradizionale" basato sullo sport (Houser & Kriellaars, 2023; Lynch & Soukup, 2016). Anche la fitness è stata considerata parte integrante dell'EF, ma spesso i bambini vengono sottoposti ad allenamenti per tenersi in forma, piuttosto che educarli all'importanza di avere un buon stato di fitness. Ai bambini vengono insegnati gli sport, in modo che possano praticarli, e le scuole possono selezionare le squadre scolastiche per partecipare alle competizioni. La natura olistica dello sviluppo individuale attraverso l'EF viene spesso trascurata. La PL suggerisce di guardare all'insegnamento dell'EF in modo diverso. Piuttosto che insegnare lo sport

o il fitness, ci si concentra sull'insegnamento agli individui e su una visione che riguarda bambini che valorizzano e si impegnano nell'attività di AF, con la speranza che continuino a farlo per tutta la vita.

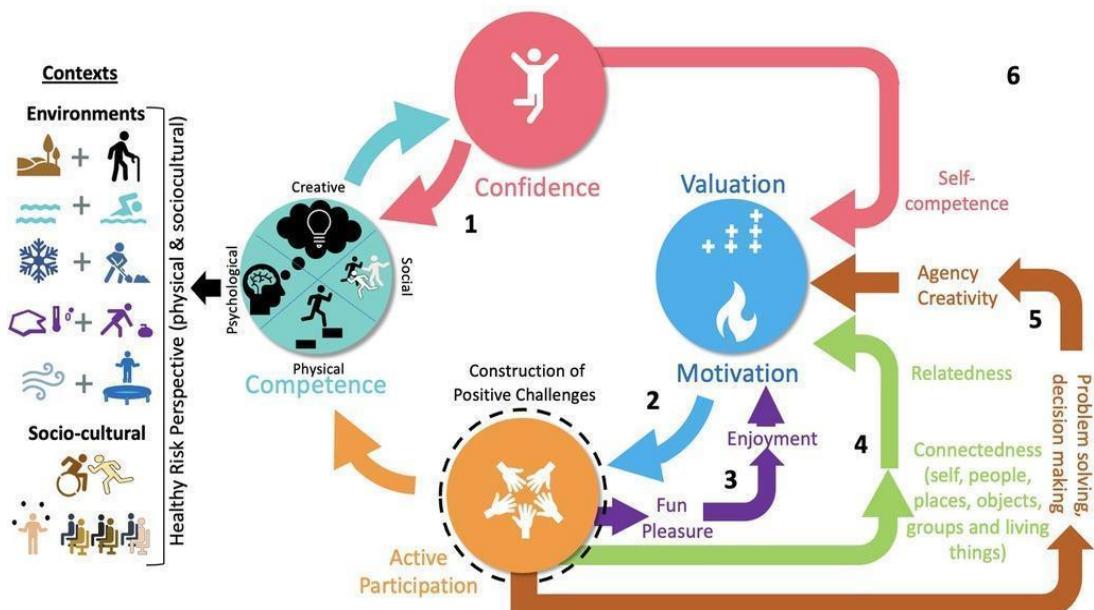
La PL è stata riconosciuta dall'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura (UNESCO) come il fondamento dell'EF (UNESCO, 2015). L'UNESCO ha introdotto il concetto di Educazione Fisica di Qualità (EFQ). Un'EFQ dovrebbe includere la sperimentazione di una varietà di attività fisiche che consentano lo sviluppo fisico, mentale, sociale ed emotivo di ogni individuo, e il suo risultato è la partecipazione continua all'AF per tutto il corso della vita (UNESCO, 2015). L'EF dovrebbe essere incentrata sulla PL dello studente fin dall'inizio e dovrebbe continuare durante tutti gli anni dell'esperienza scolastica.

Una EFQ ha componenti essenziali, che comprendono:

- Avere una filosofia chiara che indichi perché lo si sta facendo, cosa e come lo si sta facendo e come si intende considerare i progressi nell'apprendimento e nelle attitudini. Questo dovrebbe essere correlato al curriculum nazionale o locale.
- Essere centrata sullo studente e adeguata allo sviluppo.
- Avere l'AF come fulcro del programma.
- Sviluppare le capacità di leadership e di lavoro di squadra e promuovere l'auto-disciplina.
- Promuovere l'inclusione di tutti gli studenti.
- Enfatizzare la padronanza dell'apprendimento.
- Promuovere il benessere personale per tutta la vita.
- Insegnare la responsabilità e la cooperazione e promuovere la diversità.

L'EFQ, come promosso dall'UNESCO, abbraccia il ciclo della PL (Figura 3.7), promuovendo le competenze fisiche, sociali, creative e psicologiche. La ricerca dell'ambiente ottimale per gli affetti positivi e la promozione di esperienze positive dovrebbero sostenere gli studenti nell'accrescimento della fiducia e potenzialmente nella partecipazione all'AF per tutta la vita (Houser & Kriellaars, 2023).

**Figura 3.7** Ciclo avanzato di physical literacy. Percorsi di feedback: (1) competenza-fiducia; (2) motivazione-partecipazione attiva; (3) divertimento-piacere; (4) connessione-corrispondenza; (5) creatività-azione; (6) ciclo generale legato alle esperienze positive di movimento (Houser & Kriellaars, 2023).



Dal modello presentato nella Figura 3.7, è possibile comprendere lo sviluppo olistico della PL e la relazione tra i domini (fisico, affettivo, cognitivo e sociale).

❖ **Riflessione/ discussione**

- Prendetevi del tempo per parlare di questo diagramma al fine di capirlo meglio.
- Come si collega questo alla definizione di PL?
- Discutete in gruppo.

"La physical literacy può essere descritta come la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione per valorizzare e assumersi la responsabilità di impegnarsi nella pratica di attività fisica per tutta la vita" (IPLA, 2017).

❖ **Riflessione/ discussione**

- Questo suggerisce che abbiamo bisogno di un approccio diverso all'insegnamento dell'EF?
- Discutete in gruppo.

### 3.5 Attività

1. In gruppo, valutate criticamente i metodi di insegnamento dell'EF esistenti e proponete miglioramenti basati sui principi della PL.
2. In gruppo, riflettete e valutate le esperienze personali con l'EF e la PL, sia positive che negative.
3. In gruppo, valutate perché abbiamo bisogno di un approccio all'insegnamento dell'EF basato sulla PL e come potreste cambiare la pratica.

### 3.6 Risultati di apprendimento

Al termine di questo modulo, lo studente avrà:

- Riflettuto sul perché sia necessario un approccio diverso all'insegnamento dell'EF.
- Apprezzato la PL relativa ai concetti di salute e benessere, EF, sport e AF.
- Riflettuto sul proprio percorso personale di PL, annotando le influenze chiave e i momenti in cui il desiderio di impegnarsi era/non era positivo.

### 3.7 Conclusione

Questo modulo ha permesso di riflettere sul perché sia necessario un approccio diverso all'insegnamento dell'EF e sul perché la PL possa essere la risposta su cui concentrarsi. Il modulo ha considerato il modo in cui la PL si relaziona con altri aspetti della vita come la salute, il benessere, lo sport e l'ambiente. Questo modulo ha approfondito le radici filosofiche della PL, ovvero il Monismo, l'Esistenzialismo e la Fenomenologia. Ha considerato come tutti noi siamo influenzati dalla nostra cultura, dalla politica, dagli ambienti, dalle organizzazioni e dai gruppi sociali. Il modulo ha riflettuto sul nostro percorso di PL e su come questo sia stato influenzato da fattori esterni. Ha inoltre permesso di considerare la natura complessa della PL.

### 3.8 Revisione e autovalutazione

Domanda 1 - Perché è necessario focalizzarsi sulla PL?

- A. Per arricchire la vita, migliorare il benessere, dare ampiezza ed equilibrio alle esperienze di vita e accrescere la nostra autostima.
- B. Per diventare più in forma, più forti, più flessibili e avere una migliore resistenza.
- C. In modo da poter scrivere più chiaramente delle nostre esperienze di AF.
- D. In questo modo possiamo migliorare le abilità di movimento fondamentali che ci aiuteranno a diventare atleti migliori.

Domanda 2 - Quali sono le tre filosofie principali su cui si fonda la PL?

- A. Idealismo, Realismo e Pragmatismo.
- B. Esistenzialismo, Progressismo e Costruttivismo.
- C. Monismo, Esistenzialismo e Fenomenologia.
- D. Comportamentismo, Umanesimo e Ricostruzionismo Sociale.

Domanda 3 - In ordine di impatto, quali sono le influenze ambientali sulla PL di ciascun individuo?

- A. Politica, società, organizzazione, cultura e influenza fisica.
- B. Cultura, politica, influenza fisica, organizzativa e sociale.
- C. Influenza fisica, sociale, politica, culturale e organizzativa.
- D. Cultura, influenza sociale, politica, organizzativa e fisica.

Domanda 4 - La spirale di Jurbala sullo sviluppo della PL comprende:

- A. Rilassarsi, allenarsi duramente, aumentare la fitness e arricchire la qualità della vita.
- B. Specializzarsi in un'attività, incrementare la fitness, aumentare la partecipazione e arricchire la qualità di vita.
- C. Migliorare le capacità di movimento fondamentali, aumentare l'autostima, ridurre la sedentarietà, arricchire la qualità di vita.
- D. Migliorare il movimento attraverso la partecipazione, aumentare l'autoefficacia, impegnarsi in attività diverse e arricchire la qualità della vita.

Domanda 5 - Il ciclo avanzato di PL è:

- A. Competenza-fiducia, motivazione-partecipazione attiva, divertimento-piacere, connessione-relazione e creatività-azione.
- B. Motivazione-partecipazione attiva, divertimento-piacere, connessione-relazione, creatività-azione e competenza-fiducia.
- C. Divertimento-piacere; competenza-fiducia; motivazione-partecipazione attiva; connessione-relazione e creatività-azione.
- D. Creatività-azione; competenza-fiducia; motivazione-partecipazione attiva; divertimento-piacere e connessione-relazione.

### 3.9 Bibliografia

- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J.-P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R., Katzmarzyk, P. T., . . . Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451-1462. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>
- Dogra, S., Dunstan, D.W., Sugiyama, T., Stathi, A., Gardiner, P. A., & Owen, N. (2022). Active aging and public health: Evidence, implications, and opportunities. *Annual Review of Public Health*, 43, 439–459. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-052620-091107>
- European Commission. (2021). *Disability-adjusted life years chart in the EU in 2017*. [https://knowledge4policy.ec.europa.eu/health-promotion-knowledge-gateway/eu-burden-non-communicable-diseases-key-risk-factors-dalys\\_en](https://knowledge4policy.ec.europa.eu/health-promotion-knowledge-gateway/eu-burden-non-communicable-diseases-key-risk-factors-dalys_en)
- Green, N. (2023). *Taiwan Teachers Workshop*. August 2023. Not published.
- Green, N. (2019). *Introduction to Physical Literacy - India Workshop 2019*. Not published.
- Houser, N., & Kriellaars, D. (2023). “Where was this when I was in Physical Education?” Physical literacy enriched pedagogy in a quality physical education context. *Frontiers in Sports and Active Living* 5, Article 1185680. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1185680>
- International Sport and Culture Association (ISCA) & Centre for Economics and Business Research (CEBR). (2015). *The economic cost of physical inactivity in Europe*. [https://inactivity-time-bomb.nowwemove.com/download-report/The%20Economic%20Costs%20of%20Physical%20Inactivity%20in%20Europe%20\(June%202015\).pdf](https://inactivity-time-bomb.nowwemove.com/download-report/The%20Economic%20Costs%20of%20Physical%20Inactivity%20in%20Europe%20(June%202015).pdf).
- Jurbala, P. (2015). What is physical literacy, really? *Quest*, 67(4), 367-383. <https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1084341>
- Kaminsky, L. A., Arena, R., Ellingsen, Ø., Harber, M. P., Myers, J., Ozemek, C., & Ross, R. (2019). Cardiorespiratory fitness and cardiovascular disease – The past, present, and future. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 62(2), 86–93. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2019.01.002>
- Katzmarzyk, P. T. (2023). Expanding our understanding of the global impact of physical inactivity. *The Lancet Global Health*, 11(1), e2–3. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00482-X](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00482-X)
- Lynch, T., & Soukup, G. J. (2016). “Physical education”, “health and physical education”, “physical literacy” and “health literacy”: Global nomenclature confusion. *Cogent Education*, 3(1), Article 1217820. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2016.1217820>
- Mielke, G. I., Crochemore, I. M. S., Kolbe-Alexander, T. A., & Brown, W. J. (2018). Shifting the physical inactivity curve worldwide by closing the gender gap. *Sports Medicine (Auckland, N.Z.)*, 48(2), 481–489. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0754-7>
- Pedersen, B. K., & Saltin, B. (2015). Exercise as medicine – Evidence for prescribing exercise as therapy in 26 different chronic diseases. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 25(Suppl. 3), 1–72. <https://doi.org/10.1111/sms.12581>
- Rosenbaum, S., Morell, R., Abdel-Baki, A., Ahmadpanah, M., Anilkumar, T. V., Baie, L., Bauman, A., Bender, S., Boyan Han, J., Brand, S., Bratland-Sanda, S., Bueno-Antequera, J., Camaz Deslandes, A., Carneiro, L., Carraro, A., Castañeda, C. P., Castro Monteiro, F., Chapman, J.,

- Chau, J. Y., . . . Ward, P. B. (2020). Assessing physical activity in people with mental illness: 23-country reliability and validity of the simple physical activity questionnaire (SIMPAQ). *BMC Psychiatry*, 20(1), Article 108. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-2473-0>
- Santos, A. C., Willumsen, J., Meheus, F., Ilbawi, A., & Bull, F. C. (2023). The cost of inaction on physical inactivity to public health-care systems: a population-attributable fraction analysis. *The Lancet Global Health*, 11(1), e32-e39. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00464-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00464-8)
- Stanaway, J. D., Afshin, A., Gakidou, E., Lim, S. S., Abate, D., Abate, K. H., Abbafati, C., Abbasi, N., Abbastabar, H., Abd-Allah, F., Abdela, J., Abdelalim, A., Abdollahpour, I., Abdulkader, R. S., Abebe, M., Abebe, Z., Abera, S. F., Abil, O. Z., Abraha, H. N., . . . Murray, C. J. L. (2018). Global, regional, and national comparative risk assessment of 84 behavioural, environmental and occupational, and metabolic risks or clusters of risks for 195 countries and territories, 1990–2017: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet*, 392(10159), 1923–1994. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32225-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32225-6)
- UNESCO. (2015). *Quality Physical Education (QPE): Guidelines for policy makers – UNESCO Digital Library*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231101>.
- Whitehead, M. (Ed.) (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203881903>.
- World Health Organisation. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1315866/retrieve>.

### 3.10 Ulteriori contenuti multimediali

<https://www.youtube.com/watch?v=BmOlzRQTabA>

Risposte corrette (alle domande a scelta multipla):

Domanda 1: A

Domanda 2: C

Domanda 3: B

Domanda 4: D

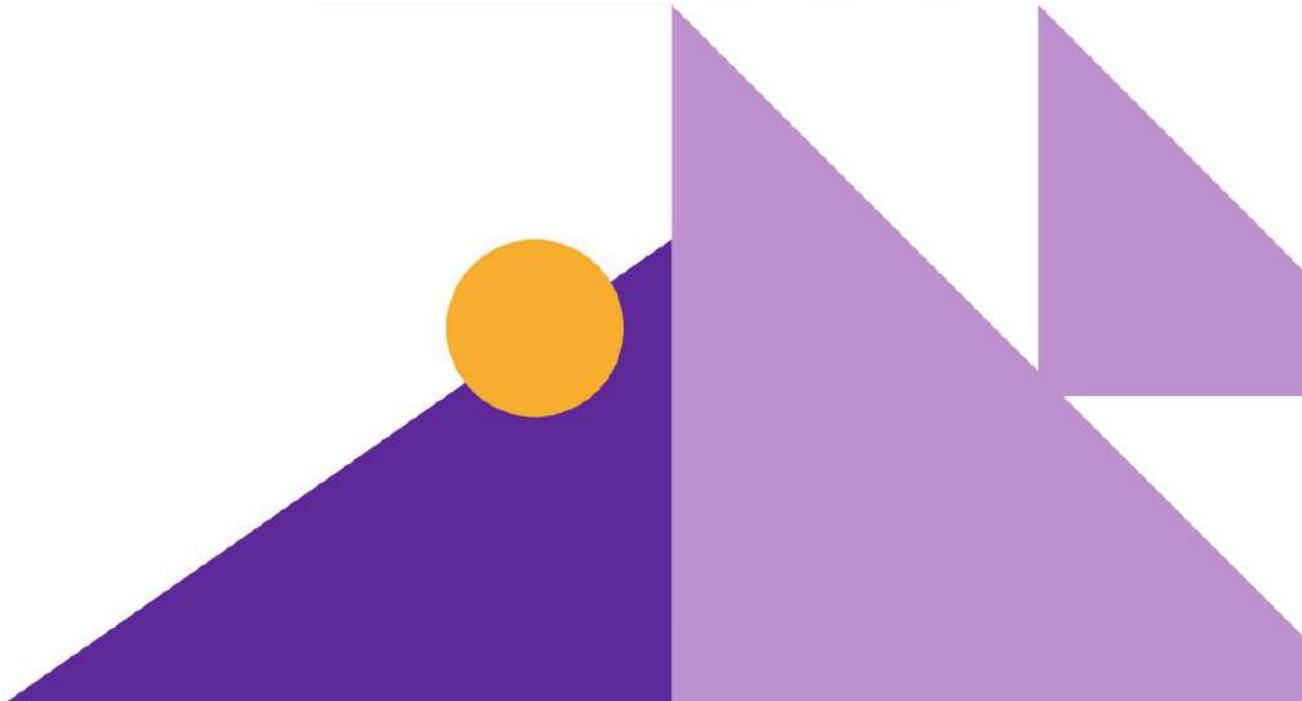
Domanda 5: A

MODULO 3: MONITORARE I PROGRESSI



# MODULO 3

MONITORARE I  
PROGRESSI



### 3 Modulo 3: Monitorare i progressi

Durata: circa 10 ore

#### 4.1 Panoramica

Questo modulo esplorerà il modo in cui i progressi vengono tenuti in considerazione nella PL e in EF. Si focalizzerà sul motivo per cui dovremmo valutare o tenere traccia dei progressi, sul modo in cui questi possono essere misurati e sull'impatto che possono avere sulle persone. Il modulo introdurrà i "compiti autentici di base" e altre strategie e pratiche utilizzate in tutto il mondo per monitorare i progressi. Suggerirà i principi chiave che dovrebbero essere adottati nel monitorare i progressi.

#### 4.2 Parole chiave e concetti

Compiti autentici di base, valutazione ipsativa, monitoraggio dei progressi, valutazione olistica.

#### 4.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere i principi del monitoraggio dei progressi della PL.
- Comprendere i diversi metodi per identificare un punto di partenza per lo sviluppo della PL.
- Imparare a conoscere le diverse strategie di valutazione e le loro applicazioni per misurare i miglioramenti o i risultati ottenuti nella PL.

In termini di abilità, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Analizzare diverse strategie di valutazione per valutarne l'efficacia in contesti specifici.
- Stabilire obiettivi chiari e raggiungibili al fine di ottenere progressi nella PL e delineare un piano per raggiungerli.
- Riflettere criticamente sul proprio percorso di PL, compresi i punti di partenza, gli obiettivi e gli indicatori di progresso.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Applicare la conoscenza delle strategie di valutazione per creare un piano di monitoraggio dei progressi personali o altrui nella PL.
- Usare la riflessione critica per valutare regolarmente i progressi nel raggiungimento degli obiettivi di PL e modificare i piani se necessario.
- Comunicare efficacemente i progressi nella PL, identificando i punti di partenza, fissando gli obiettivi e descrivendo i risultati o i miglioramenti.

#### 4.4 Contenuti del modulo 3

##### 4.4.1 Introduzione al modulo 3

L'EF è multidimensionale, con le sue componenti cognitivo, affettivo, sociale e fisica, il che ne rende difficile la valutazione. Nel mondo reale, non esiste una misura perfetta, ma piuttosto la migliore che le circostanze e le risorse consentono. In questo modulo prenderemo in considerazione i metodi utili al monitoraggio dei progressi che fanno parte degli approcci pedagogici utilizzati per l'apprendimento in EF. Queste pratiche dovrebbero consentire all'insegnante di monitorare il progresso degli studenti, sul quale si baseranno la loro pianificazione, la scelta dei contenuti futuri e i futuri approcci pedagogici.

La crescente responsabilità richiesta nelle scuole e in altri settori della società ha portato alla necessità di adottare un sistema di monitoraggio in EF, per mantenere la parità con le altre materie scolastiche (Decorby et al., 2005; Kohn, 2003). Insegnanti e genitori, tuttavia, hanno bisogno di un sistema semplice per monitorare i progressi, che rifletta lo sviluppo olistico di un individuo nel corso dell'EF a scuola.

Ogni Paese ha un curriculum nazionale da seguire e, di solito, procedure di valutazione correlate al curriculum. La maggior parte dei Paesi si concentra sull'EF da un punto di vista fisico, affettivo, cognitivo e sociale. Inoltre, la maggior parte dei curricula nazionali mira a sviluppare la competenza fisica in una serie di attività (competitive, cooperative e stimolanti) che consentono agli individui di condurre una vita fisicamente attiva sia all'interno che all'esterno della scuola. Essi mirano anche a sviluppare la fiducia, la motivazione, il carattere e i valori attraverso l'EF. La conoscenza e la comprensione di tattiche, strategie, regole, concetti, capacità di problem solving, abilità analitiche e benefici per la salute derivanti dalla pratica di AF sono altri obiettivi chiave della maggior parte dei curricula nazionali, insieme allo sviluppo sociale di ogni bambino, in modo che possa integrarsi efficacemente nella società.

#### 4.4.2 Esperienze di valutazione personale

##### ❖ *Riflessione/ discussione*

Discutete con un collega o in un piccolo gruppo le vostre esperienze relative alle domande elencate.

1. Come sei stato valutato o ti è stato chiesto di riflettere sui tuoi progressi, nel corso della tua vita?
  - Voti scolastici
  - Esami scolastici
  - Prove pratiche/esami
  - Istruzione superiore
  - Vita lavorativa
2. Quale forma di valutazione/riflessione ritieni abbia sostenuto il tuo sviluppo e perché?

#### 4.4.3 Esprimere un giudizio

Guarda questa immagine (Figura 4.1). Che cosa vedi? Prenditi un po' di tempo e poi condivi ciò che vedi.

**Figura 4.1** Illusione ottica



### **Potresti vedere una signora anziana, una giovane donna o entrambe!**

Quando guardiamo qualcosa, esprimiamo un giudizio basato sulla nostra comprensione e sulle nostre esperienze precedenti.

Quando valutiamo qualcosa, esprimiamo un giudizio basato sulla nostra esperienza e su criteri specifici, di solito per uno scopo particolare.

La natura complessa dell'EF rappresenta una vera e propria sfida per i professionisti nel rendere un sistema di monitoraggio efficace nel perseguire i suoi obiettivi. Il monitoraggio dei progressi nell'EF dipende quindi da come la definiamo e, a sua volta, da come viene proposta. Allo stesso modo, la valutazione della PL presenta gli stessi problemi.

Dovremmo avere dei test o delle attività che permettano di riflettere sui progressi?

#### **Punti chiave da tenere a mente.**

1. L'EF è multidimensionale, con le sue componenti cognitive, affettive, sociali e fisiche, il che rende difficile la sua valutazione.
2. Nel mondo reale non esiste una misura perfetta, ma piuttosto la migliore che le circostanze e le risorse consentono.
3. È necessario assicurarsi che i metodi utili al monitoraggio dei progressi siano autentici (simili a situazioni di vita reale) e facciano parte degli approcci pedagogici utilizzati durante il processo di apprendimento.
4. Il metodo dovrebbe consentire all'insegnante di monitorare i progressi degli studenti, che a loro volta forniscono informazioni utili alla pianificazione, alla scelta dei contenuti futuri e agli approcci pedagogici.
5. La crescente responsabilità richiesta nelle scuole e in altri settori della società ha portato alla necessità di adottare un sistema di monitoraggio in EF, per mantenere la parità con le altre materie.
6. Gli insegnanti e i genitori hanno bisogno di un sistema semplice per monitorare i progressi che tenga conto dello sviluppo olistico di un individuo.

#### **❖ Riflessione/ discussione**

Discuti con un compagno o in gruppo considerando i punti chiave e se andrebbero eseguiti dei test o semplicemente riflettere sui progressi.

#### **4.4.4 Principi chiave relativi alla valutazione**

*Chi e cosa è importante quando si valutano o si monitorano i progressi? Quali sono i principi chiave per la valutazione o il monitoraggio dei progressi?*

1. I progressi di un individuo in materia di EF e di PL devono essere pensati in relazione ai suoi obiettivi personalizzati.
2. Le riflessioni devono riguardare i progressi fisici, affettivi, sociali e cognitivi, considerando le capacità uniche di ogni studente.
3. Le pratiche di valutazione o di monitoraggio dei progressi dovrebbero coinvolgere l'insegnante, gli studenti, i genitori e altre parti interessate, se necessario, se vogliamo essere in grado di tracciare il quadro completo dello sviluppo di un individuo.

4. Le pratiche di valutazione/monitoraggio dei progressi dovrebbero consentire la discussione degli obiettivi futuri per gli studenti e ispirare la pianificazione futura per gli insegnanti.
5. Non si devono fare paragoni tra individui, poiché tutti hanno capacità diverse. I progressi devono essere ipsativi (considerati in relazione a una situazione precedente e ai progressi compiuti) piuttosto che riferiti alla norma.
6. La riflessione deve basarsi su criteri di sviluppo specifici e sui progressi compiuti rispetto alla posizione precedente.
7. Ricordate: "Non tutto ciò che conta può essere contato, e non tutto ciò che può essere contato conta".

❖ *Riflessione/ discussione*

Chi e cosa è importante nei processi di valutazione che avvengono in EF, di cui sei a conoscenza? Includono un focus sulla PL? Attualmente comprendono ciò che è significativo nella strategia di valutazione/monitoraggio dei progressi? Se no, perché? Discuti con un compagno o in gruppo e condividi i tuoi pensieri.

#### 4.4.5 Le qualità come focus

*Dovremmo concentrarci sulle qualità chiave come espressive dei progressi in EF?*

Di seguito è riportato un elenco di qualità che l'IPLA ha suggerito come importanti per il riconoscimento dei progressi nella PL e anche in EF. Dove lo studente:

1. Vuole praticare AF.
2. Ha fiducia in sé stesso quando pratica diverse attività fisiche.
3. Si muove in modo efficiente ed efficace durante la pratica di diverse attività fisiche.
4. Ha una consapevolezza delle richieste e delle opportunità di movimento durante la pratica di diverse attività fisiche.
5. Utilizza l'immaginazione e la creatività quando si muove in diversi contesti correlati alla pratica di AF.
6. Sa lavorare in modo indipendente e con altri durante la pratica di diverse attività fisiche.
7. È sicuro della propria capacità di interagire efficacemente nell'ambiente.
8. Sa come migliorare le prestazioni in diverse attività fisiche.
9. Sa come l'AF può migliorare il benessere.
10. Ha uno stile di vita fisicamente attivo.

❖ *Riflessione/ discussione*

Come insegnanti, genitori e studenti, dovremmo considerare queste qualità come un punto chiave quando riflettiamo sui progressi in EF e nella PL? È facile valutare i progressi? Se sì, come? Discuti con un compagno o in gruppo e condividi i tuoi pensieri.

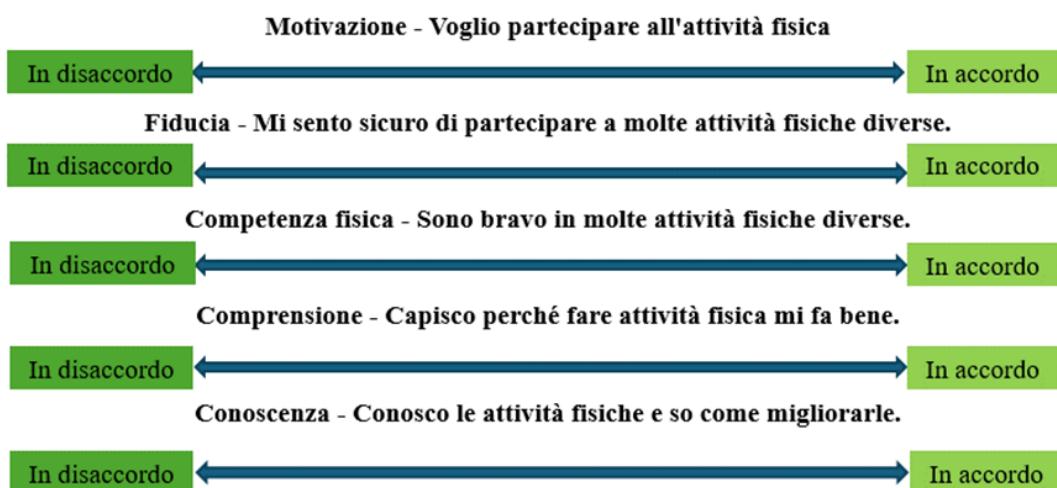
#### 4.4.6 Esempi di valutazione/monitoraggio dei progressi

La prossima sezione ha lo scopo di fornire una serie di esempi che sono stati e vengono utilizzati nella pratica. Questo non significa che uno di essi sia migliore di un altro. Come professionista, dovrà decidere cosa stai cercando di monitorare, il tempo che hai a disposizione e qual è il modo più efficiente ed efficace per valutare/monitorare i progressi. Puoi utilizzare lo strumento che funziona

meglio per te o modificarne uno per adattarlo alle tue esigenze. In ogni caso, il contesto verrà spiegato insieme al processo.

Questo primo esempio (Figura 4.2) è stato utilizzato da Sport England nella sua indagine *Active Lives* sui bambini. L'indagine ha rilevato che i bambini più motivati, fiduciosi, fisicamente competenti nelle attività e con una conoscenza e comprensione delle attività fisiche, hanno maggiori probabilità di essere attivi. Ciò rafforza la necessità di concentrarsi su questo criterio. L'indagine *Active Lives Children and Young People Survey - Academic year 2021-2022* (Sport England, 2022) si svolge ogni anno dal 2016.

**Figura 4.2** Indagine sulla PL - scala di valutazione "Physical Literacy: My disposition towards physical activity" (Green, 2019), basato sul sondaggio Sport England Active Lives (<https://www.sportengland.org/research-and-data/data/active-lives>).



#### ❖ *Riflessione/ discussione*

Considera questa semplice riflessione sull'atteggiamento o la propensione di un individuo nei confronti della pratica di AF. Sarebbe facile da fare? Risponde ai suggerimenti forniti in precedenza?

- ✓ I giudizi devono includere i domini affettivo, fisico, sociale e cognitivo (elementi di un approccio olistico).
- ✓ I giudizi devono essere riferiti a criteri ipsativi e non a criteri di confronto con altri. I giudizi devono rivelare i cambiamenti nella PL che possono essere utilizzati come guida per le sfide future.
- ✓ I giudizi che vengono espressi devono essere comunicati e condivisi con gli insegnanti, gli operatori e le persone importanti, a seconda dei casi.
- ✓ Documentare e valorizzare un percorso per promuovere e tracciare il cambiamento dei nostri comportamenti verso l'impegno nella pratica di AF.

Discuti con un compagno o in gruppo e condividi i tuoi pensieri.

Se ci si concentra sulle qualità, si può utilizzare un formato simile a quello riportato di seguito.

**Tabella 4.1** Riflessione sul progresso

Riflessione sui progressi in base agli attributi.

Una semplice riflessione sui progressi compiuti, basata sui seguenti otto attributi, può essere effettuata utilizzando una semplice scala Likert. Questa può essere utilizzata per monitorare i progressi compiuti in un certo periodo di tempo.

1. Voglio praticare attività fisica.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

2. Ho fiducia in me stesso quando pratico diverse attività fisiche.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

3. Mi muovo in modo efficiente ed efficace durante la pratica di diverse attività fisiche.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

4. Ho consapevolezza delle richieste e delle opportunità di movimento durante la pratica di diverse attività fisiche.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

5. Sono in grado di lavorare in modo indipendente e con altri durante la pratica di diverse attività fisiche.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

6. So come migliorare le prestazioni in diverse attività fisiche.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

7. So come l' attività fisica può migliorare il benessere.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

8. Ho fiducia in me stesso per pianificare e realizzare uno stile di vita fisicamente attivo.

Fortemente in disaccordo	Non sono d'accordo	D'accordo	Fortemente d'accordo
-----------------------------	--------------------	-----------	-------------------------

In diversi Paesi sono stati sviluppati molti strumenti e strategie per valutare o monitorare i progressi relativi alla PL. Ecco alcuni link utili.

Canadian Assessment for Physical Literacy (CAPL) – [Canadian Assessment of Physical Literacy Second Edition: a streamlined assessment of the capacity for physical activity among children 8 to 12 years of age | BMC Public Health | Full Text \(biomedcentral.com\)](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8540333/)

Passport For Life (PFL) (Canada) – [Passport for Life](#)

Physical Literacy Assessment for Youth (PLAY) tool (Canada) – [PLAY | Physical Literacy Assessment for Youth](#)

National standards for K-12 physical education and PE metrics (SHAPE America) – [PE Metrics \(shapeamerica.org\)](#)

Perceived Physical Literacy Inventory (PPLI) (Hong Kong) – [Perceived physical literacy instrument for adolescents: A further validation of PPLI - PubMed \(nih.gov\)](#)

Chinese Assessment and evaluation of Physical Literacy (CAEPL) – [The Development of Chinese Assessment and Evaluation of Physical Literacy \(CAEPL\): A Study Using Delphi Method – PubMed \(nih.gov\)](#)

Conceptual model of observed physical literacy (CMOPL) – [A Conceptual Model of Observed Physical Literacy | The Physical Educator \(sagamorepub.com\)](#)

IPLA Charting Progress Tool [Charting Physical Literacy Journey Tool – IPLA \(physical-literacy.org.uk\)](#)

#### ❖ *Riflessione/ discussione*

All'interno del vostro gruppo, ognuno dovrebbe prendere uno degli strumenti/strategie elencati sopra, scoprire come utilizzarlo e considerare se è appropriato per valutare/monitorare la PL all'interno dell'EF.

#### **4.4.7 Passi pratici per valutare lo sviluppo della PL - Compiti autentici di base**

È una parte importante dello sviluppo di un individuo valorizzare e riflettere sui risultati e i progressi ottenuti, per poi considerare quali sono i passi successivi nel suo percorso di PL. Quando gli studenti sono più giovani o meno capaci, l'insegnante dovrebbe fornire semplici forme di riflessione sui progressi compiuti, ma gradualmente, man mano che gli studenti progrediscono possono assumersi una responsabilità crescente in questo processo. Riconoscere che ogni individuo è unico e sta compiendo il proprio percorso di PL aiuterà l'insegnante a riflettere solo su quel particolare individuo e a non paragonarlo ad altri. La riflessione sui progressi compiuti consentirà all'insegnante, insieme agli studenti, di valutare quali saranno i loro prossimi passi nell'apprendimento e nello sviluppo, dal punto di vista fisico, affettivo, sociale o cognitivo. Permetterà di riflettere sulla predisposizione di un individuo nei confronti di un'attività. Riflettere su ciò che si può fare e su ciò che si vorrebbe essere in grado di fare in futuro è una parte importante dell'apprendimento e dello sviluppo individuale. Ma come possiamo farlo in pratica?

Gli insegnanti hanno spesso un programma per la lezione di EF che svolgono, con obiettivi e risultati chiari. Le lezioni possono essere ben pianificate, progressive e ben ritmate, con tempi dedicati alla riflessione sui progressi. Tuttavia, non sempre l'insegnante è consapevole delle esperienze precedenti dei partecipanti o della loro predisposizione verso una particolare attività. L'insegnante potrebbe non essere sempre consapevole delle capacità fisiche, affettive e cognitive dei partecipanti nell'ambito di quell'attività o di altre più in generale, e quindi i compiti pianificati, pur essendo appropriati per alcuni, potrebbero non esserlo per tutti. Le sfide proposte possono essere troppo difficili per alcuni e troppo facili per altri. Il ritmo di progressione può essere troppo veloce per alcuni e troppo lento per altri. I risultati dell'apprendimento possono essere appropriati per alcuni, ma non per tutti. Pertanto,

l'insegnante deve valutare il punto di partenza degli individui e poi considerare come creare un ambiente di apprendimento positivo che permetta a tutti i partecipanti di progredire nel loro percorso di PL. In sostanza, deve conoscere i suoi studenti.

Quando si stabilisce il punto di partenza di un individuo nello sviluppo delle sue capacità fisiche, affettive, sociali e cognitive, è utile avere un'attività iniziale che permetta ai partecipanti di dimostrare ciò che sanno fare, conoscere, capire e come possono lavorare all'interno di uno specifico ambiente di attività. **Un "compito autentico di base" è un metodo per stabilire il punto di partenza di un individuo.** La natura "autentica" del compito indica che deve essere strettamente legato all'attività, ma non deve seguire tutte le regole e i regolamenti. La valutazione "autentica" si avvale di una combinazione di compiti e osservazioni formative e valutative, basate sull'unità di lavoro e sui criteri definiti, relativi ai domini fisico, affettivo, sociale e cognitivo e ai vari ambienti. Il concetto di valutazione autentica viene utilizzato per contrastare le situazioni di valutazione artificiali, come i test di idoneità e di competenza motoria, che non riflettono la pratica nella vita reale o l'applicazione delle conoscenze. Secondo Desrosiers et al. (1997), la valutazione "autentica" ha tre caratteristiche tipiche:

1. È integrata nel processo di insegnamento-apprendimento.
2. La procedura di valutazione viene condivisa con gli studenti.
3. La valutazione condivisa attribuisce la massima importanza alla valutazione formativa.

La valutazione "autentica", nell'EF, dovrebbe consentire di cogliere la progressione nell'ambito della pratica di diverse attività fisiche, attraverso le interconnessioni dei domini cognitivo, psicomotorio e affettivo (Hay, 2006; Hay & Penney, 2009). Dovrebbe essere un'attività appropriata per l'età/stadio di apprendimento e sviluppo. I criteri condivisi con gli studenti, sia verbalmente che visivamente, basati sui tre domini, forniscono chiarezza sul potenziale percorso di progressione sequenziale relativo ai tre domini. Un esempio potrebbe essere quello di un insegnante che deve insegnare pallavolo ad una classe terza di scuola secondaria inferiore, e che non ha mai insegnato prima in quella classe. L'elaborazione di un "compito autentico di base" consentirebbe all'insegnante di vedere come i partecipanti lavorano tra loro e di ottenere una panoramica di ogni bambino all'interno del gruppo (dominio sociale). Il compito permetterebbe di valutare la fiducia e la motivazione degli studenti nell'impegnarsi alla pratica dell'attività (dominio affettivo), ciò che sanno e capiscono dell'attività (dominio cognitivo) e la loro competenza fisica durante la pratica dell'attività (dominio fisico). Dopo aver completato questo compito, l'insegnante avrà una comprensione generale del gruppo e degli individui al suo interno, in modo da poter pianificare le lezioni successive. La lezione pianificata prenderà quindi in considerazione la natura delle sfide e dei progressi futuri che saranno appropriati e includeranno ogni individuo.

Man mano che l'insegnante conosce gli studenti può prendere in considerazione la possibilità di assegnare una serie di "compiti autentici di base" per garantire che tutti i partecipanti abbiano l'opportunità di dimostrare il proprio sviluppo attraverso un compito commisurato alle loro capacità fisiche, affettive, sociali e cognitive. I "compiti autentici di base" possono essere utilizzati durante un'unità di lavoro, ma più spesso saranno utilizzati all'inizio e alla fine di un'unità di lavoro per consentire una riflessione sulla progressione del singolo studente. Si possono anche sviluppare mini-compiti di base da utilizzare all'inizio e alla fine delle lezioni per riflettere sui progressi compiuti.

**Un esempio di "compito autentico di base" potrebbe essere quello degli studenti che iniziano a giocare a pallavolo.**

*Consegna*

In un gruppo di 4 persone, inventate un gioco in cui lanciate ed afferrate la palla oltre un ostacolo/rete. Assicuratevi che tutti possano partecipare al gioco. Cercate di rendere il gioco più impegnativo colpendo la palla con la mano/il braccio o cambiando le regole. Con un insegnante, suggerite quali sono i vostri punti di forza (fisici, affettivi e cognitivi) e quali sono gli aspetti da sviluppare.

Il "compito autentico di base" permette all'insegnante e allo studente di riflettere sulle qualità fisiche, affettive e cognitive legate all'attività e di orientare le future sfide di apprendimento.

❖ **Riflessione/ discussione**

Con un compagno, ideate un "compito autentico di base" legato a un'attività pratica specifica che sia in relazione con ciò che potreste insegnare nella vostra scuola.

Condividete il vostro "compito autentico di base" con il resto del gruppo e discutete se pensate che questo possa funzionare nella scuola in cui siete coinvolti.

#### **4.4.8 Giudizi e considerazioni sui passi successivi**

Biggs (1999) suggerisce che i modelli ed i registri di valutazione efficaci dovrebbero essere fondati su modelli efficaci di metacognizione. Per questo motivo, l'autore ha preso in considerazione la **tassonomia SOLO** (Structure of Observed Learning Outcomes - Struttura dei Risultati di Apprendimento Osservati), che può essere utilizzata per descrivere una progressione di crescente complessità metacognitiva per una serie di domini fondamentali (Biggs & Collis, 1982), per sviluppare una matrice di progressione (Tabella 4.2). L'uso di questa tassonomia consente di considerare la progressione dall'apprendimento superficiale a quello profondo, pertinente a ciascun dominio, che può riguardare sia l'EF che la PL.

Le fasi sono collegate alla tassonomia SOLO (Dudley, 2015).

**Tabella 4.2** Valutazione in EF/matrice di monitoraggio dei progressi collegata alla tassonomia SOLO, agli stadi soglia, alla PL e ai compiti di base (Green, 2021).

<b>Progressione (tassonomia SOLO) Fasi</b>	<b>Prestrutturale</b>	<b>Unistrutturale</b>	<b>Multistrutturale</b>	<b>Relazionale</b>	<b>Concetto esteso</b>
	Acquisizione di informazioni slegate tra loro, prive di organizzazione e di senso.	Vengono fatti collegamenti semplici e ovvi, ma non se ne coglie il significato.	Vengono fatti diversi collegamenti, ma non si riesce a trovare la meta-connessione tra di essi, così come il loro	Lo studente è ora in grado di apprezzare il significato delle parti in relazione all'insieme.	Lo studente è in grado di fare collegamenti non solo all'interno della materia, ma anche al di

			significato nell'insieme.		fuori di essa ed è in grado di trasferire i principi a situazioni diverse.
Tassonomia SOLO semplice.	Nessuna comprensione .	Comprensione di un elemento.	Comprensione di un certo numero di elementi, ma non della relazione tra di essi.	Comprendere i collegamenti tra gli elementi.	La capacità di collegare il concetto al contesto e ad altri concetti.
Fasi di EF semplificate	Preliminare	Principiante	Sviluppatore	Intermedio	Avanzato
Fasi di EF semplificate collegate alla tassonomia SOLO.	Lo studente si trova nelle fasi iniziali dell'acquisizione di competenze, conoscenze e attitudini.	Lo studente sta sviluppando un atteggiamento più positivo nei confronti dell'AF ed è in grado di dimostrare semplici abilità o concetti, sviluppando al contempo le proprie conoscenze e la propria comprensione in relazione alle attività e alla salute/benessere.	Lo studente ha un atteggiamento positivo nei confronti dell'AF ed è in grado di dimostrare una gamma più ampia di abilità in diverse attività. Sta sviluppando connessioni con concetti quali tattiche, strategie, regole, coreografie e salute/benessere.	Lo studente è ora in grado di apprezzare il significato di elementi e concetti legati alle attività fisiche. È in grado di collegare regole, tattiche, coreografie e attività salutari al proprio sviluppo personale.	Lo studente è in grado di fare collegamenti non solo all'interno della materia, ma anche al di fuori di essa e di trasferire i principi a situazioni, attività e comportamenti di promozione della salute diversi.
Fasi di soglia	Preliminare	Principiante	Sviluppatore	Intermedio	Avanzato
Competenza fisica	Lo studente sta	Lo studente è in grado di	Lo studente è in grado di	Lo studente è in grado di	Lo studente è in grado di

(padronanza delle capacità di movimento).	sviluppando le sue capacità motorie di base.	eseguire semplici esercizi se è supportato, oppure imita gli altri.	completare gli esercizi e gli schemi di movimento in modo indipendente e comincia a adattarli alle attività fisiche.	combinare una serie di capacità motorie e schemi di movimento per eseguire sequenze di movimento con successo ed è in grado di riflettere sui propri progressi in diverse attività.	creare adattamenti alle capacità motorie e agli schemi di movimento per aumentarne l'efficacia e di valutare la propria e l'altrui competenza di movimento.
Affettivo - Motivazione a praticare AF sia all'interno che all'esterno della scuola.	Lo studente inizia a praticare AF.	Lo studente sa muoversi in modi che migliorano le sue capacità e la sua salute se sollecitato e sostenuto.	Lo studente sa muoversi in modo da migliorare le proprie capacità e la propria salute perché è motivato a migliorare.	Lo studente vuole muoversi in modi che migliorano le proprie capacità e la propria salute perché ne comprende l'importanza per il proprio benessere personale.	Lo studente è motivato a essere fisicamente attivo, è in grado di valutare l'efficacia del suo impegno ed è un modello per gli altri.
Affettivo – Fiducia e interazione.	Lo studente ha bisogno di sostegno e supervisione per praticare AF.	Lo studente è in grado di controllare il proprio impegno nella pratica di AF e di lavorare in modo indipendente	Lo studente rispetta gli altri e si sente sicuro quando lavora con loro su sfide correlate alla pratica di AF.	Lo studente lavora bene in modo indipendente e con altri in situazioni di sfida correlata alla pratica di AF.	Lo studente dimostra indipendenza e leadership in una varietà di contesti di AF.

		con un supporto.			
Cognitivo - Conoscenza e comprensione (regole, tattiche, strategie e concetti di salute).	Lo studente non conosce le regole o le strategie relative alle attività e non comprende l'importanza di promuovere la pratica di AF per la salute.	Lo studente è in grado di seguire semplici regole, stabilito da altri, con una guida e un sostegno. Riesce anche a commentare il proprio movimento e inizia a prendere coscienza dell'importanza della pratica di AF per la salute e il benessere.	Lo studente è in grado di partecipare a una serie di attività, rispondendo a semplici regole, strategie o concetti ed è consapevole di come l'AF possa promuovere la salute e il benessere.	Lo studente è in grado di utilizzare e riflettere efficacemente su diversi concetti di tattica e salute relativi a una serie di attività fisiche. Comprende l'impatto positivo dell'AF sulla propria salute e sul proprio benessere.	Lo studente è in grado di creare, analizzare e adattare strategie e concetti relativi alla salute per soddisfare le esigenze mutevoli di una serie di attività fisiche che svolge.

#### 4.4.9 Compiti autentici di base

I compiti autentici di base possono essere utilizzati per riflettere sui progressi compiuti nei costrutti multidimensionali dell'EF e della PL. I compiti autentici di base forniscono un veicolo attraverso il quale è possibile utilizzare approcci potenti e opportuni all'allineamento costruttivo per monitorare i progressi e i risultati degli studenti e informare la pianificazione futura degli insegnanti.

##### ❖ *Riflessione/ discussione*

Con un compagno o in gruppo, utilizzando la figura illustrata qui sotto (Figura 4.4), pensate di poter facilmente classificare gli studenti a cui insegnate relativamente a una particolare attività? Considerate la natura olistica della PL e il punto di sviluppo di uno studente in ciascuna immagine.

**Figura 4.4** Tabella illustrativa di esempi di progressione delle attività di EF (Green, 2023)

Exam ples from physical education activities progression	PRESTRUCTURAL	UNISTRUCTURAL	MULTISTRUCTURAL	RELATIONAL	EX TENDED ABSTRACT
<b>Gymnastics</b>					
<b>Swimming</b>					
<b>Windsurfing</b>					
<b>Skiing</b>					
<b>Basketball</b>					

Le tabelle 4.2 e 4.3 che seguono suggeriscono cosa ci si aspetterebbe di vedere dagli studenti nei diversi livelli di progressione relativi alla tassonomia SOLO. Riuscite a inserire gli studenti a cui insegnate all'interno di queste categorie?

**Tabella 4.2 Utilizzo della tassonomia SOLO nella pratica (parte 1) (Green, 2023)**

Cosa noterete dagli studenti?	★	★★	★★★	★★★★	★★★★★
<b>Quanto sono coinvolti gli studenti.</b>	Studenti che raramente vogliono svolgere AF. Che di solito non si applicano completamente. Che si impegnano ad evitare l'AF.	Studenti che di solito vogliono essere fisicamente attivi. Generalmente si applicano durante la pratica di AF. L'AF fa parte del loro modello di vita.	Studenti che vogliono essere fisicamente attivi perché si divertono. Che si impegnano a fondo quando praticano AF. L'AF costituisce una parte regolare del loro modello di vita.	Studenti che vogliono essere fisicamente attivi regolarmente perché è importante per loro. Che si impegnano molto nel sostenere la pratica regolare di AF. L'AF è una parte garantita del loro modello di vita.	Studenti motivati ad essere fisicamente attivi la maggior parte dei giorni; che sono determinati a sfidare sé stessi in una serie di ambienti di AF; che cercano continuamente modi per includere la pratica di AF nel loro modello di vita.
<b>Quanto sono fiduciosi gli studenti.</b>	Studenti che non sono sicuri di voler praticare AF; che non sono sicuri di poter fare progressi nelle diverse attività fisiche; che in generale non si sentono a proprio agio nei diversi ambienti di AF.	Studenti che di solito non vedono l'ora di praticare AF; che sono abbastanza sicuri di poter fare progressi in alcune attività fisiche; che di solito si sentono a proprio agio nel praticare AF in alcune attività al chiuso e all'aperto.	Studenti che sono sicuri di provare piacere nel praticare AF; che sono consapevoli di poter fare progressi in alcune attività e che sono sicuri di essere in grado di fare ulteriori progressi quando sperimentano nuove attività.	Studenti che sono certi che l'impegno nella pratica di AF sarà gratificante e aumenterà la loro autostima; che sanno di poter fare esperienze gratificanti durante la pratica di diverse attività fisiche, e questo aumenta la loro autostima; che si sentono sicuri nell'esplorare una serie di attività in contesti diversi.	Studenti che sono sempre sicuri di sé quando si impegnano in una serie di ambienti di AF; che sono sicuri di poter migliorare le loro competenze nelle diverse attività fisiche e di poter imparare da future esperienze impegnative; che amano impegnarsi in ambienti di AF nuovi e stimolanti.

**Tabella 4.3 Utilizzo della tassonomia SOLO nella pratica (parte 2) (Green, 2023)**

Cosa noterete dagli studenti?	★	★★	★★★	★★★★	★★★★★
<b>Quanto sono competenti gli studenti fisicamente.</b>	Gli studenti hanno una competenza di movimento limitata in relazione alle attività fisiche. Raramente sono in grado di muoversi efficacemente in diversi ambienti di AF. Hanno difficoltà a adattare i loro movimenti in diversi ambienti di AF.	Gli studenti esplorano gli schemi di movimento associati a una serie di attività fisiche. Iniziano a cimentarsi in una più ampia varietà di attività fisiche sia individualmente che con gli altri. Stanno iniziando a sviluppare la consapevolezza dei requisiti di movimento di vari ambienti di AF.	Gli studenti sviluppano i loro schemi di movimento e sono in grado di ricondurli a sequenze associate a una varietà di attività fisiche. Si impegnano con successo nell' AF in una gamma crescente di ambienti differenti, sia individualmente che con altri. Stanno diventando più consapevoli e capaci di adattarsi alle richieste presentate dai vari ambienti di AF.	Gli studenti si trovano a proprio agio nell'applicare schemi di movimento e tecniche e capacità motorie più complesse a una serie di attività fisiche. Continuano a impegnarsi in modo efficace ed efficiente in una varietà di ambienti di AF sia individualmente che con altri. Sono consapevoli delle opzioni di movimento e possono adattare le loro azioni quando interagiscono in vari ambienti di AF.	Gli studenti sono in grado di applicare efficacemente schemi di movimento, capa e tecniche complesse in ambienti di AF impegnativi. Cercano opportunità per mettersi alla prova in una serie di ambienti di AF individualmente e/o con altri. Sono in grado di apprezzare le opzioni e di agire in modo creativo e fantasioso in ambienti di AF impegnativi.
<b>Cosa sanno e capiscono gli studenti.</b>	Gli studenti hanno difficoltà a descrivere ciò che fanno bene e come potrebbero migliorare. Hanno difficoltà a pianificare, creare e lavorare efficacemente con gli altri quando praticano AF. Non capiscono l'importanza dell'AF per la loro salute e il loro benessere.	Gli studenti sono in grado di identificare i movimenti su cui stanno lavorando e di suggerire ciò che devono migliorare. Sono in grado di lavorare individualmente e con gli altri per pianificare e adattare il movimento durante la pratica di diverse attività fisiche. Cominciano a capire come l'AF li aiuti a mantenersi in	Gli studenti sono in grado di descrivere i movimenti su cui stanno lavorando, suggerendo dove stanno avendo successo e gli obiettivi che potrebbero raggiungere in futuro. Sono in grado di lavorare individualmente e con altri, in una serie di contesti, creando e perfezionando sequenze di movimento in varie attività fisiche.	Gli studenti sono in grado di valutare i propri e altrui movimenti, identificando ciò che è stato svolto correttamente e come progredire verso obiettivi futuri. Sono in grado di assumere ruoli diversi quando lavorano individualmente e con altri, riflettendo, creando e perfezionando il movimento durante la pratica di diverse	Gli studenti sono in grado di analizzare tutti gli aspetti del movimento in cui sono coinvolti, descrivendo punti di forza e di debolezza e agendo su strategie di miglioramento. Lavorano in modo efficace e creativo, individualmente e con gli altri, in ambienti di AF competitivi e cooperativi. Comprendono che la partecipazione a

		forma e a godersi la vita.	Comprendono che la partecipazione ad attività fisiche avrà un effetto positivo su un concetto olistico di salute e sul loro benessere.	attività fisiche. Comprendono e apprezzano la partecipazione a diverse attività fisiche, perché sono consapevoli dell'impatto positivo che avrà su un concetto olistico di salute e sul loro benessere.	diverse attività fisiche offre l'opportunità di mettersi alla prova in esperienze utili che contribuiranno ad un concetto olistico di salute e al loro benessere.
--	--	----------------------------	--	---	---

## 4.5 Attività

In gruppo, valutate criticamente i metodi esistenti per la valutazione e il monitoraggio dei progressi relativi sia all'EF che alla PL e suggerite quali approcci potreste utilizzare e perché. Condivideteli con l'intera classe.

## 4.6 Suggerimenti

Visionate tutti i link (vedi sottosezione 4.4.6) alle strategie di valutazione/monitoraggio dei progressi.

## 4.7 Risultati di apprendimento

Al termine di questo modulo, lo studente dovrebbe essere in grado di:

- Apprezzare come possiamo raccogliere informazioni che indicano il punto di partenza olistico dell'apprendimento per tutti.
- Comprendere e conoscere gli strumenti che possono essere utilizzati per riflettere sulla progressione nell'ambito dell'EF e della PL.
- Apprezzare il modo in cui gli individui sapranno cosa hanno raggiunto o migliorato da un punto di vista olistico.
- Comprendere le strategie di valutazione utilizzate in tutto il mondo.

## 4.8 Conclusione

Questo modulo ha permesso di esplorare il modo in cui i progressi vengono considerati in relazione alla PL e all'EF nel mondo. Ha dato l'opportunità di riflettere sul motivo per cui valutiamo o monitoriamo i progressi in EF e in relazione alla PL. In relazione a ciò, ha permesso di considerare gli aspetti complessi e multidimensionali dell'EF e della PL. Il modulo ha permesso di considerare come i progressi possano essere misurati e tracciati e quale impatto possano avere sugli individui. Il modulo ha introdotto la tassonomia SOLO, che considera la progressione attraverso cinque fasi. Ha inoltre introdotto i "compiti autentici di base" e altre strategie e pratiche che possono essere utilizzate in tutto il mondo per misurare i progressi. Infine, ha suggerito i principi chiave che dovrebbero essere adottati quando si monitorano i progressi in EF e nella PL.

## 4.9 Revisione e autovalutazione

Domanda 1 - L'EF è un concetto multidimensionale e come tale gli insegnanti dovrebbero considerare i progressi in quali aspetti?

- A. Fisico, affettivo, cognitivo e sociale
- B. Velocità, agilità, resistenza e forza
- C. Fitness, salute, agilità ed equilibrio
- D. Flessibilità, potenza, resistenza muscolare e abilità

Domanda 2 - Su quali principi chiave dovremmo concentrarci quando teniamo traccia o valutiamo i progressi in EF e PL?

- A. Concentrarsi sugli sport in cui i bambini potrebbero eccellere in futuro.
- B. Concentrarsi sul confronto dei progressi con i compagni e sulla loro valutazione.
- C. Concentrarsi sugli obiettivi stabiliti dall'insegnante.
- D. Concentrarsi sull'individuo e sul suo sviluppo olistico nel tempo.

Domanda 3 - Un "compito autentico di base" legato all'EF e alla PL è:

- A. Una sfida che i bambini devono raggiungere nell'ambito di una particolare attività.
- B. Una sfida che permette ai bambini di mostrare ciò che sanno fare, sentire e conoscere di un'attività.
- C. Una sfida che si concentra sul core fitness nell'ambito di un'attività.
- D. Una sfida simile ad altri compiti svolti in passato.

Domanda 4 - La tassonomia SOLO ha una progressione attraverso:

- A. Post-strutturale, Strutturale, Esteso, Avanzato, Eccellente.
- B. Uni-strutturale, Relazionale, Multi-strutturale, Concettuale, Concetto Esteso.
- C. Pre-strutturale, Uni-strutturale, Multi-strutturale, Relazionale, Concetto Esteso.
- D. Principe, Principe avanzato, OK, Avanzato, Eccellente.

Domanda 5 - Quali sono i quattro aspetti della PL che vorremmo vedere negli studenti di EF?

- A. Che si impegna, sicuro di sé, fisicamente competente e preparato.
- B. Colto, motivato, eccellente e sociale.
- C. Ben educato, attivo, bravo in uno sport, amichevole.
- D. Preparato, competente, ben educato e di buona presenza.

## 4.10 Bibliografia

Biggs, J. (1999). What the student does: Teaching for enhanced learning. *Higher Education Research and Development*, 18(1), 57–75.

Biggs, J., & Collis, K. (1982). *Evaluating the quality of learning: The SOLO taxonomy*. Academic Press.

Gandrieau, J., Schnitzler, C., Cairney, J., Keegan, R., Roberts, W. M., Barnett, L. M., Bentsen, P., Dudley, D. A., Raymond Sum, K. W., Venetsanou, F., Button, C., Turcotte, S., Berrigan, F., Cloes, M., Rudd, J. R., Riga, V., Mouton, A., Vašíčková, J., Blanchard, J., Mekkaoui, L., Derigny, T., Franck, N., Repond, R. M., Markovič, M., Scheuer, C., & Potdevin, F. (2023). Development of ELIP to assess physical literacy for emerging adults: A methodological and epistemological challenge. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 94(4), 1169-1182. <https://doi.org/10.1080/02701367.2022.2125927>

- Green, N. R. (2021). Assessment in physical education: Charting progress through authentic core tasks. *International Journal of Physical Education Health & Sports Sciences*, 10(1), 32-41.
- Desrosiers, P., Genet-Volet, Y. & Godbout, P. (1997). Teachers' assessment practices viewed through the instruments used in physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16(2), 211-228. <https://doi.org/10.1123/jtpe.16.2.211>
- Decorby, K., Halas, J., Dixon, S., Wintrup, L., & Janzen, H. (2005). Classroom teachers and the challenges of delivering quality physical education. *The Journal of Educational Research*, 98, 208-221. <https://doi.org/10.3200/JOER.98.4.208-221>
- Dudley, D. (2015). A conceptual model of observed physical literacy. *The Physical Educator*, 72(5), 236-260. <https://doi.org/10.18666/TPE-2015-V72-I5-6020>
- Dudley, D. (2016). Quality and health-optimizing physical education: Using assessment at the health and education nexus. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35, 324-336. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2016-0075>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., Cooper, S. M., & Jones, A. M. (2018). 'Measuring' physical literacy and related constructs: A systematic review of empirical findings. *Sports Medicine*, 48, 659-682. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0817-9>
- Essiet, I. A., Salmon, J., Lander, N. J., Duncan, M. J., Eyre, E. L. J., & Barnett, L. M. (2021). Rationalizing teacher roles in developing and assessing physical literacy in children. *Prospects*, 50, 69–86. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09489-8>
- Green, N. R. (2023). *Taiwan Workshop*. Not published.
- Green, N. R. (2019). *Charting physical literacy progress simply*. Poster presentation, IPLC Umea, Sweden.
- International Physical Literacy Association. (2017). *Definition of physical literacy*. <https://www.physical-literacy.org.uk>
- Hay, P. J. (2006). Assessment for learning in physical education. In D. Kirk, D. MacDonald, & M. O'Sullivan, *The handbook of physical education* (pp. 312-325). Sage.
- Hay, P., & Penney, D. (2009). Proposing conditions for assessment efficacy in physical education. *European Physical Education Review*, 15(3), 389-405. <https://doi.org/10.1177/1356336x09364294>
- Kohn, A. (2003). The 500-pound gorilla. *The Teachers' Net Gazette*, 4(2). <https://teachers.net/gazette/FEB03/kohn.html>
- Sport England. (2022). Active Lives children and young people survey. Academic year 2021-22. [Active Lives Children and Young People Survey - Academic year 2021-22 \(sportengland-production-files.s3.eu-west-2.amazonaws.com\)](https://www.sportengland.org/active-lives/children-and-young-people-survey-academic-year-2021-22)
- Young, L., O'Connor, J., Alfrey, L., & Penney, D. (2020). Assessing physical literacy in health and physical education. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(2), 156-179. <https://doi.org/10.1080/25742981.2020.1810582>

## 4.11 Ulteriori letture

- Gandrieau, J., Schnitzler, C., Cairney, J., Keegan, R., Roberts, W. M., Barnett, L. M., Bentsen, P., Dudley, D. A., Raymond Sum, K. W., Venetsanou, F., Button, C., Turcotte, S., Berrigan, F., Cloes, M., Rudd, J. R., Riga, V., Mouton, A., Vašíčková, J., Blanchard, J., Mekkaoui, L., Derigny, T., Franck, N., Repond, R. M., Markovič, M., Scheuer, C., & Potdevin, F. (2023). Development of ELIP to assess physical literacy for emerging adults: A methodological and epistemological challenge. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 94(4), 1169-1182. <https://doi.org/10.1080/02701367.2022.2125927>
- Huang, Y., Sum, K.-W. R., Yang, Y. J., & Yeung, N. C.-Y. (2020). Measurements of older adults' physical competence under the concept of physical literacy: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), Article 6570. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186570>
- Scanlon, D., MacPhail, A., Walsh, C., & Tannehill, D. (2022). Embedding assessment in learning experiences: Enacting the principles of instructional alignment in physical education teacher education. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 14(1), 3-20. <https://doi.org/10.1080/25742981.2022.2039074>
- Shearer, C., Goss, H. R., Boddy, L. M., Knowles, Z. R., Durden-Myers, E. J., & Foweather, L. (2021). Assessments related to the physical, affective, and cognitive domains of physical literacy amongst children aged 7–11.9 years: A systematic review. *Sports Medicine-Open*, 7(1), 1-40.
- Young, L., O'Connor, J., Alfrey, L., & Penney, D. (2020). Assessing physical literacy in health and physical education. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(2), 156-179. <https://doi.org/10.1080/25742981.2020.1810582>

Risposte corrette (alle domande a scelta multipla):

Domanda 1: A

Domanda 2: D

Domanda 3: B

Domanda 4: C

Domanda 5: A



# MODULO 4

PRIMA INFANZIA

## 4 Modulo 4: Prima infanzia

Durata: circa 10 ore

### 5.1 Panoramica

Questo modulo si propone di offrire un momento di riflessione sull'attuale offerta di AF da parte di genitori, assistenti all'infanzia e operatori della comunità per i bambini piccoli nei primi anni della loro vita. Si prenderà in considerazione quali e come le esperienze possono essere proposte a casa, negli asili nido, nei gruppi di gioco, all'interno della comunità, in famiglia e nei club sportivi per i bambini nei primi anni di vita. Si prenderanno in considerazione i principi chiave per offrire esperienze di AF positive e adeguate ai bisogni dei bambini piccoli.

### 5.2 Parole chiave e concetti

Prima Infanzia, esperienze di AF, lavorare con i bambini, insegnamento efficace, ambienti favorevoli

### 5.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenza, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere le pratiche attuali nell'offerta di esperienze di AF nei primi anni di vita in diversi Paesi e come sono cambiate nel tempo.
- Riconoscere l'impatto delle esperienze dei primi anni di vita sui percorsi personali di PL per tutta la vita.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Riflettere criticamente sulle pratiche esistenti nell'offerta di AF nei primi anni di vita e suggerire miglioramenti o innovazioni.
- Collegare il proprio percorso personale di PL di tutta la vita alle esperienze dei primi anni di vita e discernere i loro effetti sugli attuali atteggiamenti e comportamenti verso la pratica di AF.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Valutare e confrontare criticamente le pratiche di erogazione dei servizi per la prima infanzia da una prospettiva internazionale.
- Attingere alle esperienze e alle conoscenze personali per sostenere esperienze di AF efficaci nei primi anni di vita.
- Utilizzare capacità di comunicazione e di riflessione efficaci per articolare l'impatto delle esperienze dei primi anni di vita sui percorsi personali di PL di tutta la vita.

### 5.4 Contenuti del modulo 4

L'offerta di esperienze di AF è diversa in ogni paese ed è influenzata dalla cultura e dalle pratiche tradizionali. I bambini piccoli hanno bisogno di opportunità per giocare, indagare ed esplorare gli ambienti di AF, al fine di imparare a conoscere sé stessi e le proprie capacità. Gli ambienti favorevoli

dovrebbero fornire varietà e sfide, ma a volte i bambini hanno anche bisogno di sostegno e incoraggiamento. Gli adulti responsabili dei bambini devono apprezzare l'importanza della pratica di AF per la crescita e lo sviluppo olistico. Sono importanti le esperienze di gioco finalizzate, che includono il gioco all'aperto, il gioco con oggetti, il gioco espressivo e il gioco di movimento, oltre ad attività più formali come la danza e la ginnastica e a giochi semplici. Le abilità di movimento si sviluppano quando i bambini praticano AF, ma si acquisiscono anche conoscenza e comprensione, fiducia e motivazione, nonché abilità sociali ed emotive.

#### 5.4.1 Prima infanzia (0 – 5 anni) offerta e pratiche attuali

##### ❖ *Riflessione/discussione*

Discuti le domande elencate con un coetaneo o in un piccolo gruppo. Condividete i vostri pensieri.

1. Cosa succede nel vostro Paese?
2. Chi promuove nei bambini (0 - 5 anni) le loro esperienze di AF?
3. Che tipo di attività pianificate o libere sperimentano i bambini?
4. Come vengono sostenuti i bambini nel loro sviluppo olistico attraverso le esperienze di AF?
5. I bambini sono abbastanza attivi fisicamente nella prima infanzia?

#### 5.4.2 Focus sulla physical literacy

Per ricordare l'obiettivo della PL, i punti chiave che avete appreso e che dovreste aver compreso finora sono elencati nella Figura 5.1.

**Figura 5.1** Punti chiave della physical literacy

**Sviluppo olistico del bambino (fisico, affettivo, sociale e cognitivo).**

**Offerta di una gamma di esperienze di educazione fisica significative, pertinenti e positive (varie, ricche e coinvolgenti).**

**Inclusivo e personalizzato (incentrato sull'alunno, riconoscendo le differenze individuali, consentendo a tutti di essere coinvolti).**

#### 5.4.3 Quali sono gli approcci migliori per lavorare con i bambini in tenera età nell'educazione fisica?

Lavorare con i bambini nei primi anni di vita in EF richiede un approccio unico, in quanto comporta la promozione dell'amore per l'AF, lo sviluppo delle capacità motorie di base e la garanzia di un ambiente di apprendimento sicuro e piacevole. Ecco alcune delle migliori strategie che possono essere utilizzate quando si lavora con i bambini piccoli in EF:

1. *Apprendimento basato sul gioco*: i bambini piccoli imparano meglio attraverso il gioco. Utilizzate giochi, attività ed esercizi divertenti, coinvolgenti e adatti all'età. Incoraggiate il gioco libero e strutturato per aiutarli a sviluppare le capacità fisiche.
2. *La sicurezza prima di tutto*: la sicurezza è fondamentale. Assicuratevi che l'ambiente sia sicuro e privo di pericoli. utilizzate attrezzature adatte all'età e assicurate sempre una supervisione adeguata.

3. *Capacità motorie di base*: concentratevi sullo sviluppo delle capacità motorie di base come correre, saltare, saltellare, fare lo skip, lanciare e afferrare. Queste abilità servono per costruire movimenti più complessi.
4. *Progressione*: iniziate con attività semplici e introducete gradualmente movimenti più complessi man mano che i bambini sviluppano le loro capacità. Siate pazienti e lasciate che i bambini progrediscano al loro ritmo.
5. *Inclusività*: adattare le attività per rispondere alle esigenze dei bambini nelle diverse abilità. Modificate le attività se necessario per garantire che tutti i bambini possano partecipare e avere successo.
6. *Attività differenziate*: offrite attività diverse per tenere i bambini impegnati e per promuovere l'esecuzione di movimenti diversi. Queste possono includere attività come i percorsi a ostacoli, i giochi con la palla e la danza.
7. *Rinforzo positivo*: usate rinforzi e incoraggiamenti positivi per aumentare la fiducia e la motivazione dei bambini. Valorizzate i loro sforzi e i risultati ottenuti.
8. *Immaginazione e creatività*: stimolate l'uso dell'immaginazione e la creatività durante la pratica di attività fisiche e di gioco. Ad esempio, trasformate una semplice staffetta in una divertente storia d'avventura.
9. *Lavoro di squadra e cooperazione*: insegnate ai bambini l'importanza del lavoro di squadra e della cooperazione attraverso attività di gruppo. Questo può aiutarli a sviluppare le abilità sociali e a rendere piacevole l'EF.
10. *Linguaggio adatto all'età*: utilizzate un linguaggio e delle istruzioni facili da capire per i bambini più piccoli. Mantenete un linguaggio semplice e conciso.
11. *Scomposizione*: suddividete i movimenti complessi in fasi più piccoli e gestibili. In questo modo è più facile per i bambini apprendere e praticare le singole componenti di un compito motorio.
12. *Routine strutturate*: stabilite delle routine e delle fasi di transizione tra i compiti per aiutare i bambini a capire le aspettative e le fasi successive della lezione. La coerenza può ridurre l'ansia e migliorare l'apprendimento.
13. *Esplorazione e scoperta*: incoraggiate i bambini a esplorare e scoprire le loro capacità fisiche. Lasciate che sperimentino diversi movimenti e attività.
14. *Valutazione e osservazione*: valutare e osservare regolarmente i progressi dei bambini. Questo aiuta a adattare il programma di studio alle loro esigenze e ai loro interessi.
15. *Coinvolgimento dei genitori*: coinvolgere i genitori condividendo le informazioni su ciò che i loro figli stanno imparando in EF e incoraggiarli a essere attivi a casa.
16. *Adattabilità*: siate pronti a adattare i vostri metodi di insegnamento per soddisfare le esigenze e gli interessi unici di ogni bambino. La flessibilità è essenziale dell'educazione nella prima infanzia.
17. *Apprendimento continuo*: rimanete aggiornati sulle ultime ricerche e sui metodi di insegnamento dell'EF nella prima infanzia per garantire che il vostro approccio rimanga efficace.

Ricordate che i bambini nella prima infanzia hanno diversi livelli di sviluppo fisico; quindi, è importante essere pazienti e accomodanti, fornendo al contempo un'esperienza di apprendimento positiva e piacevole.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Cosa pensi di questo elenco? È in linea con la tua comprensione di PL?

Discuti con un compagno o in gruppo e condividete i vostri pensieri.

#### **5.4.4 Sfide e soluzioni per lavorare con bambini piccoli**

Le pagine web *Move Well, Move Often* di [PRIMARY PHYSICAL EDUCATION | PDST](#) offrono consigli sulle possibili aree di difficoltà nel lavoro con i bambini piccoli, con le implicazioni per l'insegnamento e l'apprendimento e le potenziali strategie.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Consulta il seguente sito web <https://pdst.ie/physlit> e valuta come i contenuti trattati possano essere di supporto agli insegnanti di educazione fisica.

#### **5.4.5 Insegnamento ed apprendimento efficace**

Sono principalmente tre le caratteristiche di un insegnamento e di un apprendimento efficace:

1. Il gioco e l'esplorazione, in cui i bambini indagano, sperimentano e provano.
2. Apprendimento attivo, in cui i bambini si concentrano e continuano a provare anche se incontrano difficoltà, in modo da godere dei risultati ottenuti.
3. Creare e pensare in modo critico, dove i bambini hanno e sviluppano le loro idee, fanno collegamenti tra le diverse idee e sviluppano strategie per svolgere un'attività.

I genitori, gli assistenti e gli insegnanti devono comprendere la necessità di permettere e incoraggiare i bambini a sfidare sé stessi nelle situazioni che si presentano durante la pratica di AF, ma anche riconoscere l'importanza del supporto, della pazienza e dell'incoraggiamento.

**Figura 5.2** Come essere più efficaci (Green, 2019).



La premessa chiave della sfida con supporto" si applica tanto ai bambini piccoli quanto ai bambini più grandi e agli adulti, poiché trovare la "zona prossimale che favorisce lo sviluppo" per ognuno è la chiave per consentire agli individui di imparare e crescere. Ma naturalmente non può esistere un'unica

“ricetta magica”. Genitori, assistenti e insegnanti devono cercare di fornire sfide significative e ben adattate, in modo che tutti i bambini abbiano l'opportunità di lavorare nel loro spazio tra “posso” e “non posso”. I professionisti dell'AF devono provare a creare situazioni in cui si suscita l'incertezza nelle attività e di rendere le sfide appropriate e alla portata dei bambini, in base alle loro capacità, se vogliono sperimentare la “dolce tensione” dell'incertezza del risultato (Kretchmar, 1975).

❖ **Riflessione/discussione**

Considera questi suggerimenti. Rifletti sulle tue esperienze di bambino e magari su quelle dei bambini che conosci. Discuti con un compagno o in gruppo e condividete i vostri pensieri.

#### **5.4.6 Ambienti stimolanti**

❖ **Riflessione/discussione**

Considera i seguenti suggerimenti. Puoi fornire degli esempi sulla tua esperienza?

##### **5.4.6.1 Ambienti stimolanti- varietà**

I professionisti dovrebbero considerare (Almond & Lambden, 2016):

1. Azioni facilmente individuabili generate da un ambiente, uno strumento o uno stimolo specifico.
2. Porsi la domanda: Cosa si può fare con questo?
3. Incoraggiare possibilità di sperimentare azione nuove o inedite.
4. Incoraggiare opportunità senza limiti precisi.
5. Porre le domande: Cos'altro puoi fare?
6. Schemi e attrezzature varie e mutevoli.
7. Opportunità di imitazione che permettano ai bambini restii di copiare e provare prima di esplorare in modo più approfondito.
8. Opportunità per i bambini di esplorare liberamente.
9. Un ambiente stimolante, sicuro, ma che permetta di correre rischi.

##### **5.4.6.2 Ambienti stimolanti - sfida**

I professionisti devono interagire con i bambini in modo da favorire esperienze positive e che l'ambiente possa essere arricchito attraverso compiti, attrezzature e sfide diverse (Almond & Lambden, 2016):

1. Utilizzando il gioco fisico cooperativo per stimolare la curiosità dei bambini.
2. Creando attività strutturate in cui il professionista guida i bambini, ad esempio lo yoga.
3. Dimostrando un compito che può essere imitato o ripetuto e potenzialmente sviluppato ulteriormente dal bambino.
4. Assicurare che l'ambiente sia sicuro.
5. Sostenere le interazioni in modo appropriato per ogni bambino.
6. Osservare per assicurarsi che tutti i bambini siano coinvolti e abbiano un'opportunità di sviluppo.

##### **5.4.6.3 Ambienti stimolanti - supporto**

I professionisti dovrebbero (Almond & Lambden, 2016):

1. Essere positivi e promuovere un approccio positivo.

2. Lasciare ai bambini il tempo di essere creativi e fantasiosi nell'ambiente in cui si svolgono le attività.
3. Permettete ai bambini di fare molte prove e di esercitarsi da soli.
4. Favorire la variabilità nel modo in cui i bambini sperimentano i diversi ambienti.
5. Incoraggiate i bambini a “provare un modo diverso”.

#### **5.4.6.4 *Ambienti stimolanti - linguaggio***

I professionisti dovrebbero mettere alla prova i bambini utilizzando suggerimenti aperti (Almond & Lambden, 2016):

1. Puoi mostrarmi come muovermi...?
2. Riesci a muoverti senza ...?
3. Puoi salire o scendere da ...?
4. Come puoi muoverti dopo ...?
5. Mostrami cosa puoi fare con ...?
6. Riesci a spingere, tirare, trasportare o stare in equilibrio con ...?
7. Riesci a usare diverse parti del corpo per ...?

#### **5.4.7 *Gioco mirato***

I seguenti sono suggerimenti relativi al gioco mirato (Almond & Lambden, 2016). Quali sono le tue esperienze?

- ✓ Filastrocche e storie con una trama che favoriscono il movimento.
- ✓ Percorsi a ostacoli.
- ✓ Routine di battito di mani.
- ✓ Andare in bicicletta/trike/scooter.
- ✓ Ballare a ritmo di musica.
- ✓ Giocare all'aperto.
- ✓ Giochi creativi e di fantasia.
- ✓ Yoga.
- ✓ Corsa, giochi di rincorsa.
- ✓ Giochi fisici.
- ✓ Saltare, lanciare, afferrare.
- ✓ Sollevare e trasportare.
- ✓ Tirare, spingere e appendere.
- ✓ Giochi di esplorazione.

#### **❖ *Riflessione/discussione***

Con un compagno o in gruppo, riflettete sull'importanza di queste attività dal punto di vista fisico, affettivo, cognitivo e sociale.

**Figura 5.3** Ambienti stimolanti per la prima infanzia (Almond & Lambden, 2016).



❖ *Riflessione/discussione*

Considera gli ambienti suggeriti di seguito e rifletti sulle tue esperienze personali o su quelle dei bambini piccoli che conosci, su come aiutino gli individui a svilupparsi dal punto di vista fisico, affettivo, cognitivo e sociale. La fonte è lo studio di Almond e Lambden (2016).

### **Gioco educativo all'aperto.**

1. Utilizzare gli spazi naturali del quartiere: boschi, parchi e corsi d'acqua.
2. Utilizzare materiali naturali e artificiali, come rocce, alberi, pneumatici, aquiloni, corde, tronchi, casse, assi, ecc.
3. Usare biciclette, monopattini, carriole su terreni diversi.
4. Usare l'acqua, il vento e la neve per giocare.
5. Considerare attentamente i rischi correlati a giochi e esplorazioni, garantendo la sicurezza, ad esempio nascondersi, affrontare le altezze, le diverse velocità, l'equilibrio, l'esplorazione, ecc.

### **Movimento espressivo.**

1. Utilizzare una serie di stimoli per introdurre il movimento, ad esempio musica, storie, poesie, sciarpe, nastri, filastrocche, ecc.
2. Incoraggiare i bambini a essere espressivi quando si muovono.
3. Utilizzare oggetti con cui muoversi, ad esempio sciarpe, nastri, festoni, ecc.

4. Muoversi a diverse velocità, in diverse direzioni, in diversi modi e su diversi livelli, individualmente o con altri.
5. Incoraggiare le attività che portano al movimento ginnico, ad esempio esercizi di equilibrio, rotazione, giravolta, oscillazione, salto, atterraggio e rotolamento, con diverse forme assunte col corpo.
6. Incoraggiare i bambini a creare le loro espressioni di movimento, ma fornire esempi se necessario.
7. Utilizzare attrezzature naturali e artificiali come panchine, scatole, strutture per arrampicarsi, alberi e corsi d'acqua.

### **Gioco con oggetti.**

1. Utilizzare oggetti con cui muoversi, colpire, lanciare o calciare.
2. Utilizzare bersagli da colpire.
3. Muovere gli oggetti in modi diversi, utilizzando parti del corpo diverse in ambienti diversi.
4. Lanciare e prendere/fermare oggetti diversi, come palloni, volani, sacchi, palle, cerchi, ecc.
5. Palleggiare con una palla.
6. Colpire o calciare una palla.

### **Esercizio fisico giocando.**

1. Incoraggiare i giochi di movimento, le corse, i giochi di rincorsa, i salti, i giochi al parco giochi e i giochi di spinta/tiro.
2. Usare attrezzature a rotelle come Go-kart, balance bike, monopattini e biciclette a pedali - ricordando di usare elementi di sicurezza adeguati.
3. Utilizzare attrezzature naturali o artificiali per arrampicarsi, dondolarsi o appendersi, rimbalzare, saltellare, saltare, dondolarsi.
4. Utilizzare gli ostacoli per saltare su/da, appendersi, stare in equilibrio, rotolare, strisciare su/sotto/attraverso.

### **Spazi e attrezzature di gioco.**

Attrezzature con ruote - biciclette, carrelli, monopattini, passeggini

Attrezzature per la danza e il movimento - lettore musicale, oggetti come sciarpe, nastri, shaker e battipanni.

Spazi aperti per arrampicarsi, stare in equilibrio e appendersi.

Attrezzature da utilizzare come palle, cerchi, sacchi, coni, marcatori, birilli, scatole, gessetti, ecc.

#### **❖ Riflessione/discussione**

In che modo i suggerimenti di cui sopra portano i bambini ad accedere alle forme di movimento elencate di seguito? Discuti con un compagno o in gruppo.

### **Forme di movimento legate al bagaglio motorio.**

È importante riconoscere le diverse “forme di movimento” che sono associate al “bagaglio motorio” che i bambini svilupperanno. Le forme di movimento sono aree di attività diverse tra loro che ospitano una serie di attività diverse. Il bagaglio che i bambini sviluppano attraverso il gioco e l’EF dovrebbe consentire loro di impegnarsi in una serie di forme di movimento. Quali sono le esperienze che i

bambini devono fare per sviluppare il bagaglio motorio che consentirà loro di impegnarsi nelle diverse forme di movimento? Discutere con un compagno o in gruppo.

**Figura 5.4** Forme di movimento per la prima infanzia (Green, 2019).



## 5.5 Attività

### 5.5.1 Esempi dalla prima infanzia

#### Storia 1 – Edie



Fin da piccola, Edie ha potuto rotolare, gattonare e arrampicarsi in casa. La madre desiderava che la bambina prendesse confidenza con l'acqua e le ha fatto conoscere la piscina in tenera età. Edie faceva passeggiate e giocava in giardino e al parco, dove ha imparato ad arrampicarsi, dondolarsi e scivolare. Edie ha ricevuto una balance bike ed è stata portata su una pista di BMX, dove ha imparato ad usarla, il che le ha permesso di imparare molto rapidamente a guidare una bicicletta con i pedali. Non appena è stata in grado di farlo, Edie è stata iscritta a lezioni di nuoto e ha acquisito sicurezza e competenza in acqua. Edie giocava anche con gli amici, alla campana, ai giochi di rincorsa, e a palla. Quando Edie ha iniziato la scuola, ha seguito lezioni di EF. Edie, oltre al nuoto, ha iniziato a frequentare un club di ginnastica una volta a settimana ed un club di tennis una volta a settimana. Ha imparato a praticare giochi come il croquet, a camminare sui trampoli, a giocare con il *diablo* e a fare semplici giochi di prestigio. Edie aveva un trampolino nel giardino di casa e si divertiva a giocarci e a provare diverse mosse ginniche. Andava in vacanza al mare e le piaceva nuotare e fare il *belly boarding* in mare. Edie si divertiva a fare passeggiate in campagna e all'età di 8 anni ha iniziato a giocare a calcio per una squadra, il che significava allenarsi una volta a settimana e giocare una partita a settimana. Successivamente, ha deciso di smettere di giocare a tennis. Edie ha anche iniziato a nuotare a livello agonistico, acquisendo la padronanza di tutte e quattro gli stili, nonché le tecniche di sopravvivenza personale e di salvataggio, il che significa che in quel periodo nuotava quattro volte a settimana. Durante questo periodo Edie ha frequentato le lezioni di EF a scuola, ma non sentiva di aver imparato molto e non veniva messa alla prova durante le lezioni di EF. Durante le lezioni di nuoto, a Edie veniva detto di esercitarsi a nuotare lungo le corsie come gli altri bambini, anche se lei conosceva tutti gli stili e avrebbe potuto insegnare ai suoi compagni a nuotare. Raramente Edie ha avuto una lezione di EF più interessante e impegnativa, ma questo è avvenuto solo nell'ultimo anno della scuola primaria, all'età di 11 anni. A quel punto Edie faceva parte di un gruppo di nuoto di alto livello, nuotando cinque volte alla settimana, di un gruppo di ginnastica di alto livello e giocava a calcio in una squadra. Edie andrà presto alla scuola secondaria.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Cosa succederà lì?

Come si è sviluppata la PL di Edie nel corso della sua vita? Quanto sono state importanti le esperienze dei primi anni di vita? Pensate che Edie sia sicura di sé nel praticare attività diverse? Ritieni che Edie sia motivata a svolgere regolarmente attività diverse? Edie ha sviluppato la sua competenza fisica, la sua conoscenza e la sua comprensione in diverse attività? Qual è la probabilità che Edie sia attiva per tutta la vita? I genitori di Edie hanno migliorato la sua PL? L'insegnante a scuola ha migliorato la PL di Edie? Potrebbe esserci un problema nel fare così tanta AF?

## 5.6 Suggerimenti

Divertitevi a svolgere le attività pratiche e considerate come può sentirsi un bambino piccolo.

## 5.7 Risultati di apprendimento

Al termine di questo modulo, lo studente dovrebbe aver:

1. Riflettuto sulle pratiche attuali e in evoluzione nell'offerta di AF per la prima infanzia in diversi Paesi.
2. Considerato come le esperienze dei primi anni di vita abbiano un impatto e una relazione con i percorsi personali di tutta la vita.
3. Familiarizzato con gli approcci che promuovono la PL nei primi anni di vita.

4. Considerato quali e come le esperienze dovrebbero essere promosse nell'ambito dell'EF nei primi anni di istruzione scolastica.

## 5.8 Conclusioni

Questo modulo ha dato l'opportunità di riflettere sulle pratiche attuali nello sviluppo della prima infanzia, in particolare per quanto riguarda l'AF per i bambini piccoli, sia che venga svolta da genitori che da assistenti o operatori della comunità. Ha dato la possibilità di riflettere sulle esperienze personali e su quelle degli altri durante questa fase dell'infanzia. Questo modulo ha anche permesso di esplorare vari ambienti come la casa, l'asilo nido, il gruppo di gioco, la comunità, la famiglia e i club sportivi, valutando come possono essere proposte le diverse esperienze e cosa dovrebbero comportare. Inoltre, il modulo ha messo in evidenza i principi importanti per la creazione di esperienze di AF positive che soddisfino le esigenze dei bambini piccoli.

## 5.9 Revisione e autovalutazione

Domanda 1 – La PL nell'ambito dell'EF dovrebbe concentrarsi su:

- A. Sviluppo olistico, fornendo una gamma di esperienze di movimento, inclusive e personalizzate.
- B. Sviluppo olistico, migliorando agilità, resistenza e forza.
- C. Fornire una serie di esperienze di movimento, migliorare la forma fisica, la salute e l'equilibrio.
- D. Essere inclusivo e personalizzato, migliorare la flessibilità, la potenza e la resistenza muscolare.

Domanda 2 - Quali sono gli approcci migliori in EF per lavorare con i bambini nei primi anni di vita?

- A. Focalizzato sul fitness, basato sul gioco, vario e inclusivo.
- B. Competitivo, basato sul gioco, progressivo e vario.
- C. Sempre all'aperto, vario, inclusivo e incentrato sulla forma fisica.
- D. Basata sul gioco, progressivo, vario e inclusivo.

Domanda 3 - Gli ambienti favorevoli all'EF dovrebbero includere:

- A. Supporto, competizione e sfida.
- B. Agilità, equilibrio e coordinazione.
- C. Varietà, sfida e supporto.
- D. Fitness, sviluppo delle abilità e allenamento della forza.

Domanda 4 - Per un'esperienza di EF olistica, a quale tipo di giochi dovrebbero avere accesso i bambini?

- A. Oggetti, movimento espressivo, esercizio fisico e gioco all'aperto.
- B. Gioco uni-strutturale, relazionale, multi-strutturale e astratto.
- C. Gioco online, fisico, cooperativo e sociale.
- D. Gioco indipendente, solitario, di ruolo e sociale.

Domanda 5 - Forme di movimento associate all'EF che forniscono un'ampia esperienza dovrebbero includere:

- A. Calcio, basket, pallamano, hockey, tennis e cricket.
- B. Fitness, danza, badminton, atletica, ginnastica e balletto.
- C. Giochi, atletica, rugby, calcio, sci e pattinaggio su ghiaccio.
- D. Giochi, atletica, arti marziali, attività espressive ed estetiche, avventura, salute e fitness.

## 5.10 Bibliografia

- Almond, L., & Lambden, K. (2016). Promoting purposeful physical play in the early years through physical literacy. A self-learning programme for early years settings and their practitioners. *Step into Purposeful Play*.
- Durden-Myers, E. J., Green, N. R., & Whitehead, M. (2018). Implications for promoting physical literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 262-271. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0131>
- Green, N. R. (2019). *Introduction to physical literacy – Taiwan Quality PE Programme – August 2019*. Not published.
- Kretchmar, R. S. (1975). From test to contest: An analysis of two kinds of counterpoint in sport. *Journal of the Philosophy of Sport*, 2(1), 23-30. <https://doi.org/10.1080/00948705.1975.10654094>
- Professional Development Service for Teachers. (n.d.). *What is physical literacy?* <https://pdst.ie/physlit>

## 5.11 Ulteriori letture

- Barnett, L., Dennis, R., Hunter, K., Cairney, J., Keegan, R. J., Essiet, I. A., & Dudley, D. (2020). Art meets sport: What can actor training bring to physical literacy programs? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), Article 4497. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124497>
- Buckler, J., Puterman, E., & Faulkner, G. E. (2021). Early childhood education and care: Do we need to develop the physical literacy of educators? *Prospects*, 50, 55-68 <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09476-z>
- Cairney, J., Clark, H., Dudley, D., & Kriellaars, D. (2018). Physical literacy in children and youth—A construct validation study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38, 84-90, <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0270>
- Goodyear, V., & Dudley, D. (2015). “I’m a facilitator of learning!” Understanding what teachers and students do within student-centered physical education models. *Quest*, 67(3), 274-289. <https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1051236>
- Moy, B., Renshaw, I., & Davids, K. (2015). The impact of nonlinear pedagogy on physical education teacher education students’ intrinsic motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(5), 517-538. <https://doi.org/10.1080/17408989.2015.1072506>

Correct answers (to multiple choice questions):

Question 1: A

Question 2: D

Question 3: C

Question 4: A

Question 5: D

# MODULO 5

ESPERIENZE CURRICOLARI ED  
EXTRACURRICOLARI -  
PIANIFICAZIONE DELLA  
PROGRESSIONE DALLA SCUOLA  
PRIMARIA ALLA SCUOLA  
SECONDARIA (5 - 18 ANNI)

## 5 Modulo 5: Esperienze curricolari ed extracurricolari - pianificazione della progressione dalla scuola primaria alla scuola secondaria (5 - 18 anni)

Durata: circa 10 ore

### 6.1 Panoramica

In questo modulo verranno esplorate le diverse esperienze di AF e come queste possano essere proposte all'interno della scuola, della comunità, in famiglia e nei club sportivi, rivolgendosi agli studenti dai 5 ai 18 anni. Il principio fondamentale è garantire esperienze positive di AF, adattate alle esigenze specifiche degli studenti.

### 6.2 Parole chiave e concetti

Scuola, comunità, famiglia, esperienze positive di AF, piano di studi, percorso di physical literacy, capacità, competenze, qualità

### 6.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere i principi fondamentali per offrire ai bambini in età scolare esperienze positive di AF in diversi ambienti, come scuola, comunità, famiglia e club sportivi.
- Conoscere gli elementi essenziali di un piano di studi per la promozione della PL in età scolare.
- Riconoscere il ruolo delle esperienze comunitarie e familiari nel supportare lo sviluppo della PL nei bambini di questa fascia d'età.
- Approfondire le strategie per progettare piani di lezione incentrati sui risultati nei domini fisico, affettivo e cognitivo durante l'età scolare.

In termini di abilità, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Sviluppare e adattare esperienze di AF per i bambini in età scolare e in ambienti differenti.
- Redigere un piano di studi che promuova la PL per questo specifico gruppo di età.
- Pianificare lezioni con obiettivi di apprendimento chiari, focalizzati sullo sviluppo fisico, affettivo e cognitivo dei bambini in età scolare.
- Valutare come i diversi ambienti (comunità, famiglia, ecc.) possano contribuire al percorso di sviluppo della PL nei bambini.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Valutare criticamente le esperienze di AF rivolte ai bambini in età scolare.
- Progettare un curriculum per promuovere la PL nei bambini in età scolare.
- Integrare le esperienze comunitarie e familiari nella pianificazione dello sviluppo della PL.
- Comunicare efficacemente l'importanza e le strategie per promuovere la PL durante il percorso scolastico, coinvolgendo i diversi attori (genitori, membri della comunità, colleghi educatori).

## 6.4 Contenuti del modulo 5

L'UNESCO (2021) suggerisce che un programma di educazione fisica di qualità (EFQ) aiuta gli studenti a sviluppare competenze fisiche, cognitive, sociali ed emotive, che contribuiranno alla formazione di individui sicuri di sé e socialmente responsabili. Questo tipo di programma utilizza la PL, come obiettivo, per sviluppare cittadini a tutto tondo. La PL rappresenta il fondamento dell'EF, non come un programma in sé, ma come il risultato di diverse esperienze strutturate di EF. Questo risultato si ottiene più facilmente quando agli studenti vengono offerte opportunità adeguate alla loro età e alle fasi del loro percorso scolastico

L'EFQ dovrebbe essere inclusiva fin dai primi anni di vita e accompagnare gli studenti durante tutto il percorso scolastico. La promozione della PL deve quindi restare una caratteristica fondamentale di qualsiasi programma di EF.

### 6.4.1 L'educazione fisica nei diversi Paesi

L'approccio all'EF varia notevolmente da Paese a Paese, soprattutto in termini di intenti, implementazione e valutazione dell'impatto. Gli intenti riflettono diverse filosofie e ideologie che ciascun Paese ha nei confronti dell'EF. In alcuni Paesi, l'EF ha come obiettivo lo sviluppo olistico, il benessere generale e l'acquisizione di competenze utili per la vita. In altri, invece, l'attenzione si incentra sul miglioramento delle abilità sportive, sulla competizione d'élite, l'identificazione dei talenti e la valutazione della performance. Altre differenze riguardano le esperienze fornite all'interno della comunità e le priorità culturali che contribuiscono a modellare un approccio unico per ogni Paese.

Anche i metodi di valutazione variano notevolmente. Alcuni Paesi si basano su test di fitness e valutazioni standardizzate delle capacità, mentre altri adottano un approccio più olistico, che tiene conto della salute mentale, del benessere generale e dell'integrazione dell'AF nella vita quotidiana. Comprendere e apprezzare questa diversità arricchisce la visione del ruolo dell'EF in ogni Paese, e di come essa contribuisca a plasmare la PL degli studenti.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Osservando la Figura 6.1, analizza i vari aspetti dell'EF in India. In questo caso, quali sono gli obiettivi dell'EF? Discutine in gruppo o con un compagno.

**Figura 6.1** Vari aspetti dell'EF in India (Green, 2022)



Osservando la Figura 6.2, rifletti sulle principali differenze tra l'EF in India e nel tuo Paese. Discutine in gruppo o con un compagno.

**Figura 6.2** Educazione fisica nei diversi paesi dell'UE.

## What does PE look like in different countries in EUROPE?

Physical education in Europe can vary among different countries due to cultural, educational, and policy differences.

However, there are some common characteristics and trends that can be observed in the field of physical education across many European countries



### 6.4.2 Obiettivo primario di una EFQ - Capacità, competenze e attributi

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Perché la PL è considerata il fondamento dell'EF? Perché un programma di EFQ dovrebbe essere inclusivo durante l'intero percorso scolastico di uno studente? Discuti con un compagno o in gruppo.

**Le capacità** rappresentano l'estensione dell'abilità di una persona nel fare qualcosa.

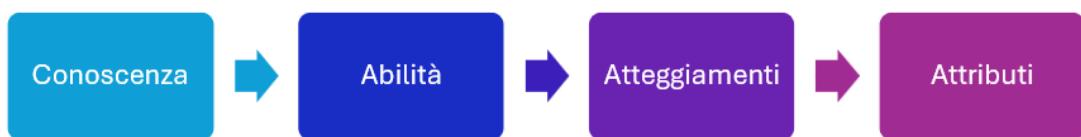
Le capacità si riferiscono alla misura in cui una persona può fare qualcosa e ne ha l'abilità, è il nostro potenziale. Riconosciamo che ogni individuo è diverso e quindi ha capacità diverse. Queste sono influenzate dal nostro patrimonio genetico e dalle esperienze, questi ultimi ci hanno permesso di costruire le nostre capacità in un ambiente specifico. L'età può influenzare le nostre capacità, ma è anche influenzata dal nostro stadio di sviluppo e quindi ogni individuo deve essere considerato come unico.

**Le competenze** sono l'abilità di eseguire un compito con successo o in modo efficace all'interno di un ambiente specifico.

Si sviluppano attraverso l'apprendimento e l'esperienza, per cui è essenziale che i bambini facciano esperienze adeguate a far crescere le loro abilità e diventare più competenti.

**Gli attributi** rappresentano una qualità o un aspetto intrinseco di una persona.

I nostri attributi possono essere influenzati dalle esperienze vissute e, man mano che si sviluppano capacità e competenze, questi attributi possono cambiare, influenzando così l'impegno nella pratica di AF. L'EF svolge quindi un ruolo cruciale nel riconoscere le capacità individuali e nel favorire lo sviluppo delle competenze, contribuendo alla formazione di attributi positivi che incentivino l'impegno verso la pratica di AF per tutta la vita.



L'EF dovrebbe mirare a sviluppare competenze e capacità, permettendo ai bambini di sperimentare ed apprendere attraverso differenti attività fisiche. L'EF deve fornire le conoscenze, le abilità e i comportamenti necessari legati all'AF, che andranno a influenzare gli attributi personali, e di conseguenza, l'impegno nella pratica di AF. Inoltre, dovrebbe promuovere una maggiore consapevolezza dell'importanza della pratica di AF per mantenere una vita sana, attiva e sicura. Idealmente, i bambini, attraverso l'EF, dovrebbero acquisire conoscenze, abilità e atteggiamenti che li rendano più competenti e capaci, sviluppando attributi positivi che li motivino a praticare AF per tutta la vita.

**Le conoscenze** rappresentano ciò che gli studenti acquisiranno per:

1. Avere maggiore consapevolezza del proprio bagaglio motorio personale e di come questo si relazioni a diverse forme di movimento.
2. Conoscere la terminologia associata all'AF, agli sport e alla salute.
3. Comprendere l'impatto di uno stile di vita sano ed attivo, e di una dieta equilibrata sulla salute e sul benessere.
4. Sviluppare delle abilità adattabili a varie situazioni, come leadership, lavoro di squadra, comunicazione e capacità di fornire feedback.
5. Acquisire strategie di sicurezza, gestione del rischio, e di concetti e tattiche associati a diverse attività.
6. Organizzare ed utilizzare il tempo libero in modo positivo ed efficace.
7. Apprezzare le qualità estetiche di diverse AF.

**Le capacità** rappresentano ciò che gli studenti sapranno fare per:

1. Ampliare il loro bagaglio motorio, collegato alle varie forme di movimento.
2. Agire in situazioni che richiedono l'uso di strategie e tattiche in differenti attività.
3. Imparare a gestire le proprie emozioni in situazioni complesse, impegnative e mutevoli.
4. Sviluppare abilità come comunicazione, leadership e lavoro di squadra.

**Gli atteggiamenti** rappresentano ciò che gli studenti svilupperanno per:

1. Sentire il senso di appartenenza.
2. Coltivare un impegno positivo verso la pratica di AF per tutta la vita.
3. Accettare e rispettare le differenze tra le persone.
4. Imparare a lavorare efficacemente come membri di un gruppo.
5. Migliorare l'autostima, la resilienza e la fiducia in sé.
6. Promuovere l'apprezzamento e il rispetto delle regole e del concetto di equità.
7. Valorizzare l'impegno nella pratica di AF.

#### 6.4.3 Intento, attuazione e impatto

La PL può essere utilizzata come concetto fondamentale e fondante per allineare l'intento, l'attuazione e l'impatto di un programma di EF, orientandolo verso l'obiettivo di promuovere la pratica di AF per tutta la vita. Il diagramma riportato di seguito (Figura 6.3) illustra le considerazioni per ciascuno di questi aspetti: intento, attuazione e impatto.

##### ❖ *Riflessione/discussione*

Cosa conosci degli aspetti legati all'intento, all'attuazione e all'impatto di un programma di EF? Discutine con un compagno o in gruppo.

**Figura 6.3** Diagramma dell'educazione fisica di qualità (Green, 2023)



#### ❖ *Riflessione/discussione*

In che modo l'EF dovrebbe influenzare ogni bambino durante il percorso scolastico? Cosa dovremmo pianificare per ottenere questo impatto? Come sono state le tue esperienze personali? In che modo ti hanno aiutato a crescere in maniera olistica? Discutine con un compagno o in gruppo.

#### **6.4.4 Principi di progettazione del curriculum**

Per progettare un programma di studi, l'approccio deve essere logico, organizzato e comprensivo di un'ampia gamma di attività ed esercizi, e deve affrontare vari aspetti dello sviluppo fisico, delle abilità e della fitness. Deve anche tenere conto della motivazione, della fiducia, della conoscenza e della comprensione degli studenti.

Le lezioni e attività devono essere collegate tra loro, per offrire un'esperienza di apprendimento coerente e incentrata sull'approccio olistico. Per aiutare gli studenti a progredire, il programma di studi dovrebbe essere strutturato in modo da passare da livelli di base a livelli più avanzati, permettendo agli studenti di raggiungere alte prestazioni in tutte le diverse componenti dello sviluppo.

Un curriculum di successo deve avere uno scopo chiaro e una direzione verso obiettivi ben definiti. Dovrebbe anche essere:

- Equilibrato
- Coerente
- Integrato verticalmente
- Rigoroso
- Focalizzato

#### ❖ *Riflessione/discussione*

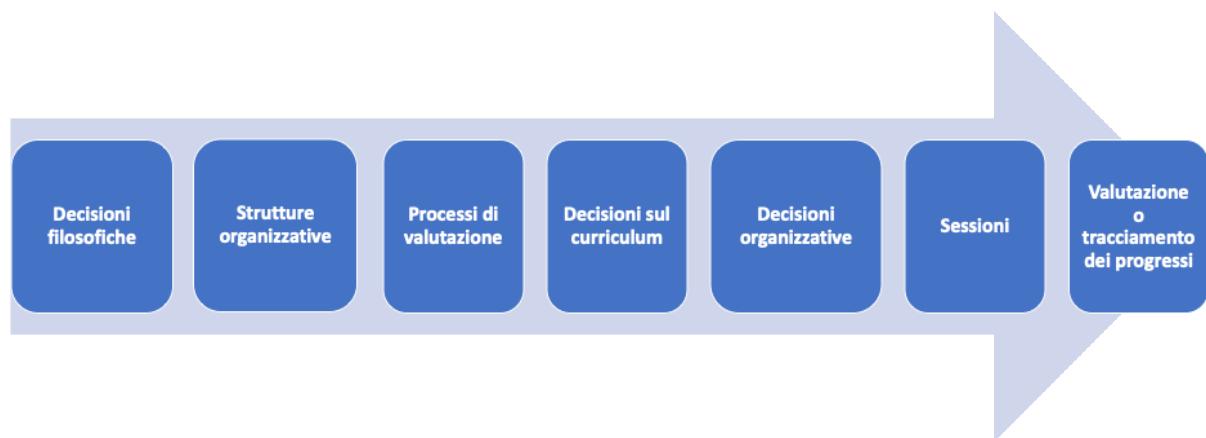
Quanto ritieni importante che la progettazione di un curriculum segua questi principi? Discutine con un compagno o in gruppo.

#### **6.4.5 Fasi di una pianificazione di successo**

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Quando si pianifica un programma di EF, è importante considerare le strutture, le attrezzature, le competenze del personale e gli obiettivi che si vogliono raggiungere. Analizza la Figura 6.4, che suggerisce il processo da seguire per la pianificazione di un programma di EF. Discutine in gruppo.

**Figura 6.4** Processo di pianificazione della lezione di EF (Green, 2023).



Se lo scopo è fornire ai bambini un'educazione completa, è fondamentale offrire loro una vasta gamma di esperienze relative alle diverse “forme di movimento” (Figura 5.4) simili a quelle che sperimentano nella prima infanzia.

❖ **Riflessione/discussione**

Quali forme di movimento hai sperimentato personalmente e quali ritieni che ogni bambino dovrebbe sperimentare durante gli anni scolastici, e perché?

La **Fenomenologia**, basata sull'esistenzialismo, sostiene che siamo il prodotto delle nostre esperienze e che queste esperienze forniscono una prospettiva unica su come percepiamo il mondo. Ogni persona accumula una serie specifica di esperienze che influenzano la sua percezione e le sue reazioni alle situazioni in cui si trova. È quindi cruciale che gli individui vivano esperienze positive nelle attività motorie, affinché queste possano accompagnarli nel corso della vita. La fenomenologia supporta l'idea che ogni individuo sia unico e che gli interventi per promuovere l'AF debbano considerare le esperienze pregresse ed essere inclusivi. L'impronta di queste esperienze passate influenzera il modo in cui i partecipanti affronteranno le sfide future. Ad esempio, una prima esperienza di assistenza a una persona anziana può influenzare il modo in cui percepiamo il ruolo degli infermieri in futuro. Allo stesso modo, se abbiamo avuto un'esperienza dolorosa scivolando sul ghiaccio, la nostra percezione di una superficie ghiacciata in futuro sarà caratterizzata da cautela e timore.

In quanto esseri umani, interpretiamo il mondo basandoci sulle esperienze vissute fino ad oggi. Di conseguenza, ogni individuo è unico. Ognuno possiede un insieme specifico di esperienze che forma il proprio quadro di riferimento per percepire e interpretare il mondo. Una persona può apprezzare il Natale perché è sempre stato un periodo gioioso, mentre un'altra può temere le festività per le sue connotazioni negative. Allo stesso modo, una persona può essere entusiasta di andare a lezione di canto perché l'insegnante riconosce i suoi sforzi, mentre un'altra può partecipare con apprensione se si sente spesso criticata. È quindi importante riconoscere che il confronto con gli altri è irrilevante, poiché ogni individuo porta con sé un insieme unico di esperienze che deve essere considerato nel contesto delle attività.

Poiché siamo il prodotto delle esperienze precedenti, è necessario prestare attenzione all'unicità di ciascuno. Nel contesto dell'AF, ogni partecipante deve vivere esperienze gratificanti e positive. Tali esperienze aumentano la fiducia e la motivazione, influenzando positivamente gli atteggiamenti verso la pratica di AF. Un'esperienza gratificante aiuterà il partecipante a sviluppare la fiducia in sé stesso, ciò influenzera la sua propensione verso la pratica di AF. Ad esempio, se un bambino partecipa a un'attività in cui mostra visibili progressi, e questi gli sono riconosciuti, egli guarderà con fiducia alle

sfide future e le affronterà con apertura. Tuttavia, se un partecipante trova difficoltà senza ricevere adeguato supporto, potrebbe essere riluttante a partecipare nuovamente o ad accettare nuove sfide. L'insegnante, quindi, ha una responsabilità significativa nel garantire che tutti gli studenti della sua classe siano messi alla prova con un livello di difficoltà appropriato che li motiva a continuare ad accettare le sfide future e a impegnarsi nella pratica di AF.

Tradurre questi concetti filosofici in pratiche che promuovano la partecipazione all'AF per tutta la vita è una priorità essenziale per le società di tutto il mondo. Se un individuo sviluppa un atteggiamento positivo verso l'AF, fiducia nelle proprie capacità fisiche e conoscenze sul valore della pratica di AF, questo sarà determinante per un impegno a lungo termine. La partecipazione continua richiede interazioni gratificanti ed esperienze di autoaffermazione. Lo sviluppo di una disposizione o di un atteggiamento favorevole verso l'impegno regolare nella pratica di AF è alla portata di tutti e non dipende dalle particolari caratteristiche o competenze fisiche, ma dalla qualità delle esperienze vissute.

Tuttavia, questo dovrebbe essere anche l'obiettivo di molti enti che influenzano le opportunità di praticare AF lungo tutto il corso della vita.

Un'ampia varietà di enti è responsabile della promozione della pratica sportiva e del movimento. Durante il periodo scolastico, i genitori, le famiglie, le scuole e le comunità locali hanno un ruolo fondamentale. Dopo la scuola, anche se la famiglia continua a giocare un ruolo importante, la responsabilità passa alla professione medica, agli enti per il tempo libero e agli organi di finanziamento che devono migliorare le opportunità a portata di tutti.

Vediamo il ruolo dei genitori e della famiglia. I genitori e la famiglia svolgono un ruolo essenziale nel promuovere la motivazione e la fiducia in sé stessi, sostenendo il giovane a coltivare qualsiasi interesse egli abbia ed incoraggiando e valorizzando i suoi sforzi e progressi. Anche le scuole hanno un ruolo ben chiaro. Gli insegnanti, adottando un approccio monista o olistico, si rapportano allo studente come un individuo con caratteristiche uniche che intraprende un percorso individuale. Il programma di studi offerto dovrebbe tenere conto delle preferenze di ognuno e considerare il fatto che non tutti si trovano bene in contesti di squadra competitivi.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Nuova classe, nuovi studenti! Cosa sai dei tuoi studenti? Quali sono le loro capacità? Quali sono le loro conoscenze? Quanto sono motivati e sicuri di sé?

L'insegnante deve essere visto come un facilitatore che riflette sul punto di partenza degli studenti. È essenziale comprendere il loro stato attuale e considerare ciascuno come individuo unico. Utilizzare il concetto di PL consente di avere una visione olistica di ogni studente, permettendo così di pianificare attività future che promuovano la pratica sportiva.

#### ❖ *Riflessione/discussione*

Utilizza il concetto di PL e i "compiti autentici di base" per considerare la tua motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione.

È importante riconoscere che ogni insegnante di EF approccia il proprio ruolo e crea ambienti di attività in base alle proprie esperienze pregresse. Il modo in cui l'EF è stata insegnata a scuola e le esperienze di formazione, le giornate di aggiornamento e l'impegno nella ricerca o nelle innovazioni influenzano il metodo e l'approccio dell'insegnante. Molti insegnanti di EF, appassionati di sport competitivi e di successo in tali ambiti, tendono a focalizzarsi su attività sportive competitive, dedicando maggiore attenzione a chi eccelle. Tuttavia, potrebbero non accorgersi che le loro lezioni

non coinvolgono ed entusiasmano tutti gli studenti, portando alcuni a sentirsi demotivati. Riflettendo sulla propria pratica, è cruciale che gli insegnanti considerino come la loro ideologia influisca sul modo in cui insegnano e sull'impatto che hanno sugli studenti. Comprendere il concetto di pratica di lunga durata permette agli insegnanti di riflettere sull'effetto che hanno sullo sviluppo olistico di tutti i bambini, apportando eventuali modifiche per migliorare l'impatto delle loro lezioni.

#### 6.4.6 Il ruolo degli insegnanti di educazione fisica

L'insegnante di EF svolge un ruolo cruciale nel promuovere una predisposizione verso un impegno regolare nella pratica di AF tra gli individui con cui lavora (Figura 6.5). Creando ambienti che consentano a ciascun individuo di sviluppare motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione, gli insegnanti di EF possono favorire lo sviluppo di atteggiamenti sempre più positivi nei confronti della pratica di AF. È importante che gli insegnanti di EF riconoscano anche il rischio di generare atteggiamenti negativi verso l'AF se gli ambienti creati non sono positivi. Questo potrebbe avere gravi conseguenze per la propensione a uno stile di vita attivo nel lungo periodo. La sfida è particolarmente ardua per molti educatori, che devono gestire classi numerose, strutture limitate o con tempi limitati. Tuttavia, creando un ambiente positivo per ogni individuo, gli insegnanti possono motivare gli studenti a mantenere uno stile di vita fisicamente attivo anche in futuro. La chiave è che gli insegnanti comprendano le esigenze degli studenti e costruiscano ambienti ed esperienze di apprendimento che promuovano atteggiamenti positivi verso l'AF.

Nel fornire queste esperienze, i professionisti devono anche riconoscere che ogni persona segue un percorso unico di PL e che i progressi saranno diversi per ciascuno e rilevanti solo per l'individuo.

**Figura 6.5** Qual è il ruolo di un insegnante di educazione fisica? (Green, 2023)



#### 6.4.7 Attributi, principi e caratteristiche per l'implementazione della PL e dell'EF

L'IPLA incoraggia gli insegnanti a riflettere su quali attributi desiderano osservare negli studenti. Per chi si impegna nello sviluppo olistico degli studenti, è utile concentrarsi sui seguenti attributi, che forniscono obiettivi chiari. Promuovere lo sviluppo olistico, l'attenzione ai domini fisici, affettivi e cognitivi può portare a studenti che:

- a) Desiderano partecipare alle attività fisiche.
- b) Hanno fiducia in sé stessi durante la partecipazione a diverse attività.
- c) Si muovono in modo efficiente ed efficace in varie attività fisiche.
- d) Sono consapevoli delle esigenze e delle possibilità di movimento nelle diverse attività fisiche.
- e) Sanno lavorare sia in modo indipendente che in gruppo durante le attività fisiche.
- f) Conoscono le strategie per migliorare le loro prestazioni in diverse attività fisiche.
- g) Comprendono come l'AF possa migliorare il loro benessere.
- h) Hanno la fiducia in sé stessi necessaria per pianificare e mantenere uno stile di vita attivo.

L'IPLA stabilisce cinque principi fondamentali per la pianificazione dei programmi, che devono essere applicati indipendentemente dal contesto, dalle risorse o dall'età dei partecipanti:

1. La scelta di praticare AF per tutta la vita è in ultima analisi una responsabilità individuale.
2. Devono essere favoriti la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione.
3. La promozione della salute olistica ed *embodied* è parte integrante della promozione di un percorso di PL.
4. Ogni individuo è accolto e apprezzato come unico in un percorso personale di PL.
5. Il monitoraggio del percorso di PL valorizza la partecipazione.

Per rendere operativi questi principi, l'IPLA identifica sei caratteristiche necessarie:

- a) Offrire un'ampia gamma di esperienze di movimento culturalmente rilevanti.
- b) Stimolare i partecipanti a risolvere problemi e a usare creatività e immaginazione per sviluppare la fiducia e rispetto di sé.
- c) Garantire che gli ambienti di AF siano positivi, sicuri e incoraggianti per sviluppare l'autostima.
- d) Integrare temi di salute olistica in tutte le esperienze di AF.
- e) Incoraggiare i partecipanti ad assumersi crescente responsabilità nella pianificazione, realizzazione e riflessione sui propri progressi.
- f) Monitorare il percorso di ciascun partecipante è parte integrante di tutte le esperienze di AF e guida l'impegno futuro.

#### 6.4.8 Pianificazione del programma di EF

Quando si pianifica, ogni paese ha le proprie linee guida curriculari e ogni scuola possiede valori e obiettivi specifici, che devono essere considerati per personalizzare le lezioni di EFQ. Ogni paese ha un curriculum nazionale e standard professionali stabiliti attraverso la formazione degli insegnanti. È essenziale prendere in considerazione la ricerca, nonché i valori, gli obiettivi e l'etica della scuola. Dopo aver considerato questi aspetti, è possibile definire i risultati e i contenuti del programma, che saranno poi tradotti in mappe curriculari e lezioni, offrendo così un'esperienza significativa agli studenti. Considerando tutti questi fattori, l'insegnante può adattare le attività di EF per soddisfare il curriculum nazionale, le diverse esigenze e i contesti educativi, contribuendo al tempo stesso allo sviluppo della PL.

❖ **Riflessione/discussione**

quando pianifichi le esperienze curricolari per i tuoi studenti, quali aspetti devi considerare?

Altri aspetti da prendere in considerazione quando si pianifica:

- A. Dipartimento/Scuola/Filosofia dell'insegnante/Ideologia.
- B. Strutture.
- C. Tempistiche.
- D. Dimensione della classe.
- E. Attrezzatura.
- F. Esperienza dell'insegnante.
- G. Attività culturali.
- H. Disposizioni comunitarie.
- I. Esperienza e capacità pregresse di ciascuno.
- J. Metodi di misurazione/monitoraggio dei progressi.

Discutete in piccoli gruppi: in che modo i vostri ambienti differiscono e come ciò influisce sulla pianificazione e sulla disposizione?

Considerate anche che altre attività all'interno della vostra scuola possono avere un impatto sugli studenti (Figura 6.6). Cosa proponete attualmente prima e dopo la scuola, durante l'intervallo, in altre lezioni, festival, eventi, gite, club, squadre sportive e impegno nella comunità per promuovere la PL?

**Figura 6.6** Diverse tipologie di AF all'interno e all'esterno della scuola.



L'IPLA considera fondamentale che i partecipanti abbiano l'opportunità di sperimentare un'ampia gamma di attività per soddisfare le loro attitudini e preferenze individuali. Un'ampia esperienza prepara i partecipanti alle situazioni che incontreranno in futuro. Per promuovere la motivazione, la

fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione, è necessario dedicare un tempo adeguato a diverse forme di movimento.

Le attività sono più significative quando riflettono la cultura dei genitori. In tal caso, esse saranno rispettate, riconosciute e prontamente accessibili all'interno della comunità locale. Creare legami con la partecipazione nella comunità è importante poiché favorisce la partecipazione futura. Le attività devono essere pertinenti all'età, allo stadio di sviluppo ed esigenze dei partecipanti, e si deve prestare attenzione all'adeguatezza e la sicurezza dell'ambiente.

Le attività di avventura si focalizzano sull'affrontare rischi e gestire sfide in ambienti naturali e imprevedibili.

Le attività estetiche ed espressive valorizzano la dimensione dell'*embodiment*, come strumento espressivo in contesti creativi, estetici o artistici.

Le attività atletiche mirano al raggiungimento della massima potenza, distanza, velocità e precisione in ambienti competitivi e controllati.

Le attività agonistiche si concentrano sul raggiungimento di obiettivi predefiniti affrontando avversari e gestendo una varietà di attrezzi e oggetti in contesti impegnativi e mutevoli.

La pratica di attività di fitness e volte alla promozione della salute si concentra sul miglioramento graduale delle funzioni del corpo, sia qualitativamente che quantitativamente, attraverso una partecipazione regolare e ripetitiva.

Le attività in forma interattiva/relazionale enfatizzano il riconoscimento e all'apprezzamento dell'empatia tra persone e gruppi che si muovono insieme in un contesto sociale.

#### **6.4.9 Attenzione alla specializzazione precoce**

È dimostrato che gli atleti che praticano più sport ottengono risultati migliori nel lungo periodo.

- L'interesse personale è una disposizione mentale relativamente stabile verso un dominio, basata su un elevato livello di conoscenza e sulla valutazione personale del valore e dell'importanza di quel dominio.
- L'interesse situazionale, invece, è uno stato mentale temporaneo che emerge quando le attività fisiche offrono novità, sfide e divertimento immediato.
- Sebbene l'interesse situazionale possa essere utile in un contesto di insegnamento-apprendimento per suscitare una motivazione immediata nei bambini a partecipare ad attività a cui altrimenti non sarebbero interessati, l'interesse personale alla pratica regolare di AF dovrebbe essere un attributo essenziale della PL.

6.4.10 Le implicazioni per la promozione della PL nell'EF hanno identificato i seguenti principi che rappresentano un punto di riferimento.

Figura 6.7 Principi fondamentali della physical literacy (Durden-Myers, Green, & Whitehead, 2018).



*L'individuo al centro* – la PL e la pedagogia devono porre l'individuo al centro.

*Promozione della motivazione* - è cruciale creare un ambiente di apprendimento positivo che stimoli la motivazione.

*Fiducia* – sviluppare, migliorare e mantenere la fiducia percepita attraverso la padronanza dei compiti, delle prestazioni e degli obiettivi situazionali.

*Competenza nelle prestazioni* - La competenza in vari ambienti di AF è fondamentale per costruire la fiducia.

*Lo sviluppo della conoscenza e della comprensione* - comprendere i componenti e la natura delle diverse forme di movimento è essenziale per mantenere una pratica di AF per tutta la vita.

*Trasferimento della responsabilità* - Occorre fornire ai partecipanti l'opportunità di assumersi la responsabilità di alcuni aspetti delle loro esperienze di AF.

*Usare il feedback/monitoraggio dei progressi come strumento motivazionale:* documentare il percorso di crescita aiuta a supportare e tracciare il cambiamento del comportamento dell'individuo verso un maggiore impegno nella pratica di AF.

❖ **Riflessione/discussione**

Considerano questi principi, prenditi un momento per riflettere su ciò che attualmente stai facendo bene e su quali aspetti potresti migliorare. Discutine con un compagno o in gruppo.

## 6.5 Risultati dell'apprendimento

Al termine di questo modulo, lo studente dovrebbe essere in grado di:

- Valutare quali e come le esperienze dovrebbero essere offerte nell'ambito dell'EF in tutto il percorso scolastico
- Definire le caratteristiche di un piano di studi.
- Comprendere come le esperienze nella comunità e in famiglia possano supportare la PL nei bambini piccoli.
- Pianificare le lezioni tenendo conto dei piani generali con risultati di apprendimento focalizzati su aspetti fisici, affettivi e cognitivi.

## 6.5 Conclusione

In conclusione, questo modulo ha esplorato come le esperienze positive o negative in famiglia, a scuola, nelle comunità educative o nei club sportivi possano influenzare notevolmente lo sviluppo della PL. Pertanto, è fondamentale organizzare un ambiente stimolante, fornire un'EFQ, soddisfare i bisogni di ogni studente e coinvolgere il più possibile gli studenti per garantire un'esperienza di apprendimento positiva e gratificante durante tutto il percorso educativo. Infine, è importante sottolineare che la responsabilità ricade sui genitori, sulle famiglie, sulle scuole e sulle comunità locali, che dovrebbero collaborare e sostenere lo sviluppo della PL.

## 6.6 Revisione e autovalutazione

Domanda 1 - Un programma di EF di successo deve avere uno scopo chiaro e una direzione verso obiettivi definiti. Dovrebbe anche essere:

- A. Equilibrato, coerente, integrato verticalmente, rigoroso e focalizzato.
- B. Variegato, integrato orizzontalmente e aperto all'interpretazione.
- C. Equilibrato e incentrato su flessibilità, potenza, resistenza muscolare e abilità.
- D. Basato sulle abilità, con particolare attenzione allo sport e alla competizione.

Domanda 2 - Un programma di EF dovrebbe essere al corrente di:

- A. Le potenzialità dei bambini di eccellere in determinati sport.
- B. Gli interessi dei genitori e gli sport che vorrebbero vedere inclusi nel curriculum.
- C. Le attività che gli insegnanti sono in grado di insegnare.
- D. Una filosofia di fondo che tenga conto delle strutture, delle competenze del personale e dei risultati desiderati.

Domanda 3 - Nella pianificazione delle attività didattiche, l'insegnante deve considerare:

- A. Cosa potrebbe piacere ai bambini.
- B. Le conoscenze e le competenze dei bambini, e come si divertono durante un'attività.
- C. Cosa prevede il curriculum nazionale per le attività da svolgere.
- D. Quali sono le competizioni in arrivo e come possono essere selezionate le squadre scolastiche.

Domanda 4 - L'ampiezza e l'equilibrio sono importanti nell' EF per sviluppare la PL perché:

- A. Offrono ai bambini esperienze varie e l'opportunità di svilupparsi attraverso attività diverse.
- B. Forniscono ai bambini esperienze limitate.
- C. Offrono ai bambini opportunità variegate in modo che possano specializzarsi in una di esse.
- D. Offrono ai bambini l'opportunità di mettere in pratica molte abilità.

Domanda 5 - Chi o cosa dovrebbe essere al centro di un programma di EF ispirato alla PL?

- A. L'insegnante.
- B. L'individuo.
- C. Successo del team scolastico.
- D. Migliori risultati agli esami.

## 6.8 Bibliografia

Green, N. R. (2022). *Physical education – Changing the focus*. Conference presentation, Jaipur 11.1.2022.

Green, N. R. (2023). *Teacher workshop PE and physical literacy*. Taiwan – August 2023.

UNESCO. (2021). *Making the case for physical education inclusive quality policy development: A policy brief*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000375422>

## 6.9 Ulteriori letture

Brown, T. D. (2013). 'In, through and about' movement: Is there a place for the Arnoldian dimensions in the new Australian Curriculum for Health and Physical Education? *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 4(2), 143-157. <https://doi.org/10.1080/18377122.2013.801107>

Crum, B. J. (1993). Conventional thought and practice in physical education: Problems of teaching and implications for change. *Quest*, 45(3), 339-356. <https://doi.org/10.1080/00336297.1993.10484092>

Dudley, D., & Cairney, J. (2021). Physical literacy: Answering the call for quality education and sustainable development. *Prospects*, 50, 5-11. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09512-y>

Durden-Myers, E. J. (2017). *A new curriculum for Wales health and wellbeing: Area of learning and experience*. Unpublished document. Liverpool John Moores University.

Durden-Myers, E. J., Green, N. R., Whitehead, M. E. (2018). Implications for Promoting Physical Literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 262-271. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0131>.

Gleddie, D. L., & Morgan, A. (2021). Physical literacy praxis: A theoretical framework for transformative physical education. *Prospects*, 50, 31-53. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09481-2>

- Gray, S., Sandford, R., Stirrup, J., Aldous, D., Hardley, S., Carse, N. R., Hooper, O., & Bryant, A. S. (2022). A comparative analysis of discourses shaping physical education provision within and across the UK. *European Physical Education Review*, 28(3), 575-593. <https://doi.org/10.1177/1356336X211059440A>
- Harvey, S., & Pill, S. (2018). Exploring physical education teachers 'everyday understandings' of physical literacy. *Sport, Education and Society*, 24(8), 841-854. <https://doi.org/10.1080/13573322.2018.1491002>
- Lounsbury, M. A., & McKenzie, T. L. (2015). Physically literate and physically educated: A rose by any other name? *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 139-144. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.02.002>
- Lundvall, S. (2015). Physical literacy in the field of physical education – A challenge and a possibility. *Journal of Sport and Health Science*, 4, 113-118. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.02.001>
- Pill, S., & Stoltz, S. (2017). Exploring Australian secondary physical education teachers' understanding of physical education in the context of new curriculum familiarisation. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 8(1), 67-79. <https://doi.org/10.1080/18377122.2016.1272425>
- Sum K-WR, Li M-H, Choi S-M, Huang Y, Ma R-S. (2020). In/visible physical education and the public health agenda of physical literacy development in Hong Kong. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), Article 3304. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093304>
- UK Parliament. (2021). *National Plan for Sport and Recreation: A national plan for sport, health and wellbeing*. Report of Session 2021–22. HL Paper 113. <https://publications.parliament.uk/pa/ld5802/ldselect/ldsportrec/113/11302.htm>
- Ydo, Y. (2021). Physical literacy on the global agenda. *Prospects*, 50, 1-3. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09524-8>

Risposte corrette (alle domande a scelta multipla):

- Domanda 1: A  
 Domanda 2: D  
 Domanda 3: B  
 Domanda 4: A  
 Domanda 5: B

# MODULO 6

PEDAGOGIA E PRATICA 1 -  
STRATEGIE DI  
INSEGNAMENTO CHE  
HANNO UN IMPATTO SULLA  
PHYSICAL LITERACY

## 6 Modulo 6: Pedagogia e pratica 1 - Strategie di insegnamento che hanno un impatto sulla physical literacy

Durata: circa 10 ore

### 7.1 Panoramica

Il modulo introduce brevemente il tema della pedagogia e il suo legame con la PL e l'EF. Nella preparazione degli scenari didattici, è fondamentale considerare i diversi livelli di PL nei bambini. A seconda delle diverse capacità e caratteristiche dei bambini, è possibile adottare diverse strategie pedagogiche per promuovere una migliore PL. Il modulo esplora anche lo spettro degli stili di insegnamento di Mosston, sottolineando il loro utilizzo nell'EF per favorire lo sviluppo della PL.

### 7.2 Parole chiave e concetti

Pedagogia, strategie di insegnamento, pianificazione delle lezioni di EF, spettro degli stili di insegnamento di Mosston, stili incentrati sull'insegnante, stili incentrati sullo studente

### 7.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Comprendere l'impatto degli attuali approcci pedagogici in uso sullo sviluppo cognitivo, fisico, affettivo e sociale degli studenti.
- Riconoscere come le strategie di insegnamento contribuiscano allo sviluppo degli attributi della PL.
- Identificare i diversi stili di insegnamento utilizzando lo spettro di Mosston e il loro utilizzo nell'EF.

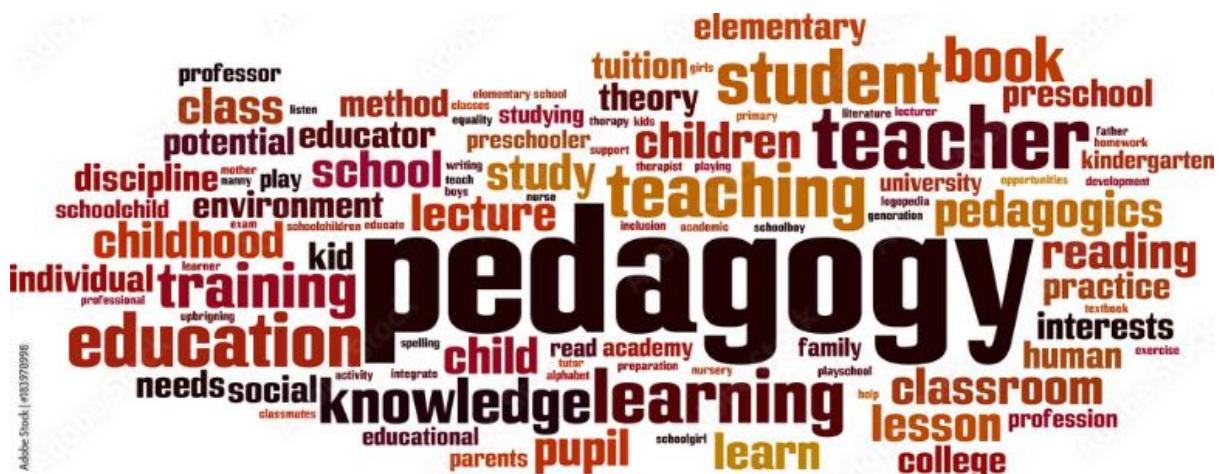
In termini di capacità, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Analizzare il rapporto tra PL e pedagogia.
- Valutare criticamente i metodi di insegnamento in uso nell'EF e proporre miglioramenti basati sullo spettro degli stili di insegnamento di Mosston, al fine di migliorare la PL.
- Sviluppare la capacità di utilizzare vari stili di insegnamento a diversi livelli di PL.
- Riconoscere risultati di apprendimento personalizzati per sviluppare gli attributi della PL.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Applicare la conoscenza della pedagogia relativa alla PL negli approcci all'insegnamento dell'EF.
- Sviluppare un pensiero critico per valutare i metodi dell'EF esistenti e proporre soluzioni.
- Sostenere l'implementazione dello spettro degli stili di insegnamento di Mosston per lo sviluppo della PL nell'ambito dell'EF.

## 7.4 Contenuti del modulo 6



<https://www.dreamstime.com/pedagogy-word-cloud-image291259384>

#### 7.4.1 Introduzione al modulo 6

**La pedagogia** è definita semplicemente come il metodo e la pratica dell'insegnamento. Essa comprende diversi aspetti come gli stili di insegnamento, il feedback e la valutazione. Quando un insegnante pianifica una lezione, valuta vari modi per trasmettere i contenuti, prendendo decisioni in base alle sue preferenze didattiche, esperienza e al contesto in cui opera. Sebbene i contenuti siano generalmente forniti dai programmi nazionali o scolastici, gli insegnanti devono riconoscere il loro ruolo cruciale e il potere significativo di influenzare l'esperienza del bambino, rendendola positiva o negativa. Esistono molteplici approcci pedagogici nell'EF, e gli insegnanti hanno la responsabilità di offrire esperienze ricche e gratificanti che favoriscano la crescita di ogni bambino.

L'EF è un'educazione al, sul e attraverso il movimento. Arnold (1988) distingue tre dimensioni dell'EF. L'educazione "al movimento" si riferisce alle attività di movimento/AF come utili in sé e per sé. Queste esperienze permettono agli studenti di acquisire direttamente conoscenze, competenze e abilità attraverso una partecipazione consapevole all'AF. L'educazione "attraverso" il movimento riguarda l'acquisizione indiretta di comprensione, capacità e atteggiamenti attraverso lo studio e la pratica di AF. L'educazione "circa il movimento" consente all'individuo di comprendere la propria coscienza *embodied* attraverso la pratica di AF. È importante notare che queste tre dimensioni non si escludono a vicenda, ma si sovrappongono e sono interconnesse. Come sottolinea Arnold, "ogni dimensione non esclude le altre, ma si sovrappone e si fonde con esse" (Arnold, 1979, p. 177).

L'EF è parte integrante del processo educativo globale e ha l'obiettivo di aiutare le persone a sviluppare abilità fisiche, fitness, conoscenze e atteggiamenti attraverso attività fisiche selezionate e pianificate per contribuire al loro sviluppo ottimale e benessere.

*Ma quali sono gli approcci pedagogici che conosci?*

## ❖ *Riflessione/ discussione*

- Individualmente, considera gli approcci pedagogici che attualmente utilizzi e annota il loro impatto sullo sviluppo fisico, affettivo, sociale e cognitivo dei tuoi studenti.
  - Condividi i tuoi pensieri con un collega.

- Rifletti su quali approcci pedagogici funzionano meglio per te e perché. Quali sono i punti in comune tra te e il tuo collega?
- Come gruppo, annotate i punti principali emersi dalla discussione per poterli condividere.

❖ **Riflessione/ discussione**

Quali approcci, strategie e tecniche utilizzerai? Come garantirai che i tuoi studenti sviluppino fiducia, motivazione, competenza fisica, conoscenza e comprensione?

#### 7.4.2 Apprendimento stimolante

"Naturalmente non può esistere una ricetta magica per questo. Gli insegnanti devono cercare di fornire sfide significative e ben adattate, in modo che tutti gli studenti abbiano l'opportunità di lavorare nel loro spazio tra "posso" e "non posso". Gli insegnanti di EF devono cercare di preparare la classe alla presenza dell'incertezza e rendere le sfide appropriate e alla portata degli studenti, se vogliono che essi vivano una dolce tensione di incertezza del risultato" (Kretchmar, 1975).

Come insegnante di EF, dovresti innanzitutto:

1. *Valutare le capacità di apprendimento degli studenti:* le valutazioni possono aiutare a identificare le capacità fisiche individuali, gli stili di apprendimento e gli interessi degli studenti in classi miste, facilitando la pianificazione del curriculum e delle attività.
2. *Istruzione differenziata:* si tratta di una pianificazione mirata da parte degli insegnanti per le diverse capacità di apprendimento degli studenti. Gli insegnanti che utilizzano un'istruzione differenziata variano i loro metodi di insegnamento "per creare la migliore esperienza di apprendimento possibile". Secondo Tomlinson (2000), l'istruzione differenziata è "un approccio all'insegnamento che promuove la pianificazione attiva e l'attenzione alle differenze degli studenti all'interno di programmi di studio di alta qualità".
3. *Insegnamento tra pari:* incoraggiare l'insegnamento tra pari può essere estremamente efficace per stimolare l'indipendenza e rafforzare le relazioni sociali.
4. *Piccoli gruppi:* utilizzare gruppi piccoli con interessi simili, stili di apprendimento o abilità miste può essere vantaggioso per insegnare a una classe eterogenea.
5. *Apertura all'incertezza:* gli insegnanti di EF dovrebbero creare un ambiente che accetti l'incertezza e proponga sfide appropriate che gli studenti possano superare, se desiderano che essi vivano una "dolce tensione di incertezza del risultato."

Poiché lavorerai con bambini di diverse abilità, dovrai saperli distinguere e adattare le strategie di apprendimento alle loro esigenze. Inoltre, cerca di motivare tutti i bambini a partecipare attivamente. Una strategia per motivare i bambini è proporre sfide di livello adeguato a ciascuno. Se la sfida fosse troppo facile, il bambino potrebbe perdere interesse e non migliorare. Se fosse troppo difficile, potrebbe provare frustrazione e perdere la motivazione. Pertanto, la sfida deve essere ottimale per ogni bambino, come illustrato nella Figura 7.1.

Figura 7.1 Apprendimento stimolante e zone di sviluppo prossimale.



Figura 7.2 Quali domande porsi durante la pianificazione.



**"OBIETTIVI"** - quello a cui dovrei puntare durante la lezione (o l'attività). I sotto-obiettivi dovrebbero basarsi su uno degli obiettivi generali del curriculum nazionale.

Quali **"MEZZI"** voglio usare per raggiungere gli obiettivi:

- 1) il contenuto del programma di studi – il quadro generale, compreso il piano didattico;
- 2) i metodi di insegnamento scelti, i supporti didattici, l'approccio metodologico;
- 3) considerare aspetti didattici specifici:
  - a) Quali conoscenze hanno già alunni sull'argomento?
  - b) Come posso motivare e coinvolgere gli alunni?
  - c) Considererò la continuità temporale e tematica del curriculum.
  - d) Quali parti del materiale potrebbero risultare più difficili e come posso renderle più accessibili?
  - e) Esplorerò le possibilità di approcci differenziati e personalizzati per gli alunni.
  - f) Come esercitarsi sul materiale con gli alunni?
  - g) C'è qualcos'altro da considerare?

Come **"VALUTERÒ"** il lavoro e la **"PERFORMANCE"** degli alunni?

Esistono varie modalità per valutare la performance degli alunni:

*Valutazione oggettiva* - utilizza metodi che riducono o eliminano l'influenza soggettiva dell'insegnante.

*Valutazione dei progressi* – valuta le attività in corso, ad esempio workshop, presentazioni, poesie, ecc.

*Valutazione dei risultati* - si basa sul prodotto finale del lavoro, ad esempio un elaborato, un progetto, un disegno o una realizzazione.

*Valutazione formativa* – ha l'obiettivo di fornire agli studenti un feedback diagnostico sui loro progressi nell'ambito dell'apprendimento, per aiutarli a migliorare.

L'obiettivo non è quello di stabilire chi è il migliore o il peggior, ma come assicurarsi che tutti possano ottenere buoni risultati.

La procedura per realizzare la *valutazione formativa* secondo Petty (2009):

- a) quando non è chiaro, chiarire eventuali dubbi agli alunni;
- b) far fare loro molta pratica;
- c) chiarire l'importanza di padroneggiare il compito;
- d) far capire il motivo di eventuali insuccessi;
- e) consentire un numero illimitato di tentativi.

**Figura 7.3** Vari approcci pedagogici.

**Usare una serie di attività per creare un ambiente di apprendimento positivo**



Come già accennato, un insegnante lavora con alunni dalle diverse esigenze; quindi, è fondamentale adottare una varietà di approcci pedagogici per garantire che le esigenze di tutti i bambini siano soddisfatte. L'insegnante può utilizzare, ad esempio, diversi stili di insegnamento (vedi paragrafo 7.4.3: *Lo spettro degli stili di insegnamento di Mosston*) o approcci come l'Educazione allo Sport, l'Apprendimento Cooperativo o l'Insegnare i Giochi per Comprendere (vedi modulo successivo).

❖ **Riflessione/ discussione**

- Come decido quali azioni intraprendere e come implementarle nella mia pratica di didattica?
- Mi focalizzo di più sulla “riproduzione” o sulla “produzione” nel mio approccio educativo, e perché?
- In che modo coinvolgo gli studenti nelle discussioni riguardanti il loro apprendimento e sviluppo?

### 7.4.3 Lo spettro degli stili di insegnamento di Mosston

#### Qual è lo spettro degli stili di insegnamento?

Lo spettro degli stili di insegnamento, sviluppato dal dottor Muska Mosston e dalla sua collega Sara Ashworth (2008), è una struttura che classifica i vari approcci pedagogici in base al grado di autorità decisionale attribuito all'insegnante e all'alunno. Questo spettro comprende 11 stili di insegnamento, che spaziano da quelli più centrati sull'insegnante a quelli più orientati allo studente. Gli stili sono suddivisi in tre principali categorie: A Comando, Reciprocità e Autoverifica.

#### Schema dello spettro di stili di insegnamento di Mosston

Qui gli stili sono abbreviati in lettere e di seguito se ne può vedere la descrizione.



Sul lato sinistro dello schema, l'insegnante è il leader e dirige tutte le attività della lezione di EF, mentre spostandosi sul lato destro dello spettro la sua attività di gestione della lezione diminuisce a vantaggio degli alunni. Sul lato sinistro dello schema, gli alunni sono comandati dall'insegnante e non gestiscono la loro attività, mentre spostandosi sul lato destro la loro attività di gestione aumenta.

Qui si possono vedere gli stili di insegnamento suddivisi in tre gruppi.

<i>Stili A Comando (incentrato sull'insegnante)</i>	<i>Stili Per Reciprocità (Interazione insegnante-studente)</i>	<i>Stili di Autoverifica (incentrato sullo studente)</i>
<i>A - stile a comando</i>	<i>C - stile per reciprocità</i>	<i>G - stile di scoperta convergente</i>
<i>B - stile della pratica</i>	<i>D - stile di autovalutazione</i>	<i>H - stile di scoperta divergente</i>
	<i>E - stile di inclusione</i>	<i>I - stile di apprendimento con programma individuale a scelta dello studente</i>
	<i>F - stile di scoperta guidata</i>	<i>J - stile di apprendimento con autonomia dello studente</i>
		<i>K - stile di autoapprendimento</i>

**Figura 7.4** Spettro degli stili di insegnamento



#### 7.4.4 Descrizione di ogni stile con esempi

Lo spettro degli stili di insegnamento è uno strumento prezioso per gli educatori, in quanto permette di riflettere sui propri metodi didattici e scegliere gli approcci più adatti agli obiettivi educativi e alle esigenze degli studenti. Sottolinea l'importanza della flessibilità e dell'adattabilità degli approcci in base al contesto e agli obiettivi di apprendimento.

##### ❖ *Riflessione/ discussione*

Discuti la differenza tra gli stili di insegnamento incentrati sull'insegnante e quelli incentrati sullo studente nell'EF.

#### STILE A COMANDO

In questo stile, l'insegnante mantiene un controllo diretto sulle attività di apprendimento. L'insegnante fornisce istruzioni precise e guida gli alunni nel completamento di un'attività. Gli studenti eseguono il compito seguendo le istruzioni, con tutta la classe che si esercita contemporaneamente o in gruppo.

*Vantaggi:* facile da gestire a livello organizzativo, efficiente nell'uso del tempo e utile per mantenere la disciplina formale.

*Svantaggi:* gli alunni hanno poca autonomia decisionale, limitato rispetto per l'individualità, nessuna auto-selezione e nessuna opportunità di sviluppo decisionale.

*Usi:* ideale per le fasi di preparazione alla parte centrale della lezione, ad esempio il riscaldamento, per l'apprendimento iniziale da parte degli alunni più piccoli, per situazioni didattiche nuove, per gli educatori inesperti, o durante le gite; anche dove c'è un certo grado di rischio e le procedure di sicurezza devono essere seguite alla lettera, ad esempio nel giavellotto, in alcune attività avventurose all'aperto, ecc.



#### Esempi di applicazione

Riscaldamento tradizionale: l'insegnante prepara l'esercizio; gli studenti imitano i movimenti dell'insegnante.

Esercizio di salto in lungo: gli studenti si mettono in fila e, al segnale dell'insegnante, corrono.

Esercizio di lancio della palla: gli alunni si dispongono in fila e, al segnale dell'insegnante, lanciano contemporaneamente.

#### STILE DELLA PRATICA

L'insegnante delega alcune decisioni agli alunni, come la scelta dello spazio e la distanza tra gli alunni nell'esecuzione dei compiti motori, la scelta delle opzioni di esercizio suggerite e il ritmo individuale. Agli alunni viene presentato un compito di movimento che eseguono per un certo periodo di tempo.

Vantaggi: l'insegnante ha più tempo per camminare tra gli alunni e controllare gli esercizi, correggere gli errori, notare gli interessi e gli sforzi individuali degli alunni, mentre gli alunni scelgono il proprio ritmo per l'esercizio.

Svantaggi: richiede una preparazione complessa (es. schede operative)

*Usi:* perfetto per lo sviluppo delle abilità e la ripetizione degli esercizi, poiché può sviluppare una risposta di movimento più precisa.

#### Esempi di applicazione

Attività di riscaldamento: l'insegnante dimostra un'attività di movimento, gli studenti la eseguono autonomamente, l'insegnante corregge gli esercizi imprecisi.

Esercitazione di lancio della palla: gli studenti si posizionano in sicurezza e lanciano autonomamente, mentre l'insegnante fornisce istruzioni, correzioni e feedback individuali.



#### STILE PER RECIPROCITÀ

Organizzazione simile allo stile precedente. Gli studenti sono divisi in gruppi, a ciascuno dei quali viene assegnato un ruolo: uno si esercita, mentre l'altro osserva, valuta, corregge e aiuta.

L'insegnante lavora principalmente con l'osservatore. In questo modo, egli insegna agli studenti a osservare la qualità del movimento, al rinforzo positivo e a individuare gli errori.

*Vantaggi:* sviluppa le capacità di comunicazione, osservazione, stimola l'auto-controllo, gli alunni entrano nel ruolo dell'insegnante.

*Svantaggi:* i bambini possono sentirsi ansiosi per le valutazioni negative sulle loro prestazioni o incapaci di identificare i punti di forza e debolezza.

#### Esempi di applicazione

Esercitazione di rotolamento: in coppia uno esegue, l'altro osserva e valuta, poi inversione dei ruoli.

Esercizio di palleggio nella pallacanestro: un alunno palleggia, l'altro osserva e valuta la sua prestazione.



#### STILE DI AUTOVALUTAZIONE

Si basa su quello precedente. In questo stile, l'alunno riflette sulla propria performance dopo l'esercizio e discute i suoi punti di forza e debolezza con l'insegnante. Lo studente, dopo essersi consultato con l'insegnante, è motivato a migliorare la prestazione; l'insegnante controlla la correttezza della prestazione su richiesta dello studente.

#### Esempio di applicazione

Esercitazione di salto in lungo: l'alunno valuta il proprio salto e identifica aree di miglioramento.

#### STILE DI INCLUSIONE

Lo stile di inclusione enfatizza l'**apprendimento cooperativo**, in cui gli studenti lavorano insieme per raggiungere obiettivi comuni.

#### Esempio di applicazione

Sfida a ostacoli - allestite un percorso a ostacoli in palestra, con varie sfide fisiche come ostacoli, coni, travi di equilibrio e tunnel da percorrere a carponi. Dividete la classe in piccoli gruppi, assicurandosi che ci siano abilità diverse in ogni gruppo. Considerate la possibilità di accoppiare studenti con livelli di abilità diversi per promuovere la collaborazione. Ogni gruppo deve percorrere il percorso a ostacoli insieme, completando ogni sfida con successo, comunicando e incoraggiandosi a vicenda. Per esempio, se c'è una trave di equilibrio, uno studente può guidare un altro fornendo istruzioni verbali o supporto fisico.



#### STILE DI SCOPERTA GUIDATA

L'insegnante non fornisce tutte le istruzioni e le soluzioni per risolvere il compito motorio, ma guida gli alunni a scoprire la soluzione autonomamente ponendo delle domande. Le soluzioni corrette

vengono premiate e rafforzate. Gli alunni lavorano in gruppo o individualmente. Questo stile porta a risultati di apprendimento più sostenibili e sviluppa le capacità creative degli alunni.

#### **Esempi di applicazione**

Esercizio di passaggio nella pallavolo: gli studenti esplorano i diversi tipi di passaggi e quando usarli.

Allenamento del salto in lungo: gli studenti esplorano varie opzioni di rimbalzo, per esempio partendo da fermo o con rincorsa, staccando con un piede o con entrambi i piedi. Quali domande supplementari fareste se gli studenti rispondessero in modo errato?



#### **STILE DI SCOPERTA CONVERGENTE**

Questo stile promuove l'analisi autonoma, la risoluzione dei problemi e l'attenzione nel trovare una soluzione unica e corretta, al fine di migliorare una specifica abilità motoria. Il ruolo dell'insegnante è quello di presentare un problema/una questione e di seguire il ragionamento degli studenti, fornendo feedback e indizi. Il ruolo dello studente è quello di esaminare il problema, trovare e verificare la soluzione.

#### **Esempio di applicazione**

Analisi della tecnica di tiro a canestro: dividere la classe in piccoli gruppi o coppie; l'obiettivo è quello di analizzare e migliorare la tecnica di un tiro a canestro. Gli studenti osservano e analizzano la tecnica di tiro di un membro della squadra o di un altro studente. L'insegnante fornisce un elenco di elementi chiave da considerare (ad esempio, posizionamento dei piedi, posizione delle mani, esecuzione) per guidare la loro valutazione. Gli alunni individuano aspetti specifici, ne discutono, presentano e implementano delle correzioni. In questo modo, gli studenti mettono in atto le correzioni e ne osservano l'effetto sul gioco.



#### **STILE DI SCOPERTA DIVERGENTE**

Questo stile consente agli studenti di gestire il loro apprendimento, esplorando e creando i loro esercizi fisici. Questo stile incoraggia l'esplorazione indipendente, la creatività e l'identificazione di soluzioni multiple al compito motorio.

#### **Esempio di applicazione**

Stazioni di riscaldamento creativo: dividere la classe in piccoli gruppi o coppie e allestire diverse stazioni con vari attrezzi (ad esempio, coni, corde per saltare, scale di agilità, palle) in giro per la palestra. Gli studenti devono identificare diversi modi di utilizzare gli attrezzi per il riscaldamento. Gli studenti creano in maniera creativa esercizi in una stazione e poi passano alla stazione successiva. Infine, presentano una loro routine di riscaldamento creativo alla classe.

## STILE DI APPRENDIMENTO CON PROGRAMMA INDIVIDUALE A SCELTA DELLO STUDENTE

Ogni studente segue un programma di apprendimento personalizzato in base alle sue abilità e capacità fisiche. L'insegnante funge da consulente, guidando e monitorando i progressi. In questo caso, con delle schede programmate ogni abilità viene spiegata passo dopo passo con dei punti chiave. Nelle schede sono inseriti esercizi volti a migliorare quelle abilità e strumenti diagnostici per il monitoraggio.

### Esempio di applicazione

Progettazione di un piano di fitness personalizzato: Ogni studente crea una routine di fitness su misura degli interessi e degli obiettivi individuali. Prima di ciò l'insegnante discute in classe sull'importanza della fitness e sulle diverse componenti di una routine di fitness (esercizio cardiovascolare, allenamento della forza, flessibilità ecc.), e fornisce diverse risorse per creare il piano.



## STILE DI APPRENDIMENTO CON AUTONOMIA DELLO STUDENTE

Lo studente intraprende ed è responsabile della progettazione stessa dell'esperienza di apprendimento dall'inizio alla fine. L'insegnante fornisce supporto e consulenza in risposta alle richieste dello studente.

### Esempio di applicazione

Stazioni di fitness su iniziativa degli studenti: gli studenti creano e conducono delle stazioni di fitness. Scelgono attrezzature ed esercizi diversi e si alternano tra le stazioni di fitness degli altri. Lo studente che crea la stazione diventa l'istruttore, guidando i compagni attraverso gli esercizi, offrendo consigli sull'esecuzione e garantendo la sicurezza e l'efficacia dell'esercizio.

## STILE DI AUTOAPPRENDIMENTO

Gli studenti si impegnano attivamente in progetti a lungo termine, in cui si assumono la responsabilità dell'intero processo di apprendimento, dalla la pianificazione, all'esecuzione e valutazione del proprio lavoro. In questo approccio dinamico, l'insegnante svolge un ruolo di consulente e risorsa, fornendo indicazioni se necessario. Questo metodo promuove la pratica indipendente e incoraggia la riflessione sui progressi individuali, poiché gli studenti assumono un ruolo di controllo del proprio percorso di apprendimento. Mettendo insieme questi elementi, viene promosso lo sviluppo olistico di varie abilità motorie.

### Esempio di applicazione

In una classe di EF di una scuola superiore, gli studenti progettano e realizzano il proprio programma di allenamento per un intero semestre. Gli studenti saranno, così, responsabili della pianificazione di una routine di allenamento, definizione di obiettivi di fitness e selezione di esercizi adatti a diversi gruppi muscolari.

L'insegnante, in qualità di consulente, può fornire risorse sulle strategie di allenamento più efficaci, tecniche di esercizio e su un regime di fitness equilibrato. Nel corso del semestre, gli studenti si impegneranno nelle routine di allenamento in maniera autonoma, monitorando i loro progressi e modificandone il programma in base alle necessità.

Alla fine del semestre, gli studenti mostrano i loro miglioramenti fisici, e presentano una valutazione del loro intero programma. Questo stile di apprendimento stimola lo sviluppo delle abilità fisiche, ma promuove anche l'apprendimento auto-organizzato, il prendersi le responsabilità e promuove una riflessione critica sul proprio percorso di fitness.

❖ **Riflessione/discussione**

- Prova a pensare ad altri esempi di ciascuno stile in contesti nel contesto dell'EF.
- Decidi in quale parte della lezione inserire ciascuno stile.
- Rifletti sulle categorie di età per le quali ogni stile è più adatto.
- Discuti le tue opinioni.

#### 7.4.5 Lo spettro di Mosston e la physical literacy

❖ **Riflessione/discussione**

Le tabelle riportano esempi concreti dell'adozione di diversi stili di insegnamento nel contesto dell'EF. Rifletti su come questi possano essere collegati alla PL.

**Tabella 7.1** Pedagogie pratiche riproduttive

Pedagogie pratiche di EF	Descrizione	Esempio in EF	Legami positivi con la physical literacy (Motivazione, Fiducia, Competenza fisica, Conoscenza e Comprensione, e Socialità).
Comando	L'insegnante prende tutte le decisioni	L'insegnante potrebbe chiedere agli studenti di svolgere un'attività specifica, come correre attorno alla palestra. Al suo segnale, tutti gli studenti eseguono l'esercizio contemporaneamente.	Replica, feedback Immediato, efficienza.
Pratica	Gli studenti svolgono compiti prescritti dall'insegnante.	L'insegnante potrebbe dividere la classe in gruppi e fornire consigli su come eseguire una particolare abilità ed esercitarsi, come ad esempio il palleggio della palla da basket, e fornire un feedback mentre gli studenti si esercitano.	
Reciprocità	Gli studenti lavorano a coppie: uno esegue, l'altro fornisce un feedback.	L'insegnante potrebbe mettere in coppia gli studenti e chiedere loro di eseguire a turno un'abilità specifica, come il lancio di un frisbee, mentre l'altro studente fornisce un feedback sulla tecnica. Questo può essere fatto anche in tre, dove due studenti si esercitano e uno fornisce un feedback.	

<b>Autovalutazione</b>	Gli studenti valutano le proprie prestazioni in base a criteri	L'insegnante potrebbe fornire una lista di criteri per un'abilità specifica, come il servizio di pallavolo, e poi chiedere agli studenti di valutare le proprie prestazioni in base a criteri specifici.	
<b>Inclusione</b>	L'insegnante adatta il compito alle esigenze degli studenti.	L'insegnante potrebbe proporre diverse sfide nel salto triplo per permettere a tutti di scegliere come mettersi alla prova.	

**Tabella 7.2** Pedagogie pratiche produttive

<b>Pedagogie pratiche di EF</b>	<b>Descrizione</b>	<b>Esempio in EF</b>	<b>Legami positivi con la physical literacy</b>  <b>(Motivazione, Fiducia, Competenza fisica, Conoscenza e Comprensione, e aspetti sociali).</b>
<b>Scoperta guidata</b>	L'insegnante pone un problema e guida gli studenti alla scoperta della soluzione.	L'insegnante potrebbe porre un problema, ad esempio come far entrare una palla in un bersaglio specifico, e guidare gli studenti a scoprire la soluzione attraverso domande, prove ed errori.	
<b>Scoperta convergente</b>	L'insegnante pone un problema e gli studenti lavorano autonomamente per trovare una soluzione.	L'insegnante potrebbe porre un problema, ad esempio come generare il volo per un salto in lungo, e pone delle domande in modo da trovare un'unica risposta.	
<b>Scoperta divergente</b>	L'insegnante pone un problema e gli studenti lavorano in modo indipendente per trovare soluzioni multiple al problema.	L'insegnante potrebbe porre agli studenti la domanda di produrre il maggior numero possibile di modi diversi di utilizzare un attrezzo specifico, come la corda per saltare o una strategia per superare un avversario.	
<b>Programma individuale a scelta dell'allievo</b>	Gli studenti lavorano su programmi personalizzati con il supporto dell'insegnante.	L'insegnante può creare programmi di fitness personalizzati per ogni studente in base alle sue esigenze e ai suoi obiettivi specifici e lo studente lavora su quel programma in modo indipendente.	

<b>Autonomia dello studente</b>	Gli studenti scelgono il compito e l'insegnante funge da facilitatore.	Gli studenti potrebbero chiedere di lavorare su una sequenza di ginnastica o su una strategia difensiva in un gioco, mentre l'insegnante fornisce supporto e guida.	
<b>Autoapprendimento</b>	Gli studenti lavorano in modo indipendente su un compito stabilito da loro stessi.	Gli studenti potrebbero decidere di voler imparare a destreggiarsi e trovare materiale didattico, come video o istruzioni scritte, per poi lavorare in modo indipendente per imparare un'abilità specifica.	

Ecco le possibili risposte a un determinato compito.

**Tabella 7.3** Pedagogie riproduttive legate alla physical literacy

<b>Pedagogie pratiche di EF</b>	<b>Descrizione</b>	<b>Esempio in EF</b>	<b>Legami positivi con la physical literacy</b>  <b>(Motivazione, Fiducia, Competenza fisica, Conoscenza e Comprensione, e aspetti sociali).</b>
<b>Comando</b>	L'insegnante prende tutte le decisioni	L'insegnante potrebbe chiedere agli studenti di svolgere un'attività specifica, come correre attorno alla palestra. Al suo segnale, tutti gli studenti eseguono l'esercizio contemporaneamente.	La risposta ai comandi, il feedback immediato e l'uso efficiente del tempo consentono di creare un ambiente sicuro. Questo può essere particolarmente importante per stabilire il controllo generale di una classe o per garantire la sicurezza nelle attività più rischiose. Gli studenti possono sentirsi più a loro agio e sicuri in questo ambiente e possono essere motivati dall'entusiasmo dell'insegnante nello stile a comando. Un'attività comandata dall'insegnante può significare che lo studente risponde senza pensare, il che può incoraggiare l'impegno a praticare un'AF.
<b>Pratica</b>	Gli studenti svolgono compiti prescritti dall'insegnante.	L'insegnante potrebbe dividere la classe in gruppi e fornire consigli su come eseguire una particolare abilità ed esercitarsi, come ad esempio il palleggio della palla da basket, e fornire un feedback mentre gli studenti si esercitano.	Anche in questo caso, l'insegnante fornisce una guida e una struttura chiare a un'attività di pratica e ciò consente allo studente di sentirsi a proprio agio e sicuro nell'ambiente, sapendo cosa ci si aspetta e come dovrebbe essere un'abilità specifica. I punti chiave condivisi dall'insegnante, relativi ai criteri di apprendimento, sviluppano la conoscenza e la comprensione e, se il supporto, la sfida

			e l'incoraggiamento sono appropriati, gli studenti dovrebbero migliorare la loro competenza fisica, il che li motiverà a utilizzare l'abilità nella sfida o nel compito successivo.
<b>Reciprocità</b>	Gli studenti lavorano a coppie: uno esegue, l'altro fornisce un feedback.	L'insegnante potrebbe mettere in coppia gli studenti e chiedere loro di eseguire a turno un'abilità specifica, come il lancio di un frisbee, mentre l'altro studente fornisce un feedback sulla tecnica. Questo può essere fatto anche in tre, dove due studenti si esercitano e uno fornisce un feedback.	Lavorare con i compagni, in piccoli gruppi di 2 o 3 persone, offre un ambiente più confortevole e gli studenti si sentono spesso più sicuri. Osservare e riflettere criticamente sulle prestazioni degli altri mette gli studenti alla prova e spesso porta a migliorare le conoscenze e la comprensione. Comunicare e ricevere feedback dai compagni è un'importante abilità sociale degli studenti. L'attenzione al sostegno dell'apprendimento altrui e la consapevolezza che gli altri sostengono il proprio apprendimento possono accrescere la motivazione al miglioramento e migliorare la competenza fisica.
<b>Autovalutazione</b>	Gli studenti valutano le proprie prestazioni in base a criteri	L'insegnante potrebbe fornire una lista di criteri per un'abilità specifica, come il servizio di pallavolo, e poi chiedere agli studenti di valutare le proprie prestazioni in base a criteri specifici.	Riflettere su criteri specifici, da soli, può migliorare la conoscenza e la comprensione se i criteri sono chiari, pertinenti e appropriati. Incoraggiare la responsabilità dell'apprendimento e l'indipendenza può influenzare positivamente la fiducia e la motivazione degli studenti. Avere un focus chiaro su un compito di apprendimento in cui sono evidenziati criteri specifici può migliorare la competenza fisica degli studenti.
<b>Inclusione</b>	L'insegnante adatta il compito alle esigenze degli studenti.	L'insegnante potrebbe proporre diverse sfide nel salto triplo per permettere a tutti di scegliere come mettersi alla prova.	Consentire agli studenti di scegliere la sfida che desiderano affrontare permette a tutti di essere coinvolti e motivati nella situazione di apprendimento, se le scelte sono adeguate agli studenti della classe. Apprezzare la propria competenza fisica o il proprio livello di conoscenza e comprensione è importante dal punto di vista della fiducia e della motivazione. La presenza di una serie di sfide consente la progressione e l'inclusione di tutti i membri della classe.

**Tabella 7.4** Pedagogie produttive legate alla PL

Pedagogie pratiche di EF	Descrizione	Esempio in EF	Legami positivi con la physical literacy (Motivazione, Fiducia, Competenza fisica, Conoscenza e Comprensione, e aspetti sociali).
Scoperta guidata	L'insegnante pone un problema e guida gli studenti alla scoperta della soluzione.	L'insegnante potrebbe porre un problema, ad esempio come far entrare una palla in un bersaglio specifico, e guidare gli studenti a scoprire la soluzione attraverso domande, prove ed errori.	Gli studenti saranno guidati alla scoperta di una risposta specifica, in modo da essere stimolati cognitivamente e fisicamente a trovare la risposta appropriata. Poiché l'insegnante pone domande che permettono agli studenti di scoprire la risposta, c'è un elemento di fiducia nel fatto che il successo e la comprensione saranno raggiungibili per tutti. Lavorare con gli altri può migliorare le abilità sociali.
Scoperta convergente	L'insegnante pone un problema e gli studenti lavorano autonomamente per trovare una soluzione.	L'insegnante potrebbe porre un problema, ad esempio come generare il volo per un salto in lungo, e pone delle domande in modo da trovare un'unica risposta.	La sperimentazione da un punto di vista fisico e cognitivo permette agli studenti di essere sfidati e guidati verso la scoperta di una risposta attesa. Riconoscere e comprendere la risposta appropriata aumenta la fiducia e la motivazione a impegnarsi in attività future di problem solving. Lavorare con gli altri alla risoluzione di un problema può aiutare a migliorare le capacità comunicative e sociali.
Scoperta divergente	L'insegnante pone un problema e gli studenti lavorano in modo indipendente per trovare soluzioni multiple al problema.	L'insegnante potrebbe porre agli studenti la domanda di produrre il maggior numero possibile di modi diversi di utilizzare un attrezzo specifico, come la corda per saltare o una strategia per superare un avversario.	Questo stile permette agli studenti di attivare il pensiero divergente e di diventare emotivamente, cognitivamente e socialmente sicuri per andare oltre la memoria e rischiare di produrre idee alternative. Organizzare gli studenti in gruppi per risolvere i problemi incoraggia il pensiero condiviso e gli studenti si sentono valorizzati per i loro contributi. Gli studenti sentiranno l'energia emotiva e cognitiva che la produzione di idee può generare e la competenza fisica si svilupperà attraverso le numerose prove che svolgeranno.
Programma individuale a scelta dell'allievo	Gli studenti lavorano su programmi personalizzati con il supporto dell'insegnante.	L'insegnante può creare programmi di fitness personalizzati per ogni studente in base alle sue esigenze e ai suoi obiettivi specifici e lo studente lavora su quel programma in modo indipendente.	Questo stile consente agli studenti di assumersi la responsabilità del proprio apprendimento. Può metterli alla prova dal punto di vista cognitivo, poiché dovranno ricercare e sperimentare le strategie relative alla sfida. Possono diventare più sicuri di sé sapendo che l'insegnante sarà disponibile per consigli e supporto, ma possono anche essere motivati perché la sfida sarà relativa

			al loro apprendimento. Poiché l'AF è al centro dell'attenzione, la loro competenza sarà un elemento fondamentale.
<b>Autonomia dello studente</b>	Gli studenti scelgono il compito e l'insegnante funge da facilitatore.	Gli studenti potrebbero chiedere di lavorare su una sequenza di ginnastica o su una strategia difensiva in un gioco, mentre l'insegnante fornisce supporto e guida.	Lo studente sceglie di essere indipendente e di sfidare sé stesso assumendosi la responsabilità di creare la propria esperienza di apprendimento. Questa indipendenza può migliorare e dimostrare la fiducia e la motivazione per una sfida di AF. In questa fase, lo studente avrà probabilmente la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione e ora è fiducioso e motivato a metterla in pratica.
<b>Autoapprendimento</b>	Gli studenti lavorano in modo indipendente su un compito stabilito da loro stessi.	Gli studenti potrebbero decidere di voler imparare a destreggiarsi e trovare materiale didattico, come video o istruzioni scritte, per poi lavorare in modo indipendente per imparare un'abilità specifica.	Come lo stile precedente, l'indipendenza dimostra una motivazione, una fiducia, una competenza fisica, una conoscenza e una comprensione tali da permettere allo studente di scegliere le proprie sfide di apprendimento e di lavorare in modo indipendente o in gruppo sulla propria area di interesse per l'AF.

## 7.5 Attività

### ***Sviluppo della PL utilizzando varie strategie didattiche***

#### ***❖ Attività pratica in classe: utilizzare le strategie didattiche in EF***

Questa attività è progettata per fornire esempi concreti di strategie didattiche utilizzate per promuovere lo sviluppo della PL attraverso l'EF. Attraverso un lavoro di gruppo collaborativo, avrai l'opportunità di riflettere sui diversi stili di insegnamento e su come possano essere efficaci nel favorire lo sviluppo della PL per tutti gli studenti.

Materiale necessario:

- Un grande foglio di carta per lavagna a fogli mobili
- Pennarelli colorati
- Note adesive
- Penne e matite

Istruzioni: Formate delle coppie.

#### **COMPITO 1:**

Scegliete di interpretare il ruolo dell'insegnante o dello studente e riflettete su come i diversi stili di insegnamento (secondo Mosston) influenzino i ruoli di queste due figure.

Una domanda utile a cui rispondere potrebbe essere: "Cosa fa un insegnante quando utilizza lo Stile A Comando e cosa fa uno studente quando apprende tramite questo stile?"

Iniziate con una panoramica delle strategie didattiche e considerate il loro impatto sulla vostra precedente esperienza, sia come insegnanti che come studenti. Riflettete sulle componenti fondamentali della PL: motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione, percorso di vita, relazioni sociali, responsabilità personale e impegno nella pratica di AF.

**Esempio:**

Se utilizzo lo *Stile di Autovalutazione*, come insegnante definisco i criteri di successo (ruolo di guida), mentre lo studente verifica autonomamente la propria prestazione rispetto a tali criteri (ruolo di autovalutazione).

**Collaborazione di gruppo:** discutete i vostri esempi in classe e preparate un riassunto sulla lavagna a fogli mobili con tutti i possibili esempi elaborati in coppie.

**Compito di riflessione:**

Al termine dell'attività, scegliete un approccio che avete già utilizzato nel vostro insegnamento dell'EF.

**Esempi di collegamento:** Successivamente, consultate la tabella per comprendere meglio l'uso dei vari stili. Confrontate le risposte, identificando somiglianze e differenze.

## **COMPITO 2:**

Utilizzate una tabella per annotare esempi pratici di AF, evidenziando come diversi stili di insegnamento, tratti dallo spettro di Mosston, siano applicati. Per ogni stile, indicate un esempio di AF e aggiungete una colonna in cui descrivete come queste strategie favoriscono lo sviluppo della PL. Riflettete sugli aspetti chiave della PL: fiducia, motivazione, conoscenza e comprensione, competenza fisica, valorizzazione e responsabilità individuale. Domande che potrebbero aiutarti:

- In che modo le strategie didattiche promuovono gli aspetti della PL?
- Come possiamo sviluppare fiducia e motivazione?
- Come possiamo promuovere conoscenza e comprensione?
- Come possiamo migliorare la competenza fisica?
- Come possiamo incoraggiare l'assunzione di responsabilità e la valorizzazione personale?

**Tabella 7.5** Interazioni tra docente e studente quando si utilizzano diversi stili di insegnamento

Stile		Interazione con l'insegnante	Ruolo dell'insegnante	Interazione con lo studente	Ruolo dello studente
Comando	A	Il professionista prende le decisioni	Istruzione	Lo studente copia e rispetta le decisioni e le istruzioni.	Copiare
Pratica	B	Il professionista crea occasioni per fornire un feedback allo studente.	Stabilire	Lo studente lavora col proprio ritmo sui compiti assegnati	Ripetere e migliorare
Reciprocità (coppie piccolo gruppo)	C	Il professionista fornisce punti di riferimento per il feedback	Supporto	Gli studenti lavorano insieme, ricevendo un feedback reciproco.	Esecuzione e valutazione tra pari
Autovalutazione	D	Il professionista stabilisce i criteri di successo	Regia	Gli studenti valutano le loro prestazioni rispetto a queste	Autovalutazione
Inclusione (autonomia all'interno dell'autorità)	E	Il professionista definisce una serie di compiti/opportunità	Facilitare	Gli studenti scelgono il compito più appropriato per le loro capacità e/o motivazioni.	Selezione
Soglia di scoperta					
Scoperta Guidata	F	L'operatore utilizza domande e compiti per indirizzare gradualmente i partecipanti verso un obiettivo di apprendimento predeterminato.	Interrogazione		Scoprire
Scoperta Convergente	G	Il professionista imposta o inquadra i problemi	Guida	Lo studente cerca di trovare le soluzioni più appropriate.	Scoprire
Scoperta Divergente	H	Il professionista imposta o inquadra i problemi	Suggerire	Lo studente cerca di creare una possibile soluzione.	Creare
Programma individuale a scelta dell'allievo	I	Il professionista decide l'area di intervento	Consulenza	Lo studente si sviluppa in quest'area, attingendo all'esperienza dei professionisti	Avvio
Autonomia dello studente	J		Mentoring	Lo studente decide come e a cosa mirare.	Decidere
Autoapprendimento	K		N/D	Lo studente si impegna nello sviluppo per conto proprio	Autodeterminato

Collaborazione di gruppo: l'insegnante preparerà una raccolta di termini e idee sulla lavagna a fogli mobili, derivati dalle discussioni precedenti. Questi concetti sono strettamente legati alle vostre esperienze, nonché a quelle degli altri, riguardo le strategie di insegnamento.

Collegare i concetti: esaminate i termini presentati e, insieme ai vostri compagni, cercate di collegarli alle strategie didattiche e ai quattro domini che compongono il concetto di PL. Usate i pennarelli per tracciare linee o creare gruppi di parole chiave interconnesse sul foglio di carta.

Riflessione personale: dedicate un momento per riflettere sulla vostra esperienza personale nella pianificazione delle lezioni di EF, in relazione alle strategie didattiche. Utilizzate diverse strategie o vi affidate solo a una?

Interazioni con le strategie di insegnamento: in che modo queste interagiscono con i quattro domini della PL. Scrivete su una nota adesiva rossa lo stile di insegnamento che non avete mai utilizzato, e su una nota adesiva verde lo stile che desiderereste provare a implementare dopo aver seguito questo corso.

Condividere e tracciare una mappa delle esperienze e dei piani: attaccate le note sulla lavagna a fogli mobili, contribuendo alla creazione di una "mappa" collettiva che rappresenta le esperienze del gruppo con gli stili di insegnamento "MAI utilizzati" e quelli che "PIANIFICATE di usare". Partecipate alla discussione per condividere e analizzare queste esperienze e i futuri piani didattici.

Discussione di gruppo: con l'aiuto dell'insegnante, rivedete le riflessioni raccolte visivamente. Discutete in che modo ogni nota adesiva riflette l'efficacia delle strategie di insegnamento nel promuovere una comprensione più profonda di uno stile di vita attivo e sano.

❖ **Esercizio di riflessione: Strategie di insegnamento per sviluppare la PL**

Seleziona uno degli stili riproduttivi di Mosston e osserva come si applica nella pratica. Rifletti sul suo impatto olistico: in che modo influenza la motivazione, la fiducia, la competenza fisica, la conoscenza e la comprensione degli studenti?

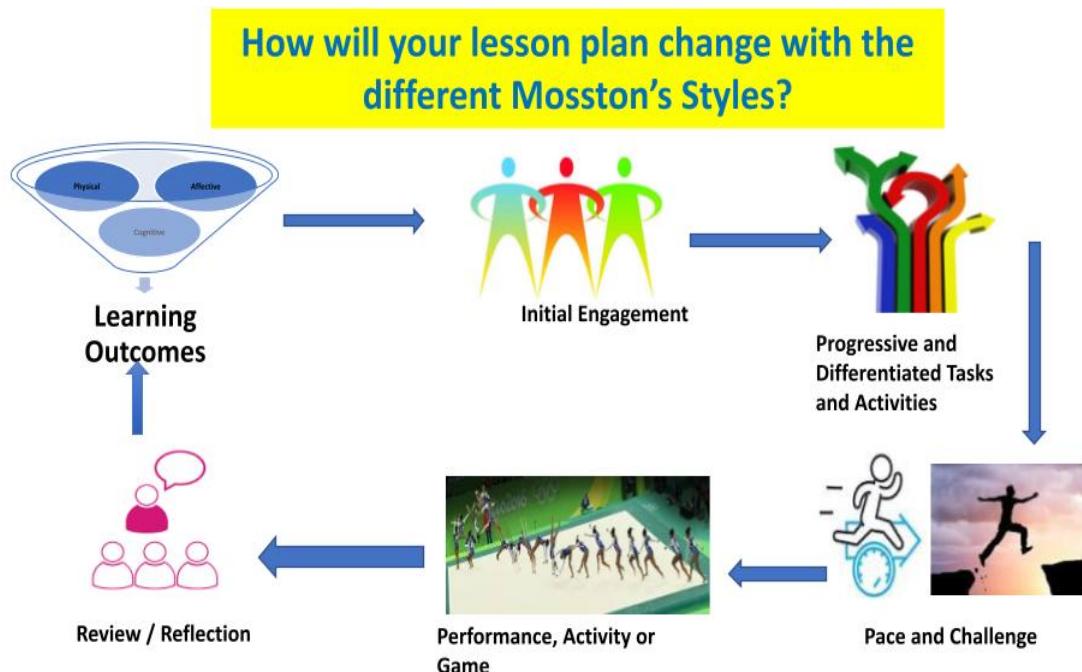
Scegli uno degli stili produttivi di Mosston e valuta come funziona nella pratica. Analizza il suo impatto globale sugli stessi aspetti: motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione.

Rifletti su una lezione recente che hai tenuto. Come potresti adattare o modificare l'approccio per integrare una di queste pedagogie? Pensa a un'altra lezione che dovrà tenere la prossima settimana: come potresti inserire una di queste strategie nella tua "cassetta degli attrezzi" per migliorare l'esperienza didattica?

**Figura 7.5** Ulteriore esempio di approcci pedagogici diversi

Leader	Insegnamento reciproco	Formazione tra pari
Gli alunni danno istruzioni o fanno dimostrazioni a una classe o a un gruppo.	Gli alunni si alternano per insegnarsi a vicenda una nuova abilità o tattica.	Gli alunni si danno consigli e sostegno reciproco quando lavorano.
<b>Definizione degli obiettivi personali</b>  Gli alunni stabiliscono i loro obiettivi nell'ambito di un obiettivo generale.	<b>Auto-revisione</b>  Gli alunni valutano le loro prestazioni e pianificano il loro miglioramento.	<b>Valutazione tra pari</b>  Gli alunni si valutano a vicenda e danno un feedback.
<b>Problem-solving</b>  Gli alunni trovano soluzioni attraverso prove e miglioramenti.	<b>Creare</b>  Gli studenti studiano un documento e progettano le loro attività.	<b>Ruoli di squadra</b>  Gli alunni assumono ruoli e responsabilità specifiche all'interno di una squadra.
<b>Intero-parte-intero</b>  Gli alunni sono consapevoli del contesto più ampio prima di concentrarsi sullo sviluppo di abilità o tattiche; gli alunni applicano le loro abilità/tattiche nel contesto originale.		<b>Grande compito</b>  Gli studenti lavorano per raggiungere un obiettivo a lungo termine che ha conseguenze reali; l'apprendimento avviene nel corso di una serie di lezioni prima di essere applicato in contesti autentici.

**Figura 7.6** Schema di come gli insegnanti possono utilizzare i diversi stili di Mosston.



## 7.6 Risultati dell'apprendimento

Al completamento di questo modulo, lo studente dovrà:

- dimostrare una comprensione approfondita della pedagogia e dei suoi contenuti nell'ambito dell'EF, analizzando la relazione tra la PL e la pedagogia.
- comprendere l'influenza degli approcci pedagogici attuali sullo sviluppo fisico, emotivo, sociale e cognitivo degli studenti.
- valutare i metodi di insegnamento dell'EF attualmente in uso e proporre miglioramenti basati su diversi stili didattici, con l'obiettivo di favorire lo sviluppo della PL.
- riconoscere come le strategie di insegnamento aiutino gli studenti a sviluppare atteggiamenti legati alla PL.
- sviluppare un pensiero critico nell'analisi dei metodi di EF esistenti e proporre soluzioni innovative.
- valutare l'uso di diversi stili di insegnamento per i vari livelli della PL.

## 7.7 Conclusione

In conclusione, la PL può essere sviluppata attraverso l'utilizzo di diversi stili di insegnamento nell'EF. Gli stili di comando offrono una guida chiara e un ambiente di apprendimento strutturato, risultando particolarmente utili per l'introduzione e il consolidamento delle abilità motorie di base. In questi contesti, l'insegnante fornisce istruzioni dettagliate e dimostrazioni per facilitare la comprensione delle tecniche fondamentali.

Gli stili di reciprocità, che promuovono l'interazione tra insegnante e studenti, favoriscono la comunicazione e la collaborazione, mentre gli stili di autovalutazione permettono agli studenti di assumere una maggiore responsabilità per il proprio apprendimento. In quest'ottica, gli studenti possono utilizzare strumenti come liste di controllo o criteri di autovalutazione per perfezionare le loro abilità motorie, sviluppando al contempo capacità di problem solving e una comprensione più profonda delle tecniche.

Incorporando una varietà di stili d'insegnamento lungo lo spettro pedagogico, gli educatori possono progettare un programma di EF completo e inclusivo, capace di rispondere alle diverse esigenze e preferenze di apprendimento degli studenti. Questo approccio contribuisce in modo significativo allo sviluppo olistico della PL in ciascuno di loro.

## 7.8 Revisione e autovalutazione

Domanda 1 - Se vuoi insegnare ai bambini nuove abilità fisiche, devi prima di tutto:

- Valutare le capacità di apprendimento degli alunni.
- Controllare che il materiale sia adeguato all'apprendimento.
- Parlare con il tuo collega della tua strategia di insegnamento.
- Dividere la classe in piccoli gruppi.

Domanda 2 - Quali sono i tre gruppi di stili di insegnamento definiti da Mosston?

- della pratica, di inclusione, di autovalutazione.
- a comando, per reciprocità, di autovalutazione.
- Scoperta convergente, scoperta divergente, a comando.
- Centralità dell'insegnante, centralità dello studente, scoperta guidata.

Domanda 3 - Se vuoi adottare pedagogie produttive, scegli:

- A. Autovalutazione.
- B. Pratica.
- C. Inclusione.
- D. Scoperta convergente.

Domanda 4 – Se non sei sicuro della gestione della classe, preferisci utilizzare:

- A. Stile a comando.
- B. Stile di autoapprendimento.
- C. Stile programma individuale a scelta dell'allievo.
- D. Stile autonomia dello studente.

Domanda 5 - Gli alunni sono più coinvolti nel processo decisionale quando si utilizza:

- A. Stile della pratica.
- B. Stile per reciprocità.
- C. Stile di autoapprendimento.
- D. Stile di scoperta guidata.

#### **Quiz con domande aperte:**

1. Qual è il fattore chiave per gli insegnanti quando pianificano una lezione/sessione di EF?
2. Qual è il ruolo dell'insegnante nello stile di insegnamento della scoperta divergente? Puoi fornire un esempio?
3. Qual è il ruolo dello studente nello stile di insegnamento della scoperta convergente? Puoi fornire un esempio?
4. Quali sono gli stili di insegnamento di produzione (6) e di riproduzione (5)?
5. Come possono le diverse strategie di insegnamento sviluppare tutti e quattro i domini della PL (fisico, affettivo, cognitivo e sociale)?
6. Rifletti su un'esperienza personale in EF che è stata particolarmente significativa. Quale approccio pedagogico è stato utilizzato e perché ha funzionato bene per te?
7. "Tutti fanno la stessa cosa, nello stesso momento e seguendo le istruzioni dell'insegnante." Questo stile è tipico dell'azione immediata e dell'efficienza. Quale stile di insegnamento stiamo descrivendo?

## **7.9 Bibliografia**

Arnold, P. J. (1979). Meaning in movement, sport and physical education. Heinemann.

Arnold, P. J. (1988). Education, movement and the *curriculum – A philosophic inquiry*. The FalmerPress.

Kretchmar, R. S. (1975). From test to contest: An analysis of two kinds of countwepoint in sport.

*Journal of the Philosophy of Sport*, 2(1), 23-30.  
<https://doi.org/10.1080/00948705.1975.10654094>

Mosston, M. e Ashworth, S. (2008). Teaching physical education (5a ed.). First Online Edition. Pearson Education.

Petty, G. (2009). Teaching today a practical guide (4<sup>th</sup> ed.). Oxford University Press.

Tomlinson, C. A. (2000, August). *Differentiation of instruction in the elementary grades*. ERIC Digest. <https://www.readingrockets.org/topics/differentiated-instruction/articles/what-differentiated-instruction>

## 7.10 Ulteriori letture

- Arnold, P. J. (1985). Rational planning by objectives of the movement curriculum. *Physical Education Review*, 8(1), 50-61.
- Carl, J., Barratt, J., Wanner, P., Töpfer, C., Cairney, J., & Pfeifer, K. (2022). The effectiveness of physical literacy interventions: A systematic review with meta- analysis. *Sports Medicine*, 52(12), 2965-2999. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01738-4>
- Chatoupis, C. C. (2018). Physical education teachers' use of Mosston and Ashworth's teaching styles: A literature review. *Physical Educator*, 75(5), 880-900.
- Chen, A. (2015). Operationalizing physical literacy for learners: Embodying the motivation to move. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 125-131.
- Doozan, A. e Bae, M. (2016). Teaching physical literacy to promote healthy lives: TGfU and related approaches. *Physical Educator*, 73(3), 471-487. <https://doi.org/10.18666/TPE-2016-V73-I3-6364>
- Ennis, C. D. (2015). Knowledge, transfer, and innovation in physical literacy curricula. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 119-124. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.001>
- Haydn-Davies, D. (2005). How does the concept of physical literacy relate to what is and what could be the practice of physical education? *British Journal of Teaching Physical Education*, 36(3), 45-48. <http://www.physical-literacy.org.uk/haydn-davies2005.php>
- Jones, G. R., Stathokostas, L., Young, B. W., Wister, A. V., Chau, S., Clark, P., Duggan, M., Mitchell, D., & Nordland, P. (2018). Development of a physical literacy model for older adults – A consensus process by the collaborative working group on physical literacy for older Canadians. *BMC Geriatrics*, 18(1), Article 13. <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0687-x>
- Kovač, M., Sloan, S. e Starc, G. (2008). Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' views and future perspectives. *European Physical Education Review*, 14(3), 299-323. <https://doi.org/10.1177/1356336x08095668>
- Kulinna, P. H. e Cothran, D. J. (2003). Physical education teachers' self-reported use and perceptions of various teaching styles. *Learning and Instruction*, 13(6), 597-609. [https://doi.org/10.1016/S0959-4752\(02\)00044-0](https://doi.org/10.1016/S0959-4752(02)00044-0)
- Kwan, M. Y. W., Graham, J. D., Bedard, C., Bremer, E., Healey, C., & Cairney, J. (2019). Examining the effectiveness of a pilot physical literacy-based intervention targeting first-year university students: The PLUS program. *SAGE Open*, 9(2), Article 2158244019850248.
- Mandigo, J., Lodewyk, K. e Tredway, J. (2019). Examining the impact of a teaching games for understanding approach on the development of physical literacy using the Passport for Life assessment tool. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 136-145. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0028>
- Maude, P. (2009). Physical children, active teaching: Investigating physical literacy. Open University Press.
- Penny, D. (2013). Making a difference: Policies, people and pedagogy in physical education and sport. The University of Waikato, Hamilton, New Zealand.

- Pill, S., SueSee, B., & Davies, M. (2024). The spectrum of teaching styles and models-based practice for physical education. *European Physical Education Review*, 30(1), 142-155. <https://doi.org/10.1177/1356336X231189146>
- Quennerstedt, M. (2019). Physical education and the art of teaching: Transformative learning and teaching in physical education and sports pedagogy. *Sport, Education and Society*, 24(6), 611-623. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1574731>
- Silverman, S. e Mercier, K. (2015). Teaching for physical literacy:Implications to instructions to instructional design and PETE. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 150-155. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.003>
- Zheng, Z. H., & Gao, Q. (2012). Teaching physical education using the spectrum of teaching style: Introduction to Mosston's spectrum of teaching style. *China School Physical Education*, 2012(1), 65-68.

Risposte corrette (alle domande a scelta multipla):

Domanda 1: A

Domanda 2: B

Domanda 3: D

Domanda 4: A

Domanda 5: C

# MODULO 7

PEDAGOGIA E PRATICA 2 - MODELLI  
- IMPATTO SULLA  
PHYSICAL LITERACY

## 7 Modulo 7: Pedagogia e pratica 2 - Modelli - Impatto sulla physical literacy

Durata: circa 10 ore

### 8.1 Panoramica

Nel modulo 7, gli studenti esploreranno in modo approfondito vari modelli di insegnamento che influenzano significativamente lo sviluppo olistico degli studenti nell'ambito della PL. L'obiettivo del modulo è promuovere la comprensione di approcci pedagogici innovativi, come *Sport Education* (Educazione allo Sport), *Teaching Games for Understanding* (TGfU – Insegnare i Giochi per Comprendere) e *Cooperative Learning* (Apprendimento Cooperativo), e discernere i loro impatti specifici sulla promozione della PL. In particolare, gli studenti acquisiranno competenze fondamentali su questi modelli, svilupperanno le abilità per applicarli efficacemente in contesti educativi e impareranno ad adattare e valutare tali strategie pedagogiche. Al termine del modulo, gli studenti saranno in grado di progettare e implementare lezioni che non solo aderiscano a questi modelli, ma che potenzino il percorso di sviluppo della PL dei loro alunni. Saranno inoltre capaci di valutare criticamente le pratiche didattiche esistenti e di perfezionarle per ottimizzare lo sviluppo della PL, comprendendo a fondo l'importanza di questi modelli nel promuovere l'impegno verso la pratica di AF per tutta la vita.

### 8.2 Parole chiave e concetti

Modelli didattici, Educazione allo Sport, Insegnare i Giochi per Comprendere (TGfU), Apprendimento Cooperativo, EF Basata sulla Salute

### 8.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti sono in grado di:

- Comprendere i diversi modelli di insegnamento che promuovono l'apprendimento/sviluppo olistico e il loro impatto sulla PL.
- Acquisire familiarità con i modelli di Educazione allo Sport, TGfU, e Apprendimento Cooperativo, e con la loro applicazione nello sviluppo della PL.

In termini di abilità, gli studenti sono in grado di:

- Applicare modelli didattici per progettare esperienze di EF che promuovano la PL.
- Valutare l'impatto di diversi modelli di insegnamento sullo sviluppo della PL.
- Progettare e pianificare lezioni basate sui modelli di Educazione allo Sport, TGfU e Apprendimento Cooperativo.

In termini di competenze, gli studenti sono in grado di:

- Implementare e adattare i modelli didattici come l'Educazione allo Sport, TGfU e l'Apprendimento Cooperativo per promuovere la PL.
- Valutare e modificare le pratiche di insegnamento che utilizzano questi modelli in base alla loro efficacia nel promuovere la PL.
- Comunicare efficacemente l'importanza e l'implementazione di questi modelli didattici nella promozione della PL.

## 8.4 Contenuti e attività

### 8.4.11 Approccio basato su modelli

Un approccio basato su modelli si fonda sull'utilizzo di diversi modelli educativi, ciascuno con caratteristiche specifiche e risultati di apprendimento distinti, che permettono all'EF di raggiungere molteplici obiettivi (Casey, 2014). Secondo Dyson e colleghi (2016), i modelli operano su due livelli: curriculare e didattico. A livello curriculare, un modello fornisce una struttura con missione, contenuto e obiettivi chiari, finalizzati a permettere a più studenti di raggiungere risultati di apprendimento a lungo termine. A livello didattico, i modelli guidano pratiche di insegnamento a breve termine, come la gestione della classe, l'apprendimento sociale e la valutazione, allineandosi con gli obiettivi di unità e lezioni. Dyson colleghi (2016) elencano dodici modelli curricolari, sottolineando che l'elenco non è esaustivo. Alcuni modelli sono sia curricolari che didattici, e in alcuni casi si utilizzano modelli ibridi, come la combinazione promossa da Hastie e Buchanan (2000) tra i modelli di Educazione allo Sport e di *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR - Insegnamento della Responsabilità Personale e Sociale).



#### Video

- Approccio all'insegnamento dell'EF basato su modelli:  
<https://www.youtube.com/watch?v=f-6xe-q4gyE>

#### ❖ Riflessione/discussione

- Quali sono state le tue esperienze con lezioni di EF basate sui giochi?
- Ci sono differenze tra la scuola primaria e quella secondaria?
- E tra scuola/università di formazione per insegnanti?
- Condividi con il gruppo gli aspetti positivi e negativi delle tue esperienze

### 8.4.2 Modelli pedagogici nell'EF

Nel contesto dell'EF, sono stati sviluppati diversi modelli pedagogici per potenziare la qualità e l'efficacia dell'insegnamento e dell'apprendimento. Tra questi, il modello tradizionale, il TGfU, il Senso del Gioco, l'Apprendimento Cooperativo, l'Educazione allo Sport, il TPSR e l'EF Basata sulla Salute rappresentano un ampio spettro di approcci, ognuno con un proprio focus e una metodologia distinta

**Tabella 8.1** Modelli pedagogici in EF e collegamenti con la PL

Modelli pedagogici di EF	Descrizione e link a ulteriori informazioni	Collegamenti positivi con la PL
Insegnare i Giochi per Comprendere (TGfU)	In una tipica lezione, gli studenti inizieranno a conoscere e a giocare una versione del gioco (modificata o in scala reale). Gli studenti svilupperanno un apprezzamento al gioco e inizieranno a comprendere la consapevolezza tattica legata al gioco. Lavoreranno sulla comprensione e sulla presa di decisioni appropriate e poi miglioreranno le loro abilità per	Questo modello si concentra sull'insegnamento delle attività fisiche attraverso il gioco, dove gli studenti imparano a capire e a adattarsi a diverse situazioni di gioco. Questo approccio aumenta l'opportunità di utilizzare la loro capacità di applicare le abilità di movimento in vari contesti, sviluppando la competenza fisica e contribuendo a una PL più ampia. Tale modello pone l'accento sul processo decisionale tattico durante lo svolgimento dei giochi. Comprendendo il

	migliorare le loro prestazioni nel gioco (Bunker & Thorpe, 1982; Harvey et al., 2010; Stoll & Pill, 2014).	<p>"perché" e il "come" delle strategie di gioco, gli studenti sviluppano un più profondo apprezzamento per gli aspetti intellettuali delle attività fisiche, che è una componente chiave della PL. Il modello TGfU incoraggia gli studenti ad analizzare le situazioni di gioco e a trovare soluzioni. Ciò promuove il pensiero critico e l'adattabilità, lo sviluppo di abilità trasferibili a varie attività fisiche ed essenziali per la PL. I giochi di tale modello possono essere adattati per garantire l'inclusione e la sfida di studenti di tutte le abilità, promuovendo l'inclusività nell'EF. L'inclusività è un principio fondamentale della PL, che garantisce a tutti gli studenti l'opportunità di sviluppare le proprie abilità fisiche e la propria sicurezza. Rendendo le attività fisiche piacevoli e coinvolgenti attraverso l'apprendimento basato sul gioco, il modello può accrescere la motivazione degli studenti a partecipare alle attività fisiche al di fuori della classe, contribuendo a un impegno per tutta la vita nella PL. Lavorando in situazioni di gioco, gli studenti sono impegnati socialmente e possono imparare e sviluppare aspetti del lavoro di squadra, della cooperazione e della leadership.</p>
<b>Apprendimento Cooperativo</b>	<p>In questo modello, gli studenti lavorano insieme in piccoli gruppi per raggiungere un obiettivo comune. L'insegnante funge da facilitatore, fornendo indicazioni e supporto secondo le necessità. Si concentra su cinque elementi: interdipendenza positiva, responsabilità individuale, interazione faccia a faccia, abilità interpersonali e di piccolo gruppo ed elaborazione di gruppo (Casey &amp; Quennerstedt, 2020; Dyson &amp; Casey, 2016).</p>	<p>L'Apprendimento Cooperativo promuove intrinsecamente l'inclusività dei gruppi che lavorano insieme. Questo aiuta a garantire che tutti gli studenti siano coinvolti in attività fisiche, sviluppando le loro competenze fisiche, e fornisce opportunità per gli studenti di sostenersi e imparare gli uni dagli altri, favorendo l'inclusività. Lavorando in collaborazione, gli studenti sviluppano il lavoro di squadra, la leadership e altre abilità sociali, che sono componenti importanti della PL. Imparano a comunicare, a cooperare e a costruire relazioni positive con i loro compagni. L'Apprendimento Cooperativo prevede attività di risoluzione di problemi e sfide a un livello adeguato alle esigenze dei singoli individui all'interno della classe. Gli studenti devono attingere alle loro conoscenze e alla loro comprensione per lavorare verso un obiettivo comune. Impegnarsi in queste attività aiuta gli studenti a sviluppare il pensiero critico e le capacità decisionali, che sono trasferibili a varie attività fisiche. Quando gli studenti lavorano insieme e sperimentano il successo come squadra, aumentano la loro motivazione e il loro piacere per la pratica di attività fisiche. Questa esperienza positiva può contribuire a creare un impegno per tutta la vita nei confronti della PL.</p>
<b>Educazione allo Sport e Senso del Gioco</b>	Questo modello è stato progettato per incoraggiare gli studenti a diventare più competenti ed appassionati di	L'Educazione allo Sport spesso prevede che gli studenti partecipino a un singolo sport per un periodo prolungato, consentendo loro di sviluppare una comprensione profonda di quello

	<p>sport, così come ad aumentare le proprie conoscenze. Gli studenti assumono ruoli diversi, come allenatore, giocatore e arbitro, e collaborano per organizzare e gestire un campionato sportivo. Si insegnano e si allenano a vicenda, arbitrano e organizzano attrezzatura e allenamenti con il supporto dell'insegnante (Casey &amp; MacPhail, 2018; Siedentop et al., 2019; Wallhead &amp; O'Sullivan, 2005).</p> <p>Il modello il Senso del Gioco condivide analogie con il TGfU e affonda le sue radici nell'educazione sportiva australiana (Jarrett &amp; Harvey, 2016). Esso promuove il concetto di "gioco" come contesto primario per l'apprendimento. Questo approccio sfrutta la naturale eccitazione e il coinvolgimento che i giochi offrono, utilizzandoli come veicolo per sviluppare non solo le abilità, ma anche il processo decisionale, il pensiero strategico e una maggiore comprensione dello sport.</p>	<p>sport. Questo impegno prolungato intende promuovere un legame più profondo con le attività fisiche, che è un aspetto fondamentale della PL. L'Educazione allo Sport assegna agli studenti vari ruoli nel contesto di uno sport, come allenatore, capitano, arbitro, ecc. Partecipare attivamente agli allenamenti e alle partite non solo migliora le loro capacità fisiche, ma li aiuta anche a sviluppare capacità di leadership, di lavoro di squadra e di comunicazione, fondamentali per la PL. L'Educazione allo Sport integra il concetto di "Senso del Gioco", in cui gli studenti imparano a leggere il gioco, a prendere decisioni tattiche e a comprendere gli aspetti strategici dello sport. Questo va oltre la mera esecuzione fisica dei movimenti e contribuisce alla comprensione complessiva delle attività fisiche. Gli studenti sperimentano sia gli aspetti competitivi che quelli cooperativi dello sport, favorendo un approccio equilibrato alla pratica di AF. L'Educazione allo Sport incoraggia gli studenti ad assumersi la responsabilità del loro apprendimento e dell'organizzazione di eventi sportivi, che possono sviluppare fiducia negli studenti. Ciò promuove l'autocontrollo, la motivazione e la responsabilità, che sono elementi cruciali della PL.</p>
<b>Insegnamento della Responsabilità Personale e Sociale (TPSR)</b>	<p>Questo modello mira ad aiutare gli studenti a sviluppare comportamenti personalmente e socialmente responsabili attraverso l'EF. Sottolinea l'importanza di sviluppare relazioni positive, tra cui il rispetto, l'impegno e l'autodeterminazione, l'aiutare gli altri e la leadership, l'interazione sociale e il coinvolgimento attraverso l'EF (Hellison, 2010).</p>	<p>Il modello TPSR pone l'accento sullo sviluppo della responsabilità personale e sociale, tra cui il rispetto, la cooperazione e la leadership. Questi valori sono essenziali per la PL, in quanto contribuiscono a creare un individuo ben strutturato e socialmente responsabile. Tale modello incoraggia gli studenti a prendere decisioni responsabili, non solo relativamente all'AF, ma anche nella vita quotidiana. Questo approccio aiuta gli studenti a sviluppare le capacità decisionali che sono fondamentali per la PL. Il modello promuove l'appropriazione da parte degli studenti delle proprie azioni e dei propri comportamenti. Questo senso di autonomia è un aspetto fondamentale della PL, poiché incoraggia l'autocontrollo e l'automotivazione alla pratica di AF.</p>
<b>EF Basata sulla Salute</b>	<p>Questo modello incoraggia gli studenti a imparare a dare valore e a praticare attività fisiche volte al miglioramento della salute ed il benessere attuale e per il resto della loro vita, promuovendo chi si muove abitualmente, chi è motivato, chi è informato e chi è critico. Gli insegnanti sono incoraggiati a promuovere l'AF in tutte le lezioni, a sviluppare persone consapevoli, a creare un ambiente di</p>	<p>Il modello di EF Basata sulla Salute sottolinea l'importanza della salute e del benessere generale. Questo approccio olistico si allinea al concetto più ampio della PL, che comprende non solo le abilità fisiche, ma anche la conoscenza della salute e il benessere. Tale modello fornisce agli studenti conoscenze e abilità pratiche relative a uno stile di vita sano, tra cui l'AF, l'alimentazione e la salute mentale. Queste componenti sono parte integrante della PL. Educando gli studenti ai benefici a lungo termine di uno stile di vita sano, il modello EF basata sulla</p>

	apprendimento favorevole e a incoraggiare le famiglie e le comunità a promuovere sane abitudini di AF (Bowler et al., 2022).	salute mira a instillare un impegno per tutta la vita nei confronti della AF e del benessere generale.
--	--	--

#### 8.4.2.1 Il modello tradizionale

Storicamente, nell'ambito dell'EF ha prevalso il modello tradizionale, incentrato principalmente sullo sviluppo delle abilità e sulla padronanza delle tecniche. Questo approccio si basa tipicamente sull'insegnamento diretto, in cui l'insegnante dimostra le abilità e gli studenti le praticano attraverso esercitazioni ripetitive. Sebbene questo modello presenti il vantaggio di stabilire solide basi nelle abilità motorie fondamentali, viene spesso criticato per il suo scarso coinvolgimento degli studenti nell'apprendimento contestuale e per la mancanza di una comprensione olistica dell'AF.

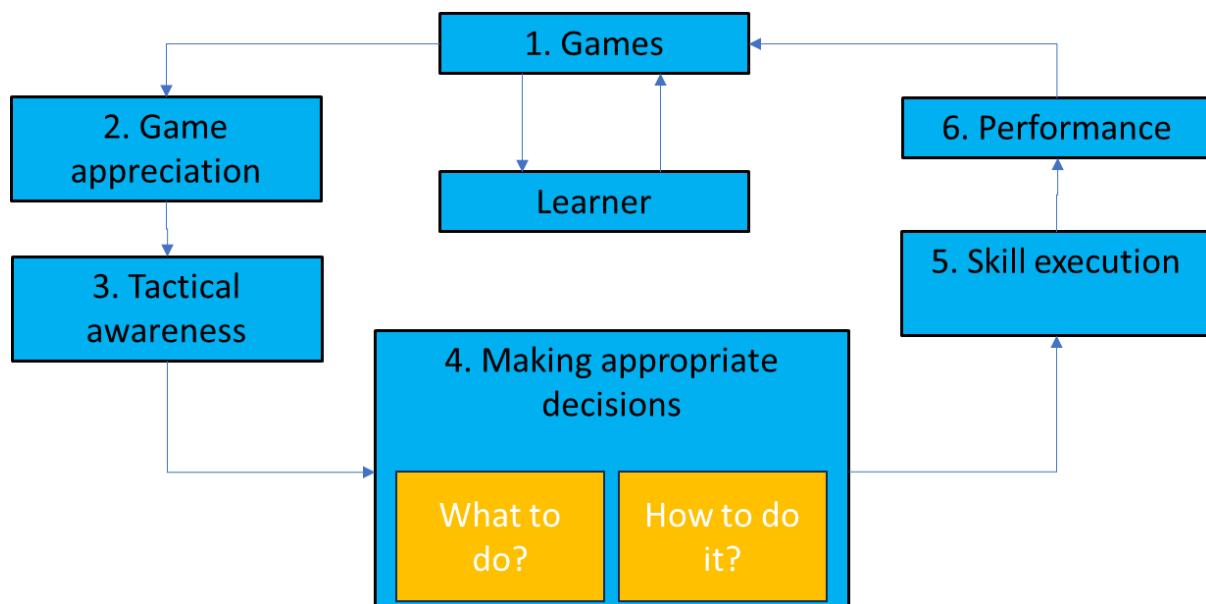
Le criticità di curriculum di EF "tradizionale" includono:

- Come è possibile che tutti possano godere del gioco indipendentemente dalle capacità?
- Perché la pratica isolata non sempre si traduce in abilità trasferibili nel gioco?
- Il significato dei giochi può andare perso o non svilupparsi: perché?
- Il programma è incentrato sulla preparazione alle competizioni?
- Come viene promosso lo sviluppo di ogni bambino?

#### 8.4.2.2 Insegnare i Giochi per Comprendere (TGfU)

Il modello TGfU proposto da Bunker e Thorpe nel 1986, è nato come risposta ai limiti del modello tradizionale, enfatizzando l'importanza del gioco e della comprensione. Invece di concentrarsi unicamente sull'acquisizione delle abilità, questo approccio mira a sviluppare la consapevolezza tattica degli studenti in contesti sportivi specifici. Promuove un ambiente di apprendimento centrato sugli studenti, incoraggiandoli a esplorare e comprendere regole, tattiche e strategie di gioco, favorendo così un apprezzamento più profondo e un maggior piacere nel giocare.

**Figura 8.1** Insegnare i Giochi per Comprendere



Il modello TGfU è emerso negli anni '60 presso l'Università di Loughborough, dove agli studenti fu chiesto di esplorare i benefici dei *small-sided games*, ossia giochi su campi ridotti, che includevano l'uso di griglie di allenamento e giochi di preparazione fisica. Questi metodi facevano parte di un cambiamento nell'insegnamento dell'EF, passando da un approccio focalizzato esclusivamente sulle abilità tecniche a uno che poneva maggiore enfasi sull'impegno cognitivo. Nel 1968, Rod Thorpe ha ulteriormente sviluppato questa transizione verso un approccio più concettuale all'EF. Ha introdotto agli studenti concetti chiave per il gioco, come la consapevolezza spaziale, le strategie di attacco e difesa e la comprensione degli angoli di gioco. Questi insegnamenti teorici venivano accompagnati da modifiche pratiche, come la riduzione delle dimensioni del campo e l'uso di attrezzature diversificate per agevolare il processo di apprendimento. Ricerche successive, condotte da Graham e Stephenson nel 1971, hanno evidenziato che il modello TGfU può essere efficace per tutti i bambini. In particolare, questi studi hanno dimostrato che l'approccio TGfU risolveva uno dei problemi principali dei metodi tradizionali: l'incapacità di mantenere i bambini coinvolti nei giochi, che spesso portava a una prematura esclusione dalla partecipazione attiva. Il TGfU è stato sviluppato proprio per risolvere questa problematica, con l'obiettivo di mantenere alto l'interesse dei bambini concentrandosi non solo sull'acquisizione di abilità tecniche, ma anche sul divertimento e sulla comprensione del gioco.



**Video**

TGFU - che aspetto ha? <http://www.youtube.com/watch?v=qCLyMDtJ3gY>

#### **8.4.2.3 Senso del Gioco**

Questo modello presenta analogie con il modello TGfU. Si radica nell'educazione sportiva australiana (Jarrett & Harvey, 2016) e pone il "gioco" al centro dell'apprendimento. L'approccio sfrutta l'entusiasmo e il coinvolgimento naturale che i giochi generano per sviluppare non solo le abilità fisiche, ma anche il processo decisionale, il pensiero strategico e una comprensione più profonda dello sport.

##### **❖ Attività pratica: Pianificazione della sessione - Bambini della scuola primaria e secondaria**

Nel vostro gruppo, pianificate e testate sessioni di gioco per un target specifico di bambini. Durante la pianificazione, tenete conto delle seguenti domande:

- Quali saranno le regole principali? Come potete modificarle per adattarle a diverse abilità?
- Quali aspetti tattici, come l'uso dello spazio e del tempo, vorreste che i bambini imparassero?
- Quali domande porrete ai bambini per stimolare la loro comprensione del gioco?
- Oltre alle abilità motorie, come promuoverete qualità come l'autoconsapevolezza, la motivazione, la comprensione, l'empatia e la conoscenza? Come integrerete questi aspetti nella sessione?
- Il vostro gioco permetterà la partecipazione sia di bambini molto talentuosi che di quelli meno capaci? Come differenzierete l'approccio per soddisfare le esigenze di tutti?

Riflessioni sulla sessione.

- La pianificazione è stata efficace?
- Cosa è andato bene nella sessione?
- Perché la sessione è stata efficace?
- Cosa cambiereste la prossima volta per migliorare la sessione?

- Che cosa non è andato bene come previsto?
- Cosa cambiereste la prossima volta per migliorare la sessione?
- Quali strategie di valutazione avete utilizzato e sono state efficaci per misurare i progressi?
- Avete integrato le tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC) in modo efficace nella vostra sessione? Se no, perché?
- Quali sono stati i benefici dell'utilizzo di questo modello?
- Quali difficoltà avete incontrato nell'utilizzo di questo modello?
- Quanto pensate che il modello adottato sia utile per raggiungere i vostri obiettivi didattici?

#### **8.4.2.4 Apprendimento Cooperativo**

Nel contesto dell'EF, questo modello adotta una prospettiva fortemente sociale dell'apprendimento, in cui gli studenti lavorano collaborativamente per raggiungere obiettivi comuni. L'accento è posto sullo sviluppo delle abilità sociali, sulla comunicazione e sul lavoro di squadra, nonché sulla responsabilità individuale. Le attività sono strutturate in modo tale che gli studenti dipendano l'uno dall'altro per avere successo, creando un ambiente di apprendimento inclusivo e solidale. L'Apprendimento Cooperativo si caratterizza per il fatto che gli studenti lavorano insieme in gruppi piccoli, dove ogni membro è essenziale per il raggiungimento degli obiettivi comuni, senza la necessità di una supervisione continua e immediata da parte dell'insegnante.

I cinque elementi chiave:

- Interdipendenza positiva: gli studenti dipendono reciprocamente per avere successo.
- Responsabilità individuale: ogni studente è valutato individualmente per dimostrare il proprio impegno.
- Interazione (faccia a faccia) incentivanti: gli studenti trascorrono del tempo insieme, promuovendo la cooperazione.
- Abilità interpersonali e di gruppo: viene incoraggiata una comunicazione chiara ed efficace.
- Elaborazione di gruppo: gli studenti riflettono insieme sull'apprendimento e discutono apertamente.

❖ **Attività pratica: Utilizzate la ginnastica e la danza per creare una sessione basata sull'apprendimento cooperativo.**

Includete:

- Interdipendenza positiva
- Responsabilità individuale
- Interazione faccia a faccia
- Attività di gruppo collaborativa
- Riflessione di gruppo

Riflessioni sulla sessione

- La pianificazione è stata efficace?
- Cosa è andato bene nella sessione?
- Perché la sessione è stata efficace?
- Cosa cambiereste la prossima volta per migliorare la sessione?
- Che cosa non è andato bene come previsto?
- Cosa cambiereste la prossima volta per migliorare la sessione?
- Quali strategie di valutazione avete utilizzato e sono state efficaci per misurare i progressi?

- Avete integrato le tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC) in modo efficace nella vostra sessione? Se no, perché?
- Quali sono stati i benefici dell'utilizzo di questo modello?
- Quali difficoltà avete incontrato nell'utilizzo di questo modello?
- Quanto pensate che il modello adottato sia utile per raggiungere i vostri obiettivi didattici?

#### 8.4.2.5 *Educazione allo Sport*

Questo modello mira a riprodurre esperienze sportive autentiche, con gli studenti che partecipano a stagioni e assumono ruoli come giocatori, allenatori o arbitri, sperimentando la cultura dello sport. L'obiettivo è sviluppare sportivi competenti, preparati ed entusiasti, con enfasi sulla partecipazione continuativa, l'identità di squadra e le interazioni sociali positive, promuovendo un amore duraturo per lo sport.

In che modo l'Educazione allo Sport si differenzia dallo sport? (Siedentop et al., 2019)

- Richiede la piena partecipazione di tutti gli studenti.
- Usa giochi personalizzati per consentire il successo di tutti gli studenti.
- Gli studenti imparano a svolgere ruoli diversi da quello di giocatore.



Assicura la piena partecipazione di tutti gli studenti - Come?

- Squadre di piccole dimensioni.
- Nessun torneo ad eliminazione.
- Eventi conclusivi che includono tutti gli studenti.
- Tutti gli studenti sperimentano ruoli diversi.

Il gioco è personalizzato per favorire il successo di tutti gli studenti:

- Non è necessario che si tratti di partite "ufficiali" con tutte le regole per adulti.
- Per esempio, nel gioco della pallavolo, si cambiano delle regole per renderlo più adatto a un maggior numero di studenti, non solo a quelli più qualificati.

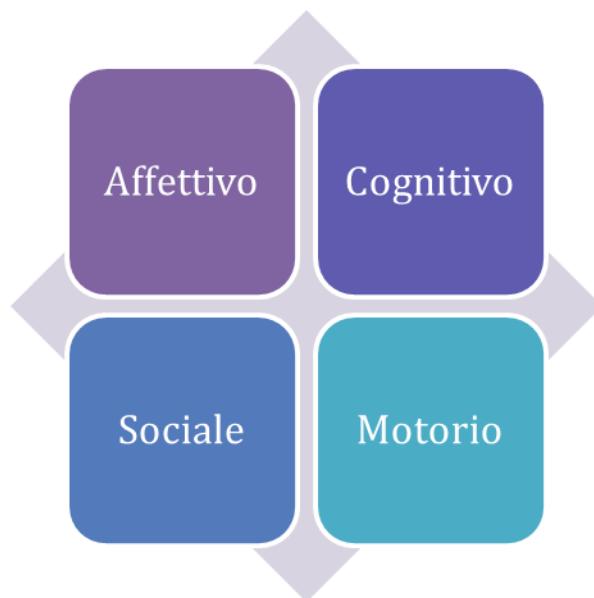
#### 8.4.2.6 *Insegnamento della Responsabilità Personale e Sociale (TPSR)*

Questo approccio, sviluppato da Don Hellison (2010), utilizza l'AF per insegnare competenze di vita e promuovere la responsabilità personale e sociale. Si concentra sul rispetto, l'impegno, il miglioramento personale e il sostegno reciproco, cercando di avere un impatto non solo sulle capacità fisiche degli studenti, ma anche sul loro sviluppo morale e sociale.

#### 8.4.2.7 *Educazione Fisica Basata sulla Salute*

L'EF Basata sulla Salute rappresenta una transizione da un approccio incentrato sulle prestazioni a uno orientato alla salute. Questo modello integra l'AF con l'educazione alla salute, con l'obiettivo di fornire agli studenti le conoscenze e le competenze necessarie per mantenere uno stile di vita sano. L'approccio sottolinea l'importanza della fitness, della nutrizione e del benessere mentale, promuovendo una partecipazione attiva e duratura. La teoria dell'autodeterminazione, che pone la motivazione intrinseca al centro, è fondamentale in questo modello. Secondo Haerens et al. (2011), l'EF deve coinvolgere i domini affettivo, cognitivo, sociale e motorio.

**Figura 8.2** Domini dell'educazione fisica (Haerens et al., 2011)



❖ **Riflessione/discussione**

- ✓ Qual è la tua esperienza nell'apprendimento di concetti legati alla salute attraverso l'EF e lo sport?
- ✓ Come, in qualità di insegnanti e allenatori, trasmettete messaggi sulla salute agli studenti o agli atleti? Questi messaggi sono davvero efficaci?



**Video**

EF Basata sulla Salute

- [https://www.youtube.com/watch?v=qsDqQj1D\\_3M](https://www.youtube.com/watch?v=qsDqQj1D_3M) (3.20)
- <https://www.youtube.com/watch?v=XUCCnXLEGLI>

Nella visione dell'EF basata sulla salute, l'obiettivo è coltivare una generazione di giovani che incarnino l'etica di uno stile di vita attivo. Al centro di questa prospettiva ci sono gli "habitual movers", individui che integrano l'AF senza sforzo nella loro routine quotidiana, sia all'interno che all'esterno del contesto scolastico. Per loro, il movimento è una componente naturale della vita, come respirare. Accanto a loro troviamo i "motivated movers", guidati da una motivazione intrinseca e da un atteggiamento positivo verso l'AF. Questi individui affrontano le sfide con entusiasmo e determinazione, spinti da una fiducia crescente nelle loro capacità, che li porta a raggiungere nuovi traguardi fisici. Gli "informed movers" sono gli esperti della propria fitness. Conoscono bene il "quando", il "come" e il "dove" praticare AF, agendo con consapevolezza e sicurezza. Per loro, partecipare è una scelta consapevole, sostenuta dalla conoscenza dei benefici fisici e mentali derivanti da uno stile di vita attivo. Infine, i "critical movers" si distinguono come promotori del movimento. Questi individui non solo praticano l'AF, ma sono anche in grado di riconoscere buone pratiche, identificare ostacoli o rischi legati all'AF e promuovere uno stile di vita sano, sia per sé che per gli altri (Sammon, 2019).

## 8.5 Risultati dell'apprendimento

Al termine di questo modulo, lo studente è in grado di:

- analizzare criticamente una varietà di modelli di insegnamento e articolare come ciascuno di essi possa influenzare lo sviluppo della PL in diversi contesti educativi.
- valutare i principi e le pratiche dei modelli Educazione allo Sport, TGfU, e Apprendimento Cooperativo e valutare la loro efficacia nel promuovere una PL completa.
- sviluppare, progettare e pianificare lezioni che integrino modelli di Educazione allo Sport, TGfU e Apprendimento Cooperativo per migliorare il percorso di PL degli studenti.
- dimostrare la capacità di implementare e adattare modelli didattici come l'Educazione allo Sport, TGfU e Apprendimento Cooperativo, per sostenere e incentivare la PL tra gli studenti.
- esprimere un profondo apprezzamento per l'impatto che i modelli strutturati di EF hanno sulla promozione della PL e sull'esperienza educativa complessiva.
- comunicare efficacemente il ruolo e l'importanza dei vari modelli pedagogici nella promozione della PL e nell'incoraggiare un impegno nella pratica di AF per tutta la vita.
- dimostrare competenze nell'analisi critica dei risultati delle pratiche educative ispirate dai modelli pedagogici scelti, con particolare attenzione ai risultati relativi alla PL.
- dimostrare una comprensione completa di come le scelte pedagogiche nell'EF possano plasmare atteggiamenti, conoscenze e le competenze associate alla PL.

## 8.6 Conclusione

In conclusione, nel Modulo 7 abbiamo consolidato la comprensione dell'interazione dinamica tra teoria e pratica nell'ambito dell'EF. L'essenza della pedagogia pratica è stata un filo conduttore in tutte le lezioni, evidenziando l'importanza di superare i metodi didattici tradizionali. Questo approccio privilegia l'apprendimento esperienziale, in cui gli studenti non sono semplici destinatari di conoscenze, ma protagonisti attivi di un percorso che li conduce a integrare l'AF come parte integrante del loro stile di vita. Come futuri educatori, è cruciale padroneggiare questi strumenti pedagogici per favorire lo sviluppo sia fisico che cognitivo degli studenti. L'applicazione di queste pedagogie rappresenta una pratica trasformativa, che permette agli studenti di acquisire autonomia, aumentare la motivazione e sviluppare il pensiero critico. I modelli pedagogici discussi fungono da catalizzatori, accendendo la passione per il movimento lungo tutto l'arco della vita e ponendo le basi per uno stile di vita attivo e sano. Infine, è importante ricordare che la conclusione di questo percorso educativo segna solo l'inizio dell'applicazione pratica sul campo. Impartendo questi principi, sarete all'avanguardia nel plasmare un futuro che valorizza la salute e la PL, uno studente alla volta.

## 8.7 Revisione e autovalutazione

**Quiz con domande a scelta multipla:**

Domanda 1 - Qual è l'obiettivo principale del modello TGfU?

- A. Padronanza delle abilità tecniche in vari sport.
- B. Comprensione e applicazione di strategie e tattiche di gioco.
- C. Lo studio della storia e delle regole di diversi sport.
- D. Sviluppare la forza e la resistenza fisica.

Domanda 2 - Quale dei seguenti NON è uno dei cinque elementi su cui si basa il modello di Apprendimento Cooperativo?

- A. Interdipendenza positiva.
- B. Interazione faccia a faccia.
- C. Elaborazione di gruppo.
- D. Creatività individuale.

Domanda 3 - Quale affermazione descrive meglio il concetto di approccio basato su modelli nell'EF?

- A. Si concentra principalmente sui metodi tradizionali di insegnamento degli sport attraverso esercitazioni e tecniche.
- B. Si tratta di un metodo unico e standardizzato che viene applicato universalmente in tutti i programmi di EF.
- C. Si tratta di utilizzare vari modelli con caratteristiche distinte e risultati di apprendimento specifici per raggiungere diversi obiettivi in EF.
- D. Il programma pone l'accento sull'uso esclusivo della tecnologia e degli strumenti digitali nelle lezioni di EF.

Domanda 4 - Il modello di EF Basata sulla Salute sottolinea l'importanza di:

- A. Prestazioni sportive agonistiche.
- B. Integrazione di salute e benessere con l'AF.
- C. Specializzazione in uno sport fin dalla più tenera età.
- D. Sviluppo di abilità tradizionali attraverso la ripetizione.

Domanda 5 – in EF, quale approccio pedagogico è caratterizzato dall'enfasi sulla responsabilità personale e sociale?

- A. Educazione allo Sport.
- B. EF Basata sulla Salute.
- C. Insegnamento della Responsabilità Personale e Sociale (TPSR)
- D. Modello tradizionale.

**Domanda aperta:**

1. Scegli uno dei modelli presentati e valuta come potrebbe concretizzarsi nella pratica e quale impatto avrebbe sullo sviluppo olistico: motivazione, fiducia, competenza fisica, conoscenza e comprensione.

## 8.8 Bibliografia

Bowler, M., Sammon, P. e Casey, A. (2022). Health-based physical education: A pedagogical model in focus. In L. Cale & J. Harris (Eds.), *Physical education pedagogies for health* (5<sup>th</sup> chapter). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003225904-5>

Bunker, D. e Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary school. *Bulletin of Physical Education*, 10, 9-16.

Casey, A. (2014). Models- based practice: Great white hope or white elephant? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 18-34. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726977>

Casey, A., & MacPhail, A. (2018). Adopting a models-based approach to teaching physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(3), 294-310. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1429588>

- Casey, A. e Quennerstedt, M. (2020). Cooperative learning in physical education encountering Dewey's educational theory. *European Physical Education Review*, 26(4), 1023-1037. <https://doi.org/10.1177/1356336X20904075>
- Dyson, B. e Casey, A. (2016). Cooperative learning in physical education and physical activity: A practical introduction. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315739496>
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G., & De Bourdeaudhuij, I. (2011). Toward the development of a pedagogical model for health-based physical education. *Quest*, 63(3), 321-338. <https://doi.org/10.1080/00336297.2011.10483684>
- Harvey, S., Cushion, C. J., & Massa-Gonzalez, A. N. (2010). Learning a new method: Teaching Games for Understanding in the coaches' eyes. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15, 361-382. <https://doi.org/10.1080/17408980903535818>
- Hastie, P. A. e Buchanan, A. M. (2000). Teaching responsibility through sport education: Prospects of a coalition. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(1), 25-35.
- Hellison, D. (2010). *Teaching personal and social responsibility through physical activity*. Human Kinetics.
- Jarrett, K. e Harvey, S. (2016). Similar, but not the same: comparing the game based approaches of teaching games for understanding (TGfU) e Game Sense. *eJRIEPS. Ejournal de la recherche sur l'intervention en éducation physique et sport*, 38, Article 900. <https://doi.org/10.4000/ejrieps.900>
- Siedentop, D., Hastie, P. e Van der Mars, H. (2019). Complete guide to sport education. Human Kinetics.
- Stoltz, S. e Pill, S. (2014). Teaching games and sport for understanding: Exploring and reconsidering its relevance in physical education. *European Physical Education Review*, 20(1), 36-71. <https://doi.org/10.1177/1356336X13496001>
- Wallhead, T. e O'Sullivan, M. (2005). Sport education: Physical education for the new millennium? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(2), 181-210. <https://doi.org/10.1080/17408980500105098>

## 8.9 Ulteriori letture

- AIESEP. (2020). Position statement on physical education assessment. Author. <https://aiesep.org/scientific-meetings/position-statements/>
- Brown, S. e Hopper, T. (2006). Can all students in pe get an 'A'? Game performance assessment by peers as a critical component of student learning. *The Physical and Health Education*, 72(1), 14-21. <https://web.uvic.ca/~thopper/WEB/articles/Cahperd/On-line%20GPAI.pdf>
- Butler, J., & McCahan. (2005). Teaching games for understanding as a curriculum model. In L. Griffin e J. Butler (Eds.), *Theaching games for understanding: Theory, reaserch, and practice*(pp. 33-54). Human Kinetics.
- Butler, J. I. (2006). Curriculum constructions of ability: enhancing learning through Teaching Games for Understanding (TGfU) as a curriculum model *Sport, Education e Society*, 11(3), 243-258.
- Butler, J. I. (2005). TGfU pet-agogy: Old dogs, new tricks and puppy school. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(3), 225-240.

- Casey, A., & MacPhail, A. (2018). Adopting a models-based approach to teaching physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(3), 294-310. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1429588>
- Choi, S. M., Sum, K. W. R., Leung, F. L. E., Wallhead, T., Morgan, K., Milton, D., Ha, S. C. A., & Sit, H. P. C. (2020). Effect of sport education on students' perceived physical literacy, motivation, and physical activity levels in university required physical education: A cluster-randomized trial. *Higher Education*, 81, 1137-1155. <https://doi.org/10.1007/s10734-020-00603-5>
- Hastie, P. A. e Wallhead, T. L. (2015). Operationalizing physical literacy through sport education. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 132-138. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.04.001>
- Holt, N., Streat, W. e Bengoechea, E. (2002). Expanding the teaching games for understanding model: New Avenues for future research and practice. *Journal of Teaching Physical Education*, 21(2), 162-176. <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.162>
- Kovac, M., Sloan, S. e Starc, G. (2008). Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' views and future perspectives. *European Physical Education Review*, 14, 299. <https://doi.org/10.1177/1356336X08095668>.
- Kwan, M. Y. W., Graham, J. D., Bedard, C., Bremer, E., Healey, C., & Cairney, J. (2019). Examining the effectiveness of a pilot physical literacy-based intervention targeting first-year university students: The PLUS Program. *SAGE Open*, 9(2), 1-9. <https://doi.org/10.1177/2158244019850248>
- Mandigo, J., & Lodewyk, K. (2019). Examining the impact of a teaching games for understanding approach on the development of physical literacy using the Passport for Life assessment tool. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 136-145. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0028>
- Sammon, P. (2019). Adopting a new model for health-based physical education: The impact of a professional development programme on teacher's pedagogical practice. Doctoral dissertation, Loughborough University.

Risposte corrette nelle domande a scelta multipla:

- Domanda 1: B  
 Domanda 2: D  
 Domanda 3: C  
 Domanda 4: B  
 Domanda 5: C

# MODULO 8

DISABILITÀ, INCLUSIONE E  
PHYSICAL LITERACY

## 8 Modulo 8: Disabilità, inclusione e physical literacy

Durata: circa 5 ore

### 9.1 Panoramica

Il Modulo 8 si concentra sull'impegno educativo per affrontare le sfumature dell'intersezione tra disabilità, inclusione e sviluppo della PL nel contesto dell'EF. Questo modulo ha l'obiettivo di fornire ai partecipanti le conoscenze, le abilità e le competenze essenziali per creare un ambiente inclusivo che favorisca lo sviluppo olistico e la PL di tutti i bambini. I partecipanti, mentre esplorano i contenuti, dovrebbero essere in grado di affrontare le complessità e le barriere che i bambini con disabilità e bisogni educativi speciali (BES) possono incontrare, acquisendo un repertorio di strategie personalizzate per l'insegnamento inclusivo.

### 9.2 Parole chiave e concetti

Disabilità e EF, educazione inclusiva, BES, strategie didattiche adattive, sviluppo della PL, istruzione differenziata e adattiva.

### 9.3 Obiettivi di apprendimento

In termini di conoscenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Sviluppare una comprensione approfondita delle complessità e delle barriere legate ai bambini con disabilità e/o BES e delle loro implicazioni per l'apprendimento olistico e lo sviluppo della PL.
- Conoscere i vari schemi di insegnamento adattivo come **ASPECT** (Activities, Space, People, Equipment, Conditions, Time – Attività, Spazio, Persone, Attrezzature, Condizioni, Tempo), **STEP** (Space, Task, Equipment, People – Spazio, Compito, Attrezzature, Persone), **TREE** (Teaching style, Rules, Equipment, Environment – Stile di Insegnamento, Regole, Attrezzature, Ambiente), **CHANGE IT** (Coaching style, How you score/win, Area, Numbers, Game rules, Equipment, Inclusion, Time – Stile di allenamento, Come fai punto/vinci, Area, Numeri, Regole del gioco, Attrezzature, Inclusione, Tempo) e **SMILES** (Safe, Maximum participation, Involved, Learning, Enjoyment, Success – Al sicuro, Massima partecipazione, Coinvolto, Apprendimento, Piacere, Successo) e comprendere come questi possono essere applicati per garantire una progressione inclusiva nella PL per tutti i bambini.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Utilizzare strategie didattiche adattive per progettare ed eseguire esperienze di EF che promuovano la PL, rispondendo alle esigenze educative specifiche di studenti diversi.
- Valutare criticamente l'impatto delle diverse strategie di insegnamento sullo sviluppo della PL, tenendo conto delle varie esigenze educative degli studenti.
- Creare e pianificare mini-lezioni complete che incorporino strategie inclusive, garantendo l'impegno e la partecipazione significativa degli studenti con capacità differenti in EF.

In termini di competenze, gli studenti dovrebbero essere in grado di:

- Implementare e modificare le strategie di insegnamento, considerando le specifiche difficoltà di apprendimento, per migliorare la PL e favorire un ambiente di apprendimento inclusivo.
- Valutare periodicamente e adattare le pratiche didattiche in base alla loro efficacia nel promuovere la PL, garantendo una risposta tempestiva ai mutevoli bisogni degli studenti.

- Articolare efficacemente l'importanza e l'applicazione pratica delle strategie didattiche adattive nella promozione della PL e dell'educazione inclusiva in contesti di EF.

## 9.4 Contenuti e attività

### 9.4.1 Definizione di disabilità e BES

In una classe simile alla tua, c'è un mosaico di studenti, ognuno con capacità e caratteristiche uniche. Tra loro c'è Lucas, un ragazzo dagli occhi vivaci affetto da paralisi cerebrale, il cui entusiasmo per l'apprendimento non è smorzato dall'uso della sedia a rotelle. Dall'altra parte della stanza siede Sarah, una ragazza con la sindrome di Down, il cui sorriso illumina l'ambiente. Questa classe è un microcosmo del mondo, un luogo in cui coesistono disabilità fisiche, intellettive e sensoriali, ognuna raccontando una storia di resilienza e potenzialità.

La disabilità è una componente naturale dell'esistenza umana. Quasi tutti, prima o poi, sperimentano una disabilità, temporanea o permanente. Attualmente, circa 1,3 miliardi di persone, pari a circa il 16% della popolazione mondiale, vivono con una disabilità significativa, una cifra in aumento a causa dell'invecchiamento della popolazione e della crescente prevalenza di malattie croniche (OMS, 2022). Le disabilità derivano dall'interazione tra persone con particolari condizioni di salute, come la paralisi cerebrale, la sindrome di Down e la depressione, e vari fattori personali e ambientali, tra cui atteggiamenti sociali, trasporti pubblici e edifici inaccessibili, oltre alla mancanza di supporto sociale.

L'ambiente gioca un ruolo cruciale nel determinare l'esperienza e la gravità della disabilità. Ambienti inaccessibili creano ostacoli che possono limitare significativamente la partecipazione attiva delle persone con disabilità alla società. I progressi nella partecipazione sociale delle persone con disabilità possono essere ottenuti rimuovendo queste barriere e sostenendo le loro attività quotidiane e le interazioni sociali. Le evidenze suggeriscono la necessità di percorsi inclusivi che si adattino alle mutevoli esigenze e allo sviluppo delle competenze dei bambini con disabilità. Questi percorsi richiedono alleanze solide tra settori chiave come i servizi per la disabilità, le organizzazioni sportive, l'istruzione e il governo (Shields & Synnot, 2016). È comune che tutti i bambini e i giovani incontrino difficoltà di apprendimento in vari momenti. Nella maggior parte dei casi, queste difficoltà sono temporanee e possono essere superate con il sostegno e l'incoraggiamento delle famiglie e della scuola. Lo studio di Shields e Synnot (2016) ha evidenziato il ruolo essenziale dello sviluppo precoce delle capacità motorie e sociali e il fondamentale sostegno che le famiglie forniscono nell'incoraggiare la partecipazione alla pratica di AF. Tuttavia, ha anche identificato le specifiche barriere che i bambini con disabilità affrontano più marcatamente rispetto ai loro coetanei con sviluppo tipico, tra cui la mancanza di istruttori qualificati, l'atteggiamento della società verso la disabilità e le insufficienti opportunità locali di partecipazione.

In generale, ogni bambino ha caratteristiche, interessi, abilità e bisogni di apprendimento unici (UNESCO, 2023). Riconoscere le esigenze e le sfide uniche di ogni bambino con disabilità è fondamentale per stabilire una comprensione significativa tra educatori e studenti, essenziale per il successo dell'educazione inclusiva. Questa comprensione facilita l'adozione di strategie didattiche personalizzate che rispondono ai profili di apprendimento individuali degli studenti, creando così un ambiente in cui ogni bambino può prosperare. Data la vasta gamma di disabilità, gli educatori devono impegnarsi nell'apprendimento continuo e nella collaborazione con specialisti per affrontare efficacemente le esigenze specifiche di ogni studente.

Il termine "Bisogni Educativi Speciali" (BES) descrive le difficoltà di apprendimento o le disabilità che rendono l'apprendimento più difficile per alcuni bambini rispetto ai loro coetanei. In altre parole, BES

si riferisce a bambini con problemi di apprendimento o disabilità che richiedono un supporto aggiuntivo rispetto a quello normalmente fornito agli altri bambini di pari età. Questo supporto aggiuntivo è definito "offerta educativa speciale".

#### 9.4.2 Impatto di disabilità e bisogni educativi speciali sull'apprendimento

Le disabilità e i BES possono influire sull'autostima e sulla fiducia del bambino. I bambini possono sentirsi diversi dai loro coetanei, provocando sentimenti di isolamento o frustrazione. Possono avere difficoltà a socializzare, una parte fondamentale dell'apprendimento, a causa di barriere comunicative, deficit di abilità sociali o mancanza di comprensione da parte dei coetanei. Le difficoltà di apprendimento possono avere un impatto sulla motivazione. Alcuni bambini potrebbero mostrare problemi comportamentali come risposta alle loro sfide di apprendimento e alle loro particolarità.

#### 9.4.3 Sfide in ambienti di educazione fisica

**Figura 9.1** Sfide in ambienti di educazione fisica



Nei contesti di EF, gli educatori devono spesso affrontare sfide che richiedono una riflessione e un'azione ponderata. Una delle principali difficoltà è quella di gestire le limitazioni fisiche che alcuni bambini con disabilità possono incontrare. Queste limitazioni possono ridurre la loro capacità di partecipare a determinate attività fisiche insieme ai loro coetanei. Per affrontare questo problema, gli educatori devono adattare le attività per renderle accessibili, assicurando che ogni bambino possa partecipare e trarre beneficio dall'EF. Un altro aspetto cruciale è la creazione di un ambiente inclusivo. Questo ambiente deve garantire che tutti i bambini, indipendentemente dalle loro abilità, possano partecipare in modo equo e beneficiare del programma di EF. Per raggiungere questo obiettivo, è necessario disporre di attrezzature adeguate che rispondano a un'ampia gamma di abilità, formare il personale per gestire le diverse esigenze e promuovere un gruppo di sostegno tra pari che incoraggi la partecipazione di tutti gli studenti. Inoltre, la sicurezza di tutti gli studenti, in particolare di quelli con disabilità fisiche o sensoriali, è fondamentale. Garantire la sicurezza nelle attività di EF richiede una pianificazione attenta e una maggiore consapevolezza da parte degli educatori, non solo per prevenire lesioni fisiche, ma anche per creare un ambiente emotivo sicuro e solidale in cui tutti gli

studenti si sentano apprezzati e inclusi. Complessivamente, queste sfide sottolineano la necessità di un approccio ben ponderato all'EF che rispetti e riconosca le diverse esigenze di tutti gli studenti, garantendo il loro benessere fisico, emotivo e sociale.

- Limitazioni fisiche: le disabilità possono limitare la partecipazione a certe attività fisiche. Potrebbero essere necessari adattamenti per rendere queste attività accessibili a tutti.
- Ambiente inclusivo: creare un ambiente in cui bambini con abilità diverse possano partecipare equamente può essere impegnativo. Per questo è fondamentale avere attrezzature appropriate, personale qualificato e un gruppo di sostegno tra pari.
- Questioni di sicurezza: garantire la sicurezza di tutti gli studenti, specialmente di quelli con disabilità fisiche o sensoriali, richiede una pianificazione accurata e una consapevolezza costante da parte degli educatori.

#### **9.4.4 Principi di physical literacy e di educazione inclusiva**

I principi della PL e dell'educazione inclusiva sono essenziali per creare un ambiente educativo che riconosca e sostenga le diverse esigenze di tutti gli studenti, particolarmente nel contesto dell'EF. Questi principi guidano gli educatori nella promozione di uno spazio di apprendimento dove ogni studente, indipendentemente dalle sue capacità fisiche, cognitive o sensoriali, possa impegnarsi e trarre beneficio dalle attività fisiche. I principi chiave includono (i) sviluppo olistico, (ii) inclusività come valore fondamentale, (iii) adattamento e accessibilità.

##### **9.4.4.1 Sviluppo olistico**

La PL enfatizza lo sviluppo integrale del bambino, comprendendo gli aspetti fisici, cognitivi, emotivi e sociali. La PL riguarda lo sviluppo delle abilità fisiche, della fiducia, della motivazione e dell'amore per l'AF per tutta la vita.

##### **9.4.4.2 L'inclusività come valore fondamentale**

L'educazione inclusiva si basa sul principio che tutti i bambini hanno il diritto di apprendere insieme. Ciò implica adattare l'ambiente, i metodi di insegnamento e i contenuti per garantire che ogni bambino possa partecipare pienamente ed efficacemente.

##### **9.4.4.3 Adattamento e accessibilità**

Poiché ogni bambino è unico, i metodi di insegnamento e gli ambienti di apprendimento devono essere adattati per soddisfare le diverse esigenze degli studenti. Questo può significare modificare attrezzature, regole o l'ambiente fisico per rendere le attività più accessibili e piacevoli per tutti.

Un'efficace educazione inclusiva nella PL richiede la collaborazione tra educatori, studenti, genitori e la comunità in generale. Questa alleanza assicura una comprensione condivisa e uno sforzo collettivo per sostenere il percorso educativo di ogni studente. Gli educatori devono impegnarsi in una formazione continua sulle pratiche inclusive e sulla PL per rimanere sensibili ai mutevoli bisogni dei loro studenti. L'obiettivo finale è quello di instillare un amore per l'AF che vada oltre la classe, incoraggiando la partecipazione allo sport e a stili di vita attivi per tutta la vita.

#### **9.4.5 Lo sviluppo della physical literacy dal punto di vista delle persone con disabilità: le evidenze della ricerca**

Pushkarenko e colleghi (2023), nel loro studio, descrivono una nuova prospettiva sulla PL, esplorando i suoi aspetti esperienziali dal punto di vista delle persone con disabilità, un gruppo spesso trascurato nel contesto della PL. Lo studio mira a comprendere il valore che questi individui attribuiscono alla PL e al suo sviluppo, sfidando la cultura prevalente dell'abilismo, discriminante verso le disabilità, che tende a marginalizzare le loro esperienze e capacità. La ricerca ha utilizzato il *model of communities of practice* come quadro concettuale, coinvolgendo 13 partecipanti con disabilità in due gruppi di lavoro. Le esperienze dei partecipanti sono state analizzate attraverso l'analisi tematica e presentate mediante narrazioni composite, che hanno efficacemente racchiuso l'esperienza collettiva e il valore associato alla PL tra i partecipanti. Le narrazioni hanno sottolineato l'importanza della PL nel favorire la crescita personale, l'esplorazione, l'interazione sociale e il senso di appartenenza delle persone con disabilità. Lo studio conclude che è fondamentale creare un ambiente di apprendimento che promuova l'autonomia e il senso di appartenenza per valorizzare e sviluppare la PL nel contesto della disabilità. Questa ricerca fornisce una comprensione cruciale della PL in relazione alla disabilità, suggerendo che le voci delle persone con disabilità devono essere parte integrante dello sviluppo continuo dei programmi di PL per garantirne l'inclusività.

Sulla base delle intuizioni di Pushkarenko e colleghi (2023) sulla PL dal punto di vista delle persone con disabilità, un altro studio significativo di Pushkarenko e colleghi (2021) approfondisce lo sviluppo della PL nei bambini con disturbo dello spettro autistico (DSA). Questa ricerca evidenzia la necessità critica di approcci inclusivi e adattabili per promuovere la PL tra i bambini con DSA, che spesso affrontano sfide uniche nella pratica di AF. Lo studio mette in luce che i metodi tradizionali, che si concentrano principalmente sull'acquisizione delle abilità motorie fondamentali, possono inavvertitamente perpetuare un quadro normativo, escludendo così i bambini con abilità e bisogni diversi. Sottolinea l'importanza del coinvolgimento dei genitori nello sviluppo della PL, riconoscendo i genitori come facilitatori e collaboratori essenziali nel percorso di AF dei loro figli.

Questi studi sottolineano un cambiamento cruciale nella comprensione e applicazione della PL, sostenendo un approccio più olistico e inclusivo che apprezza le diverse abilità ed esperienze delle persone con disabilità. L'enfasi sul supporto dei genitori, in particolare nel contesto dello spettro autistico, si allinea con l'obiettivo più ampio di creare programmi di PL non solo accessibili, ma anche sensibili e rispettosi delle differenze individuali. Queste intuizioni aprono la strada a una comprensione arricchita della PL, sostenendo strategie e pratiche che onorano le capacità e le esperienze uniche di tutti gli individui, in particolare quelli con disabilità, nella loro ricerca della PL e del benessere.

#### **9.4.6 Ambiente di educazione fisica inclusivo, adattivo e olistico**

L'incremento preoccupante dell'inattività fisica e i suoi effetti negativi sulla salute, sull'aspettativa di vita e sui costi economici costituiscono una sfida globale. Questo evidenzia l'urgenza di migliorare sia la qualità che la quantità della partecipazione allo sport e alle attività fisiche lungo tutto l'arco della vita, al fine di promuovere stili di vita sani e attivi. È inoltre fondamentale educare la popolazione sull'importanza della pratica di AF. È necessario incentivare un impegno significativo nel gioco e nelle attività fisiche, supportato dallo sviluppo di capacità motorie funzionali in ambienti stimolanti. Rudd e colleghi (2020) suggeriscono di superare i tradizionali approcci riduzionistici nella pratica dell'AF, proponendo invece un approccio ecologico dinamico. Questo approccio enfatizza l'arricchimento per favorire l'apprendimento e lo sviluppo di abilità motorie funzionali. Il concetto di PL è profondamente

inserito nella psicologia ecologica, che consente agli studenti di "esplorare e scoprire" in ambienti che promuovono l'auto-organizzazione di vari sistemi interconnessi (anatomico, respiratorio, circolatorio, nervoso e percettivo-cognitivo). Questo processo porta allo sviluppo di soluzioni motorie funzionali per compiti prestazionali e a adattamenti positivi duraturi che supportano il percorso di PL per tutta la vita.

Al centro di questa riflessione ci sono due pedagogie centrali: la *Non-linear Pedagogy* (NLP) - Pedagogia Non Lineare e l'*Athletic Skills Model* (ASM) - Modello delle Capacità Atletiche. Entrambe le pedagogie enfatizzano l'importanza di offrire esperienze atletiche varie e ricche sin dalla più tenera età e per tutta la vita. Queste esperienze sono progettate per abbracciare la complessità del processo di apprendimento e sostenere lo sviluppo della PL, portando a un'AF continuativa.

Di conseguenza, il potenziale dell'approccio ecodinamico nel supportare la PL rappresenta una via promettente per una misurazione affidabile e valida della PL, combinando le prospettive ecodinamiche con una comprensione fenomenologica della PL. Questo approccio olistico offre una visione trasformativa dell'EF, che sostiene la pratica dell'AF per tutta la vita attraverso esperienze di apprendimento arricchite e una profonda comprensione della PL.

#### **9.4.7 Insegnamento adattivo in educazione fisica**

L'adattamento dei metodi di insegnamento in EF implica modificare le attività, gli stili didattici o il programma di studio per soddisfare le esigenze specifiche di ogni studente. Questo approccio è parte integrante dei principi della PL e dell'educazione inclusiva, che enfatizzano l'importanza dell'accessibilità, dell'inclusività e del rispetto per le diverse abilità degli studenti. A confronto tra differenziazione e insegnamento adattivo, entrambe le strategie mirano a soddisfare i bisogni individuali degli studenti, ma in modi diversi. La differenziazione è un metodo tradizionale che adatta l'esperienza educativa in base ai gruppi di studenti. Ad esempio, un insegnante potrebbe offrire attività più semplici a chi ha difficoltà e attività più complesse agli studenti più esperti. Sebbene questo metodo sia stato fondamentale nell'EF, è stato criticato perché potrebbe ampliare il divario tra studenti con abilità diverse, offrendo esperienze di apprendimento completamente differenti in base alle competenze percepite. Al contrario, l'insegnamento adattivo, in linea con i principi sopra menzionati, adotta un approccio più moderno. Si tratta di fissare obiettivi di apprendimento uniformi per tutti gli studenti, ma variando il livello di supporto fornito. Questo metodo richiede che gli insegnanti monitorino attentamente i progressi di ciascun studente e adattino l'insegnamento secondo le necessità. Ad esempio, un insegnante può fornire una guida supplementare o un'impalcatura agli studenti che necessitano di maggiore aiuto, mentre propone compiti più impegnativi a quelli più avanzati. Pertanto, mentre la differenziazione modifica le esperienze di apprendimento per gruppi differenti, l'insegnamento adattivo varia il livello di supporto all'interno di un'esperienza di apprendimento condivisa. Questo approccio assicura che tutti gli studenti, indipendentemente dalle loro capacità, possano partecipare e trarre beneficio dalle lezioni di EF, promuovendo un ambiente inclusivo e solidale che rispetta e riconosce il percorso individuale di ciascuno nella PL.

**Tabella 9.1** Differenze chiave tra differenziazione e insegnamento adattivo

Caratteristica	Differenziazione	Insegnamento adattivo
<b>Focus</b>	Fornire esperienze diverse a gruppi diversi di studenti	Fornire le stesse esperienze con livelli di supporto diversi
<b>Approccio</b>	Più tradizionale	Più contemporaneo
<b>Esempio</b>	Offrire un'attività più semplice per gli studenti con difficoltà e un'attività più impegnativa per gli studenti più abili.	Fornire a tutti gli studenti gli stessi obiettivi di apprendimento, ma fornire maggiori supporti agli studenti che hanno bisogno di sostegno.

❖ *Attività pratica basata su scenari: una sfida didattica adattiva in EF*

Immagina di essere un insegnante di EF in una scuola elementare con una classe eterogenea di 30 studenti, ognuno con livelli diversi di abilità e capacità fisiche. La prossima lezione prevede un esercizio di palleggio, in cui gli studenti devono passare una palla attraverso una serie di coni disposti in linea retta, con l'obiettivo di sviluppare la loro coordinazione e controllo. È fondamentale che ogni studente sia coinvolto e stia apprendendo in modo efficace.

Nella tua classe, ci sono studenti con abilità diverse: alcuni sono molto abili nel palleggio e cercano sfide più impegnative, mentre altri sono agli inizi e faticano con la coordinazione di base. Inoltre, ci sono studenti con disabilità fisiche che limitano la loro mobilità. La disposizione standard dei coni prevede un intervallo di un metro tra di essi. Il tuo compito è adattare questo esercizio per renderlo inclusivo, in modo che ogni studente possa partecipare in modo significativo e apprendere, indipendentemente dal proprio livello di abilità o dalle limitazioni fisiche.

Come studenti universitari che studiano i principi della PL e dell'educazione inclusiva, il vostro compito è sviluppare strategie di adattamento per questo esercizio di palleggio.

Considera le seguenti domande mentre elaborati la tua soluzione:

- In che modo i principi della PL e dell'educazione inclusiva guidano il tuo approccio a questa attività?
- Quali sono le potenziali sfide che potresti incontrare nell'implementazione di questo esercizio e come le affronteresti?
- Come si può garantire che tutti gli studenti non solo partecipino, ma provino anche un senso di realizzazione e di inclusione?

Discuti la tua soluzione con i colleghi.

#### **9.4.7.1 Strategie e quadri didattici adattivi**

Nel campo dell'insegnamento adattivo, in particolare nell'EF, sono stati sviluppati vari quadri e strategie per migliorare l'apprendimento e il coinvolgimento di tutti gli studenti. Questi quadri (Durden-Myers, 2023), tra cui **ASPECT**, **STEP**, **TREE**, **CHANGE IT** e **SMILES**, offrono idee sovrapposte ma distinte per adattare le lezioni alle diverse esigenze degli studenti.

Il quadro **ASPECT** (Activities, Space, People, Equipment, Conditions, Time – Attività, Spazio, Persone, Attrezzature, Condizioni, Tempo), concepito durante una lezione pratica con i tirocinanti del corso "Attestato post-laurea in formazione per tirocinanti internazionali", incoraggia gli insegnanti a riflettere su vari aspetti del loro insegnamento per migliorare l'apprendimento e il coinvolgimento degli studenti. Questo quadro considera gli adattamenti di attività, spazio, persone, attrezzature, condizioni e tempo. Ogni elemento è regolabile per aumentare o diminuire il livello di sfida o di supporto, facilitando il successo degli studenti. È possibile aggiungere una "S" per Supporto (*Scaffold*), per fornire ulteriori considerazioni sul sostegno specifico necessario agli studenti. Allo stesso modo, il principio **STEP** (Space, Task, Equipment, People – Spazio, Compito, Attrezzature, Persone), un metodo ben noto e ampiamente utilizzato nell'insegnamento adattivo, si concentra sulla modifica di spazio, compito, attrezzature e persone per adattare l'esperienza di apprendimento. Queste modifiche mirano a calibrare i livelli di sfida e di supporto, assicurando che tutti gli studenti possano impegnarsi con successo nelle attività di EF. Il quadro **TREE** (Teaching style, Rules, Equipment, Environment – Stile di Insegnamento, Regole, Attrezzature, Ambiente), introdotto dalla Commissione Australiana per lo Sport, comprende lo stile di Insegnamento, le regole, le attrezzature e l'ambiente. Questo approccio incoraggia gli insegnanti a adattare le loro strategie di comunicazione e di implementazione, a semplificare o cambiare le regole, a modificare le attrezzature e a modificare l'ambiente di apprendimento per supportare meglio le diverse esigenze degli studenti. **CHANGE IT** (Coaching style, How you score/win, Area, Numbers, Game rules, Equipment, Inclusion, Time – Stile di allenamento, Come fai punto/vinci, Area, Numeri, Regole del gioco, Attrezzature, Inclusione, Tempo) anch'esso radicato nelle iniziative della Commissione Australiana per lo Sport, amplia queste idee, includendo l'adattamento dello stile di allenamento, dei metodi per ottenere un punto o vincere, dell'area di gioco, del numero dei gruppi, delle regole di gioco, delle attrezzature, dell'inclusione di tutti gli studenti e del tempo. Ciascuna componente è stata ideata per essere flessibile, in modo da aumentare o diminuire le difficoltà e il sostegno, garantendo così l'impegno e il successo di tutti gli studenti. Infine, il quadro di riferimento **SMILES** (Safe, Maximum participation, Involved, Learning, Enjoyment, Success – Al sicuro, Massima partecipazione, Coinvolto, Apprendimento, Piacere, Successo), che trae origine da *Sport Wales*, sottolinea la creazione di un ambiente di apprendimento sicuro, la massimizzazione della partecipazione, il coinvolgimento degli studenti nel loro apprendimento, l'accessibilità dell'apprendimento, la progettazione di esperienze piacevoli e il facilitare il successo per tutti gli studenti. Questa struttura si basa sulla convinzione che l'apprendimento dell'EF debba essere sicuro, inclusivo, piacevole e di successo per tutti.

Ognuno di questi schemi condivide l'obiettivo di creare un ambiente di EF inclusivo, coinvolgente e rispondente alle diverse esigenze degli studenti. Gli insegnanti possono utilizzare queste strategie per adattare efficacemente le loro lezioni, assicurando che ogni studente, indipendentemente dalle sue capacità o difficoltà, possa partecipare e trarre beneficio dal programma di EF.

L'implementazione dell'insegnamento adattivo nell'EF è un approccio efficace per soddisfare le diverse esigenze degli studenti, ma presenta diverse sfide. Affrontare le esigenze uniche di una classe, in particolare di una con circa 30 studenti, può essere un compito scoraggiante anche per gli insegnanti più esperti. Ecco alcune delle potenziali sfide che possono presentarsi. In primo luogo, molti insegnanti devono fare i conti con la mancanza di formazione e di risorse. L'insegnamento adattivo richiede *competenze e conoscenze specifiche* e, senza un'adeguata formazione, gli insegnanti possono avere difficoltà ad applicare queste strategie in modo efficace. Inoltre, la mancanza di accesso alle risorse o alle attrezzature necessarie può ostacolare l'attuazione dell'insegnamento adattivo. I *vincoli di tempo* rappresentano un'altra sfida significativa. La pianificazione e l'esecuzione di strategie didattiche adattive richiedono tempo aggiuntivo, una risorsa spesso scarsa, soprattutto per gli insegnanti che

gestiscono classi numerose. Questo vincolo può rendere difficile sviluppare e applicare efficacemente approcci didattici personalizzati. Anche la valutazione dei progressi degli studenti e la comprensione delle esigenze individuali possono essere complesse, soprattutto in una *classe con un ampio spettro di abilità*. Questa difficoltà di valutazione può ostacolare l'applicazione efficace dell'insegnamento adattivo, in quanto è fondamentale per capire i bisogni e i progressi specifici di ogni studente. La costruzione di relazioni positive e la creazione di un ambiente di apprendimento favorevole sono fondamentali per un insegnamento adattivo efficace. Tuttavia, spesso questi aspetti richiedono tempo per essere sviluppati, soprattutto con le nuove classi. Stabilire le aspettative di comportamento e promuovere un ambiente accogliente sono i prerequisiti perché l'insegnamento adattivo abbia successo.

Nonostante queste sfide, ci sono diverse strategie che gli insegnanti possono utilizzare per implementare con successo l'insegnamento adattivo nelle loro lezioni di EF. *Iniziare in piccolo* è un approccio pratico. Invece di cercare di applicare tutte le strategie in una volta sola, gli insegnanti dovrebbero concentrarsi su alcune aree o studenti ed espandere gradualmente i loro metodi, riflettendo su ciò che funziona meglio in contesti specifici e per studenti specifici. La *collaborazione con altri insegnanti* può essere incredibilmente vantaggiosa. La condivisione di idee e strategie con i colleghi, soprattutto con quelli che insegnano nello stesso contesto, può portare alla scoperta di pratiche efficaci e fornire il supporto necessario. La ricerca di *formazione e risorse* è essenziale per migliorare la capacità di un insegnante di attuare l'insegnamento adattivo. Numerose organizzazioni offrono formazione e risorse in questo settore. Inoltre, migliorare le proprie conoscenze contenutistiche e pedagogiche nelle varie attività può facilitare gli adattamenti. È anche importante sostenere il personale di sostegno nel loro ruolo di supporto all'apprendimento degli studenti. La *riflessione sulla pratica* con gli studenti è uno strumento prezioso. Coinvolgere gli studenti in conversazioni sull'efficacia delle lezioni e sollecitare i loro suggerimenti per il miglioramento può fornire spunti su come adattare meglio le strategie di insegnamento per soddisfare le loro esigenze.

#### ❖ **Attività basata su scenari: Scenari di vita reale nell'EF inclusiva**

Leggi ciascuno dei due scenari seguenti, analizza criticamente e pensa a strategie di insegnamento inclusive, assicurandoti che tutti gli studenti siano attivamente impegnati e progrediscano nella loro PL.

##### *Scenario di vita reale 1: inclusione di studenti con sindrome di Asperger e con sclerosi multipla*

Immagina di essere alla guida di una classe di 30 bambini, all'interno della quale c'è un bambino con la sindrome di Asperger e un altro con la Sclerosi Multipla (SM). Quali strategie adotteresti per garantire un ambiente di apprendimento inclusivo?

[Feedback: Per garantire un ambiente inclusivo, considera l'implementazione di un sistema di coppie, accoppiando gli studenti per un sostegno reciproco. Progetta attività con diversi livelli di partecipazione, adattando i compiti alle capacità individuali. Utilizza ausili visivi e istruzioni chiare per il bambino con sindrome di Asperger, e adatta lo spazio e la durata delle attività per il bambino con SM, offrendo pause regolari se necessario. Promuovi attività cooperative anziché competitive per garantire che ogni bambino sia coinvolto e valorizzato per i suoi contributi unici].

### *Scenario di vita reale 2: bilanciare la competizione e la cooperazione nella danza*

La tua classe comprende due bambini eccezionalmente abili e competitivi, ma la lezione è focalizzata alla danza, con l'obiettivo di migliorare la cooperazione e lo sviluppo di sequenze di danza. Quali strategie adotteresti per garantire un ambiente di apprendimento inclusivo?

[Feedback: Per bilanciare la competizione con gli obiettivi della lezione, progetta un'attività che includa sia elementi di competizione che di collaborazione. Ad esempio, organizza una gara di danza in cui gli studenti possano esibire le loro abilità, seguita da una sfida in cui devono collaborare per coreografare una sequenza che integri i movimenti dei loro compagni. Sottolinea l'importanza del lavoro di squadra, premiando non solo l'estetica della danza ma anche la capacità di lavorare insieme e incorporare idee diverse. Questo approccio permette agli studenti competitivi di brillare, pur promuovendo un ambiente di apprendimento inclusivo e cooperativo].

## **9.5 Risultati dell'apprendimento**

Al termine di questo modulo, lo studente ha:

- Acquisito una comprensione approfondita delle sfide e delle considerazioni necessarie per promuovere lo sviluppo olistico e la PL nei bambini con disabilità e/o BES, integrando i principi dell'insegnamento adattivo e dell'educazione inclusiva.
- Appreso i principali schemi di insegnamento adattivo, come ASPECT, STEP, TREE, CHANGE IT e SMILES, e come applicarli per creare ambienti di EF inclusivi e coinvolgenti che rispondano a una vasta gamma di abilità.
- Sviluppato la capacità di valutare criticamente l'efficacia delle diverse strategie di insegnamento dell'EF, in particolare riguardo al loro impatto sugli studenti con bisogni educativi diversi e al loro progresso nella PL.
- Riflettuto su quanto le pratiche attuali di EF includano o escludano i bambini con disabilità e BES, comprendendo l'importanza di modificare queste pratiche per migliorarne l'inclusività.
- Acquisito l'abilità di impegnarsi nella pratica riflessiva per identificare come gli attuali metodi di insegnamento possano includere o escludere i bambini con disabilità e BES, utilizzando questa riflessione per informare e adattare i futuri approcci didattici.

## **9.6 Conclusioni**

Il modulo 8 si concentra sulla complessa interazione tra disabilità, inclusione e PL nel contesto dell'EF. Questo modulo intende fornire una base completa di conoscenze, abilità e competenze essenziali per creare ambienti inclusivi che favoriscano lo sviluppo olistico e la PL di tutti i bambini. Attraverso l'esplorazione dei contenuti e l'impegno in diverse attività, il modulo ha offerto una panoramica delle sfide e delle barriere affrontate dai bambini con disabilità e BES, e ha fornito strategie per un insegnamento inclusivo. L'elemento centrale di questo modulo è stata la comprensione delle disabilità e dei BES, l'impatto sull'apprendimento e il ruolo cruciale dell'ambiente nel plasmare le esperienze degli individui con disabilità. Il modulo ha sottolineato l'importanza di adattare i metodi di insegnamento e il curriculum di EF per soddisfare le diverse esigenze di ogni studente, un concetto che si allinea ai principi della PL e dell'educazione inclusiva. L'esplorazione di vari schemi di insegnamento adattivo, come ASPECT, STEP, TREE, CHANGE IT e SMILES, ha fornito approcci pratici agli educatori per modificare le loro strategie di insegnamento, assicurando che ogni studente, indipendentemente dalle sue abilità o caratteristiche, possa partecipare pienamente alle lezioni di EF. Inoltre, il modulo ha affrontato le sfide inerenti all'implementazione dell'insegnamento adattivo,

inclusa la necessità di una formazione specializzata, i limiti delle risorse, i vincoli di tempo e le complessità della valutazione. Nonostante queste difficoltà, il modulo ha offerto strategie per superarle, enfatizzando l'importanza di iniziare in piccolo, collaborare con i colleghi, cercare formazione e risorse e riflettere sulla pratica con gli studenti. Gli scenari pratici presentati nel modulo ti hanno permesso di applicare le conoscenze acquisite e di riflettere criticamente sulle strategie di insegnamento inclusivo.

## 9.7 Revisione e autovalutazione

### Quiz con domande a scelta multipla:

Domanda 1 - Qual è l'obiettivo principale dell'insegnamento adattivo nell'EF?

- A. Sfidare gli studenti più abili.
- B. Offrire esperienze di apprendimento uniformi a tutti gli studenti.
- C. Garantire che tutti gli studenti raggiungano lo stesso livello di abilità.
- D. Facilitare un ambiente inclusivo che soddisfi le diverse esigenze degli studenti.

Domanda 2 - Quale dei seguenti non è un principio di PL?

- A. Sviluppo olistico.
- B. Approccio orientato alla competizione.
- C. L'inclusività come valore fondamentale.
- D. Responsabilizzazione attraverso l'educazione.

Domanda 3 - Che cosa significa l'acronimo "ASPECT" nell'insegnamento adattivo?

- A. Attività, Spazio, Persone, Attrezzature, Condizioni, Tempo.
- B. Valutazione, Strategia, Performance, Coinvolgimento, Collaborazione, Formazione.
- C. Abilità, Velocità, Precisione, Efficienza, Coordinazione, Tecnica.
- D. Analisi, Spazio, Persone, Energia, Creatività, Lavoro di squadra.

Domanda 4 - Quale dei seguenti aspetti non è al centro della differenziazione in EF?

- A. Offrire esperienze diverse a gruppi diversi.
- B. Adattare le attività alle esigenze individuali.
- C. Offrire diversi livelli di sfida.
- D. Garantire uno sviluppo uniforme delle competenze.

Domanda 5 - Quale strategia aiuta a valutare l'efficacia dell'insegnamento adattivo nell'EF?

- A. Esami competitivi
- B. Test standardizzati
- C. Pratica riflessiva con gli studenti
- D. Concentrarsi solo sui risultati fisici

### Domande aperte:

1. Descrivi come adatteresti una tipica attività sportiva di squadra, come la pallacanestro, per renderla più inclusiva per gli studenti con diverse abilità nella tua classe di EF.
2. Pensa a questo scenario: devi insegnare a una classe di EF con abilità miste, compresi studenti con disabilità fisiche. Quali strategie adotteresti per garantire che tutti gli studenti si impegnino e imparino in modo efficace?

## 9.8 Bibliografia

- Pushkarenko, K., Causgrove Dunn, J., & Goodwin, D.L. (2021). Physical literacy for children labeled with autism spectrum disorder: mother's experiences of ableism, exclusion, and trauma. *Adapted Physical Activity Quarterly (APAQ)*, 38(4), 525-545. <https://doi.org/10.1123/apaq.2020-0123>
- Pushkarenko, K., Cavell, M., Gosse, N., & Michalovic, E. (2023). Physical literacy and the participant perspective: Exploring the value of physical literacy according to individuals experiencing disability through composite narratives. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 21(3), 237-245. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2023.03.001>
- Shields, N. e Synnot, A. (2016). Perceived barriers and facilitators to participation in physical activity for children with disability: A qualitative study. *BMC Paediatrics*, 16(1), Article 9. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0544-7>
- Sport for Life. (2023). Pillars to physical literacy and inclusion: Ongoing education and development for practitioners. <https://sportforlife.ca/blog/pillars-to-physical-literacy-and-inclusion-ongoing-education-and-development-for-practitioners/>.
- UNESCO. (2023, May 11). What you need to know about inclusion in education. <https://www.unesco.org/en/inclusion-education/need-know>
- World Health Organization. (2022). Global report on health equity for persons with disabilities. World Health Organization. [https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1)

## 9.9 Ulteriori letture

- Campbell, F.K. (2009). Contours of ableism: *The production of disability and ableness*. Palgrave MacMillan.
- Canadian Disability Participation Project. (2018). The blueprint for building quality participation in sport for children, youth, and adults with disability. University of British Columbia, Kelowna, BC. <https://cdpp.ca/resources-and-publications/blueprint-building-quality-participation-sport-children-youth-and-adults>.
- Dudley, D., Kriellaars, D. e Cairney, J. (2016). Physical literacy assessment and its potential for identification and treatment of children with neuro-developmental behavioral intellectual disorders. *Current Developments in Disorder Reports*, 3, 195-199. <https://doi.org/10.1007/s40474-016-0092-8>
- Durden-Myers, L. (2023, December 5). Adaptive teaching in PE. Retrieved from <https://www.pescholar.com/insight/adaptive-teaching-in-pe/>
- Eaton, J. (2022). Moving from “differentiation” to “adaptive teaching”. Education Endowment Foundation. <https://educationendowmentfoundation.org.uk/news/moving-from-differentiation-to-adaptive-teaching>
- Goodley, D. e Runswick-Cole, K. (2011). The violence of ableism. *Sociology of Health & Illness*, 33(4), 602-617. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2010.01302.x>
- Goodwin, D. e Peers, D. (2011). Disability, sport and inclusion. In S. Dagkas & K. Armour (Eds.), *Inclusion and exclusion through youth sport* (pp. 186-202). Routledge.

Hodge, N. e Runswick-Cole, K. (2013). 'They never pass me the ball': exposing ableism through the leisure experiences of disabled children, young people and their families. *Children's Geographies*, 11, 311-325. <https://doi.org/10.1080/14733285.2013.812275>

Leonardi, M., Bickenbach, J., Ustun, T. B., Kostanjsek, N., & Chatterji, S. (2006). The definition of disability: What is in a name? *The Lancet*, 368(9543), 1219-1221. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(06\)69498-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(06)69498-1)

McMahon, J., Wiltshire, G., McGannon, K.R., & Rayner, C. (2019). Children with autism in a sport and physical activity context a collaborative autoethnography by two parents outlining their experiences. *Sport, Education and Society*, 25(9), 1002-1014. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1680535>

Mortier, K. (2020). Communities of practice: a conceptual framework for inclusion of students with significant disabilities. *International Journal of Inclusive Education*, 24, 329-340. <https://doi.org/10.1080/13603116.2018.1461261>

Newton, F. (2023). Inlusive PE for SEND Children. FB3 Publishing. <https://www.pescholar.com/insight/inclusive-pe-for-send-children/>

Rudd, J.R., Pesce, C., Strafford, B.W., et al. (2020). Physical literacy – A journey of individual enrichment: An ecological dynamics rationale for enhancing performance and physical activity in all. *Frontiers in Psychology*, 11, 1904. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01904>

Risposte corrette nelle domande a scelta multipla:

Domanda 1: D

Domanda 2: B

Domanda 3: A

Domanda 4: D

Domanda 5: C

