

# ventuno

ESS per la scuola

2021

02



**Intervista a** Martino Guzzardo | Professionista in attività fisica adattata e salute, nonché formatore nell’ambito dell’educazione non formale | ROGER WELTI

## Camminare e apprendere: un cambio di paradigma

Già Aristotele insegnava camminando nella scuola da lui fondata, detta peripatetica (dal greco *peripatetikos*, ovvero passeggiare) e Nietzsche sosteneva che “tutti i pensieri veramente grandi sono concepiti camminando”. In quest’ottica è nata la proposta “Le vostre idee vanno in passeggiata”: qui gli allievi svolgono un lavoro di riflessione e creazione, camminando nella natura. Scopriamo di cosa si tratta.

**A scuola, per seguire le lezioni, si sta principalmente seduti. La sua proposta fa uscire insegnanti e allievi dall’edificio scolastico. Perché?**

Al giorno d’oggi si arriva a questo paradosso: si parla delle problematiche della sedentarietà rimanendo sistematicamente seduti, e questo avviene anche durante la formazione in scienze dello sport. Ho quindi ritenuto necessario cercare delle alternative e proporre un’idea per incentivare il movimento che consente nel contempo di apprendere: camminare e studiare. Questa proposta, che non è nuova, si sposa perfettamente con la campagna “Scuola in movimento” promossa dall’UFSPO.

**Quale ruolo può o deve avere la scuola nel benessere dei bambini e dei giovani?**

La salute non è fine a sé stessa, ma è una risorsa indispensabile per raggiungere il benessere, sia individuale, sia collet-

tivo. In questo senso la scuola dovrebbe mettere a disposizione degli strumenti per valorizzarla, per poter riflettere sui propri bisogni e per far sì che ognuno si senta bene. Ciò può essere fatto attivando ad esempio dei progetti di classe o d’istituto su tematiche quali il vivere insieme, la promozione della salute, la condivisione o la solidarietà. La scuola diventa così un laboratorio che servirà per tutta la vita.

**Quale influenza ha il movimento, durante le lezioni, sulla salute?** Il movimento è un bisogno fondamentale, tant’è che ce ne stiamo rendendo particolarmente conto in questo periodo segnato dalla pandemia. Credo si possa affermare che anche noi adulti abbiamo la sensazione di sentirsi meglio quando riflettiamo passeggiando all’aria aperta piuttosto che seduti al chiuso, in poltrona. Il movimento è salute. Inoltre, e ci sono diversi studi che lo attestano, con il movimento si ottengono un migliore apprendimento e una migliore memorizzazione, così come un’accresciuta creatività.

**Con la Rete delle scuole21 lei ha sviluppato la proposta “Le vostre idee vanno in passeggiata”. Qual è il suo valore aggiunto rispetto alle lezioni in aula?**

Il valore aggiunto consiste nel lavorare insieme per trovare delle soluzioni o delle idee di progetti per la classe, per la



scuola, per l'ambiente circostante l'istituto, per l'associazione di quartiere o per gli artigiani locali, ecc. Significa costruire una rete attorno alla scuola. Questo si può raggiungere più facilmente uscendo dalla propria aula. È però fondamentale non fermarsi all'idea, essa deve rappresentare uno stimolo per intraprendere un percorso comune, al quale gli allievi partecipano attivamente e sono quindi parte del cambiamento.

#### **L'esercizio fisico all'aperto mette in movimento anche la mente. Perché? Cosa alimenta la creatività?**

La letteratura specifica che l'apprendimento all'esterno ha un impatto importante sulla creatività degli allievi. Nei paesi del Nord è prassi diffusa tenere delle lezioni, per esempio di matematica, all'esterno perché è più facile conferire visibilità e concretezza anche a nozioni complesse. Così, per esempio, calcolare la pendenza di un pendio o di una montagna, o l'altezza di un albero significa lavorare su qualcosa di concreto cercando, inventando e creando delle possibili soluzioni.

#### **La natura influisce sulla salute e sulla creatività?**

La natura influisce positivamente sulle persone. Facendo scuola all'esterno, non solo non si perde tempo, ma gli allievi si sentono meglio e di conseguenza la loro creatività risulta nettamente migliore. Ciò è stato dimostrato anche da un lavoro di ricerca svolto da Ophélia Dysli-Jeanneret (direttrice del dipartimento dello sport del comune di Yverdon-les-Bains) che ha confrontato la creatività in diverse classi, alcune che seguivano lezioni all'esterno e altre solo in aula.

#### **La natura trae beneficio dal fatto di svolgere delle lezioni all'esterno?**

Lavorare nella natura porta a ristabilire un certo equilibrio fra l'apprendimento e la vita reale, quella al di fuori della scuola: risveglia negli allievi la curiosità su quello che accade attorno a loro, permettendogli di imparare a conoscere meglio l'ambiente che li circonda. Diversi educatori ambientali lavorano in questo modo, ad esempio le associazioni SILVIVA e Geasi (indr. per la Svizzera italiana) offrono numerose attività nella natura che abbinano movimento e apprendimento, sostenendo così sia la salute degli allievi che il rispetto della natura.

#### **La partecipazione, una competenza fondamentale nella sua proposta: come si realizza e perché è importante anche per lo sviluppo sostenibile?**

Se voglio raggiungere il benessere è necessario che io mi metta a lavorare sui bisogni che mi fanno stare bene, tendendo conto delle sfide sociali, economiche e ambientali che la no-

stra società deve affrontare. In questo senso, la partecipazione attiva al soddisfacimento di questi bisogni sostenibili è fondamentale per potersi esprimere, per condividere e per far valere le proprie necessità, mobilitando svariate conoscenze e competenze. La scuola dovrebbe quindi mettere a disposizione spazi che diano la possibilità agli allievi di realizzare loro stessi dei progetti. Uscendo dall'aula e collaborando, i progetti diventano concreti ed è possibile toccare con mano vari aspetti della vita (sociali, economici e ambientali) conferendo un significato proprio ai bisogni sostenibili. Ciò è fondamentale in quanto solo così gli allievi, oltre a prendere gusto nel fare da sé, possono assumere una posizione critica riguardo a ciò che consumano, poiché vi attribuiscono un valore diverso.

#### **Quali sono le altre competenze ESS, all'infuori della creatività e della partecipazione, che sono toccate da questa proposta e come vengono attivate?**

Se la concretizzazione di un'idea parte da un sapere, del quale gli allievi si appropriano plasmandolo per creare qualcosa, allora tutte le competenze ESS sono utilizzate. Mi spiego: il sapere deve dapprima essere compreso. Successivamente viene fatto proprio, contestualizzandolo in modo sistematico tenendo conto dei vari elementi. Acquisita una visione d'insieme, lo si trasforma collaborando e riflettendo insieme agli altri. Infine, si realizza l'idea in modo autonomo, assumendo le proprie responsabilità, per ottenere un risultato concreto.

Da quanto descritto si deduce che è fondamentale il percorso svolto. Il risultato di per sé non sempre è all'altezza delle aspettative iniziali dell'insegnante, talvolta è anche deludente. Questo può accadere poiché, offrendo maggiore libertà di movimento agli allievi, il docente si priva del controllo. In questo senso il docente è indotto a un cambio di paradigma. Da detentore e trasmettitore del sapere si trasforma in facilitatore, che sa dove e come trovare il sapere, e in accompagnatore che fornisce agli allievi gli strumenti per consentire loro di affrontare le sfide del domani!

**L'intervista completa è disponibile su:**

*[education21.ch/it/attualita/testimonianze/martino-guzzardo](http://education21.ch/it/attualita/testimonianze/martino-guzzardo)*



**Martino Guzzardo**  
Professionista in attività fisica adattata e salute, nonché formatore nell'ambito dell'educazione non formale.

# Indice

- 1–2 Intervista | Martino Guzzardo**
- 1° e 2° ciclo**  
**4–5 Esempio di pratica**  
 La passeggiata, una fonte inesauribile di apprendimento  
**6–7 Offerte didattiche sul tema**
- 8–9 Uno sguardo sulla teoria**  
 Tutti in movimento! Quando l'ESS e la promozione della salute uniscono le loro forze ESS e salute nei corsi di educazione fisica
- 3° ciclo e postobbligatorio**  
**10–11 Esempio di pratica**  
 Il mondo come campo da gioco  
**12–13 Offerte didattiche sul tema**
- 14 Nuove offerte didattiche**
- 15 Attualità**  
 Voi avete un'idea? Noi vi aiutiamo a migliorarla!  
 Più pari opportunità e partecipazione
- 16 A colpo d'occhio**  
 Il minuto ESS

## Impressum

**Editore** éducation21, Monbijoustrasse 31, 3011 Berna, T 031 321 00 21, [info@education21.ch](mailto:info@education21.ch) | **Edizione** Numero 2 del maggio 2021 | Appare tre volte all'anno | Il prossimo numero è previsto in settembre 2021 | **Coordinazione** Claudio Dulio, Lucia Reinert | **Redazione** Claudio Dulio, Lucia Reinert (edizione tedesca), Zélie Schaller (edizione francese), Roger Welti (edizione italiana) | **Traduzioni** TSA | **Fotografie** Pierre Gigon (p. 1, 2, 3, 4, 10), @Crunch (p. 8–9) | **Produzione e impaginazione** Stämpfli SA | **Tiratura** 13635 tedesco, 11939 francese, 1806 italiano | **Stampa** Stämpfli SA | **Abbonamento** Gratuito per tutte le persone interessate all'ESS in Svizzera. Sottoscrizione su <https://www.education21.ch/it/contatto/ventuno@education21.ch> | **ventuno online** [www.education21.ch/it/ventuno](http://www.education21.ch/it/ventuno) | Facebook, Twitter: education21ch, #e21ch | **Sede per la Svizzera italiana** éducation21 | Piazza Nesso 3 | 6500 Bellinzona | T +41 91 785 00 21 | [info\\_it@education21.ch](mailto:info_it@education21.ch)

éducation21 La fondazione éducation21 coordina e promuove l'educazione per uno sviluppo sostenibile (ESS) in Svizzera, in qualità di centro di competenza nazionale per le scuole obbligatorie su mandato della Conferenza svizzera dei direttori cantonali della pubblica educazione, della Confederazione e delle istituzioni private.



## Editoriale

### “Rimanete in salute!”

“Rimanete in salute!”, ci siamo sentiti dire un anno fa per radio. E questa frase è assurta immediatamente a nuova formula di salute. Dopo un anno di pandemia gli specialisti della salute lanciano l'allarme: la limitazione della libertà di movimento causata dal Covid-19 sfocia in un numero superiore alla media di casi di sovrappeso o di anoressia nei bambini e negli adolescenti. Anche le conseguenze psicologiche, sotto forma di ansia, aggressività e depressione, diventano vieppiù tangibili. Quelli dei bambini e degli adolescenti sono i gruppi maggiormente colpiti.

Di conseguenza, i docenti sono confrontati ogni giorno al modo in cui la pandemia cambia la vita degli allievi. La pandemia sfida la scuola a coinvolgere i bambini e i giovani. In periodi come questo, l'attenzione per i loro bisogni è particolarmente importante. La pandemia non si ferma fuori dalle aule scolastiche e l'insegnamento necessita di correttivi. Non si tratta soltanto di saper affrontare le interruzioni, le quarantene e la didattica a distanza, ma anche di prestare attenzione ai possibili effetti collaterali della situazione pandemica. La situazione dovuta al coronavirus, nonostante tutta la sua gravità, può anche essere un'opportunità. Temi come la resilienza, l'efficacia personale, la creatività, l'ottimismo, le competenze relazionali nonché il clima scolastico e di classe fanno parte dei piani di studio, delle cosiddette competenze trasversali. Con un approccio pedagogico adeguato, i docenti possono rafforzare tali competenze trasversali.

In questo numero di ventuno vi presentiamo alcuni spunti. Un clima di classe senza discriminazioni, “all'insegna del motto” individualità e comunità, è al centro dei workshop “Parkourziation” tenuti presso la scuola di Münsingen, nel Canton Berna. Movimento e molteplicità degli ambienti di apprendimento accompagnano gli allievi nelle gite organizzate dalla scuola di Vuadens, nel Canton Friburgo. L'aspetto della salute, una delle dimensioni fondamentali della comprensione ESS, è integrato in ottica pedagogica nell'articolo di fondo. Uno sguardo oltre i confini della scuola è offerto dai paesaggi educativi, che creano uno stretto legame tra scuole e offerte di attori esterni incentrate sul movimento e su svariati altri argomenti della quotidianità. Ulteriori documenti, in francese, sono disponibili all'indirizzo [www.reseau-ecoles21.ch/ecoles/rentree-sante](http://www.reseau-ecoles21.ch/ecoles/rentree-sante). Tutte le offerte presentate in questo numero sono destinate a sostenere i docenti e le direzioni scolastiche nel rendere i loro allievi, le loro allieve e sé stessi maggiormente resilienti, non solo alla pandemia, nonché a mantenersi durevolmente in buona salute.



Corinne Schärer, responsabile settore scuola