

Un gita ESS a Vuadens (FR) | ZÉLIE SCHALLER

La passeggiata, una fonte inesauribile di apprendimento

La passeggiata costituisce uno strumento pedagogico prezioso. Muoversi, osservare e scoprire il proprio ambiente circostante per rispettarlo meglio, costruire relazioni e rafforzare gli scambi: i benefici sono molteplici. In viaggio con una classe di 4^a Harmos, nella campagna friburghese!

“Quali sono gli obiettivi della nostra uscita di questo pomeriggio?”, chiede Estelle Suchet ai suoi allievi. “Divertirsi!”, risponde Noé. “Osservare la natura”, rilancia Mélanie. “Imparare”, prosegue Audrey. E l’insegnante aggiunge: “Anche muoversi. Camminare all’esterno, respirare l’aria fresca, prendersi cura del proprio corpo.”

La classe di 4^a Harmos di Vuadens, nel Canton Friburgo, si appresta ad uscire per una passeggiata. Ogni stagione va a fare una gita. È l’occasione per scoprire i benefici del camminare, per posare lo sguardo sulla natura e sulle sue ricchezze, per annusare i fiori, per assaggiare i frutti selvatici, per creare legami e per provare delle emozioni. I principi della gita ESS consistono nell’osservare la propria quotidianità con uno sguardo nuovo, attivo e curioso, nel fare delle esperienze e, in particolare, nel prestare attenzione alle proprie percezioni sensoriali.

In questa giornata invernale splende il sole. “Cosa vi darà il sole?”, chiede Estelle Suchet. “Calore”, dice Thibaud. “Sì, ma anche vitamina D, fonte di vitalità”, sottolinea l’insegnante. Nonostante il sole, l’aria è fredda: la bise, il vento di tramontana, soffia forte. Ma questo non basta certo a scoraggiare i bambini che, prima di partire, fanno un po’ di riscaldamento. Disposti in cerchio sotto la parte coperta del cortile della scuola, fanno respiri profondi, roteano i polsi, fanno oscillare le loro braccia e poi saltellano allargando gambe e braccia. “Uno degli obiettivi di questo pomeriggio consiste anche nello sviluppare i muscoli: renderemo più muscoloso il corpo e il cervello”, indica Estelle Suchet.

Quattro missioni

L’insegnante affida ai suoi allievi una busta. Il mittente è un certo Elfo Trüffo. Omer legge la lettera ai suoi compagni: “Buongiorno grandi elfi della fattoria, la vostra insegnante ha preparato per voi una caccia al tesoro. Si dovranno cercare delle uova seguendo questa mappa. In ogni uovo si nasconde un indizio per trovare l’uovo seguente e una piccola missione per farvi muovere e imparare qualcosa in più sull’inverno.” Elfo Trüffo augura ai bambini un buon pomeriggio, pregandoli di rispettare la natura e le raccomandazioni della loro maestra.

Si parte! Muniti di un piano e di una lente, gli allievi lasciano il cortile della scuola. Tutti loro prendono coscienza dei rifiuti che imbrattano il bordo della strada. “Perché non bisogna gettare i rifiuti in questo modo?”, chiede l’insegnante. “Perché possono uccidere gli animali e inquinano il pianeta”, rispondono prontamente i bambini che si ripromettono di ritornare un giorno per portarli via. “Indossando dei guanti!”, esclama Benjamin.

I bambini proseguono la loro passeggiata su una stradina di campagna. Il primo indizio è una croce. Noé la individua e parte di corsa per scovare l’uovo. Al suo interno, delle immagini di uccelli. I bambini devono identificare la specie, specificando se passano l’inverno in Svizzera o in paesi più caldi. Insieme, gli allievi riconoscono la gazza, il passero, la tortora dal collare, la cincia, il gufo reale, il corvo e la rondine. Solo quest’ultima, graziosa messaggera della primavera, migra in Africa a partire dall’autunno.

I bambini, dal canto loro, si dirigono verso il secondo uovo, distante qualche centinaio di metri. Una nuova missione li attende: osservare le montagne e indicare i loro nomi. Il panorama è grandioso: il trittico dei denti friburghesi (Chamois, Broc et Bourgo) troneggia fieramente. Il Vanil Noir non è da meno: si tratta della cima più alta del Canton Friburgo, imparano gli allievi. La classe riprende allegramente il suo cammino, lungo l’argine di un bel ruscello, dove scopre il terzo uovo. Prossima missione: fare un’imitazione degli sport invernali. Siccome fa molto freddo, i bambini svolgeranno questo compito a scuola, al caldo.

Il quarto uovo è appeso a un’asta infissa nel terreno per misurare l’altezza del manto nevoso. Al suo interno si cela l’ultima missione: ritornare a scuola a passo sostenuto e, in cortile, fare una partita a “Lupo mannaro” e, se rimane abbastanza tempo, giocare anche a nascondino. I bambini si apprestano quindi al ritorno. Alcuni si arrampicano sui piccoli dossi del terreno e corrono rapidamente. Altri optano per un ritmo più lento, chiacchierano e ridono.

La gita ESS

La gita offre infinite possibilità a livello pedagogico. Tutte le discipline contenute nei piani di studio possono essere svolte all’esterno: inventare delle storie, imparare i nomi degli alberi, raccontare la storia di un luogo, orientarsi su una mappa, cantare, ecc. La gita permette ai bambini di scoprire il loro territorio da diverse angolazioni, rafforzando così il loro **senso di appartenenza**. La gita incentiva altresì la **creazione di nessi**. Gli allievi **costruiscono conoscenze** interdisciplinari e acquisiscono il **pensiero sistemico**, uno dei pilastri dell’ESS. Le uscite regolari hanno anche effetti positivi sulla **salute fisica e mentale**. I bambini imparano a camminare nella natura, a gestire la fatica e ad utilizzare i loro cinque sensi. La dinamica di gruppo favorisce inoltre l’**inclusione degli allievi** che si sentono meno a loro agio nel lavoro „classico” in classe. I bambini riflettono sui propri **valori** e su quelli degli altri. Tutti questi benefici si possono scoprire nella guida pratica elaborata da *éducation21*:

www.education21.ch/it/guida-pratica-gita-ess



Alla scoperta dei vegetali invernali

Una volta rientrata al villaggio, la classe fa una piccola deviazione per osservare l'orto della mamma della maestra. I bambini riconoscono il porro, l'unico ortaggio rimasto nell'orto e poi, a occhio nudo o con una lente d'ingrandimento, ammirano le prime margheritine e i bucaneve nel frutteto. Il tempo vola! È già ora di rientrare. La classe non ha potuto fare l'imitazione degli sport invernali o giocare a "Lupo mannaro". Ma tutto ciò è solo rinviato!

Durante la loro prossima lezione, gli allievi completeranno il loro fascicolo sul tema delle stagioni, dove sono elencate le attività del tempo libero, la frutta e la verdura associate a ogni

periodo dell'anno. Nelle dispense descriveranno anche le attività degli animali. "È importante che i bambini imparino a conoscere l'ambiente che li circonda", sottolinea Estelle Suchet. "Le attività all'aperto permettono di sensibilizzarli sulla natura e di stimolare i loro cinque sensi. Dopo essersi immersi nella realtà del territorio e aver stabilito dei legami, gli allievi assimilano meglio le informazioni e le ricordano più a lungo", nota l'insegnante. "Anche la gita rappresenta un momento speciale: i bambini sono contenti di raccontare a casa quello che fanno." Non vediamo l'ora di uscire di nuovo!

Risorsa didattica

Uscire, osservare, sperimentare



Autore Valérie Arank, Roger Welti

Editore éducation21

Anno 2019

Tipo (formato) Fascicolo PDF

Livello 1° e 2° ciclo

Il fascicolo – da scaricare gratuitamente – propone una guida pratica per creare la propria gita ESS. L'idea è semplice: basta scegliere un percorso, un luogo da esplorare, identificare degli obiettivi e poi uscire regolarmente con i propri allievi e con qualsiasi tempo. Che sia un giorno predefinito della settimana, un giorno al mese o una volta ogni stagione... l'importante è dare una regolarità alle uscite nel luogo prescelto.

Una gita ESS attiva soprattutto le competenze trasversali quali lo sviluppo personale, la collaborazione, la comunicazione e il pensiero riflessivo e critico. Può inoltre, a seconda di com'è condotta e di quali sono gli obiettivi scelti dal/dalla docente, coinvolgere tutte le discipline del piano di studio, dall'area lingue fino all'area motricità. Per il 1° ciclo, ad esempio permette di "osservare ed esplorare la realtà con i cinque sensi" e di "ricercare informazioni su un tema dato e raccoglierte in base alle consegne" (area SUS/SN). Per il 2° ciclo, permette ad esempio di "saper leggere nel territorio e in altre

fonti storico-geografiche l'organizzazione della società del presente e del passato" (area SUS/SN).

Questa guida supporta il lavoro organizzativo del/della docente in quanto dà indicazioni su come scegliere il percorso della propria gita e ne definisce l'approccio, fornisce degli spunti per identificare degli obiettivi conformi al piano di studio e ai principi dell'Educazione allo sviluppo sostenibile (ESS) adatti al 1° e al 2° ciclo. Essa propone inoltre una possibile valutazione sia della gita sia del grado d'apprendimento degli allievi.

Una volta letta la guida, sarete pronti per lanciarsi in una nuova avventura che vi permetterà di insegnare regolarmente anche fuori dall'aula!

Maggiori info qui: www.education21.ch/it/guida-pratica-gita-ess

Risorsa didattica

La scuola in movimento



Editore Ufficio federale dello sport (UFSPD), Swiss Olympic

Anno 2018

Tipo (formato) Sito web

Livello 1°, 2° e 3° ciclo

Gli allievi rimangono spesso seduti alla scrivania nella vita scolastica quotidiana. È stato dimostrato che un cambiamento tra tensione e rilassamento, movimento e riposo, azione e concentrazione è benefico per il benessere e la durata dell'attenzione. Questo programma di promozione dell'attività fisica nella scuola fornisce agli insegnanti il supporto per l'integrazione dell'attività fisica in classe. Suddivisa nelle categorie di pausa attivante, pausa rilassante e apprendimento movimentato, la piattaforma online include un'ampia selezione di esercizi. Gli esercizi possono essere facilmente integrati nelle lezioni.

Risorsa didattica

In salute tutti insieme!



Autore Mary Wenker

Editore IDE

Anno 2020

Tipo (formato) Dossier e schede (PDF)

Livello 1°, 2° e 3° ciclo

Le attività proposte dalle schede sui diritti dell'infanzia offrono un approccio trasversale e multidisciplinare al concetto di salute. Un approccio che tiene conto non solo delle componenti fisiche e mentali, ma anche di quelle sociali, economiche e ambientali, come definite nell'ESS. Gli obiettivi sono la consapevolezza dei propri bisogni e delle proprie possibilità di azione per promuovere una buona salute, sottolineare l'importanza delle relazioni (tra coetanei, in famiglia, a scuola) per la nostra salute mentale, sociale e fisica, e sviluppare in classe atteggiamenti empatici che rispettino le differenze individuali.

Risorsa didattica
Passeggiate partecipative



Autore Rete scuole 21, Amodotuo Sàrl | **Editore** Rete delle scuole21
Anno 2019 | **Tipo (formato)** Dossier e schede (PDF) | **Livello** Tutti i cicli

Una passeggiata all'aperto è il terreno ideale per la nascita e l'esplorazione di nuove idee: combinare le gambe con la testa per muoversi – letteralmente e figurativamente. E funziona anche per gli adulti! Lo strumento è disponibile sotto forma di una guida: "Le vostre idee vanno in passeggiata" per gli allievi nei cicli 1 e 2 e per quelli nel 3° ciclo e secondario II; per tutti gli insegnanti e i professionisti della scuola invece è riservata la proposta "Le vostre riflessioni vanno in passeggiata". Tutti i materiali sono scaricabili gratuitamente con istruzioni, schede di lavoro e altre risorse.

Risorsa didattica
Agrinidi, agriasili e asili nel bosco



Autore AAVV
Editore Terra Nuova Edizioni
Anno 2016
Tipo (formato) Libro
Livello 1° ciclo

Da qualche tempo si guarda all'universo naturale con un riscoperto interesse, come a un luogo capace di insegnare, di aiutare a crescere, un luogo dove diventare grandi. Non più un "luogo pericoloso" ma maestro di vita e spazio utile per favorire lo sviluppo dei più piccoli. Il libro è stato pensato come una guida agile da cui trarre indicazioni pratiche e spunti di riflessioni: nella prima parte sono illustrate le basi pedagogiche su cui le esperienze di natura educante si fondano per passare poi, nella seconda parte, al racconto di alcune sperimentazioni concrete. Una guida pratica rivolta ai genitori, educatori e agricoltori.

Attività didattiche di attori esterni
Mondo forestale



Organizzazione Fondazione Silviva
Durata 4 volte all'anno per 2 o 3 anni
Tipo Fuori dalla scuola
Livello 2° e 3° ciclo

Le classi accompagnano un forestale nel bosco per due o tre anni, a ogni classe viene attribuita una parcella di bosco in cui si partecipa ai lavori di selvicoltura. Recandosi nella foresta durante le 4 stagioni, possono osservarne i cambiamenti.

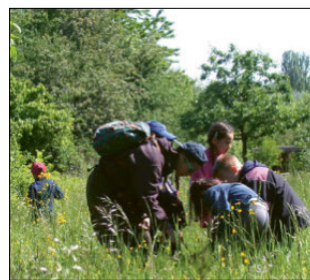
Attività didattiche di attori esterni
Laboratorio paesaggio in Valle Bavona



Organizzazione Fondazione Valle Bavona
Durata Mezza giornata o una giornata
Tipo Fuori dalla scuola
Livello Tutti i cicli

Il progetto prevede di scoprire questo paesaggio rurale tradizionale attraverso osservazioni e sperimentazioni puntuali, evidenziandone le componenti naturalistiche intrinsecamente legate al lavoro dell'uomo in un ambiente particolarmente ostico.

Attività didattiche di attori esterni
Lunga vita ai prati in fior!



Organizzazione Pro Natura Ticino
Durata 3 ore
Tipo Fuori dalla scuola
Livello 1° e 2° ciclo

I bambini imparano ad apprezzare e a proteggere i prati fioriti ricchi di specie, riconoscendone il valore e determinandone la biodiversità. L'habitat viene esplorato attraverso tutti i sensi e vengono discusse diverse forme di gestione.

Risorsa didattica
Naturalmente giocandor



Autrici Sigrid Loos, Laura Dell'Acquila
Editore EGA | **Anno** 1999
Tipo Libro
Livello Tutti i cicli

I bambini scoprono i meccanismi delle cose che li circondano grazie all'uso "integrale" di tutti i sensi. Giocando simulano la vita reale, iniziano a comprenderla, annullando la distanza tra cultura intellettuale e cultura emotiva.