

ESS per la scuola ventuno

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 consenta nel contempo di apprendere: camminare e studiare. Questa proposta, che non è nuova, si sposa perfettamente con la campagna “Scuola in movimento” promossa dall’UFSP0.

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 sentirci 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’accesa 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 Ophélie 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 (ndr. 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, tenendo 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 sistemico 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



Martino Guzzardo

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

Indice

- 1-2** **Intervista** | Martino Guzzardo
-
- 4-5** **1° e 2° ciclo**
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
-
- 10-11** **3° ciclo e postobbligatorio**
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

Éducation21, Monbijoustrasse 31, 3011 Berna, T 031 321 00 21, 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** ITSA | **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 | Facebook, Twitter: education21ch, #e21ch | **Sede per la Svizzera italiana** éducation21 | Piazza Nosetto 3 | 6500 Bellinzona T +41 91 785 00 21 | 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 assurda immediatamente a nuova formula di saluto. 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 viepiù 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 “Parkourzipation” 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. 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

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.

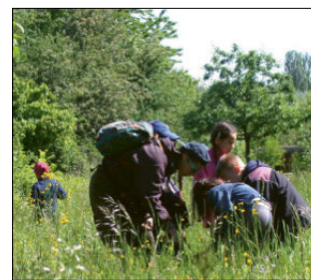
Attività didattiche di attori esterni
Laboratorio paesaggio in Valle Bavona



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.



Programma "Forti per la vita" di "Scuola in movimento", © Crunch

ESS e promozione della salute | CHARLOTTE DURGNAT

Tutti in movimento! Quando l'ESS e la promozione della salute uniscono le loro forze

Perseguendo i medesimi obiettivi, l'Educazione allo Sviluppo Sostenibile (ESS) e la promozione della salute possono associarsi per assicurare la salute degli esseri umani e della natura. Le lezioni di educazione fisica a scuola si rivelano essere momenti privilegiati per concretizzare questa alleanza.

Da oltre un anno, la pandemia di Covid-19 ha modificato i nostri ritmi e stili di vita. Oggi più che mai, la salute ha assunto un ruolo centrale nella nostra quotidianità, costringendoci ad adattarci. Per fare un esempio, uscire, prendere aria e muoversi richiedono ora particolare attenzione. Maggiormente preoccupati per i nostri bisogni in termini di salute fisica e psichica, sentiamo un certo "bisogno di natura" (Espinassous, 2014). Ciò ci incoraggia a uscire e ad immergerci con maggior frequenza nell'ambiente naturale. È ormai dimostrato che lo stato dell'ambiente influisce sulla salute fisica (polmonare, ormonale, ecc.), psichica (stress, ecc.) e sociale (interazioni, ecc.). Ancor più interessante in questo periodo di semi-confinamento, è il fatto che gli studi tendono a dimostrare che un ambiente vicino al suo stato naturale (non inquinato, con paesaggi variegati, ecc.) motiverà maggiormente le persone a praticare attività all'aria aperta, consentendo di ridurre lo stress della vita quotidiana (UFAM/UFSP, 2019).

Particolarmente benefici per i bambini sono le uscite e i giochi all'aria aperta che abbinano natura e movimento e aiutano a rinforzare la loro salute, ma offrono anche l'opportunità di capire dall'interno le interdipendenze tra i nostri stili di vita e la qualità della nostra salute e quella dell'ambiente. La scuola può così essere un luogo privilegiato per sperimentare, fin dalla più tenera età e in modo regolare, questa relazione con la na-

tura. Si tratta di approcciarsi alla salute, la propria, ma anche quella degli altri e dell'insieme degli esseri viventi, e di comprenderla nella sua globalità.

Una collaborazione fruttuosa

Comprendendo le relazioni sistemiche tra il nostro ambiente, la nostra salute e le nostre azioni individuali e collettive, sia l'approccio ESS che quello della promozione della salute promuovono in una prospettiva sostenibile dei principi essenziali per il benessere dell'essere umano e della natura. Dietro a queste due prospettive che si intersecano, ci sono dunque obiettivi comuni e una necessità comune: sviluppare la personalità degli allievi affinché prestino attenzione alla cura della propria salute e dell'ambiente che li circonda. I principi pedagogici come la partecipazione, l'apprendimento esplorativo, il pensiero sistemico, l'uguaglianza di genere e l'acquisizione di competenze psicosociali e metodologiche contribuiscono sia all'ESS che alla promozione della salute.

Ad esempio, il movimento e lo sport, praticati con uno spirito non competitivo e all'aperto, permettono di sviluppare la motricità fine, di ridurre lo stress e l'ansia, di migliorare la consapevolezza emotiva e di sviluppare lo spirito di squadra scoprendo allo stesso tempo la ricchezza del mondo naturale. Il programma di Swiss Olympic "Scuola in movimento", sotto l'egida del motto "Forti per la vita", ha concepito una serie di esercizi che propongono attività finalizzate allo sviluppo delle competenze psicosociali e alla presa di coscienza del proprio corpo da parte degli allievi.

Un'opportunità per trasformare il mondo

L'attuale pandemia ha comportato l'insorgere di un clima difficile, sia a livello di salute fisica, che a livello di salute psicosociale: il confinamento, le relazioni personali e professionali a distanza, l'impiego massiccio della tecnologia per studiare, lavorare e incontrarsi creano nuovi bisogni e modelli di consumo. Tuttavia, questi mezzi non sempre promuovono la salute personale e globale di tutti gli esseri viventi. Tale situazione sanitaria offre però anche nuove opportunità. Pur avendoci costretti al distanziamento sociale, ci ha permesso di avvicinarci al mondo naturale e di metterci in movimento in qualsiasi momento e in ogni luogo. A scuola, numerosi docenti hanno approfittato di questo periodo per ripensare lo spazio "classe" e aprirlo verso l'esterno, consentendo agli allievi di uscire, muoversi e avvicinarsi all'ambiente naturale. È l'occasione per imparare con il proprio corpo e per integrare tramite

l'esperienza questi legami di interdipendenza con l'ambiente, sia sociale che naturale. L'educazione fisica, oltre a evidenziare bene il concetto di scuola in movimento, pone in risalto anche tutte le discipline capaci di rafforzare il connubio fra ESS e promozione della salute. Dobbiamo rivedere i nostri stili di vita e i nostri modi di prenderci cura della salute per trasformare il mondo in modo sostenibile.

ESS e salute nei corsi di educazione fisica

In questa intervista, Simone Sturm, docente all'ASP di Berna, evidenzia le opportunità che lo sport presenta per rafforzare i legami tra ESS e promozione della salute.

Cosa la motiva a promuovere l'ESS nell'ambito dell'educazione fisica?

Secondo il Piano di studio 21, l'ESS include numerose e variegate sfaccettature che vanno oltre la ben nota rivendicazione ecologica. I settori correlati che, direttamente o indirettamente, forgianno l'educazione fisica, sono molteplici. Ai miei occhi, rivestono particolare importanza quelli dell'uguaglianza e della salute. Nell'ambito dell'insegnamento quotidiano osservo che le ragazze, nel corso delle lezioni di sport, non scelgono le loro attività preferite ma, al contrario, optano invece per il calcio o per altri giochi con il pallone per soddisfare i desideri della maggioranza della classe. La salute rappresenta parimenti una delle mie principali preoccupazioni: costruire e mantenere una buona relazione con il proprio corpo, valorizzandolo come un dono fatto a sé stessi, e incoraggiare il piacere dell'attività fisica per tutto il corso della propria vita sono valori importanti.

Lei cosa propone per valorizzare questi aspetti? Ha avuto esperienze positive o interessanti al di fuori delle mura scolastiche, in particolare nella natura?

Nel contesto pandemico attuale, un modo di vivere e un'educazione fisica sostenibile, non basati su tendenze effimere e attività che consumano risorse, forniscono chiaramente dei benefici. Ai bambini e agli adolescenti piace stare in movimento nella natura, sia che si tratti di giocare nei boschi, di fare delle escursioni in campagna o semplicemente di praticare attività sportive come andare in bicicletta nel cortile per la ricreazione. Nel mondo del lavoro e dell'educazione sovente non c'è abbastanza tempo per praticare queste attività. Ma

esse suscitano ormai un'attenzione particolare. Numerosi/e docenti riscoprono l'esterno, permettendo agli allievi di far esercizio all'aria aperta, quale controproposta alla crescita della tecnologia digitale che la pandemia sta rafforzando.

Idealmente, cosa dovrebbero portare questi corsi agli allievi?

Devono contribuire a un mondo all'insegna della pace, che offre pari opportunità alle ragazze e ai ragazzi. Far sì che vivano in modo sano, ricco di biodiversità, e che si muovano in armonia con i loro corpi. È in questo che risiedono gli ideali che pongono le basi di uno sviluppo sostenibile. Tutte le discipline, e in particolare lo sport, possono contribuire al raggiungimento di questi obiettivi in termini di promozione della salute. Con esercizi diversificati si dovrebbero prendere in considerazione la dimensione di genere e la diversità interculturale attraverso un linguaggio del corpo universalmente comprensibile. Le attività di gruppo favoriscono inoltre l'integrazione sociale.

Fonti:

- éducation21. (2018). Éducation en vue d'un développement durable et promotion de la santé: des liens prometteurs. Berna: éducation21
- Espinassous, Louis. (2014). Besoin de nature. Santé physique et psychique. Saint-Claude-Diray: Edizioni Hesse
- Hayoz Etter, Claire e Balsiger, Jörg. (2017). Santé et environnement, un tandem éducatif prometteur. Ginevra: Università di Ginevra.
- Kickbusch, Ilona. (2010). Les bases conceptuelles de la promotion de la santé et l'agenda du développement durable. In Triggering Debate – The Food System: a prism of present and future challenges for health promotion and sustainable development. Berna: Promozione Salute Svizzera
- UFAM/UFSP [ed]. (2019). Environnement et santé en Suisse. Une relation aux multiples facettes. État de l'environnement, n° 1908. Berna: Ufficio federale dell'ambiente e Ufficio federale della sanità pubblica
- Rete delle scuole21 [sd.]. Dossier Santé et Environnement. All'indirizzo www.rete-scuole21.ch/salute/ambiente-e-salute
- Swiss Olympic. [sd.]. "Scuola in movimento". Esercizi Forti per la vita. All'indirizzo Scuola in movimento - Schule bewegt. www.schulebewegt.ch/it



Parkour col metodo TRUST a Münsingen (BE) | MARTINA KAMMERMANN

Il mondo come campo da gioco

Cogliere l'ambiente circostante da una nuova prospettiva, acquisire fiducia in sé stessi, percorrere la propria strada: queste e altre competenze ESS sono incentivate da ParkourONE che propone la disciplina del parkour col metodo TRUST. La classe 9C (4ª media) della Realschule di Münsingen le ha sperimentate nell'ambito del workshop "Parkourzipation"

La mattinata è soleggiata, ma fredda. Sul cortile del centro scolastico, le allieve e gli allievi della 9C si sono disposti formando un grande cerchio. Alcuni di loro sono visibilmente infreddoliti, ma presto si riscaldano; oggi è infatti prevista una lezione di parkour. Il piazzale destinato alla pausa si trasformerà in un percorso a ostacoli. L'obiettivo di questa forma di movimento è infatti quello di superare gli ostacoli naturali o architettonici degli spazi esterni nel modo più efficiente possibile utilizzando le proprie risorse fisiche correndo, oscillando, stando in equilibrio, arrampicandosi o saltando. Molti di loro conoscono già parkour: lo hanno visto nei video di YouTube, che mostrano atleti e atlete che corrono su muri alti un metro e si cimentano in salti spettacolari sui sottopassaggi pedonali. "Non preoccupatevi, qui non si tratta di vedere chi riesce a fare i salti più alti", li rassicura Roger Widmer, responsabile del workshop. "Il parkour non è una competizione, ma piuttosto una visione della vita. La mente è quindi importante perlomeno quanto il corpo."

Ciò che lui intende si evidenzia già durante il riscaldamento. La classe, disposta in due file, fa jogging sull'areale della scuola. I due allievi davanti hanno il compito di scegliere il loro ritmo e

il loro percorso in modo tale che tutti quelli dietro di loro possano sempre mantenere esattamente una distanza di 1,5 metri. Cosa per niente semplice! "Nel parkour è molto importante essere attenti e pensare gli uni agli altri", spiega Widmer mentre gli allievi ansimanti sono nuovamente riuniti.

Parkour come concetto di formazione

Roger Widmer è stato a livello svizzero una delle prime persone a dedicarsi attivamente al parkour. Ora 40enne, nel 2008 ha fondato con degli amici "ParkourONE", che oggi conta svariate sedi nella Svizzera tedesca e in Germania. Oltre ai corsi per il tempo libero, propone workshop di "Parkourzipation" per ogni livello scolastico e corsi di perfezionamento per i docenti. I moduli del workshop, la cui lunghezza è flessibile, sono concepiti secondo un apposito concetto di formazione improntato allo sviluppo pedagogico basato su TRUST (training & standard). Questo è concepito per raggiungere tre obiettivi formativi che sono la promozione della salute, l'atteggiamento valoriale e lo sviluppo del potenziale, inoltre si orienta al Piano di studio 21. "Il piacere del movimento è per noi d'importanza centrale", indica Widmer. "Oltre agli ostacoli fisici, impariamo a superare anche quelli mentali." Ciò incoraggia i giovani a intraprendere percorsi creativi anche nella vita nonché ad affrontare le sfide con autocontrollo, che si tratti di una verifica di matematica o di un colloquio di lavoro.

Che il parkour basato su TRUST non è una questione di salti vertiginosi, le allieve e gli allievi lo hanno sperimentato già durante i primi esercizi di bilanciamento su una ringhiera di altezza esigua. Come utilizzo i miei sensi? Cosa mi fido a fare? Come reagisco alla pressione? Le domande centrali sono queste, non chi riesce a mantenere più a lungo la presa sul supporto. L'esercizio successivo richiede uno sforzo ancora maggiore: uno dopo l'altro, gli allievi e le allieve devono superare una ringhiera di altezza pari a quella dei loro fianchi. Alcuni osano un salto diretto, altri ci si arrampicano lentamente per scavalcarla. Widmer mostrerà più tardi alla classe delle tecniche semplici per oltrepassare la ringhiera in modo sicuro, veloce e senza grande sforzo fisico. Ma una cosa è già evidente: a prescindere dalla via che hanno scelto, tutti gli allievi e tutte le allieve sono giunti dall'altra parte. "All'inizio pensavo che non ce l'avrei mai fatta", dice Seline, 15 anni, al termine della lezione. "Poi ho capito che ci sono veramente molti modi per farlo e che, con un po' di cervello, l'operazione è addirittura piuttosto semplice." Il suo compagno di classe Keanu ha superato "in scioltezza" la ringhiera, ma ha incontrato più difficoltà negli esercizi di equilibrio. "Fare ginnastica assieme all'esterno è totalmente diverso dal farla all'interno", racconta. "Non avrei mai immaginato che con una ringhiera si potessero fare così tante cose."

Numerosi aspetti ESS

Diventare consapevoli delle proprie forze, approcciarsi al mondo in modo giocoso, sperimentare la comunità – questi sono solo alcuni aspetti del perché il parkour basato su TRUST offre anche un potenziale ingente in termini di educazione allo sviluppo sostenibile (ESS). "È molto avvincente vedere come la forma del movimento modifica la percezione dello spazio esterno da parte del singolo individuo", dice l'esperta ESS, Silvana Werren di [éducation21](http://education21.ch). "L'ambiente si trasforma in un campo da gioco che può essere usato liberamente e cre-

ativamente. Questo incrementa automaticamente anche il valore dell'ambiente e un approccio rispettoso dello stesso." A suo parere, è molto prezioso anche l'orientamento alle risorse del movimento, che rafforza l'auto-efficacia delle allieve e degli allievi.

Diverse offerte di parkour sono già state messe in atto presso la scuola primaria e secondaria di Münsingen. Alla maestra di classe Andrea Pfaller piaceva l'idea di dare ai suoi allievi e alle sue allieve un input al movimento nello spazio urbano mediante il parkour. "Ho inoltre trovato entusiasmante il fatto di assegnare loro un compito che avrebbe richiesto un po' di autosuperamento." La docente non aveva particolari preoccupazioni riguardo al fatto che qualcuno potesse farsi male. Secondo Widmer, responsabile del workshop, il parkour comporta un rischio di infortuni estremamente limitato. "Sapere cosa si può fare significa anche sapere cosa non si può ancora fare", aggiunge Widmer. "Chi sviluppa un rapporto sano con sé stesso non tenta l'impossibile, ma sceglie un percorso adeguato. Questo è esattamente ciò a cui noi puntiamo."

Individualità e comunità

Nel parkour basato su TRUST, la diversità delle condizioni fisiche non rappresenta un ostacolo e molteplicità e individualità sono accolte attivamente. Per questo motivo si presta molto bene per le classi scolastiche. Superare congiuntamente le sfide sostenendosi vicendevolmente ha un effetto positivo sul clima della classe. Per le scuole stesse, d'altra parte, comporta il vantaggio di non dover fare nessun acquisto per usufruire delle offerte "Parkourzipation", gli istituti scolastici possono utilizzare ciò che è già presente. Ciò rientra, oltre che nello spirito della sostenibilità, anche nella filosofia del parkour: impiega accuratamente le risorse di cui disponi.



ParkourONE

Il workshop "Parkourzipation" di ParkourONE è offerto unicamente in lingua tedesca ed è reperibile nella nostra banca dati delle attività didattiche degli attori esterni.

catalogue.education21.ch

schweiz@parkourone.com

schweiz.parkourone.com

Risorsa didattica

Passeggiate partecipative



Autore Rete delle scuole21, Amodotuo Sàrl Pfadfinderinnen Österreichs

Editore Rete delle scuole21

Anno 2019

Tipo (formato) Dossier e schede (PDF)

Livello Tutti i cicli

La partecipazione degli allievi è sia un principio di azione che una competenza per l'ESS e per la promozione della salute e l'educazione alla cittadinanza. Incoraggiare la partecipazione attiva degli allievi non è però sempre facile a scuola. La Rete delle scuole21, la rete svizzera delle scuole che promuovono la salute e la sostenibilità, offre uno strumento concreto e pronto all'uso per esplorare come far avanzare la propria scuola.

È noto che uscire regolarmente con i bambini ha effetti benefici sulla loro salute fisica e mentale. Le uscite, oltre a dare loro il piacere di camminare, influiscono sulle dinamiche di gruppo, favorendo l'inclusione degli allievi che si trovano più a disagio in classe. Esse consentono inoltre di mettere in evidenza

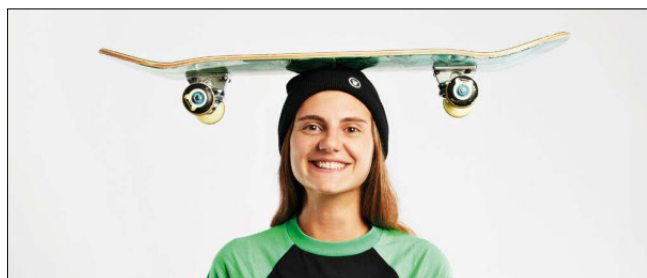
competenze differenti. Tutto ciò permette la riflessione sui propri valori e quelli degli altri. Una passeggiata all'aperto offre il terreno ideale per incoraggiare la nascita e l'esplorazione di nuove idee: associare le gambe alla propria testa per mettersi in moto – sia in senso letterale sia figurato. E funziona anche per gli adulti!

Lo strumento è disponibile sotto forma di tre passeggiate: "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 e testi di base nel dossier sulla partecipazione: www.rete-scuole21.ch/principi/partecipazione.

Lo strumento può essere utilizzato da un solo insegnante, ma avrà un effetto molto più interessante sul clima generale della scuola se utilizzato in modo concertato e collettivo.

Attività didattiche di attori esterni

La sostenibilità attraverso lo sport freestyle



Con il loro modo originale, i giovani atleti di freestyle mostrano come movimento, una dieta bilanciata e uno stile di vita sostenibile siano collegati tra loro.

La mattina i ragazzi vengono invitati a lasciarsi alle spalle la loro zona di comfort con attività quali break dance, longboard, bici, parkour o capoeira. Durante lo spuntino mattutino e a pranzo, i giovani apprendono le nozioni di base di un'alimentazione equilibrata e hanno la possibilità di provare nuovi alimenti, abbinandoli anche tra di loro. Il pomeriggio, invece, è dedicato a laboratori su vari temi come il riciclaggio e la valorizzazione dei rifiuti, il giardinaggio urbano o la gestione dello stress.

Organizzazione Schtifti Foundation | **Durata** 1 giorno (o secondo accordi)

Tipo A scuola | **Livello** A partire dal 2° ciclo

Risorsa didattica

Noi in gioco



Autore Rita D'Alfonso, Laura Parolini, Ines Politi

Editore EGA

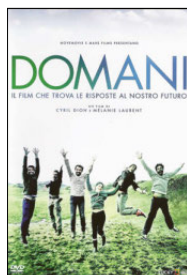
Anno 2017

Tipo Libro

Livello A partire dal 2° ciclo

Le autrici propongono un articolato itinerario didattico che offre agli insegnanti pratici strumenti operativi per consolidare alcune delle abilità sociali dei ragazzi, come la capacità di ascolto, la collaborazione, il rispetto delle regole. Il volume è strutturato in otto capitoli. All'interno di ogni capitolo un'introduzione teorica precede le attività da svolgere con i ragazzi. Per ogni gioco sono precisati gli obiettivi, la durata, i materiali occorrenti e lo svolgimento. Inoltre, sono inserite delle osservazioni nelle quali sono state raccolte tutte le indicazioni e i suggerimenti dagli insegnanti che negli anni hanno sperimentate le attività proposte.

Risorsa didattica
Domani



Autore Cyril Dyion, Mélanie Laurent
Durata 118 minuti
Anno 2018
Tipo (formato) DVD
Livello Secondario II

Film che racconta un emozionante viaggio intorno al mondo alla ricerca di soluzioni efficaci per dimostrare che un domani migliore è possibile. Partendo dagli esperimenti più riusciti nei campi dell'agricoltura, energia, urbanistica, economia, democrazia e istruzione, i registi Cyril Dyion e Mélanie Laurent immaginano un nuovo futuro per noi e i nostri figli.

Risultato: una sorprendente contagiosa e ottimista spinta al cambiamento già da domani. Spinta che ha portato alla realizzazione di progetti scolastici e a una riflessione sulla sostenibilità come quella fatta durante la Giornata ESS 2020 tenutasi online:

www.education21.ch/it/education21/manifestazioni-e21/giornata-ess-2020

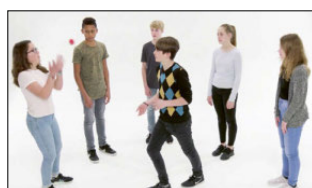
Risorsa didattica
Insegnare a vivere



Autore Edgar Morin
Editore Raffaello Cortina Editore
Anno 2015
Tipo (formato) Libro
Livello Terziario

Il saggio è un manifesto per il cambiamento dell'educazione. In esso si pone la domanda fondamentale di quali siano i contenuti importanti da fornire ad un allievo affinché apprenda ad essere un cittadino e un appartenente al "genere umano". Al centro della riflessione vi è il rapporto docente-allievo che deve basarsi sulla relazione fra persone e dare spazio ad un vero e proprio dialogo con l'allievo in modo da permettere a ognuno di sviluppare al meglio la propria individualità, il legame con la comunità in cui vive ed essere in grado d'affrontare le numerose incertezze e difficoltà poste dalla nostra società e dalla vita.

Risorsa didattica
La scuola in movimento



Editore Ufficio federale dello sport (UFSP0), Swiss Olympic
Anno 2018
Tipo (formato) Sito web
Livello 1°, 2° e 3° ciclo

Programma di promozione dell'attività fisica nella scuola che fornisce agli insegnanti il supporto per l'integrazione dell'attività fisica in classe tramite una piattaforma online con un'ampia selezione di esercizi facilmente utilizzabili in classe.

Risorsa didattica
Freelance – Il programma di prevenzione alla salute



Editore Associazione degli incaricati cantonali della promozione della salute (AIPS)
Tipo (formato) PDF, sito web
Livello 3° ciclo e sec II

Pagina web completa e utile sulla prevenzione nell'ambito di tabacco, alcol e canapa così come i nuovi media. Le unità didattiche prendono spunto dalle esperienze proprie di allievi ed allieve, mirando alle loro competenze individuali e sociali.

Risorsa didattica
Il fumo nuoce alla salute, impara a capire i rischi



Editore Dipendenze Svizzera, Radix Svizzera italiana
Anno 2014
Tipo (formato) Fascicolo PDF
Livello 2° e 3° ciclo

Devo fumare o no? Questa domanda passa attraverso i tre quaderni sul tabacco che affrontano ciascuno un tema specifico. Le proposte metodologiche sono molteplici: compiti individuali e di gruppo, giochi di ruolo, presentazioni in classe, ecc.

Risorsa didattica
La pedagogia della lumaca



Autore Gianfranco Zavalloni
Editore EMI
Anno 2014
Tipo (formato) Libro
Livello Tutti i cicli

Riflessioni concrete e ricche di buon senso sulla necessità di riscoprire il senso della lentezza. L'autore si rivolge ai docenti in modo semplice e pragmatico con la sua esperienza di docente e una visione profonda sul senso del far scuola oggi.



Risorsa didattica

Il circo delle nuvole

Non tutto è acquistabile (con i soldi) ed esistono dei valori al di là delle apparenze. Basta voler approfondire e imparare a conoscere meglio l'altro/il diverso, come i personaggi strampalati del circo che sono presentati in questo libro.

Autore Gek Tessaro

Editore Lapis Edizioni

Anno 2017

Tipo (formato) Libro illustrato

Livello 1° ciclo



Risorsa didattica

Suggerimenti didattici per il disco alimentare svizzero

Grazie alle attività di lavoro sul disco alimentare proposte, i bambini dovrebbero rendersi conto che le loro abitudini alimentari personali hanno anche una grande influenza sull'ambiente, l'economia e la società.

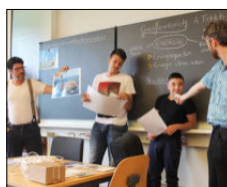
Autore Società svizzera di

nutrizione SSN, Renate Heuberger

Anno 2020

Tipo (formato) Fascicolo PDF

Livello 1° e 2° ciclo



Attività didattiche di attori esterni

Energia e clima

Tramite racconti ed esperimenti, gli alunni scoprono in maniera ludica perché e quanta energia si consuma e imparano come questa viene prodotta. Si toccano anche aspetti che riguardano una gestione responsabile ed efficiente dell'energia.

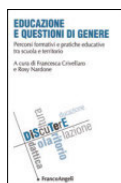
Organizzazione Pusch Praktischer

Umweltschutz Schweiz

Durata 2,5 ore

Tipo A scuola

Livello 1°, 2° e 3° ciclo



Risorsa didattica

Educazione e questioni di genere

Il libro dà alcuni strumenti teorico-metodologici e una rassegna di proposte operative volte a nutrire percorsi di educazione che smantellino modelli stereotipati di genere e che promuovano una consapevolezza critica e il rispetto delle diversità.

Autore Francesca Crivellaro, Rosy Nardone

Editore Franco Angeli

Anno 2020

Tipo (formato) Libro

Livello Tutti i cicli



Risorsa didattica

Stimoli e riflessioni sul tema della partecipazione

Il documento, rivolto ai docenti, fornisce stimoli e riflessioni per dar vita alla partecipazione. Lo fa con un inquadramento generale, i legami al Piano di studio e un approfondimento sul vivere la partecipazione in classe e nell'intero istituto.

Autore AAVV

Editore éducation21

Anno 2019

Tipo (formato) Fascicolo PDF

Livello 2° e 3° ciclo



Attività didattiche di attori esterni

Attività OSS/SDG

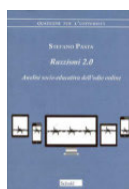
Dopo aver familiarizzato con gli OSS, gli allievi associano degli oggetti ai diversi OSS dimostrando così la propria comprensione della tematica. Una parte del contenuto dell'atelier è adattato alle classi e alle esigenze degli insegnanti.

Organizzazione Fondazione Eduki

Durata 90 minuti

Tipo A scuola, fuori dalla scuola

Livello 3° ciclo e sec II



Risorsa didattica

Razzismi 2.0

Il libro affronta il tema delle varie forme di odio, razzismo e linguaggio violento presenti online analizzando la situazione e le varie caratteristiche dell'ambiente digitale, come ad esempio la velocità, l'anonimato e il fenomeno del flaming.

Autore Stefano Pasta

Editore Editrice Morcelliana

Anno 2018

Tipo (formato) Libro

Livello Sec II e terziario

Voi avete un'idea? Noi vi aiutiamo a migliorarla!

Con questo motto vogliamo dare un sostegno ai docenti nella realizzazione di un loro progetto che magari da tempo giace in un cassetto. In occasione della 14ma Giornata ESS, che si terrà sabato 23 ottobre 2021 a Locarno, ci sarà l'opportunità di partecipare al laboratorio open space.

Come funziona?

Il laboratorio permetterà ai/alle partecipanti di condividere le idee, scegliere quelle da approfondire, confrontandosi e sviluppandole, sempre insieme, in progetti didattici o scolastici da concretizzare. Inoltre, sarà l'occasione, grazie ad appositi momenti di riflessioni, per acquisire nuove conoscenze su alcune competenze ESS. Un video esplicativo illustra le varie tappe del laboratorio.

Cosa fare?

Se state pensando a un progetto per la vostra classe o sede scolastica, ma avete dei dubbi su come procedere o deside-

rate avere uno scambio di idee, oppure raccogliere ulteriori stimoli esterni. Se la vostra idea di progetto prende spunto dai 17 obiettivi di sviluppo sostenibile (OSS) e punta a un'istruzione di qualità (OSS 4), allora potete annunciarla tramite l'apposito formulario.

E poi?

Avrete l'occasione di presentarla in occasione dell'open space e, condividendola, avrete la possibilità di svilupparla.

Interessati? Curiosi? Volete lasciarvi ispirare dalle idee già depositate? Allora scoprite maggiori informazioni nel deposito delle idee all'indirizzo:

www.education21.ch/it/giornata-ess-2021-il-deposito-delle-idee

Più pari opportunità e partecipazione

Il Rapporto nazionale sulla salute 2020 fornisce un quadro completo sul grado di benessere di bambini, adolescenti e giovani adulti in Svizzera. Una richiesta fondamentale è quella di garantire pari opportunità e partecipazione – un approccio che riveste un ruolo centrale nella Rete delle scuole21 e nei Paesaggi educativi21

Si tratta del quarto rapporto sulla salute pubblicato dall'Osservatorio svizzero della salute (OBSAN). Per la prima volta, ci si è focalizzati esclusivamente sui giovani di età inferiore ai 25 anni. Il rapporto evidenzia, tra l'altro, che in Svizzera nove su dieci bambini e giovani godono di buona salute. Due su dieci convivono con un fattore di rischio cronico per la salute, una malattia o una disabilità. Un giovane adulto su dieci riferisce di avere sintomi di depressione d'entità media o grave. Gli effetti sulla salute dei media digitali non sono del tutto chiari. Tuttavia, nell'ultimo decennio, è stato riscontrato un aumento della stanchezza e della difficoltà ad addormentarsi che può essere attribuito a un maggior uso dei media.

Le autrici e gli autori evidenziano inoltre che i comportamenti rilevanti per la salute, come il regime alimentare, l'esercizio fisico, l'utilizzo dei media, ecc. sono fortemente influenzati dalla famiglia e dal suo stato psicosociale. La promozione della salute non deve pertanto concentrarsi unicamente sulla salute individuale, ma deve anche prefiggersi di rafforzare le risorse negli ambienti in cui vivono i bambini, scuola inclusa. I legami sociali stretti con le persone vicine si annoverano nelle condizioni chiave per una buona salute. Quando i bambini entrano nel sistema educativo, le interazioni sociali con i coetanei e i docenti diventano viepiù importanti.



Il team di autori raccomanda quindi, in concomitanza all'elaborazione di nuove strutture, di dare voce in capitolo ai bambini e ai giovani. Sarebbe ipotizzabile la creazione di un organo consultivo che, a intervalli regolari, informi sui trend in atto in materia di benessere e formuli proposte di soluzione. Inoltre, l'attenzione rivolta al tema delle pari opportunità dovrebbe essere ampliata, includendovi anche ulteriori disparità, come quelle connesse al sesso, alla migrazione e alle differenze socioeconomiche.

I risultati del Rapporto sulla salute 2020 confermano l'impegno della Rete delle scuole21 e dei Paesaggi educativi21, che si focalizzano in particolare sulle pari opportunità e sulla partecipazione e si propongono di introdurre il più presto possibile la promozione della salute nel contesto scolastico. La crisi innescata dal Covid-19 ha evidenziato il peggioramento della salute psicosociale dei bambini e dei giovani. Per questo motivo, la Rete delle scuole21 mette a disposizione dei docenti la piattaforma online "En santé à l'école en temps du Covid" (in francese e tedesco). Essa offre un abbinamento di strumenti che, oltre alla salute fisica, sostengono anche la salute psichica e sociale.

Il minuto ESS

Quali sono i viaggi che ha già fatto la mia maglietta? Perché la "fast fashion" è così a buon mercato? E cosa significa effettivamente produzione equa? Il tema "consumo e moda" è importante per i bambini e per i giovani. Oltre a prestarsi a un approccio didattico trasversale o basato su un progetto, esso offre anche l'opportunità di tematizzare tutte le dimensioni della sostenibilità sulla base di esempi concreti.

Il nuovo video esplicativo "Il minuto ESS" di éducation21 presenta ai docenti, in forma breve e concisa, il modo in cui pos-

sono affrontare e implementare il tema "consumo e moda" nelle loro lezioni. Oltre a ciò, fornisce anche suggerimenti per progetti scolastici e stimoli per l'insegnamento, rinviando all'omonimo dossier tematico di éducation21. Questo riunisce inoltre materiali didattici valutati, attività didattiche di attori esterni ed esempi pratici per ogni livello scolastico.

www.education21.ch/it/dossiers-tematici/consumo-moda



Bildung für Nachhaltige Entwicklung
Éducation en vue d'un Développement Durable
Educazione allo Sviluppo Sostenibile
Furmaziun per in Svilup Persistent

Salute – Movimento – Natura

ESS per la scuola
ventuno

2021
02



P.P.
CH-3011 Bern

Post CH AG

