BRIDGE –
Modello per gli elementi dello strumentario

Titolo dell'attività: Diventa incredibile in ginnastica! Una metodologia ludica basata sui punti di forza nell'educazione primaria.

Durata: 7 sessioni (60 minuti ciascuna).

Età dei partecipanti: 10 -11 anni (quinto anno della scuola primaria).

Materie: Educazione fisica.

Ambito di benessere: Benessere fisico.

La tua attività contribuisce a:

- Gestire lo stress.
- Sviluppare una consapevolezza sul benessere mentale.
- Educare ai valori.
- Promuovere l'interazione e la collaborazione positiva fra studenti.
- Concentrarsi sull'educazione inclusiva.
- Promuovere l'attività fisica durante pause e lezioni.
- Usare la gamification come strumento per promuovere l'attività fisica.

Partecipazione da parte degli studenti: Alta.

Difficoltà di attuazione per l'insegnante: Media.

Materiale necessario: Coni, materassini, cerchi. Esercizi a corpo libero. Elementi tipici della gamification (sistema a punti, distintivi, sfide, schede narrative). Spazi interni ed esterni per l'attività fisica.

Procedimento: Quest'attività consiste nell'applicazione di una metodologia ludica per l'insegnamento dell'educazione fisica alle Scuole Elementari che si concentra sullo sviluppo della forza muscolare attraverso delle metodologie attive. L'attività proposta è basata su una storia di supereroi ispirata al film *Gli incredibili,* nella quale gli studenti devono affrontare una serie di sfide collaborando e devono portare a termine delle missioni per recuperare i loro poteri persi e sconfiggere il cattivo. Attraverso degli esercizi

Cofinanziato dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]

a corpo libero, dei circuiti di forza, delle sfide motorie e degli esercizi di problem-solving, gli alunni sviluppano progressivamente la forza fisica in un modo sicuro e adeguato alla loro età. L'attività integra al suo interno la metodologia di un sistema a punti, distintivi e classifiche in modo da incrementare la determinazione, la partecipazione e il coinvolgimento. Le sessioni sono progettate per promuovere il lavoro di squadra, l'inclusione, l'autonomia e il divertimento, valorizzando, al tempo stesso, abitudini di vita sane e favorendo un approccio positivo all'attività fisica all'interno del programma ufficiale di Educazione fisica.

Esperienza della prova: L'attività è stata inserita all'interno delle lezioni normali di Educazione fisica con gli studenti di in una scuola elementare. Nel corso dell'attività, gli studenti hanno mostrato un alto livello di determinazione, di gradimento e di partecipazione attiva in tutte le sessioni. La narrazione sui supereroi e le sfide collaborative hanno incoraggiato il lavoro di gruppo, l'inclusione e l'interazione sociale positiva, riducendo i conflitti associati agli ambienti competitivi. Gli studenti hanno ben accolto le attività sulla forza fisica, progressivamente più difficili, ma supervisionate e questo ha permesso loro di incrementare la loro autostima e il loro coinvolgimento senza problematiche di sicurezza. Dal punto di vista dell'insegnante, il programma era facilmente attuabile utilizzando le risorse scolastiche e ha avuto un impatto positivo sul rapporto con l'attività fisica, l'allenamento della forza fisica e le abitudini di vita sane.

Per approfondimenti: Accedi ai materiali completi, alla pianificazione delle sessioni, alle risorse ludiche e agli strumenti di valutazione usati in questa attività tramite il seguente link: https://drive.google.com/file/d/1fI3cRjOK-gLPQfVPH_YhdqlF_oBKhdvi/view?usp=sharing

Cofinanziato dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]