



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

# COME INTEGRARE LO SPORT NELLE ATTIVITÀ CURRICOLARI

## *Un Toolkit per Dirigenti Scolastici*

### Indice

#### *Introduzione*

1. Analisi del curriculum di Educazione Fisica
2. Progettare, sviluppare e implementare corsi di Educazione Fisica di alta qualità .
3. Progettare attività fisiche extra prima, durante e dopo le ore curricolari
4. Monitorare lo stato di salute degli alunni
5. Attrezzature sportive
6. Insegnare elementi di cambiamento comportamentale durante le lezioni di EF
7. Rendere effettive le attività cross curricolari tra l'educazione fisica e le altre materie.
8. Lavorare con i club sportivi per concedere più tempo all'attività fisica
9. Lavorare con i soggetti adulti interessati
10. Effettuare indagini regolari sugli obiettivi previsti e raggiunti in merito all'incremento dello sport nel curriculum scolastico



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Introduzione

Questo toolkit è rivolto a dirigenti scolastici per supportarli nel processo di integrazione dello sport nelle attività scolastiche curricolari. Oltre alle misure direttamente connesse allo sviluppo di un curriculum di educazione fisica di alta qualità, il toolkit offre dei suggerimenti su come le scuole possono integrare lo sport durante le attività scolastiche quotidiane (prima, durante e dopo tali attività), e come le scuole possono lavorare con le diverse parti interessate (genitori, società sportive, gli sportivi, il personale medico) allo scopo di promuovere negli studenti la conoscenza dell'importanza di una vita più sana. Le attività sportive sono considerate come una parte importante nel processo di insegnamento/apprendimento a scuola, da un lato, aiutano a supportare i cambiamenti comportamentali degli studenti favorendo la costruzione di importanti e necessarie qualità, abilità e competenze e, dall'altro (fornendo attività curricolari trasversali tra sport e altre discipline) rendono il processo di apprendimento e insegnamento più motivante per entrambe le parti - studenti e insegnanti.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



## Analisi del curriculum di Educazione Fisica

La valutazione della situazione della scuola, delle strategie attuate durante le lezioni di educazione fisica, dei programmi e dello sviluppo di un piano di miglioramento dovrebbe cominciare con la revisione della situazione effettiva e con la revisione del curriculum.

Questa valutazione potrebbe prendere in considerazione alcuni punti fondamentali::

- L'educazione alla salute: è prevista nel curriculum? E' progettata per aiutare gli studenti a sviluppare le conoscenze, le attitudini e le competenze necessarie per mantenere e migliorare la salute, prevenire il disagio e per evitare o modificare i comportamenti rischiosi?
- Servizi per la salute: La scuola fornisce attività di monitoraggio, garantisce l'accesso o ai servizi necessari, fornisce le informazioni utili atte alla prevenzione e al controllo delle malattie trasmissibili e altri problemi di salute, fornisce interventi d'emergenza per malattia o infortunio ?
- Educazione fisica: il curriculum è adeguato? Il personale è competente e aggiornato?
- Servizi per la nutrizione: La scuola propone una certa varietà di pasti bilanciati? Tiene conto delle esigenze di salute e di nutrizione di tutti gli studenti ?
- La promozione della salute per il personale: ci sono programmi che incoraggiano e sostengono il personale scolastico a migliorare il proprio stato di salute?
- Servizi sociali e per benessere psichico a scuola : le valutazioni individuali e di gruppo , gli interventi sono destinati a migliorare la salute psichica , emotiva e sociale degli studenti ?
- ambiente scolastico salutare: l'ambiente fisico ed estetico , il clima psicosociale e le politiche che supportano l'apprendimento garantiscono la massima sicurezza agli studenti e al personale?
- Coinvolgimento della famiglia / comunità: si cerca di costruire un approccio congiunto tra le famiglie, la comunità e la scuola per rispondere alle esigenze degli studenti relativi alla salute e all'attività fisica e per migliorare la salute degli studenti e il loro benessere ? Il coinvolgimento dei genitori ha un'influenza positiva sia sui risultati degli studenti che sulla loro autostima.

Tale revisione dovrebbe mirare a valutare i materiali e le attività delle scuole sulla base di parametri previsti. Questi parametri possono essere nazionali o regionali e dovrebbero riferirsi al numero di ore di attività sportive incluse nel programma o il numero di attività annuali che dovrebbero essere attuate. In caso non ci fossero parametri a livello nazionale, ogni scuola potrebbe definire i propri in base alle strategie che si vogliono attuare e ai programmi di scienze motorie.

E' fondamentale che le scuole effettuino un'analisi della situazione prima di considerare qualsiasi ulteriore passo verso l'integrazione dello sport nelle attività curricolari. Siccome fornisce una valutazione di base della situazione reale della scuola, l'analisi della situazione può aiutare a comprendere meglio i bisogni degli studenti, a considerare le risorse e le condizioni allo scopo di pianificare delle strategie di intervento.

L'analisi deve fare riferimento a informazioni quantitative e qualitative: deve comprendere la valutazione dello stato di salute degli studenti, deve contenere informazioni riguardanti i livelli di attività fisica, il consumo di frutta e di verdura, la frequenza scolastica, il numero di studenti in sovrappeso, patologie quali obesità e diabete, ecc....





Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

E' importante che la scuola comprenda quali sono le reali conoscenze, atteggiamenti, credenze, valori, comportamenti e condizioni degli studenti associati con un' alimentazione sana e con l'attività fisica. Tale indagine dovrebbe affrontare anche il collegamento tra sport e apprendimento, si potrebbe effettuare un sondaggio ponendo le seguenti domande:

- in che modo l'attività fisica influisce sul rendimento scolastico?
- l'attività fisica può contribuire allo sviluppo di caratteristiche personali che possono supportare gli studenti nel processo di acquisizione delle competenze chiave?
- lo sport e le attività fisiche possono insegnare le competenze o indurre ad un cambiamento di atteggiamento?

Si ritiene che tale analisi possa essere utile per individuare le risorse disponibili e la capacità della scuola di promuovere lo sport e l'attività fisica come prerequisiti per la diffusione di uno stile di vita sano tra gli studenti. Ciò comprende le risorse finanziarie e umane, nonché le infrastrutture per la salute.

Anche un' analisi comparativa con programmi esistenti in altre scuole, con i programmi organizzati da altre istituzioni potrebbe essere utile per valutare la promozione dell'attività fisica nelle scuole. Tale analisi comparativa dovrebbe naturalmente prendere in considerazione le condizioni specifiche delle altre scuole o istituzioni in cui tali programmi sono sviluppati e condotti, così come tutti gli ulteriori fattori di successo o fallimento, bisognerebbe considerare le peculiarità specifiche delle altre parti e l'ambiente in cui lavorano.

Informazioni riguardanti i programmi possono essere raccolte mediante sondaggi, incontri personali e consultazioni, colloqui e discussioni di gruppo mirate. E' importante agire sulla base degli esiti dell'analisi della situazione. L'analisi evidenzierà le possibili aree di sviluppo.

## Obiettivi di Apprendimento

Lo scopo di questo capitolo è quello di far riflettere i dirigenti scolastici sull'importanza dell'analisi dello stato attuale dei programmi di educazione fisica. Seguendo le strategie suggerite in questo capitolo i dirigenti scolastici potranno analizzare le politiche scolastiche, i programmi di educazione fisica in maniera più mirata e usando gli strumenti più attuali.

### Risorse Online

- [Creating a Physically Active School Year-Round](#)  
Questo documento contiene delle linee guida con capitoli riguardanti l'analisi, la pianificazione e la progettazione di iniziative per le lezioni di educazione fisica.
- [Physical Education at School in Europe](#)  
Questo documento fornisce informazioni sulle indicazioni nazionali, presenta un quadro delle iniziative su larga scala per integrare lo sport nel processo educativo, offre un'analisi del curriculum e dei suggerimenti su come potrebbe essere programmato un curriculum di educazione fisica.

### Risorse Online

- [World-wide Survey of School Physical Education](#)  
Questo documento illustra le novità sui programmi di educazione fisica e dà dei suggerimenti su come integrare lo sport nei programmi scolastici in modo adeguato.
- [Physical Education Curriculum Analysis Tool \(PECAT\)](#)  
Come il titolo suggerisce, questo è un strumento online che può aiutare i dirigenti scolastici a valutare e ad analizzare il curriculum di educazione fisica a scuola – esso include questionari e suggerimenti su come preparare un sondaggio mirato.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Progettare, sviluppare e implementare corsi di Educazione Fisica di alta qualità

E' importante che il curriculum di educazione fisica contenga diverse tipologie di attività a seconda delle fasi di maturità degli studenti, tenendo conto dei periodi favorevoli che permettono il pieno sviluppo delle capacità e delle competenze neuromotorie.

Un programma completo di attività fisica dovrebbe descrivere ciò che uno studente dovrebbe sapere ed essere in grado di fare al termine del corso. Dovrebbe inoltre contenere dei contenuti significativi quali:

- indicazione di una varietà di attività motorie progettate per migliorare lo sviluppo del bambino e dell'adolescente;
- educazione al benessere fisico e valutazione che consentano agli studenti di comprendere e aumentare il loro benessere psicofisico.;
- sviluppo cognitivo legato alle capacità motorie e al fitness;
- opportunità di migliorare le abilità sociali e cooperative;
- opportunità di maggior apprezzamento del valore dell'attività fisica per la salute, il divertimento, l'espressione del sé e la fiducia.

La progettazione del piano di lavoro dovrebbe raggiungere i parametri definiti (che possono variare da paese a paese e da scuola a scuola), in termini di ore di attività fisica che i bambini dovrebbero praticare. Secondo la raccomandazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità i bambini dovrebbero dedicare all'attività fisica almeno 150 minuti alla settimana. Naturalmente la scuola dovrebbe poter assicurare ore di attività fisica extra, prima e dopo l'orario scolastico, non solo il minimo delle ore previste nel curriculum scolastico regolare. L'attività fisica e una buona forma fisica producono un benessere generale, psicologico e sociale. I bambini inattivi rischiano di diventare adulti inattivi. Ci sono gli elementi per affermare che c'è una relazione tra una maggiore attività fisica e un migliore rendimento scolastico; gli studi hanno dimostrato che i bambini di normopeso hanno un migliore rendimento scolastico, e una frequenza scolastica più regolare rispetto ai compagni in sovrappeso.

Per migliorare e sviluppare il curriculum di educazione fisica è importante che la scuola valuti le proprie risorse: risorse materiali (forniture e attrezzature), risorse umane e risorse finanziarie.

Un buon piano di lavoro deve includere diversi tipi di attività nelle diverse unità didattiche, devono essere indicati gli obiettivi delle attività, le competenze che gli studenti devono acquisire, le attività da svolgere, i criteri di valutazione e le questioni

## Obiettivi di Apprendimento

L'obiettivo di apprendimento di questo capitolo è quello di dare informazioni sui contenuti che il curriculum di educazione fisica dovrebbe includere; come questi contenuti dovrebbero rispondere alle fasi di maturità degli studenti e quali conoscenze e competenze uno studente dovrebbe possedere al termine del percorso scolastico.

### Risorse Online

- [5 Approaches to Physical Education in Schools](#)  
Il sito presenta educazione fisica nel contesto scolastico e offre modelli di curriculum.
- [Physical education lesson plans](#)  
Il sito offre una serie di esempi di progettazione di lezioni di educazione fisica.

### Risorse Online

- [Expert Groups \(EU Work Plan for sport 2014-2017\)](#)  
Attività fisica per migliorare la salute  
[Example of an PE curriculum](#)  
Curriculum di Educazione Fisica adattabile ai livelli da 9 a 12.
- [Physical Education: "The future ain't what it used to be!"](#)  
Analysis of PE development and curricula approaches



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Progettare attività fisiche extra prima, durante e dopo le ore curricolari

È importante che siano proposte ai bambini attività fisiche diverse, e che sia data loro l'opportunità di svolgere tali attività in diversi momenti della giornata. Le ricerche mostrano che i bambini tendono ad avere livelli più elevati di partecipazione quando sono incoraggiati e viene offerta loro l'opportunità di svolgere vari tipi di attività. Proponendo più tipi di attività è probabile che i ragazzi trovino quella più adatta a loro e la preferenza per una determinata attività può anche essere associata con il miglioramento nello svolgimento dell'attività stessa. C'è differenza tra "educazione fisica" e "attività fisica". Mediante le lezioni di educazione fisica, gli studenti apprendono le competenze e principi dell'attività fisica e ne comprendono i possibili benefici. Ad esempio, nel corso di una unità didattica dedicata alla pallacanestro gli studenti imparano le regole del gioco e si allenano per acquisire le competenze specifiche di quello sport, come lanciare o passare la palla. Sarebbe ideale se le attività di educazione fisica aiutassero i ragazzi ad imparare a progettare il loro "programma fitness" per tutta la vita, in un modo sicuro e sano attraverso una vasta gamma di attività.

"Attività fisica" è qualsiasi cosa che mantiene il corpo in movimento - camminare, ballare, andare in bicicletta, praticare yoga, fare esercizio, praticare sport, ecc. Le scuole possono offrire l'opportunità di svolgere attività fisica in diversi momenti della giornata: durante le lezioni di educazione fisica, mediante attività in classe che includono il movimento, prima e dopo l'orario scolastico programmando gite d'istruzione che prevedono l'attività fisica e programmando passeggiate o percorsi in bicicletta. Il coinvolgimento dei genitori è fondamentale per il successo.

L'impostazione dell'attività sportiva proposta dalla scuola deve offrire molteplici opportunità per tutti gli studenti, non solo per gli atleti. Tutti gli studenti devono avere la possibilità di trarre vantaggio dalle attività fisiche svolte al di fuori delle lezioni di educazione fisica: a piedi da e per la scuola; frequentando associazioni sportive, praticando sport nelle palestre. Queste opportunità aiutano gli studenti ad imparare ad inserire l'attività fisica nella loro routine quotidiana.

## Obiettivi di Apprendimento

L'obiettivo di apprendimento di questo capitolo è quello di fornire le conoscenze sui vari tipi di attività fisiche che possono essere integrati nella vita quotidiana della scuola, oltre al curriculum ufficiale PE. Dopo aver completato questo passaggio dirigenti scolastici saranno in grado di progettare e diffondere l'attività fisica di qualsiasi tipo nella vita scolastica dei bambini, e per di più farlo in un modo per motivare ulteriormente gli studenti, farli godere il loro tempo e dare loro possibilità di essere fisicamente attivi come un modo di vivere, non come una parte dei loro obblighi a scuola.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

### Risorse Online

- [Comprehensive School physical Activity programs: A guide for Schools](#)

Questa guida è destinata alle scuole e ai distretti scolastici per sviluppare, implementare e valutare programmi completi di attività fisica. I giovani In età scolare dovrebbero praticare almeno 60 minuti di attività fisica ogni giorno; di conseguenza, le scuole hanno un ruolo significativo da svolgere per aiutare gli studenti a raggiungere questo obiettivo. Questa guida aiuterà le scuole a costruire ambienti scolastici più attivi.

- [Brent's Sport and Physical Activity Strategy](#)

Il documento rappresenta un caso di studio della strategia della comunità del Brent nell'integrazione dello sport nelle scuole, nonché l'organizzazione di diverse attività fisiche per il periodo 2010-2015

### Risorse Online

- [Integrating Physical Activity into the Complete School Day](#)

Le scuole possono integrare l'attività fisica durante la giornata a scuola prevedendo nell'orario scolastico delle interruzioni per lo svolgimento di attività fisica, creando opportunità per gli studenti di essere attivi nei momenti di pausa tra le lezioni, e di garantire possibilità di attività fisica anche prima e dopo la scuola.

[Curriculum Maps](#)

Il sito web offre esempi di piani di lavoro per le varie discipline, Educazione Fisica inclusa



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Monitorare lo stato di salute degli alunni

Lo stato di salute degli studenti può essere monitorato nelle scuole, nelle regioni e nei diversi paesi utilizzando delle forme di sondaggio standardizzate. Questa è una fase importante nel processo di integrazione dello sport nei programmi scolastici anche se non si ritiene che tale strumento sia adeguato per la valutazione dell'efficacia del programma. Il test dovrebbe essere integrato nel curriculum e dovrebbe mettere in evidenza le componenti correlate con la forma fisica (ad esempio, resistenza cardiorespiratoria, forza muscolare e resistenza, flessibilità e composizione corporea), inoltre dovrebbe essere somministrato solo dopo aver dato precisa indicazione agli studenti dei criteri e delle modalità utilizzate.

Il test dovrebbe essere uno strumento per insegnare agli studenti ad usare le abilità comportamentali (ad esempio, auto-valutazione, definizione degli obiettivi e auto-monitoraggio) per lo sviluppo della forma fisica, per fornire feedback sia agli studenti che ai genitori. I risultati non dovrebbero essere utilizzati per assegnare i voti e per valutare l'efficacia del programma; la validità di queste misure può essere inaffidabile e oltre a ciò lo stato di salute e miglioramenti della forma fisica sono influenzati da diversi fattori (la maturazione fisica, la struttura corporea, e la composizione corporea) che sfuggono al controllo di insegnanti e studenti.

Il monitoraggio della salute è utile per costruire negli studenti le conoscenze e gli atteggiamenti più idonei atti a guidare i ragazzi verso una vita "adulta" più salutare. Il monitoraggio della salute a scuola potrebbe aiutare ad affrontare una serie di problemi, individuare i problemi di salute in età scolare e lavorare con gli studenti e con le famiglie per superare i problemi e prevenire la comparsa di malattie gravi

## Obiettivi di Apprendimento

L'obiettivo di apprendimento di questo capitolo è quello di suggerire dei metodi di monitoraggio della salute degli studenti, considerare i vantaggi e gli svantaggi dei diversi metodi, definire i metodi per lavorare con le diverse parti interessate al fine di ottenere dei buoni livelli, dare indicazioni utili per prevenire le malattie e promuovere uno stile di vita sano tra gli studenti.

### Online resources

- [Examples of student surveys supported by WHO](#)  
Sondaggio scolastico per la salute degli studenti
- [Examples of student surveys supported by WHO](#)  
Sondaggio per un comportamento salutare rivolto ai bambini in età scolare.
- [BMI screening in schools: helpful or harmful](#)  
un articolo che indica i pro e i contro del controllo di indice di massa corporea nelle scuole.
- [Safeguards in health surveys in schools](#)  
Il sito web fornisce delle linee guida specifiche per dare indicazione di cosa le scuole debbano prevedere quando si tratta di monitorare lo stato di salute degli alunni.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



## Attrezzature sportive

L'integrazione dello sport nel programma scolastico dovrebbe anche offrire ai ragazzi la possibilità di accedere a strutture e risorse, per essere fisicamente attivi.

La presenza di strutture e attrezzature è tanto importante quanto fornire un adeguato incentivo agli atleti, ma il mantenimento di tali strutture spesso comporta dei problemi gestionali. Le strutture includono anche le strutture all'aperto - come parchi giochi, piscine, piste di pattinaggio, campi da calcio e da tennis - e strutture al coperto - come spogliatoi e docce, piscine, palestre, sale fitness. La gestione delle strutture, delle forniture e delle attrezzature include non solo una programmazione efficace, il funzionamento e la manutenzione degli impianti, ma anche, a volte, la progettazione di nuove strutture per tenere il passo con la domanda di partecipazione ai programmi sportivi della scuola.

La gestione delle strutture non è sempre facile: l'aumento della popolazione, l'aumento delle iscrizioni scolastiche, la vita della città, lo spazio limitato, e i costi della manodopera e dei materiali sono tutti fattori che determinano tali difficoltà.

Per facilitare il processo di gestione degli impianti sportivi sarebbe utile coinvolgere la comunità e adottare diversi modelli di gestione:

- **Gestione individuale:** in questo modello, una sola agenzia è responsabile della gestione dei servizi in ogni momento, tra cui anche le ore di scuola. Tutto il personale operativo è impiegato da tale agenzia. Ne consegue che vi è normalmente un unico bilancio che comprende sia l'uso della scuola che quello della comunità. L'ente gestionale potrebbe essere la scuola, un dipartimento all'interno del territorio comunale, un imprenditore esterno o un'agenzia indipendente. In caso le strutture non fossero gestite dalla scuola, potrebbe essere emessa fattura per l'uso.

- **Doppia gestione:** In questo modello le strutture sportive sono gestite mediante una collaborazione tra la scuola (responsabile della supervisione e del finanziamento per uso scolastico) e un'altra agenzia (responsabile di tutti gli aspetti per l'uso della comunità). Ne consegue che il bilancio complessivo per il funzionamento degli impianti sportivi è diviso tra i partner. Un'efficace cooperazione tra i partner è essenziale affinché i fondi comuni siano spesi in modo oculato e proficuo.

## Obiettivi di Apprendimento

L'obiettivo di apprendimento di questo capitolo è quello di far riflettere i dirigenti scolastici sui diversi metodi di gestione delle attrezzature sportive all'interno e all'esterno della scuola. I dirigenti scolastici potranno valutare i diversi modi di usare le attrezzature sportive non solo a beneficio degli studenti, ma anche di tutta la comunità.

### Risorse Online

- [Sport facilities and equipment management in school](#)

Uno studio di buone pratiche nella gestione delle strutture sportive

- [Guide to community use of school sports facilities](#)

Linee guida per la gestione delle attrezzature sportive a scuola

### Risorse Online

- [Managing School Facilities for Community Use](#)

Linee guida per un ulteriore utilizzo delle attrezzature sportive a scuola.

- [Managing Sport Facilities and Major Events](#)

Il documento presenta analisi di casi studio nel gestire attrezzature sportive ed eventi.





Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Insegnare elementi del cambiamento comportamentale durante le lezioni di EF

I programmi di educazione fisica hanno la responsabilità di far acquisire abilità necessarie per prender parte alle attività sportive al di fuori del contesto classe e spendibili una volta terminato il percorso scolastico. Le abilità acquisite nelle lezioni di EF si evidenziano nella fase di gioco del bambino: dal gioco dell'acchiapparello all'asilo, al salto della corda alle elementari, al gioco del calcio alle medie, il bambino più dotato partecipa più volentieri alle attività fisiche. Quando un bambino è sicuro delle sue capacità si cimenta nel gioco senza esitazione. Il bambino meno dotato, al contrario, soprattutto crescendo è meno incline a prendere parte ad attività di gruppo per la paura di fallire o essere ridicolizzato. Gli studenti devono acquisire le giuste abilità per essere partecipanti attivi in un'attività fisica.

Un buon programma di educazione fisica prevede del tempo da spendere per insegnare ai bambini attività che essi possono poi fare anche da soli. Ad esempio il salto della corda con i canti, "non elimination tag games", la campana, i quattro cantoni, palla avvelenata, giro tondo. Sarebbe opportuno includere questi giochi durante le lezioni di educazione fisica per poi incoraggiare i bambini a praticarli da soli al fine di promuovere l'attività fisica anche al parco giochi o con gli amici del quartiere.

Un altro ruolo del programma dell'EF è quello di incoraggiare e motivare i bambini ad essere attivi. Ciò è possibile assegnando loro compiti di EF o di divertimento a casa, promuovendo attività di comunità e mostrando interesse nell'attività fisica fuori dalla classe. Physical education programs have the responsibility to teach skills that students will need to participate in physical activity outside of the physical education class and skills they will need for a lifetime of physical activity. Skills learned in physical education class transfer to skills used in a child's play. From the kindergarten-age child playing tag, to the second grade child jumping rope, to the older child playing a game of kickball, the skilled child is more likely to participate in physical activity. If a child is confident in his or her skills, there is typically no hesitation to play; however, the low-skilled child, especially in the upper grades, is less inclined to take part in group activities for fear of failure and peer ridicule. Students need skills to be participants in physical activity.

## Obiettivi di apprendimento

The Obiettivo di apprendimento di questa fase è quello di fornire ai dirigenti scolastici abilità e conoscenze per intraprendere e sostenere il cambiamento comportamentale negli studenti e dimostrare come lo sport può essere sia un mezzo per affrontare i problemi di comportamento come la violenza a scuola sia un modo per costruire competenze trasversali.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

### Risorse online

- [The Role and Responsibilities of the Physical Education Teacher in the School Physical Activity Program](#)

Un articolo che suggerisce attività specifiche per insegnanti di EF per quanto riguarda lo sviluppo di abilità supplementari oltre a quelle motorie.

- [Approaches to physical education in schools](#)

Il documento esamina diversi approcci ai programmi di EF a scuola e le abilità e conoscenze che essi trasmettono agli studenti.

- [Behavior change: Physical \(in\) Activity](#)

Il rapporto fornisce un profilo della sfida di innalzare il livello delle attività fisiche.

### Risorse online

- [Physical Activity Behaviour: An Overview of Current and Emergent Theoretical Practices](#)

La ricerca sull'attività fisica è stata dominata da paradigmi cognitivi razionali utilizzati in altri. Sebbene dobbiamo molto a questo tipo di approccio, è altrettanto vero che poco ha contribuito ad affrontare il tema della salute e i relativi problemi che al giorno d'oggi affrontiamo. Al fine di ottenere cambiamenti permanenti, interventi su più livelli possono dimostrarsi più efficaci.

- [Motivation, Disciplined behaviour, Equal Treatment and Dispositional Flow in Physical Education Students](#)

Obiettivo di questo studio è analizzare le possibili relazioni tra l'orientamento disposizionale, il clima motivazionale percepito, la disciplina, le classi miste, e il flow o stato di grazia (immersione totale nella propria attività) negli studenti di EF.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Rendere effettive le attività cross-curricolari tra l'educazione fisica e le altre materie

Ci sono molte opportunità per rafforzare il contenuto di base in lezioni di educazione fisica. Questo sforzo per sostenere le arti, le lingue, la matematica, la storia e le scienze non deve andare a scapito dei contenuti di EF. La chiave è trovare modi creativi per rafforzare il materiale di base, mantenendo fedele l'obiettivo di insegnare le competenze e i concetti relativi allo sviluppo degli allievi. Qui di seguito troverete alcuni suggerimenti sui modi per rafforzare i contenuti base dell'EF.

**MATEMATICA** - Le esercitazioni di educazione fisica offrono molte opportunità per gli studenti di praticare il conteggio in multipli. Allo studente possono essere somministrati anche punti per il completamento di compiti diversi. Come i punti si sommano, gli studenti dovranno utilizzare abilità matematiche di base per calcolare il proprio punteggio. Un'altra abilità che è facile da integrare è la costruzione di modelli. Questo può essere fatto come lavoro a stazioni o come parte di staffette creative. Il denaro può essere usato come rinforzo per il completamento delle attività dando così agli studenti ulteriore visione dei vari tipi di moneta (monete Vs. bollette) e come contarle. Ci sono anche molte opportunità per discutere termini matematici che riguardano l'educazione fisica (ad esempio - l'angolo, la misura, il perimetro, distanza, ecc.).

**LINGUE** - Quando gli studenti entrano in palestra, un ottimo modo per rafforzare arti e lingua è quello di far loro leggere le istruzioni per il warm-up. (riscaldamento). Nel fare questo, mantenere il linguaggio semplice e inserire non più di tre istruzioni di base. Gli insegnanti possono usare le parole attraverso un'ortografia creativa per aiutare gli studenti (ad esempio la sillabazione del "salto con la corda", il geo mat spelling). Gli insegnanti di educazione fisica possono anche rafforzare il vocabolario chiave costruendo il muro delle parole.

**SCIENZE** - Uno dei modi migliori per stimolare lo studio della scienza è quello di effettuare esperimenti nella lezione di educazione fisica. L'uso pratico del vocabolario relativo agli esperimenti quando si studia ad esempio la frequenza cardiaca o il consumo calorico è un ottimo modo per rafforzare questi importanti concetti scientifici nella lezione di educazione fisica. Ci sono anche molte opportunità per evidenziare il vocabolario di carattere scientifico che viene utilizzato durante le lezioni in EF (ad esempio - velocità, attrito, angolo di traiettoria, fulcro, leva, aerodinamica, etc.). Ci sono altre attività interessanti che utilizzano le conoscenze degli studenti di concetti scientifici:

**STUDI SOCIALI** - Gli studi sociali sono costituiti da una serie di sotto-discipline come educazione civica, economia, storia e geografia. Ogni disciplina ha un proprio vocabolario che può essere evidenziato in lezioni di educazione fisica. L'organizzazione di studenti in squadre o team, usando la storia per attingere ai nomi da dare alla squadra è un modo semplice per rafforzare i termini (cioè popolazioni locali - Manifestazioni importanti, importanti battaglie storiche ed eventi, condottieri famosi, etc.). Ci sono anche molte opportunità con attività creative che sono specifiche per i contenuti degli studi sociali (ad esempio, - tutto ciò che si ha a che fare con le Olimpiadi può essere collegato a Grecia, o il salto della corda che rimanda alla storia cinese).

## Obiettivi di apprendimento

The L'obiettivo di apprendimento di questa fase è quello di fornire ai dirigenti scolastici suggerimenti per integrare lo sport nel processo di insegnamento/apprendimento e vice versa. Dopo aver completato questa fase i dirigenti scolastici saranno in grado di sostenere gli insegnanti nello sviluppo di attività curricolari che integrino lo sport.

### Risorse online

- [Crossing the Curriculum in Physical Education](#)  
Il punto di vista di un insegnante su come l'EF possa diventare cross curricolare.
- [Cross \(Curricular\) Fit - A fresh approach to integrating core content in Physical Education](#)  
Un esempio piano di lezione che mostra come le diverse conoscenze possano essere integrate nelle attività di EF.

### Risorse online

- [Being Active, Eating Well: A Resource for ACTION in Peel!](#)  
Lezioni di EF cross curricolari per diversi gradi di scuole
- [Awesome Lesson Ideas to Integrate Science Across the Curriculum](#)  
Esempi di come integrare l'EF con le scienze.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Lavorare con I club sportivi per concedere maggior tempo all'attività fisica.

È necessaria una stretta collaborazione tra le scuole e le organizzazioni del settore dello sport per garantire la qualità e la disponibilità di infrastrutture e attrezzature sicure per l'educazione fisica, attività extra-curricolari o dopo-scuola, e comunità. Queste collaborazioni dovrebbero assicurare una gestione efficiente delle infrastrutture e prevenire strutture doppie o sottoutilizzate.

Molti giovani prendono parte alle attività sportive scolastiche, meno coloro che partecipano ad attività al di fuori della scuola. Terminata la scuola dell'obbligo la maggior parte dei giovani non pratica alcuna forma di regolare attività fisica. Stabilire collegamenti scuola -Club offre ai giovani l'opportunità di continuare a praticare uno sport o attività fisica per tutta la vita.

Esso consente ai giovani di sfruttare al meglio le loro esperienze in entrambe le situazioni, per provare nuovi sport, sentirsi a proprio agio in un ambiente del club e di conseguenza essere più propensi a continuare a praticare sport una volta che lasciano la scuola. Stabilire collegamenti scuola -Club aiuta a creare continuità tra l'attività sportiva a scuola e quella in altri contesti. Dal collegamento fra scuola e club si possono trarre i seguenti benefici:

### CLUB

- Più giovani nel club
- Più partecipazione nel club
- Aumentare il livello base di partecipazione al club
- Opportunità di identificare nuovi talenti del futuro
- Possibilità di accesso alle strutture ed attrezzature scolastiche
- Aumentare il profilo within the sport
- Aumentare il profilo nella comunità
- Opportunità finanziarie
- Favorire l'accesso ai club ad una più ampia comunità
- Aumentare la possibilità di reclutare nuovi volontari
- Collaborazione, supporto e risorse da altri partner
- Pool Gruppi di giovani leader, giudici e allenatori per il futuro

### SCUOLA

- Alunni più attivi e fondamentalmente più in salute
- Aumentare il profilo nella comunità
- Aumentare la possibilità di finanziamenti
- Collegamenti con la comunità – benefici sociali
- Percorsi per lo sport semplici via d'uscita per i bambini in continuo coinvolgimento
- Innalzamento degli standard nelle squadre scolastiche grazie alla maggiore pratica ricevuta dagli allievi
- Riconoscimento come istituzioni che sostengono le attività oltre l'ambiente scolastico (valore aggiunto)
- Sostegno e assistenza nelle attività extracurricolari e con squadre extrascolastiche



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



## I GIOVANI

- Migliori opportunità di accesso allo sport nella loro comunità
- Possibilità che il loro talento venga scovato e coltivato
- Maggiore scelta di opportunità sportive
- Muoversi con sicurezza tra scuola e club per sviluppare abilità di allenatori e leader
- Comprendere come le loro esperienze a scuola e al club sono complementari
- Riconoscere come gli insegnanti di EF li preparino per il loro coinvolgimento nei club dai primi anni di età in poi.
- Introduzione ad un salutare stile di vita
- Sentirsi a proprio agio con più persone appartenenti a contesti diversi e di età
- Scegliere nei club programmi adatti

## Obiettivi di apprendimento

L'obiettivo di apprendimento di questa fase è quello di dare ai dirigenti scolastici strumenti per collaborare con club sportivi nel processo di integrazione dello sport nel curriculum scolastico.

## Risorse online

- [Developing & Sustaining Club-School Links](#)  
Il documento esplora i benefici della collaborazione scuola - club sia per le scuole che per i club.
- [Developing School Club Links](#)  
Linee guida per sviluppare collegamenti tra scuola e organizzazioni sportive non scolastiche.
- [Learning through PE and Sport](#)  
Link ad un documento che propone una strategia di come costruire collaborazioni tra scuola e club sportivi dal titolo: Imparare attraverso l'EF e lo sport; una guida alle strategie di collaborazione tra EF, sport scolastici e club sportivi. La strategia si può scaricare dal link sulla barra a sinistra.
- [Schools and Club Athletics](#)  
Guida per sostenere e cercare le risorse disponibili per proporre l'atletica ai bambini e giovani nelle scuole e nei club.





Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Lavorare con i soggetti adulti interessati

In Affinché il programma di EF abbia successo sarà utile che la scuola lavori con i diversi soggetti interessati – non solo gli insegnanti e gli studenti. Di seguito troverete una lista dei soggetti coinvolti e la loro motivazione per sostenere e partecipare al cambiamento del curriculum scolastico per quanto riguarda lo sport:

Staff scolastico: motivi per cui i soggetti interessati vengano coinvolti nel sostenere i cambiamenti nel curriculum di EF

- Miglioramento della salute fisica degli studenti;
- Miglioramento dello stato generale di salute della scuola;
- Ridotto assenteismo degli studenti dovuto a malattia;
- Miglioramenti nei punteggi dei test e delle performance accademiche;
- Miglioramento della capacità di attenzione, riduzione dei problemi comportamentali e miglioramento dell'umore degli studenti.

Staff scolastico: Ruolo possibile del soggetto interessato nel sostenere il cambiamento del curriculum di EF

- Aumentare l'attività fisica nelle classi;
- Aumentare l'attività fisica nella giornata scolastica (pranzo, prima e dopo la scuola);
- Sostegno alle iniziative riguardanti l'attività fisica;
- Aiutare a ideare politiche e cambiamenti nel sistema a scuola.

Insegnanti di EF: motivi per cui i soggetti interessati vengano coinvolti a sostenere il cambiamento nel curriculum di EF.

- Migliorare salute e forma fisica degli studenti;
- Migliorare le performance in classe;
- Aumentare l'interesse e la partecipazione dello studente nella lezione di EF;
- Aumentare la scelta delle attività offerte;
- Aumentare la motivazione degli studenti e delle loro famiglie ad essere fisicamente più attivi;

Insegnanti di EF: Ruolo possibile del soggetto interessato nel sostenere il cambiamento del curriculum di EF

- Essere un modello di comportamento di buone abitudini sull'attività fisica per gli studenti;
- Accrescere la buona politica dell'attività fisica in classe ed incoraggiare gli altri insegnanti a fare lo stesso;
- Fa comprendere agli studenti l'aspetto educativo dell'importanza dell'attività fisica quotidiana;
- Fornire risorse sull'attività fisica agli studenti e alle famiglie;
- Donare attrezzature per la palestra;
- Fornire ai genitori informazioni sull'attività fisica e i suoi benefici;
- Divenire punto di riferimento per altre scuole e docenti nella programmazione delle attività fisiche;
- Fornire formazione e risorse sull'attività fisica allo staff della scuola;
- Ospitare serate goliardiche sul fitness per esporre famiglie e studenti ad esperienze di attività fisica di qualità;



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

Genitori: motivi per cui i soggetti interessati siano coinvolti a sostenere il cambiamento nel curriculum di EF.

- Aumentare l'attività fisica dei loro figli;
- Ridurre il rischio di obesità dei bambini
- Migliorare il generale stato di salute del bambino;
- Creare una casa più salutare;
- Migliorare la performance accademica del bambino
- Accrescere l'autostima, migliorare l'umore e la motivazione del bambino;
- Essere un modello di comportamento di buone abitudini sull'attività fisica;
- Donare materiale per l'attività fisica alla scuola
- Offrirsi volontari per condurre attività fisica durante, prima e dopo la scuola
- Fornire motivazione verso la scuola
- Aiutare nella promozione di iniziative sull'EF a scuola

Membri della comunità: Ruolo possibile del soggetto interessato nel sostenere il cambiamento del curriculum di EF

- Essere un modello di comportamento di buone abitudini sull'attività fisica;
- Donare fondi o materiali a sostegno dell'attività fisica;
- Coinvolgere i media e promuovere le iniziative sportive della scuola;
- Fornire una rete di collegamenti tra altre potenziali organizzazioni di partnership;
- Fornire strumenti e risorse derivanti dal proprio campo di competenza;
- Essere voce fuori campo e proporre una differente prospettiva sulle iniziative .

Pediatri e personale medico scolastico: motivi per cui i soggetti interessati vengano coinvolti a sostenere il cambiamento nel curriculum di EF.

- Riduzione delle malattie e delle assenze dovute a malattie;
- Miglioramento della salute e diminuzione dei rischi per la salute degli studenti;
- Miglior punteggio sui test sulla salute;
- Aumentare la motivazione degli studenti e delle loro famiglie ad essere fisicamente più attivi;
- Miglioramento delle condizioni di salute dei genitori;

**Pediatri e personale medico scolastico: Ruolo possibile del soggetto interessato nel sostenere il cambiamento del curriculum di EF**

- Essere un modello di comportamento di buone abitudini sull'attività fisica;
- Fa comprendere agli studenti l'aspetto educativo dell'importanza dell'attività fisica quotidiana;
- Fornire ai genitori informazioni sull'attività fisica e i suoi benefici;
- Divenire punto di riferimento per altre scuole e docenti nella programmazione delle attività fisiche;
- Incoraggiare studenti e genitori ad essere fisicamente più attivi



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Obiettivi di apprendimento

Obiettivo di apprendimento di questa fase è quello di fornire ai dirigenti scolastici conoscenze e abilità per lavorare e interagire con differenti soggetti interessati nel processo di integrazione dello sport nel curriculum scolastico. Dopo aver completato lo step i dirigenti scolastici avranno a disposizione strategie e strumenti su come coinvolgere i vari soggetti interessati affinché sostengano l'integrazione dello sport a scuola.

### Online Resources

- [Promoting healthy youth](#)  
Linee guida su come lavorare con le scuole e la comunità per sostenere l'attività fisica e uno stile di vita salutare.
- [School policy framework](#)  
Il documento analizza le politiche della scuola riguardo l'EF, ponendo attenzione su come coinvolgere e unire differenti soggetti interessati al di fuori del contesto scolastico.
- [Expert Group on Health-enhancing physical activity](#)  
Suggerimenti su come incoraggiare l'educazione fisica nelle scuole, comprese le capacità motorie nell'infanzia, e come creare interazioni valide con i vari settori sportivi, i settori privati e le autorità locali.
- [Young people: Practical strategies for promoting physical activity](#)  
Lo scopo di queste istruzioni è quello di fornire a professionisti del settore dell'attività fisica, della salute e agli amministratori referenze fondate e strategie pratiche, da tenere in considerazione durante la programmazione, lo sviluppo e la messa in atto delle attività per promuovere l'attività fisica nei giovani.(ad esempio di età fra gli 11 e i 18 anni).



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 557089 EPP1-2014-IT-SPO-SCP

## Effettuare indagini regolari sugli obiettivi previsti e raggiunti in merito all'applicazione dello sport nel curriculum scolastico

È necessario effettuare una valutazione della vostra scuola prima e dopo l'inserimento di più attività di integrazione dello sport nel curriculum scolastico. Il periodo migliore per completare questa valutazione è durante le prime fasi di programmazione, di formazione del curriculum di EF e delle attività sportive e dello sviluppo di un piano d'azione scolastico. Questo permetterà all'amministrazione scolastica di dove le attività avranno luogo e in che modo. Così da avere chiare le aree dove concentrarsi maggiormente. Tale valutazione è parte di una più ampia analisi dei bisogni che terrà in considerazione quelli degli studenti, degli insegnanti e dello staff scolastico nel momento in cui si affronta la programmazione degli interventi. Una volta stabiliti gli obiettivi in considerazione dei bisogni verificati, una successiva analisi su come il programma funzioni, sarà necessaria. Sarà la scuola a determinare il momento di effettuare la valutazione, tuttavia la fine dell'anno, poco prima di iniziare il programma, sembra essere il momento migliore per individuare come la scuola si stia muovendo, se stiano emergendo problemi da affrontare e cambiamenti da fare nel programma di EF e di altre attività sportive.

### Obiettivi di apprendimento

Uno degli obiettivi di apprendimento di questa fase è quello di rendere i dirigenti scolastici consapevoli dell'importanza della verifica e valutazione della situazione della scuola (principalmente ciò riguarda abilità e competenze degli insegnanti di EF e delle risorse e attrezzature a disposizione) così come degli effetti derivanti da una maggiore integrazione dello sport nel curriculum. Altro obiettivo di apprendimento è quello di fornire agli amministratori conoscenze e abilità per organizzare il processo di valutazione ed avere una chiara visione dei bisogni, di possibili interventi, eventuali sviluppi in corso d'opera, e adattamenti se necessari.

#### Online Resources

- [Physical Education Curriculum Analysis Tool \(PECAT\)](#)  
As Come suggerisce il nome, questo è uno strumento online che aiuta i dirigenti o gli insegnanti a valutare e analizzare il curriculum di educazione fisica a scuola – include un questionario e suggerimenti su come condurre un'indagine.
- [Opportunity to Learn Guidelines for Elementary, Middle & High School Physical Education](#)  
Linee guida con elementi chiave per produrre programmi di EF di alta qualità da poter poi essere valutati.
- [Physical Education Self-Assessment Checklist](#)  
California, griglia per l'autovalutazione dell'EF
- [The Construction of Physical Education Curriculum Assessment System Based on Computer Evaluation Technology](#)  
L'articolo offre analisi su come la tecnologia informatica può essere usata per la valutazione del curriculum di EF.

#### Online Resources

- [Physical Education Program Checklist](#)  
In The I componenti essenziali dell'EF. Politiche e pratiche da intraprendere nella scuola di base nei programmi di EF.
- [Evaluation of competences and skills in physical education](#)  
Questa è una presentazione che fa riferimento al sito [www.evaluating.uvm.dk](http://www.evaluating.uvm.dk), e definisce quali sfide ci siano nello sviluppare metodi che possono essere utilizzati per la valutazione delle competenze e delle abilità in EF, inoltre fornisce esempi di come poter valutare competenze e abilità che non possono essere facilmente valutate
- [Teaching evaluation forms](#)  
Il sito fornisce strumenti per la valutazione del lavoro degli insegnanti di EF.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.