

Bambini in movimento per migliorare lo stile di vita



Proponiamo agli allievi di documentarsi su un problema rilevante per la loro crescita: "I bambini fanno movimento? I bambini sanno perché è importante fare movimento?". Lo facciamo attraverso la lettura di testi continui e non continui e la discussione guidata.

Nelle attività forniamo esempi di compiti utili a valutare la capacità dell'allievo di utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite in Italiano al termine della scuola primaria. Il compito di realtà finale proposto è quello di produrre un testo informativo sull'attività svolta sotto forma di dépliant.

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE	TRAGUARDI DI COMPETENZA (dalle Indicazioni nazionali per il curricolo)
Comunicazione nella madrelingua	<p>L'alunno partecipa a una discussione di classe rispettando il turno di intervento e formulando messaggi chiari e pertinenti.</p> <p>Legge e comprende testi continui e non continui, ne individua il senso globale e le informazioni principali.</p> <p>Utilizza abilità funzionali allo studio: individua nei testi scritti informazioni utili per l'apprendimento di un argomento dato e le mette in relazione.</p> <p>Scrive testi corretti nell'ortografia, chiari e coerenti, legati all'esperienza e alle diverse occasioni di scrittura che la scuola offre.</p>
Imparare a imparare	<p>L'alunno utilizza risorse di lettura di tipo diverso per accrescere conoscenze e formarsi opinioni.</p> <p>Sa ricercare e riconoscere la fonte delle informazioni (se indicata).</p>
Competenze sociali e civiche	L'alunno dà valore a comportamenti per una crescita sana legati al movimento.
Spirito di iniziativa e imprenditorialità	L'alunno comunica a un pubblico attraverso un dépliant e/o il sito della scuola quanto ha appreso e le sue riflessioni.
Competenza matematica	L'alunno ricava informazioni anche da dati rappresentati in tabelle e grafici.

SITUAZIONE DI APPRENDIMENTO

■ Si avvicina la fine dell'anno ed è tempo di bilanci. È usuale conversare con i bambini per chiedere quali sono state le attività più interessanti e quali invece sono state noiose, qual è stata la materia studiata con maggior piacere e quale invece si è rivelata più ostica... Se poi chiediamo a che cosa gli alunni avrebbero voluto dedicare più tempo di sicuro emergerà, tra altre attività, quella motoria, intesa sia come gioco che come educazione fisica o come sport. Non possiamo che dare ragione ai bambini: a scuola si passano molte ore e lo si fa da seduti, con pochissimo movimento possibile nel corso della ricreazione e con ore di educazione



fisica spesso in parte sacrificate per vari motivi. Se a ciò si aggiunge la sedentarietà dei ragazzi nei momenti in cui stanno a casa, ne esce un quadro davvero sconcertante. Diamo ai bambini la seguente consegna:

Documentati per scoprire che cosa dicono gli specialisti a proposito dell'attività motoria. Perché per i bambini è importante muoversi? Quale tipo di movimento devono fare? Per quanto tempo? Che cosa succede se sono sedentari? Cerca di saperne di più su quale e quanto movimento fanno i bambini italiani. Infine scrivi un breve testo che documenta il lavoro fatto da pubblicare sul sito della scuola per informare gli altri.

L'itinerario proposto si articola in quattro fasi e può essere svolto in circa 10 ore, in più giorni.

FASE 1 Le regole per uno stile di vita salutare

(lettura e discussione guidata 2 ore e mezzo)

Mostriamo agli alunni la "piramide dell'attività motoria" (**scheda 1**) utilizzando la LIM o dando una fotocopia a ognuno. Informiamoli che i pediatri italiani si sono messi d'accordo per farla disegnare in questo modo e farla conoscere a tutti. Osserviamola insieme e ricaviamo le informazioni contenute nell'immagine con alcune domande:

- Quali tipi di movimento sono elencati nella piramide?
- Osserva la forma della piramide. Leggi che cosa è scritto alla base e che cosa, invece, viene indicato a mano a mano che si sale verso i gradini più alti: che cosa cambia?
- Nella piramide trovi anche attività che si fanno da seduti? In quale parte della piramide le trovi? Perché sono messe lì?
- Rileggi i titoli in neretto: che cosa indicano? Corrispondono a quello che i bambini fanno di solito o invece ti fanno pensare a vere e proprie regole suggerite dai pediatri?
- Perché i pediatri, secondo te, hanno voluto diffondere questa immagine per i genitori, gli insegnanti, i bambini e i ragazzi?
- Queste regole sono date dai pediatri, i medici dei bambini. Quindi sono regole alle quali è giusto fare attenzione?

Infine chiediamo ai bambini di fare alcune proposte: come si potrebbero aumentare le occasioni di movimento a scuola per gli allievi?

Annotiamo le risposte:

- Organizzare giochi all'aperto durante il periodo di bel tempo
- Giochi durante la ricreazione
- Giochi di fine anno durante la festa della scuola
- Rispettare le due ore settimanali destinate all'educazione fisica
- Farsi aiutare da un esperto di minibaseball, minibasket, calcio

Riassumiamo le informazioni che abbiamo ricavato dall'immagine della piramide facendo completare il testo della **scheda 2**.

FASE 2 Per saperne di più (3 ore e mezzo)

Per fornire ulteriori elementi relativi al problema di cui ci stiamo occupando, chiediamo agli alunni di leggere un testo e di rispondere individualmente per iscritto ad alcune domande (**scheda 3**). In un secondo momento, quando gli alunni sono diventati quasi esperti, proponiamo loro di scrivere, sotto forma di elenco, i consigli che darebbero ai compagni più piccoli per regolare il loro comportamento e "mantenersi in forma". Consegniamo la **scheda 4**.

FASE 3 Che cosa fanno i bambini italiani

(2 ore)

Proseguiamo con la lettura di una tabella e un grafico (**scheda 5**), che illustrano alcuni risultati di un'indagine effettuata dall'Istituto Superiore della Sanità tra i bambini italiani di terza classe primaria. Facciamo svolgere un esercizio dopo la lettura individuale.

FASE 4 Scrivere un testo informativo (2 ore)

L'ultimo passaggio rappresenta la scrittura di un testo da produrre individualmente. Discutiamo insieme per metterci d'accordo sullo schema da seguire e lo condividiamo, decidendo di elaborarlo sotto forma di opuscolo (**schede 6 e 7**). A conclusione del lavoro potremo poi stabilire di farne una versione collettiva da pubblicare sul sito web della scuola per lasciare traccia dell'attività svolta e sostenere l'importanza del movimento per i bambini.

Scheda 1

LA PIRAMIDE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

- Osserva la piramide dell'attività motoria. In una discussione guidata condividi le risposte alle domande che ti verranno posta dall'insegnante.



Scheda 2

LE INFORMAZIONI DALLA PIRAMIDE

- Dopo aver osservato la piramide dell'attività motoria e averne discusso con i tuoi compagni, completa il testo.

La piramide dell'attività motoria visualizza la quantità di tempo da dedicare ogni giorno a varie attività, per esempio: le attività che è bene fare (quando?)

sono andare a scuola in bici o a piedi, passeggiare, salire le scale a piedi, ordinare i giochi;

le attività da fare quattro o cinque volte la settimana sono

.....;

l'attività da fare due o tre volte la settimana è

.....;

le gite o attività all'aperto

..... la settimana;

usare il computer, fare videogiochi e guardare la tv

.....



Scheda 3

IL MOVIMENTO È IMPORTANTE

- Leggi il testo e poi rispondi alle domande.

Bambini, sgranchitevi le gambe!

Fare del movimento, per i bambini, non vuol dire soltanto fare sport. Muoversi significa giocare, correre, passeggiare, andare in bici all'aria aperta; ma significa anche andare a scuola a piedi, fare le scale invece di prendere l'ascensore, aiutare i genitori a portare la spesa, portare a spasso il cane... Sono tutte attività che devono diventare abitudini quotidiane. Il movimento è infatti molto importante: serve a **mantenersi in forma**, cioè a stare in buona salute.

Partecipare a giochi e ad altre attività fisiche, sia a scuola che durante il tempo libero, è importante per **mantenere nella norma il peso corporeo**, per un sano sviluppo delle ossa e dei muscoli, per far funzionare bene il cuore e i polmoni. E poi non dimentichiamo che l'attività motoria insieme con i compagni è piacevole e divertente e aiuta perciò ad avere buonumore.

Purtroppo sono molti i bambini che non fanno abbastanza movimento o attività fisica e sportiva, e passano tanto tempo davanti alla tv, al tablet o al computer. A questi bambini diciamo: alzatevi dal divano, basta con la pigrizia! Camminate, correte, pedalate, giocate all'aperto... Soltanto così potrete crescere sani.

– Nel testo vengono usate due espressioni: *mantenersi in forma* e *mantenere nella norma il peso corporeo*. Prova a spiegare con parole tue che cosa vogliono dire.

.....

– Se i bambini non fanno una vita fisicamente attiva rischiano di avere delle malattie. Quali parti del corpo sono messe in pericolo dalla mancanza di movimento?

.....

– Che cosa ha voluto dire l'autore del testo con le espressioni: *sgranchitevi le gambe* e *basta con la pigrizia*?

L'autore vuole convincere chi legge che.....

Scheda 4

BASTA CON LA PIGRIZIA!

- Completa.

I nostri cinque consigli per mantenersi in forma

1. Ricorda che il movimento è importante per

.....

2. Cerca di non stare sempre in posizione seduta perché

.....

3. Muoversi non vuol dire soltanto fare sport ma vuol dire

.....

4. Se possibile, vai a scuola, evita di usare, cerca di

.....

5. Ricorda che movimento vuol dire anche divertimento! Se stai con gli amici

.....

.....

.....



Scheda 5

INDAGINE SUI BAMBINI ITALIANI

- Leggi la tabella. Poi rispondi sottolineando la frase in corsivo giusta.

COME VANNO A SCUOLA I BAMBINI ITALIANI	TOTALE
Mi accompagnano in auto	59 %
A piedi o in bicicletta	28 %
Scuolabus	10 %

Un'indagine del 2014 ci dice che per i bambini italiani di terza classe primaria:

- ☐ a) andare a scuola accompagnati in auto è *il modo più usato / il modo meno usato*.
- ☐ b) andare a scuola con lo scuolabus è *il modo più usato / il modo meno usato*.
- ☐ c) la percentuale dei bambini che vanno a scuola a piedi o in bicicletta è *più alta / più bassa* della percentuale di quelli che prendono lo scuolabus.

- Osserva il grafico e poi rispondi.

– Questo grafico dà informazioni su quante

– I numeri scritti alla base delle colonne si riferiscono

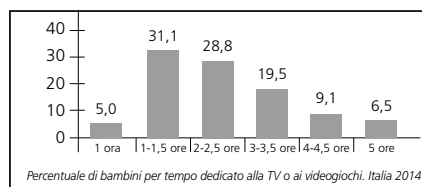
– La percentuale dei bambini è scritta sull'asse

– Qual è la percentuale di bambini che trascorre circa 2 ore e mezzo al giorno davanti alla tv o ai videogiochi? (scrivi orizzontale o verticale)

– La percentuale più alta di bambini quanto tempo sta davanti alla tv o ai videogiochi.

– Alcuni bambini stanno davanti alla tv o ai videogiochi anche 5 ore. Quanti bambini sono su 100?

– Scrivi nella riga qui sotto il nome dell'istituto che ha fatto l'indagine tra i bambini italiani di terza primaria ...



(fonte: OKkio alla salute, risultati 2014, Istituto superiore di Sanità)

Scheda 6

IL DÉPLIANT INFORMATIVO/1

- Completa il dépliant informativo.

L'ATTIVITÀ FISICA DEI BAMBINI PER MANTENERSI SANI E CRESCERE BENE		
<ul style="list-style-type: none"> • In classe ci siamo occupati del seguente problema: 	<ul style="list-style-type: none"> • Ho capito che i bambini devono: 	<ul style="list-style-type: none"> • Per le attività da fare a scuola io propongo di:
<ul style="list-style-type: none"> • E abbiamo fatto così: 	<ul style="list-style-type: none"> • Queste cose devono essere fatte perché: 	

IL DÉPLIANT INFORMATIVO/2

- Completa il dépliant informativo con disegni e slogan a tuo piacere.

	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	
<p>BAMBINI IN FORMA</p>		<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>PER CRESCERE IN BUONA SALUTE NON BISOGNA ESSERE ATLETI!</p>		

**MOVIMENTO: ABITUDINE
QUOTIDIANA**

CAMBIA STILE DI VITA!

Scarica
tutti i materiali
necessari per il compito
da
<http://didattica.lavitascolastica.it>



RILEVAZIONE DELLE COMPETENZE

La valutazione finale dei compiti fa riferimento a *competenze integrate di ascolto e parlato* da rilevare attraverso una discussione guidata e a *competenze integrate di lettura e scrittura* da rilevare attraverso la produzione di un testo regolativo e di un testo informativo.

Nome e cognome

COMPETENZE CHIAVE EUROPEE	DIMENSIONI DELLA COMPETENZA	LIVELLI DI PADRONANZA			
		INIZIALE (D)	BASE (C)	INTERMEDIO (B)	AVANZATO (A)
Comunicazione nella madrelingua	<i>L'alunno confronta i suoi comportamenti con le regole per uno stile di vita salutare.</i>	Interagisce nello scambio comunicativo: <ul style="list-style-type: none"> • solo se sollecitato da domande dà semplici risposte; • pone domande non sempre pertinenti; • non chiede spiegazioni. 	Interagisce nello scambio comunicativo: <ul style="list-style-type: none"> • pone domande, anche se non sempre pertinenti; • chiede spiegazioni quando non gli è chiaro qualcosa; • sollecitato a intervenire dà risposte pertinenti; • rispetta il turno di parola. 	Interagisce in modo collaborativo: <ul style="list-style-type: none"> • pone domande pertinenti; • dà risposte precise e chiare; • porta esempi personali pertinenti; • rispetta il turno di parola; • esprime la propria opinione sull'argomento. 	Interagisce in modo collaborativo: <ul style="list-style-type: none"> • prende iniziativa per dare risposte; • pone domande precise e pertinenti; • rispetta il turno di parola; • fa procedere il discorso con osservazioni ed esempi pertinenti; • coglie la posizione espressa dai compagni ed esprime la propria opinione sull'argomento.
	<i>L'alunno utilizza in modo pertinente informazioni ricavate da testi per produrre nuovi testi.</i>	Utilizza solo alcune informazioni ricavate dalla lettura per scrivere frasi: <ul style="list-style-type: none"> • usa informazioni scarse, imprecise o superflue; • tende a utilizzare informazioni di dettaglio che lo hanno colpito; • scrive poche frasi con frequenti errori (morfosintassi, interpunzione, ortografia). 	Utilizza informazioni ricavate dalla lettura per scrivere semplici testi <ul style="list-style-type: none"> • utilizza informazioni pertinenti ma incomplete; • non sempre collega in modo appropriato informazioni ed esperienze; • usa solo alcune parole precise rispetto all'argomento; • scrive frasi compiute, con qualche errore (morfosintassi, interpunzione, ortografia). 	Utilizza informazioni ricavate dalla lettura per scrivere testi chiari e coerenti: <ul style="list-style-type: none"> • utilizza informazioni pertinenti; • non utilizza tutte le informazioni disponibili • collega informazioni ad esperienze; • utilizza parole precise rispetto all'argomento; • scrive frasi compiute, con uso accettabile dei segni di interpunzione; • per lo più rispetta le convenzioni ortografiche. 	Utilizza informazioni ricavate dalla lettura per scrivere testi chiari e coerenti: <ul style="list-style-type: none"> • utilizza informazioni pertinenti; • dà informazioni varie e complete; • collega informazioni ad esperienze; • utilizza parole precise rispetto all'argomento; • scrive frasi compiute; • collega le frasi per costruire un testo coerente; • sa usare i segni di interpunzione; • rispetta le convenzioni ortografiche.

AUTOVALUTAZIONE

■ Alla fine di tutto il percorso è importante che i bambini riflettano su quanto hanno fatto e indichino in forma scritta che cosa hanno appreso, se hanno scoperto qualcosa su di sé e che cosa è risultato per loro più facile o più difficile, più interessante o più noioso.

I pareri dei bambini possono poi essere messi in comune e raccolti, se si vuole, in una specie di "diario di bordo" della classe.

1. C'è stata qualche attività particolarmente interessante? Quale? Perché?

.....

.....

2. Qualche attività è stata noiosa? Quale? Perché?

.....

.....

3. Qual è stata la cosa più facile per te? Perché?

.....

.....

4. Qual è stata la cosa più difficile per te? Perché?

.....

.....

5. Hai imparato qualcosa che non sapevi e che adesso ti sembra importante? Quale?

.....

.....



SO ACCETTARE
LE DECISIONI
DEL GRUPPO.

SONO BRAVO
AD AIUTARE
GLI ALTRI.