

**Nuove Indicazioni 2025**  
**Scuola dell'infanzia e Primo ciclo di istruzione**  
**Materiali per il dibattito pubblico**

# EDUCAZIONE MOTORIA-EDUCAZIONE FISICA

## PERCHÉ SI STUDIA L'EDUCAZIONE MOTORIA-EDUCAZIONE FISICA

Le scienze motorie e sportive rappresentano un ambito scientifico di per sé interdisciplinare che riguarda lo studio del corpo e del movimento umano nel contesto delle complesse interazioni – fisiche, cognitive, emotive e sociali – del corpo in azione in relazione con diversi ambienti.

Nelle scienze motorie e sportive, i saperi chinesiológicos, ovvero legati allo studio del movimento umano, in sé teorici e applicati alla pratica motoria, si coniugano con quelli delle scienze umane e sociali, delle scienze biomediche e, al contempo, trovano agevoli legami con altri saperi.

Le nuove Indicazioni abbracciano chiaramente questa prospettiva interdisciplinare, accogliendo gli approfondimenti provenienti da diverse discipline scientifiche e dagli studi sulla corporeità in ambito motorio e sportivo, come quelli relativi all'embodiment, alle funzioni esecutive, alla motivazione, autoefficacia e piacere del movimento. Propongono un percorso di apprendimento continuo declinato in cinque dimensioni interconnesse che accompagnano longitudinalmente il curriculum: la dimensione dei comportamenti e degli stili di vita attivi e sani, la dimensione motoria, quella cognitiva, quella sociale e quella emotivo-relazionale.

Nella prospettiva di superare la visione meccanicista del corpo e del movimento, l'insegnamento dell'educazione motoria e fisica si apre quindi ai principi epistemologici della complessità. Il corpo, come “nodo del mondo”, è un insieme integrato, in cui le dimensioni fisiche, cognitive, emotive e sociali interagiscono in modo dinamico e armonioso sia tra loro che con l'ambiente; da tali interazioni, il movimento del corpo emerge nelle sue diverse modalità – espressive, motorie e sportive – e guida le forme del corpo in azione diventando al contempo esperienza e modalità di vivere, rispondendo in modo adattivo alle esigenze interne ed esterne.

L'educazione motoria e fisica, ragionata sul paradigma della complessità, trasforma radicalmente le concezioni pedagogiche e didattiche delle scienze motorie e sportive assumendone il carattere tendenzialmente non lineare e sistemico superando così le letture analitiche e riduzionistiche e offrendo all'insegnamento dell'educazione motoria e fisica a scuola direzioni intenzionali per emanciparsi da un approccio meramente tecnico-addestrativo. In questa prospettiva, la natura interdisciplinare delle scienze motorie e sportive si rende concreto agire nella traslazione didattica. In linea con questi riferimenti teorici, i supporti tecnologici non sostituiscono l'esperienza diretta del movimento, ma aggiungono valore all'apprendimento rendendo l'esperienza motoria ancora più inclusiva e stimolante. Ciascuno studente potrà così organizzare e costruire la propria corporeità, scoprire le proprie possibilità di performance motoria, vivere la propria corporeità e il movimento in una prospettiva di benessere.

Con l'intento di valorizzare queste caratteristiche dell'educazione motoria e fisica, in linea con il Quadro Europeo delle Competenze (2018), gli obiettivi dell'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile (ONU, 2015), il Piano d'Azione del Pilastro Europeo dei Diritti Sociali (Commissione europea, 2021), e con riferimento al *Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030* (WHO-Europe, 2018), alla Dichiarazione di Bangkok sull'attività fisica per la salute globale e lo sviluppo Sostenibile (ISPAH, 2016), alla Carta Internazionale per l'Educazione Fisica, l'Attività Fisica e lo Sport (UNESCO, 2015), le nuove Indicazioni propongono di sfruttare la natura relazionale del sapere motorio e dell'esperienza corporea come strumento interpretativo per leggere e comprendere la complessità dell'agire umano. Questo percorso, progressivamente consapevole e autonomo di alfabetizzazione fisico-motoria della persona, si sviluppa lungo tutto l'arco della vita a partire dalla scuola. In questo contesto, l'educazione motoria e fisica si configura anche come il veicolo naturale per promuovere inclusione, cittadinanza attiva, sostenibilità e salute.

L'attenzione posta dalle nuove Indicazioni nei confronti degli stili di vita attivi come aspetto educativo e culturale, come *habitus*, deriva da una priorità che emerge dai dati statistici: nonostante la cospicua partecipazione alle attività sportive, gli studenti italiani risultano, infatti, tra i più sedentari, in termini di attività fisica quotidiana, a livello europeo. La scuola e la disciplina scolastica rappresentano, pertanto, l'unico luogo e tempo in cui le attività motorie intenzionalmente educative sono accessibili a tutti. Per questa ragione, offre a ciascuno – indipendentemente dalle proprie capacità o dalla partecipazione ad attività extrascolastiche – l'opportunità di acquisire abilità, conoscenze e competenze nell'ottica dello sviluppo di stili di vita attivi e salutari orientati al benessere e alla sostenibilità. Proprio in quest'ottica, la disciplina, con riguardo alle diverse

abilità e al funzionamento di ciascuno, consente a bambini e ragazzi di acquisire buone competenze motorie, di apprendere muovendosi, di praticare attività in interazione con altri, di gestire le proprie emozioni. Ognuno di questi obiettivi, pur rappresentando specifiche caratterizzazioni, è prodromico al raggiungimento di un equilibrato rapporto con il proprio corpo e alla percezione di un benessere che faccia affidamento anche su stili di vita attivi e sani.

Le indicazioni interrogano, altresì, il rapporto tra i tempi, gli spazi scolastici e il corpo nell'ottica di una valorizzazione della corporeità anche al di fuori delle ore disciplinari. Il suggerimento di pause e intervalli attivi, l'incentivazione della mobilità scolastica attiva, la valorizzazione dell'outdoor education in ambiente urbano e naturale, la figura dell'activity manager scolastico, la fertile relazione con le altre discipline, configurano una dimensione di scuola "attiva" che promuove benessere e salute anche attraverso il movimento.

## **FINALITÀ DELL'INSEGNAMENTO**

L'educazione motoria (nella Scuola Primaria), educazione fisica (nella Scuola Secondaria di I Grado) rappresentano la declinazione educativa delle scienze motorie e sportive, ambito scientifico di per sé interdisciplinare che riguarda lo studio del corpo e del movimento umano nell'ambito delle complesse interazioni – fisiche, cognitive, emotive e sociali – del corpo in azione nei diversi contesti ambientali e culturali. Nella scuola del primo ciclo, la disciplina assume una dimensione eminentemente esperienziale, da cui dedurre e proporre riflessioni teoriche.

La disciplina favorisce la conoscenza del proprio corpo e delle possibilità di movimento in relazione agli ambienti di apprendimento e contribuisce alla formazione della personalità dell'alunno attraverso la strutturazione della propria identità corporea.

Le direzioni intenzionali delle indicazioni si incentrano sull'obiettivo di costruire le basi dell'alfabetizzazione motoria e di evolverla come processo flessibile che accompagnerà lo studente in tutto il percorso scolastico. La principale finalità di questo processo è facilitare la strutturazione di stili di vita attivi.

Il piacere del movimento, la percezione di efficacia, la motivazione, la ricchezza e variabilità delle esperienze motorie e sportive, divengono, pertanto, basi fondanti di un agire didattico che prevede obiettivi specifici e che crea le premesse per l'acquisizione di stili di vita attivi sostenibili e duraturi. Ne deriva una proposta didattica, pienamente inclusiva, in cui ciascun allievo, indipendentemente dalle proprie abilità, partecipa in modo attivo alla pratica.

Il benessere e la cura della persona attraverso il movimento divengono così parte di una cultura che tenderà a prevenire la sedentarietà, l'abbandono precoce delle pratiche motorie e sportive e l'errata alimentazione contribuendo da un lato ad arricchire le possibilità di esperienza e apprendimento e, dall'altro, a limitare il fenomeno del sovrappeso o dell'obesità.

Nel corso del I ciclo, nella classe quarta e quinta della scuola primaria, è stata recentemente istituita la figura del docente specialista di educazione motoria la cui presenza comporterà un allargamento e approfondimento dell'esperienza motoria dei bambini. I docenti, in collaborazione con i colleghi, potranno farsi promotori, dell'inserimento di pause attive nelle lezioni in aula e della progettazione di esperienze di mobilità attiva da e verso la scuola configurando così la figura di un "activity manager" per ogni plesso scolastico, figura tesa a promuovere stili di vita attivi, movimento e sport sia tra i bambini che tra il personale scolastico anche in collaborazione con le famiglie.

La disciplina, in questa fase scolastica, è in grado di sollecitare in modo coinvolgente e specifico le varie dimensioni e lo stile di vita personale degli studenti accompagnando la costruzione di competenze più ampie. In particolare, presenta tre ambiti di sviluppo:

- le abilità motorie e l'acquisizione di tattiche e strategie nel gioco, nelle attività strutturate e nella molteplicità delle attività sportive;
- le varie componenti della fitness;
- la promozione di uno stile di vita attivo sul piano motorio e di una progressiva autonomia anche al di fuori dell'ambito scolastico.

Al tempo stesso, la disciplina contribuisce, insieme con altre, allo sviluppo di competenze personali e interpersonali:

- sociali, sperimentando la relazione con gli altri nella gestione dei conflitti e nella competizione;
- relative alla gestione delle emozioni nella regolazione emotiva, resilienza e autoefficacia;
- connesse con la modulazione di risposte comportamentali e con l'adattamento del sistema percezione-

azione nella flessibilità cognitiva, nella capacità di passare rapidamente da un compito a un altro e nella memoria di lavoro (funzioni esecutive).

## **SCUOLA PRIMARIA**

### **COMPETENZE ATTESE AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA**

- Avere cura e rispetto di sé, degli altri e dell'ambiente come presupposto di uno stile di vita sano.
- Essere consapevole di sé attraverso la padronanza dei movimenti e la percezione del proprio corpo, delle possibilità motorie e dei suoi linguaggi.
- Adeguare le modalità esecutive a differenti proposte motorie.
- Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.
- Orientarsi nello spazio e nel tempo in situazioni didattiche progressivamente più complesse.
- Portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.
- Esprimersi nell'ambito motorio valorizzando le proprie potenzialità.

### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA**

Gli obiettivi, suddivisi in dimensioni, sono rappresentati da comportamenti osservabili in termini di competenze (abilità, conoscenze, attitudini) di riferimento da adeguare in relazione al contesto in cui si opera e ai diversi funzionamenti presenti nella classe.

*Dimensione dei comportamenti e stili di vita attivi e sani:*

- Partecipare alle differenti tipologie di attività motoria proposte.
- Utilizzare in modo attivo i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi.
- Praticare significative attività motorie anche al di fuori dall'ambito scolastico.

*Dimensione motoria:*

- Acquisire le abilità motorie fondamentali.
- Esercitare abilità ed elementari tattiche praticabili nelle attività di gioco.
- Assumere progressiva consapevolezza delle modalità espressive e comunicative del corpo.

*Dimensione cognitiva:*

- Ricordare e comprendere regole e tattiche delle attività proposte.
- Strutturare una relazione positiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione.

*Dimensione sociale:*

- Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni.

*Dimensione emotivo-relazionale:*

- Manifestare e modulare le proprie emozioni.
- Mostrare empatia per compagne e compagni.

Gli strumenti più adeguati alla valutazione del conseguimento delle competenze sono rappresentati dall'osservazione finalizzata anche attraverso l'uso di griglie, rubriche valutative, integrate da test, questionari, check list, diari, prestando particolare attenzione al processo di apprendimento di ciascuno.

### **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA**

Gli obiettivi, suddivisi in dimensioni, sono rappresentati da comportamenti osservabili in termini di competenze (abilità, conoscenze, attitudini) di riferimento da adeguare al contesto in cui si opera e ai diversi funzionamenti presenti nella classe.

*Dimensione dei comportamenti e stili di vita attivi e sani:*

- Partecipare attivamente alle differenti tipologie di attività motorie e sportive proposte.
- Utilizzare in modo attivo e costante i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi anche nel percorso casa-scuola-casa.
- praticare attività motorie e sportive anche fuori dall'ambito scolastico.

*Dimensione motoria:*

- Organizzare movimenti finalizzati e precisi.
- Esercitare specifiche abilità e tattiche motorie praticabili nelle attività di gioco e sportive.
- Affinare le modalità espressive e comunicative del corpo.

*Dimensione cognitiva:*

- Comprendere e saper applicare regole e tattiche delle attività proposte.
- Essere in grado di affrontare problemi nelle situazioni di gioco.
- Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione e la relazione con l'attività motoria.

*Dimensione sociale:*

- Interagire in maniera collaborativa e rispettosa con tutti i compagni valorizzando le diversità.

*Dimensione emotivo-relazionale:*

- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco.
- Affrontare le eventuali difficoltà negli apprendimenti.

Gli strumenti più adeguati alla valutazione e autovalutazione del conseguimento delle competenze sono rappresentati dall'osservazione finalizzata anche attraverso l'uso di griglie, rubriche valutative, integrate da test, questionari, check list, diari prestando particolare attenzione al processo di apprendimento del singolo.

## **CONOSCENZE**

- Giochi di esplorazione, coordinazione, collaborazione, di complessità crescente, con e senza attrezzi.
- Esercizi e percorsi a corpo libero, con piccoli e grandi attrezzi.
- Drammatizzazioni, mimi.
- Attività legate alla motricità fine e propedeutiche alla letto-scrittura.
- Attività in ambiente naturale e urbano.
- Esercizi che stimolino la lateralità, la coordinazione, l'equilibrio e la destrezza.
- Attività di percezione corporea, movimenti coreografici, drammatizzazioni con il corpo e parti di esso, posture e azioni mediate dalla musica;
- Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori.

Le attività saranno sempre proposte con specifica attenzione ai bisogni educativi speciali presenti nel gruppo classe.

Le abilità motorie fondamentali, intese nei termini di movimenti che forniscono le basi per l'apprendimento di azioni complesse nei diversi contesti dell'attività motoria, richieste per la pratica dei contenuti sono quelle locomotorie, posturali, espressive, relative al rapporto con gli altri, con l'ambiente e con gli oggetti (con particolare riferimento alla coordinazione spaziale e temporale).

## **SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO**

### **COMPETENZE ATTESE AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA**

- Riconoscere i principi relativi al proprio benessere psico-fisico.
- Agire rispettando i criteri di base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento sia nell'uso degli attrezzi e trasferire tali competenze anche nell'ambiente extrascolastico.
- Assumersi responsabilità, collaborare e partecipare, interagendo in gruppo, valorizzando le proprie e le altrui risorse.
- Orientarsi nello spazio e nel tempo in modo autonomo.

- Impegnarsi nell'ambito motorio valorizzando e ampliando le proprie potenzialità.

## **OBIETTIVI SPECIFICI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA**

Gli obiettivi, suddivisi in dimensioni, sono rappresentati da comportamenti osservabili in termini di competenze (abilità, conoscenze, attitudini) di riferimento da adeguare al contesto in cui si opera e ai diversi funzionamenti presenti nella classe.

*Dimensione dei comportamenti e stili di vita attivi e sani:*

- Partecipare attivamente e con continuità alle differenti tipologie di attività proposte.
- Utilizzare in modo attivo e costante i tempi scolastici dedicati alla ricreazione, alle pause e alle situazioni in cui è possibile muoversi anche nel percorso autonomo casa-scuola-casa.
- Partecipare ad iniziative sportive, escursioni, uscite attive organizzate dalla scuola.
- Praticare con continuità significative attività motorie, anche non strutturate, nel tempo libero.

*Dimensione motoria:*

- Migliorare la padronanza del proprio corpo, in relazione alle personali caratteristiche, consolidando i movimenti fondamentali.
- Acquisire varie abilità, tattiche e tecniche motorie praticabili nel gioco, nell'esercizio e nello sport.
- Ampliare la gamma delle modalità espressive e comunicative del corpo.

*Dimensione cognitiva:*

- Comprendere e saper applicare regole, tattiche e strategie delle attività proposte.
- Risolvere problemi relativi alle situazioni di gioco e sportive.
- Strutturare una relazione costruttiva con l'ambiente di apprendimento.
- Conoscere i principi di una sana alimentazione in relazione con l'attività motoria e gli stili di vita.

*Dimensione sociale:*

- Interagire attivamente e in maniera rispettosa e inclusiva con i compagni, valorizzando le diversità.
- Comprendere le regole base del fair play.

*Dimensione emotivo-relazionale:*

- Gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive.
- Saper reagire attivamente alle eventuali difficoltà negli apprendimenti.

Gli strumenti più adeguati alla valutazione e autovalutazione del conseguimento delle competenze sono rappresentati dall'osservazione finalizzata anche attraverso l'uso di griglie, rubriche valutative, integrate da test, questionari, check list, diari prestando particolare attenzione al processo di apprendimento del singolo.

## **CONOSCENZE**

- Giochi ed attività sportive incentrate sull'attivazione di competenze cognitive, relazionali e socio-emotive.
- Esercizi e percorsi a corpo libero, con grandi e piccoli attrezzi.
- Giochi di ruolo, attività cooperative e collaborative inclusive.
- Attività in ambiente naturale e urbano finalizzate ad apprendimenti motori e alla scoperta del territorio.
- Attività espressivo-motorie.

Le attività saranno sempre proposte con specifica attenzione ai bisogni educativi speciali presenti nel gruppo classe. Le abilità motorie fondamentali, intese nei termini di movimenti che forniscono le basi per l'apprendimento di azioni complesse nei diversi contesti dell'attività motoria, richieste per la pratica dei contenuti sono quelle locomotorie, posturali (con particolare riferimento all'equilibrio), espressive, relative al rapporto con gli altri e con gli oggetti (con particolare riferimento alla coordinazione spaziale e temporale).

**Box 1**

### **ESEMPIO DI MODULO INTERDISCIPLINARE DI APPRENDIMENTO**

*Titolo:* La corsa campestre

*Classe:* seconda, scuola Secondaria di I Grado

Il modulo è progettato per sviluppare la consapevolezza dell'impegno fisico in un contesto sportivo reale, la corsa campestre, coinvolgendo gli studenti come parte attiva nella pianificazione e nella sperimentazione dei percorsi. Integra competenze scientifiche, osservative, analitiche, geografiche e motorie. Gli studenti sono invitati ad individuare, anche attraverso l'uso di cartine geografiche, luoghi e percorsi in cui organizzare la corsa, **permettendo agli studenti di mettere in relazione il movimento e lo sport con l'ambiente circostante**. Durante la fase di sperimentazione, gli studenti mettono in pratica le loro scelte, adattando il ritmo e la resistenza alle condizioni del terreno. Al termine, riflettono sui risultati e sulle strategie utilizzate, collegando l'esperienza fisica alla lettura della mappa e all'orientamento geografico.

#### *Domande guida*

Come e quanto cambia l'intensità dell'impegno fisico in relazione alla conformazione e alle condizioni del terreno?

Come adattare il ritmo di corsa rispetto alle condizioni del terreno?

Come l'impegno fisico sperimentato condiziona la scelta del percorso per la corsa campestre?

Quali alternative risultano più idonee per l'individuazione del percorso in relazione alle capacità dei compagni, che sia quindi adatto a tutti?

In che modo il percorso può essere progettato e gestito per garantire la sostenibilità ambientale, minimizzando l'impatto sull'ecosistema locale?

#### *Fasi operative*

1. Lettura della mappa: studio e interpretazione dei simboli geografici
2. Osservazione: uscita didattica finalizzata al sopralluogo e all'osservazione dell'area.
3. Sperimentazione: gli studenti corrono per saggiare le caratteristiche dei percorsi (altimetria, tipi di terreno etc.)
4. Individuazione dei percorsi: scelta dei percorsi più adatti.
5. Disegno dei percorsi: trasposizione grafica dei percorsi sulla mappa.

#### *Risultati attesi*. Gli studenti sapranno:

Analizzare e interpretare le caratteristiche del terreno per pianificare un percorso di corsa campestre.

Adattare il ritmo di corsa in base alle variabili ambientali e fisiologiche, migliorando al contempo la resistenza organica.

Integrare le competenze scientifiche, geografiche e motorie per valutare e ottimizzare le proprie prestazioni e riflettere criticamente sulle strategie adottate.

*Raccordi interdisciplinari. Scienze:* Collegare le conoscenze di fisiologia, biomeccanica e scienze ambientali per analizzare l'impatto delle condizioni del terreno sull'impegno fisico e sull'ecosistema locale. *Geografia:* Avvalersi di cartine e strumenti di orientamento per analizzare il territorio e pianificare il percorso in modo strategico. *Disegno:* Applicare tecniche di rappresentazione grafica per disegnare il percorso, evidenziando visivamente le caratteristiche spaziali e ambientali

## **Box 2**

### **SUGGERIMENTI METODOLOGICO-DIDATTICI PER I DOCENTI**

La scuola primaria rappresenta un periodo decisivo per la strutturazione di abilità, capacità, competenze e, in una prospettiva di lunga durata, di stili di vita attivi e sostenibili. L'attenzione metodologica dei docenti verrà posta sulla positività dell'esperienza corporea e motoria dello studente che incontra situazioni di gioco, di attività, compiti motori, cognitivi, sociali che presentano finalità più specifiche rispetto a quanto sperimentato nella scuola dell'infanzia.

La didattica sarà orientata verso una prospettiva di lungo termine, pensando alla sostenibilità delle pratiche nei termini di strutturazione e mantenimento del piacere del movimento e di stili di vita attivi per tutto il corso della vita. Il gioco diviene più articolato e prolungato con regole che, pur semplici, lo rendono più strutturato. In questa prospettiva, la didattica sarà, pertanto, incentrata sul piacere del movimento, sulla percezione di autoefficacia attraverso la proposta di compiti, individuali e di gruppo, che siano accessibili, in modo obliquo, per ciascun bambino. Tale approccio, valorizzante per tutti i bambini, faciliterà la proposta di didattiche partecipative ed inclusive.

Lo stile di insegnamento si incentrerà prioritariamente sul motivare i bambini a creare e sperimentare movimenti e gesti adeguati alla competenza di ciascuno, stimolando così la capacità di riflettere e trovare

soluzioni a problemi in modo creativo. Nel corso dei cinque anni, le richieste diverranno più definite e i movimenti e i gesti verranno maggiormente finalizzati a specifici compiti motori.

Grazie anche alla presenza, negli ultimi due anni, del docente di educazione motoria, il processo di sviluppo consente di differenziare la proposta didattica per sollecitare le capacità coordinative generali e specifiche e introdurre le basi dei fondamentali di alcune tecniche sportive. Il cosiddetto gioco-sport, tuttavia, è bene non si confonda con lo sport in formato ridotto, ovvero una pratica in cui si tende sempre più a lasciare spazio all'apprendimento di tecniche sportive, sia pure in minore, come avviene nell'extra-scuola. Il gioco-sport, che prenderà solo una parte del tempo della didattica, lascia ampio spazio di sperimentazione autonoma a ciascun bambino secondo le proprie competenze e caratteristiche: rimane primaria l'acquisizione di competenze molteplici e sempre più complesse grazie alla proposta di pratiche ludiche, motorie, performativo-espressive. Tale approccio, valorizzante per tutti i bambini, faciliterà la proposta di didattiche e giochi inclusivi. Gli ambienti di apprendimento, oltre alla palestra, comprenderanno gli spazi scolastici esterni, altri spazi e infrastrutture raggiungibili, sviluppando percorsi di outdoor education sia in ambiente naturale che urbano, di percorsi attivi casa-scuola-casa (c.d. pedibus) avendo la premura di assicurarsi dell'accessibilità degli ambienti e del materiale utilizzato.

Nella scuola secondaria di primo grado le proposte didattiche saranno orientate alla flessibilità e variabilità degli apprendimenti per renderli trasferibili tra le varie esperienze e tecniche motorie. L'acquisizione di competenze relative alle variabili spazio-temporali dipende dalla ricchezza delle proposte motorie ivi comprese quelle connesse con l'educazione all'aperto. La combinazione di proposte ludiche più strutturate, sportive, inclusive consentirà la conoscenza delle regole, l'acquisizione di modalità di azione e strategie sia individuali che di squadra e la gestione del proprio agire in situazioni di interazione collaborativa e competitiva. Esperienze comunicative e di espressione corporea permetteranno la codifica e decodifica dei propri e altrui comportamenti. Le conoscenze relative al benessere e alla sicurezza propria e altrui contribuiranno a strutturare uno stile di vita sano e attivo.

Le esperienze outdoor sia in ambiente naturale che urbano, assicurando l'accessibilità di ogni contesto e del materiale utilizzato potranno estendersi ad escursioni e ambienti più complessi anche nell'ambito di percorsi interdisciplinari; la potenziale autonomia nei percorsi casa-scuola presuppone e facilita didattiche centrate sulle regole e sull'educazione alla cittadinanza.

### Box 3

#### SUGGERIMENTI DI POSSIBILI IBRIDAZIONI TECNOLOGICHE

I bambini, opportunamente accompagnati nell'esperienza, esplorano il proprio corpo e le sue possibilità motorie attraverso il gioco grazie all'utilizzo di supporti digitali e virtuali che arricchiscono la dimensione fisica ampliando le possibilità di partecipazione di ciascuno in prospettiva inclusiva. Il movimento diventa strumento di interazione tra pari e con l'ambiente, mentre gli strumenti digitali possono supportare forme di gioco cooperativo, inclusivo e socializzante. L'integrazione dell'ambiente tecnologico si costituisce quale confronto con il reale, educando i bambini a un uso consapevole e positivo della tecnologia anche nei processi percettivi e nella costruzione dell'identità corporea. L'uso della tecnologia può integrarsi in modo naturale con il movimento e la corporeità, favorendo la costruzione di un'esperienza del corpo nella sua relazione con l'ambiente e gli altri sempre più autonoma e riflessiva. L'uso delle tecnologie dovrà essere teso a potenziare, in modo equilibrato, l'esperienza educativa nel senso della prospettiva inclusiva, della relazione e della reciprocità.

Esempio per il triennio: i bambini partecipano ad un'attività ludico-motoria in cui, attraverso tecnologie interattive, possono riprodurre movimenti di base specifici partendo dallo stimolo proposto da assistenti virtuali.

Esempio per il biennio: i bambini partecipano a un'attività ludico-motoria in cui, attraverso un'app interattiva che utilizza la realtà aumentata, devono riprodurre sequenze di movimenti, proiettati su uno schermo, in sincronia con suoni e immagini, sia da soli che a coppie o in gruppo.

Nella scuola secondaria di primo grado la disciplina si concentra sul consolidamento delle abilità motorie acquisite e sull'approfondimento della relazione equilibrata tra corpo e tecnologie, con un'attenzione crescente alla riflessione critica.

Le attività motorie aumentano in complessità richiedendo un'attenzione più puntuale sull'organizzazione del corpo in movimento anche attraverso l'uso di strumenti digitali per monitorare le proprie prestazioni e quelle dei compagni (ad esempio, app e dispositivi per il conteggio dei passi e per la geolocalizzazione, cardiofrequenzimetri) e per stimolare la capacità di pianificare e valutare il proprio progresso. Gli studenti sono incoraggiati a utilizzare le tecnologie per analizzare i propri parametri fisiologici, riflettendo su come il digitale possa influire sulla propria salute e benessere, anche integrando l'intelligenza artificiale con cui assistenti virtuali possono fornire riscontri rispetto alle attività e ai risultati. L'esperienza in ambiente tecnologico è sempre confrontata con l'esperienza in ambiente analogico (ad es. confronto tra frequenza cardiaca misurata dal dispositivo e quella misurata sentendo il battito carotideo). Si introduce la pratica del gioco sportivo in ambienti virtuali semi-immersivi di realtà aumentata che consentono, altresì, di ampliare le possibilità di partecipazione a ciascuno, in prospettiva inclusiva.

Inoltre, vengono introdotte riflessioni sull'impatto della tecnologia sulla percezione del corpo e delle relazioni. Particolare attenzione viene data alla riflessione dei modelli socioculturali di corpo promossi nel mondo digitale e sugli effetti che essi generano sulla formazione della propria immagine corporea. L'uso della tecnologia diventa mezzo per la cooperazione e l'inclusione, utilizzando strumenti che favoriscono l'interazione inclusiva e l'integrazione tra pari, anche in un'ottica di interculturalità. L'uso delle tecnologie sarà teso a potenziare, in modo equilibrato, l'esperienza educativa nel senso della prospettiva inclusiva, della relazione e della reciprocità.

Esempio: Gli studenti utilizzano un'app per tracciare i loro progressi durante un percorso motorio, tracciando velocità, tempi di reazione, passi, coordinazione, e altri parametri. Al termine, i dati vengono discussi in classe, consentendo agli studenti di riflettere sulle proprie performance e sulle opportunità di miglioramento. I giochi proposti richiedono una varietà di movimenti che aiutano a sviluppare abilità adeguate a studenti con diverse competenze motorie.