

SOCIETA' ITALIANA DI EDUCAZIONE FISICA

**S.I.E.F.**

Via A.Corelli, 27 – 50127 Firenze  
Tel. 055 4220480 – Fax 055 4360774

[www.sief.eu](http://www.sief.eu)



**ISTITUTO DUCHENNE**

Scuola Nazionale di EDUCAZIONE FISICA  
riconosciuta dalla S.I.E.F.

## **PROGETTO: "GINNASTICA NELLA SCUOLA PRIMARIA"**

### **I PARTE**

#### **PERCHE' LA GINNASTICA?**

Attualmente nelle scuole primarie l'insegnamento delle "scienze motorie e sportive" è di competenza degli insegnanti che si occupano anche delle altre materie. Dal punto di vista delle strutture, le palestre scolastiche sono state "svuotate" degli ATTREZZI della ginnastica classica (pertiche, funi, scala orizzontale...), per fare spazio e non creare impiccio alle varie attività sportive, scolastiche ed extrascolastiche, come la pallavolo, la pallacanestro, il calcetto e via dicendo.

L'esigenza di una figura specializzata nel settore viene però comunque avvertita dalla scuola, e per questo vengono volentieri accolti e cercati progetti che prevedano l'intervento di tali figure: spesso si tratta di operatori provenienti dalle varie Federazioni Sportive, i quali svolgono solo o prevalentemente una specifica attività sportiva (tennis, pallavolo, nuoto...).

La necessità di un'attività di GINNASTICA, intesa nel senso classico e come lavoro a 360° sullo sviluppo psicomotorio e sull'efficienza fisica del bambino, appare in tutta la sua evidenza qualora si consideri non solo e non tanto il problema dell'OBESITA', così diffusa nei nostri bambini (problema per il quale occorre un approccio ben più vasto, comprensivo dei molteplici aspetti della loro vita quotidiana) quanto, in primo luogo, quello della loro EFFICIENZA FISICA.

Dall'VIII Congresso Nazionale SIEF, dedicato alle "*Finalità e problematiche della ginnastica per adulti*" (Livorno, 22 novembre 2001) sono infatti emerse le seguenti conclusioni:

- 1) Siamo di fronte ad un **notevole decadimento dell'efficienza fisica della popolazione adulta**, e ciò nonostante il grande boom di palestre e di attività sportive promosse a tutti i livelli.
- 2) Il **concetto di efficienza fisica** proprio dell'Educazione Fisica va molto oltre a quello di *efficienza cardiovascolare*, alla quale si finalizza oggi, in modo quasi esclusivo, l'attività fisica proposta a tutte le fasce di età, spesso trascurando i rischi di danni a livello articolare e/o muscolare, cui vanno incontro specialmente le persone non sufficientemente preparate o, come nel caso dei bambini, non ancora in grado di tollerare sforzi continui e prolungati.
- 3) Occorre potenziare l'Educazione Fisica **fin dalla scuola primaria**, perché solo lì possono venire poste delle vere basi per un miglioramento su larga scala dell'efficienza fisica di tutta la popolazione.

E' nella scuola elementare quindi che il bambino deve fare ginnastica, in primo luogo PER IMPARARE A MUOVERSI, per poter poi mantenere, durante l'età adulta e poi anziana, le capacità acquisite.

La ginnastica infatti deve essere praticata per tutta la vita come **norma igienica**, in quanto prevenzione dei danni legati ai processi degenerativi connessi alla sedentarietà e all'invecchiamento.

Per quanto riguarda quest'ultimo punto, indagini accurate svolte nelle scuole (riguardanti **più di 21.000 soggetti**) in un ventennio di studi dall'Istituto Duchenne di Firenze, Scuola Nazionale di Educazione Fisica riconosciuta dalla SIEF, hanno evidenziato l'altissima percentuale di bambini con portamento rilassato, dorso curvo, atteggiamento scoliotico, scapole alate, rigidità delle anche e/o delle spalle: che adulti e che anziani diventeranno questi bambini? Quanti problemi, e quanti costi sanitari in meno, se fin da bambini

acquisissero un PORTAMENTO CORRETTO ed imparassero fin da piccoli a rispettare le regole che il nostro corpo ci impone per “stare bene”!

Un'altra importante risposta al quesito presente nel titolo (“Perché la ginnastica?”) consiste nel ruolo fondamentale della ginnastica nella prevenzione degli incidenti: essa serve infatti ad acquisire quella robustezza e quelle coordinazioni necessarie PER NON FARSI MALE, come purtroppo invece oggi così facilmente accade ai bambini che, pur effettuando con costanza ed impegno una o più attività sportive, tuttavia non sviluppano tutta una serie di capacità ed abilità importanti per una crescita sana e completa del loro organismo.

Contrariamente a quanto avviene con qualunque attività sportiva, la GINNASTICA consente un'azione globale e misurata su un organismo delicato quale quello in età evolutiva.

Questa infatti è la sua definizione, data a fine Cinquecento da colui che può essere ritenuto il fondatore della Ginnastica moderna, e accettata da tutti i grandi Maestri di Ginnastica della storia:

“LA GINNASTICA E' LA SCIENZA DELL'ESERCIZIO FISICO,  
CHE STUDIA GLI EFFETTI CHE SI POSSONO PRODURRE SULL'ORGANISMO UMANO  
E CHE HA PER FINE IL CONSEGUIMENTO ED IL MANTENIMENTO DELLA BUONA SALUTE”  
(da G. MERCURIALE, *De Arte Gymnastica*, Venezia 1601, modificata).

### **CARATTERISTICHE PECULIARI DEL LAVORO AGLI ATTREZZI**

Gli attrezzi della Ginnastica classica presentano tutti, in modo più o meno marcato, le seguenti caratteristiche:

- **NATURALEZZA:** Gli attrezzi della Ginnastica classica sono stati ideati dai Maestri di Ginnastica col preciso scopo di riproporre **in ambiente sicuro e con possibilità di studio, ossia con POSSIBILITÀ DI RIPETIZIONE E DI GRADUALITÀ**, le esperienze

naturali che l'essere umano avrebbe dovuto affrontare se avesse continuato a vivere in un ambiente naturale: ciò è quanto è stato previsto dalla natura, ciò è quanto è possibile per l'essere umano ed è anche quanto è necessario per il mantenimento della sua efficienza fisica.

Nella vita attuale tali esperienze motorie, per fortuna, non sono più necessarie per la sopravvivenza e non verrebbero più eseguite.

Il non eseguirle però arreca gravissimo danno al fisico: si pensi ad esempio alle enormi ripercussioni sul fisico della mancanza dell'esercizio della sospensione...

La **"ginnastica naturale"**, intesa in questo senso, consiste in quello che Georges Hébert, educatore fisico francese al quale la SIEF ha dedicato quest'anno il suo XII CONGRESSO NAZIONALE (Firenze, Palagio di Parte Guelfa e Palazzo Vecchio, 23-25 novembre 2007), ha espresso nelle sue "dieci famiglie di movimento" : **camminare, correre, saltare, lanciare, arrampicarsi, le quadrupedie, gli equilibri, il trasporto, la difesa ed il nuoto** (gli Atti del Congresso saranno disponibili tra poco, sulla rivista "I.D. Educazione Fisica", organo ufficiale della SIEF).

- **DIFFICOLTA'**: questo aspetto è della massima rilevanza. Attraverso la proposta di esercizi gradualmente e progressivamente sempre più difficili (ed è sempre possibile ADATTARE il grado di difficoltà al singolo individuo), è possibile trasmettere a ciascun bambino che con la FORZA DI VOLONTA' si può sempre migliorare, che con la tenacia e con un po' di sacrificio quello che sembrava impossibile può essere raggiunto, che non deve esistere il "non mi riesce", dietro il quale si barrica il bambino che teme di non riuscire. Attraverso questo continuo confronto e superamento delle proprie paure, il bambino acquisisce consapevolezza e coscienza dei propri limiti, unitamente alla voglia e agli strumenti per superarli.
  
- **PERICOLOSITA'**: gli attrezzi della Ginnastica possono essere pericolosi, proprio perché il loro utilizzo ha come scopo, tra gli altri, anche quello di insegnare ad affrontare in modo consapevole e razionale il pericolo. Per questo l'insegnamento della Ginnastica non può

essere svolto se non da chi è esperto nella materia, in primo luogo avendone esperienza diretta (SAPER FARE) e poi avendo imparato ad insegnarla (SAPER FAR FARE).

Capire le situazioni di pericolo e saperle adeguatamente valutare costituiscono un SAPERE grande nell'educazione del bambino, di fondamentale importanza specialmente negli anni successivi, quando da adolescente si troverà a doverle affrontare (si pensi per esempio alle tragedie sulle strade...), oppure le vorrà cercare in modo spregiudicato, in parte probabilmente perché non ne ha mai avuto esperienza diretta.

Capire che per superare gli ostacoli occorre riflettere, percepire il RISCHIO DI FARSI MALE come qualcosa di reale e non virtuale (!), conoscere le proprie capacità ed i propri limiti ed agire esclusivamente in base ad essi, valorizzando il senso dell'aiuto reciproco e della solidarietà: tutto ciò costituisce il grande valore educativo del lavoro agli attrezzi, insieme alla comprensione del valore e della necessità dell'ascolto, dell'autodisciplina, dell'attenzione e del RISPETTO per sé stessi e per gli altri.

## **OBIETTIVI E FINALITÀ'**

Riassumendo quanto detto sopra, gli obiettivi da perseguire nella scuola elementare, sfruttando il valore e la potenza educativa dell'Educazione Fisica, si possono raggruppare, per esigenze di maggior chiarezza, in due gruppi: finalità educative e obiettivi specifici.

### **FINALITÀ EDUCATIVE**

- Capire le situazioni di pericolo ed imparare ad affrontarle per superarle (diminuzione delle occasioni di farsi male o di mettere altri in pericolo).
- Capire l'importanza del sacrificio per realizzare il progresso delle proprie capacità ed esercitare la forza di volontà per migliorarle sempre di più.
- Capire il valore dell'autodisciplina, del rispetto degli altri e della solidarietà con i compagni anche i meno capaci (fare proprio il motto "essere forti per essere utili").
- Conoscere i propri limiti di efficienza fisica ed agire per migliorarli, capire che possono essere solo apparenti (i famosi "tanto non mi riesce") e quindi superati attraverso lo

studio, la tecnica e l'esercizio. Con ciò migliorare il proprio grado di libertà motoria e di scelta nelle varie situazioni della vita.

- Imparare fin da piccolo l'utilità di una buona igiene di vita e l'amore per la salute e l'efficienza del proprio corpo, ciò anche al fine di contribuire a salvaguardare ogni essere umano dal cadere nelle trappole di certe situazioni "adescanti" ma solo apparentemente vantaggiose.
- Abituare la mente a riflettere e ad esaminare le varie situazioni in cui ci troviamo.

## OBIETTIVI SPECIFICI

Tutte le altre finalità dell'Educazione Fisica in generale:

- Percezione e strutturazione dello schema corporeo.
- Educazione posturale
- Sviluppo dell'equilibrio
- Miglioramento escursione articolare delle grandi articolazioni.
- Irrobustimento muscolare
- Sviluppo delle capacità coordinative e condizionali.
- Sviluppo degli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare, arrampicarsi, trasportare... (decalogo di G. Hébert)

Gli obiettivi saranno perseguiti tenendo presente i concetti di:

- Gradualità
- Progressività
- Stazionamento
- Ritorni

## INNOVAZIONI DI PROCESSO e DI SERVIZIO

La possibilità di GRADUARE ED ADATTARE al massimo grado ogni tipo di esercizio, unitamente alla conoscenza del corpo umano e delle sue problematiche, consentono di applicare la ginnastica ("scienza dell'esercizio fisico...") ad ogni situazione, di "eccellenza" (come nel caso di bambini "superdotati"), di cosiddetta "normalità", così come anche nel caso di patologie.

La SIEF ha affrontato questo importante argomento nel suo VII CONGRESSO NAZIONALE, svolto in collaborazione con l'Università di Siena, dal tema: *L'educazione fisica nell'handicap: obiettivi e limiti* (Siena, 15-16 novembre 2002).

Come si legge nella Presentazione del Congresso, *"alla base del nostro lavoro sta la consapevolezza che ogni essere umano ha bisogno di esercizio fisico, e che esso quindi, laddove non sia proponibile "PER" la disabilità, vada comunque ricercato "NONOSTANTE" la disabilità, **perché sempre e comunque è possibile apportare, attraverso l'Educazione Fisica, (basti solamente pensare all'importanza che, in molti casi, può rivestire la GINNASTICA RESPIRATORIA) un qualche miglioramento nella QUALITA' DELLA VITA delle persone**"*.

Un'esperienza in questo senso è stata effettuata nella scuola primaria di Rignano sull'Arno, ed è stata presentata nel corso del Congresso di Siena.

Un altro esempio, sempre nell'ambito scolastico, è stato presentato nel corso del corso specialistico di "Ginnastica nelle tre infanzie", svoltosi presso l'Istituto Duchenne lo scorso marzo c.a., nel quale è stato evidenziato il grande valore della Ginnastica, praticata insieme al gruppo classe, nel caso di una bambina di Parma, affetta da spina bifida.

## L'ESPERIENZA DI PARMA (v. allegato 1)

Nell'ottobre 2003, all'interno di un più vasto progetto di educazione motoria già presente nelle scuole elementari della città (progetto "1, 2 e 3 la ginnastica per te"), su proposta di Federica La Ferla, insegnante specializzata presso l'Istituto Duchenne, all'Assessore allo Sport del Comune di Parma Arturo Balestrieri, parte la sperimentazione di "Educazione Fisica con tecniche I.D." (detto anche "**Progetto Duchenne**") nella scuola elementare Jacopo Sanvitale.

Gli attrezzi sono acquistati sia dall'Assessorato allo Sport che dalla scuola (dott.ssa Donati).

Dopo la **presentazione del progetto alle famiglie ed agli insegnanti**, il progetto viene così articolato:

1. Verifica motoria iniziale tramite tests
2. Indagine conoscitiva sui paramorfismi e dismorfismi
4. Lavoro specifico in palestra con lezioni durante l'intero anno scolastico, eseguito fin dal primo anno su tutte e cinque le classi, per **due ore la settimana**
5. Verifica motoria finale per valutare i miglioramenti raggiunti, mediante ripetizione degli stessi test motori di cui al punto 1
6. Indagine conoscitiva finale di cui al punto 2.

Dopo aver effettuato l'indagine morfologica ed i test motori, i bambini quindi praticano per **otto mesi, 2 ore la settimana**, l'attività programmata.

Alla fine dell'anno scolastico (maggio 2004), oltre al saggio finale, vengono eseguiti i tests motori finali e l'indagine morfologica di verifica: i risultati sono sorprendenti (la documentazione dettagliata è a disposizione degli interessati).

Genitori ed insegnanti sono entusiasti: su richiesta del Dirigente scolastico (dott. Olivati) a settembre 2004 il progetto viene esteso ad un'altra scuola, mentre altre scuole chiedono di aderire al progetto. A questo punto, si pone il problema degli insegnanti: a ottobre 2004 parte un **corso di formazione**, svolto dall'Istituto Duchenne, che rende possibile l'estensione del progetto, nell'ottobre 2005, a **altre quattro** scuole elementari.

Nell'aprile 2005, una delegazione di **insegnanti europei** del progetto ARION PARMA (arionparma.users.micso.net) viene ad assistere ad una lezione in palestra.

I saggi delle due scuole sono filmati e proiettati dallo **sponsor del progetto "1, 2 e 3 la ginnastica per te" (BARILLA)** alla festa finale dell'anno scolastico.

Nel mese di Settembre 2005 i nuovi insegnanti del progetto sono impegnati ad un corso di approfondimento teorico e pratico sulla nuova programmazione.

Nel novembre 2005 viene invitata la dott. Moioli (**Ministero della Pubblica Istruzione**) a vedere il progetto "1,2 e 3..." e in rappresentanza viene svolto un saggio di ginnastica del progetto Duchenne, grazie al quale Parma ottiene la **sovvenzione ministeriale e la qualifica di progetto pilota in Italia.**

#### **RISULTATI DEI TESTS MOTORI:**

Com'era ovvio aspettarselo, i risultati relativi alle capacità motorie dei bambini, nell'arco di un anno di lavoro, mostrano un miglioramento netto, in tutte le classi.

I tests proposti sono stati i seguenti:

1. Traslocazione all'asse d'equilibrio (dal 40 all'82% di test positivo)
2. Capovolta agli anelli (dal 58 al 78%)
3. Capovolta a terra (dal 65 all'81%)
4. Capacità di sospensione (100% già in fase iniziale)
5. Traslocazione alla scala orizzontale (dal 41 all'81%)
6. Saltelli (liberi) alla funicella (dal 47 all'83%)
7. Saltelli alla funicella a piedi pari (dal 49 all'84%)

#### **RISULTATI DELLE INDAGINI CONOSCITIVE:**

I Paramorfismi considerati sono stati i seguenti.

- 1) Piede Piatto di I, II e III grado
- 2) Piede Cavo Valgo
- 3) Brevità dei muscoli ischio-crurali

- 4) Portamento rilassato
- 5) Scapole alate
- 6) Rigidità scapolo-omerale
- 7) Atteggiamento scoliotico
- 8) Sospetta scoliosi (Dimorfismo)

In ognuno di essi, è stato possibile documentare, con indagine diretta, il netto miglioramento nell'arco dei mesi di lavoro. Come abbiamo già sottolineato, l'importanza di agire per tempo su questi Paramorfismi si rivela nel tempo, nell'impedire l'instaurarsi di vizi e posture che da adulti (ma anche fin da bambini) possono causare problemi di vario tipo, e che troppo spazio trovano sbocco solo nella chirurgia.

ATTUALMENTE, molti dei contenuti del **"Progetto Duchenne"** sono stati trasferiti nel vasto ambito del progetto "1, 2, 3...VIA", come oggi viene denominato.

Il progetto "1, 2, 3... VIA" coinvolge:

28 scuole elementari del Comune di Parma

319 classi

6875 bambini

48 docenti ISEF/laureati in Scienze Motorie

319 maestri elementari

580 ore settimanali di "educazione motoria"

**La Prof.ssa Federica La Ferla è oggi la responsabile dei corsi di aggiornamento, tenuti ogni due mesi, rivolti a tutti i docenti di "educazione motoria".**

## ARTICOLAZIONE DEL PRESENTE PROGETTO

Il progetto può essere esteso a volontà, potendosi esso articolare in vari micro-progetti, ciascuno dei quali prevede:

- a) **L'attrezzatura della palestra scolastica.** Viste le caratteristiche dell'attività proposta, è necessaria infatti una vera e propria palestra, con pareti robuste, atte a sostenere il peso degli attrezzi che ad esse devono essere applicati, e soffitto alto, per poter svolgere gli esercizi al palco di salita (pertiche, funi, scala di corda) e al quadro svedese.
- b) **La presenza nel territorio di un "maestro di ginnastica".** Date infatti le caratteristiche di DIFFICOLTA' e PERICOLOSITA' insite, in modo più o meno marcato, in tutti gli attrezzi, occorre che l'insegnante sia in possesso della conoscenza specifica della materia "Ginnastica".

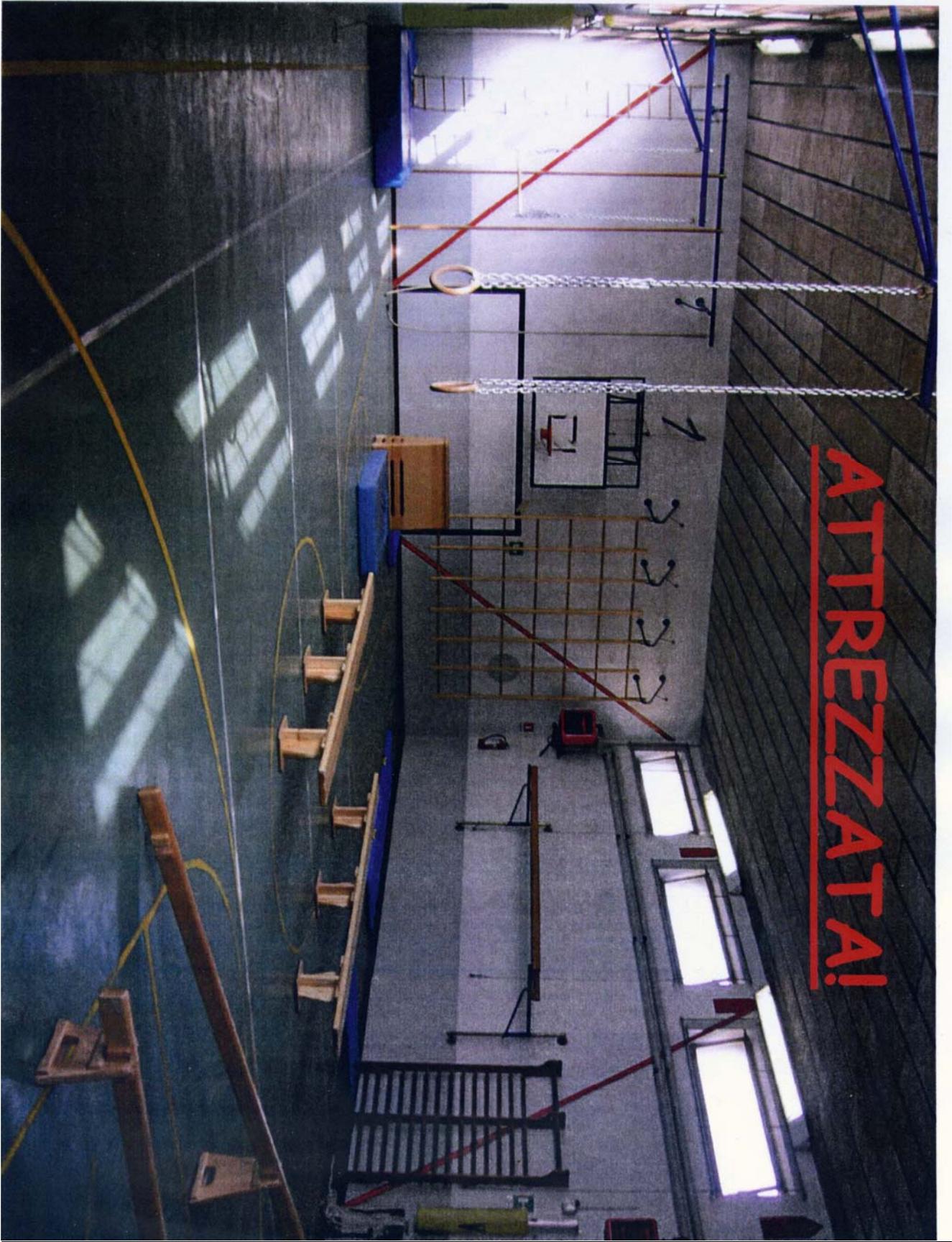
Questa materia non è presente nel Corso di Laurea in Scienze Motorie.

Attualmente, solo l'Istituto Duchenne di Firenze, Scuola Nazionale di Educazione Fisica riconosciuta dalla SIEF, rilascia il diploma di "Maestro di Ginnastica".

- c) **La scelta del numero delle classi da coinvolgere nel progetto stesso.** E' possibile, nei limiti della disponibilità dell'insegnante, coinvolgere, fin dall'inizio e contemporaneamente, tutte e cinque le classi del plesso, oppure, preferibilmente, solo il primo ciclo, oppure ancora solo le classi prime, estendendo l'anno dopo la proposta alle nuove classi prime, e così via fino a coinvolgere, in 5 anni, l'intero plesso.

Il lavoro previsto consiste in **due ore alla settimana per ciascuna classe, NON UNITE, per l'intera durata dell'anno scolastico (30 settimane).**

### PROPOSTA OPERATIVA: UNA PALESTRA ...



## II PARTE

### ADEGUAMENTO ATTREZZATURA DELLA PALESTRA SCOLASTICA

#### Considerazioni preliminari:

- 1) La spesa dell'acquisto degli attrezzi inciderà solo sul progetto del primo anno: ovviamente gli attrezzi rimarranno poi a disposizione della scuola per tutti gli anni e le attività future.
- 2) Molti attrezzi sono già presenti in molte palestre, come le spalliere, la scala orizzontale, il quadro svedese, il cavallo con maniglie, e via dicendo. Spesso si tratterà semplicemente di valutarne lo stato e di rimetterli in uso, o di sostituirne parti usurate (ad es. le funi). Questo potrebbe uno degli elementi da tener conto nella scelta delle palestre dove far iniziare questo progetto, insieme, ovviamente, alla presenza sul territorio di un "maestro di ginnastica".
- 3) Il preventivo qui presentato si riferisce all'unica ditta che, in Italia, ancora costruisce gli attrezzi di ginnastica, conformemente alle indicazioni date dalla SIEF e dall'Istituto Duchenne relative alla loro sicurezza, stabilità, versatilità e agevolezza di utilizzo.

#### ATTREZZI GIA' PRESENTI IN MOLTE PALESTRE SCOLASTICHE

N. 8-10 Spalliere svedesi .....	(€ 275,00 cad.) = € 2.750,00
Quadro svedese .....	= € 640,00
Scala orizzontale .....	= € 415,00
Palco di salita con due funi e due pertiche (da agg. scala di corda) .....	= € 591,00
Plinto (o cavallo con maniglie) .....	= € 520,00 (€ 505,00)
Pedana elastica tipo "Reuther" .....	= € 142,00
<hr/>	
TOTALE .....	= € 5.058,00

Piccoli attrezzi come funicelle, palle, cerchi, coni etc.

## ATTREZZI QUASI SICURAMENTE DA ACQUISTARE:

N.3 Assi d'equilibrio modello "Baumann".....(€ 205,00 cad.)	= € 410,00
N.2 Panche mod. "I.D." .....	(€ 325,00 cad.) = € 650,00
Sbarra Tubolare Graduabile .....	= € 145,00
N.2 mensole da parete con N.2 coppie di anelli e N.2 trapezi ....	= € 316,00
N.2 Tappetoni (m.3 x 2 x 0,50) .....	(€ 545,00 cad.) ... = € 1.090,00
N.10 tappeti antisdrucciolo (m.2 x 1 x 0,05) .....	(€ 95,00 cad.) = € 950,00
Mensola con scala di corda .....	= € 241,00
<hr/>	
TOTALE .....	= € 3.802,00

Tutti i prezzi indicati sono da intendersi aggiornati al marzo 2008, sono da aggiungere IVA del 20% e trasporto.

**Osservazione:** per quanto riguarda in particolar modo alcuni attrezzi, la soluzione proposta è quella minima. Sicuramente, una classe con venti e più bambini lavorerebbe meglio se potesse usufruire di un palco di salita a parete con 6 pertiche, e di una "tenda" a metà palestra (sulla trave centrale, ad es.), con scorrimento su binario in ferro, con 8-10 funi.

Analogamente, gli anelli e i trapezi potrebbero essere fatti scorrere su un "binario" simile, e consentire oscillazioni ben maggiori di quelle effettuabili con mensola a parete.

Anche per la Sbarra Tubolare Graduabile (S.T.G.), il preventivo si riferisce alla sbarra con montanti a terra (smontabile), ma nulla vieta, in presenza ad esempio di colonne, di pensare a soluzioni di tipo diverso.

Le soluzioni vanno studiate caso per caso, a seconda sia della struttura della palestra che dei finanziamenti disponibili.

*(seguono foto degli attrezzi)*

## TRAPEZIO



## PLINTO

## PALCO DI SALITA



## SCALA ORIZZONTALE

## SBARRA TUBOLARE GRADUABILE



**ANELLI**  
CON MENSOLA A PARETE



**SPALLIERA**



**PANCA I.D.**



**ASSE D'EQUILIBRIO**  
modello "BAUMANN"



**QUADRO SVEDESE**

## FORMAZIONE E RETRIBUZIONE DEGLI INSEGNANTI

Come già accennato, la materia "Ginnastica classica" non è presente nel corso di studi per il conseguimento della Laurea in Scienze Motorie, così come non lo era nei precedenti Istituti Superiori di Educazione Fisica (ISEF).

Attualmente, l'unica scuola in Italia che forma "Maestri di Ginnastica" è l'Istituto Duchenne di Firenze, Scuola Nazionale di Educazione Fisica riconosciuta dalla SIEF.

Nel momento di partenza del progetto, sarà possibile avvalersi di insegnanti già formati, i quali certo però non potranno bastare per coprire tutto il fabbisogno negli anni successivi.

Occorrerà quindi che, contemporaneamente allo svolgimento del progetto stesso, venga effettuato la formazione di altri "Maestri di Ginnastica".

**Il costo per la formazione di un insegnante presso l'Istituto Duchenne, della durata di un anno (N. 260 ore) è attualmente (marzo 2008) di € 2.600,00 (IVA compresa).**

NOTA:

I pre-requisiti necessari per l'ammissione al corso sono solamente il **compimento del 18° anno di età**.

Questo corso infatti, pur costituendo una possibile **specializzazione** per coloro che già si occupano di attività motoria nei vari settori (diplomati ISEF, laureati in Scienze Motorie, Fisioterapisti, istruttori sportivi...), rappresenta anche una **grande opportunità** per coloro che desiderano intraprendere lo studio specifico di questa materia, partendo dall'apprendimento del SAPER FARE fino ad arrivare al SAPER INSEGNARE.

COSTI PER INSEGNANTE.

Sono richiesti 22,00 € lordi orari.

Prevedendo un impegno, **per ogni singola classe, di due ore alla settimana per 30 settimane (inizio ottobre – fine maggio)**, l'importo complessivo risulta di **€ 1.320,00 annue, per ogni singola classe.**

**Osservazioni:** la cifra per l'insegnante è comprensiva dell'effettuazione, elaborazione ed ev. diffusione dei risultati dei test motori e della indagine conoscitiva.

Quest'ultima consiste in una mattinata, in cui tutti gli alunni vengono valutati da un esperto, medico ortopedico, per quanto riguarda l'eventuale presenza di Paramorfismi (piede piatto, dorso curvo, portamento rilassato, atteggiamento scoliotico, scapole alate...) o di Dismorfismi (es. scoliosi).

Tale indagine costituisce documentazione scientifica, a disposizione della SIEF, associazione scientifica della materia.

I risultati di tale indagine **possono, su valutazione degli organismi scolastici**, essere comunicati alle famiglie, in forma riservata.

### **MODALITA' DI ATTUAZIONE DEL PROGETTO**

In quanto **responsabili e garanti** della qualità del servizio erogato, la SIEF (Società Italiana di Educazione Fisica) e, per quanto riguarda la formazione degli insegnanti, l'Istituto Duchenne di Firenze, dovranno essere i referenti (consulenti) per l'adeguamento delle attrezzature necessarie nonché gli unici responsabili per quanto riguarda sia la scelta dell'insegnante che la progettazione dei corsi.

Oltre ad essi, potranno essere coinvolti nel presente progetto:

- 1) Il mondo imprenditoriale, che, sull'esempio di Parma, potrà finanziare tutto od in parte il singolo microprogetto
- 2) La scuola, intesa sia come singolo plesso che, sempre sulla scorta di quanto avvenuto e riconosciuto a Parma, con un eventuale interessamento da parte del Ministero della Pubblica Istruzione
- 3) Enti pubblici (Comune, Provincia, Regione).

Le soluzioni adottate, sia per quanto riguarda l'acquisto delle attrezzature che il rapporto di lavoro con l'insegnante, andranno valutate in relazione alle singole realtà scolastiche.

## MICRO-PROGETTI

Prevedendo di attivare il progetto, almeno nella sua fase di partenza, in zone nelle quali già sia disponibile un "maestro di ginnastica" già formato, e in palestre nelle quali siano presenti almeno in parte gli attrezzi necessari alla sua realizzazione, è possibile strutturare qualche esempio di micro-progetto.

### Micro-progetto 1: la scuola di Troghi (Rignano sull'Arno)

La palestra di Troghi ha già usufruito, negli anni precedenti, di proposte di "ginnastica", sia nella scuola che in attività extrascolastiche.

Per questo essa possiede già alcuni attrezzi indispensabili al progetto, quali:

- Un numero più che sufficiente di spalliere
- Scala orizzontale
- Cavallo con maniglie con pedana elastica Reuther
- Palco di salita con due pertiche

Restano da acquistare:

- Quadro svedese ..... = € 640,00
- N.2 Assi d'equilibrio modello "Baumann".....(€ 205,00 cad.) = € 410,00
- N.2 Panche mod. "I.D." ..... (€ 325,00 cad.) = € 650,00
- Sbarra Tubolare Graduabile ..... = € 145,00
- N.2 mensole da parete con N.2 coppie di anelli e N.2 trapezi..... = € 316,00
- N.2 Tappetoni (m.3 x 2 x 0,50) ..... (€ 545,00 cad.)... = € 1.090,00
- N.10 tappeti antisdrucchiolo (m.2 x 1 x 0,05) ..... (€ 95,00 cad.) .. = € 950,00
- Mensola con scala di corda ..... = € 241,00
- N.2 funi ..... = € 77,00

---

TOTALE ..... = € 4.519,00

La scuola di Troghi, per l'a.s. 2008/2009, prevede, nell'insieme delle 5 classi, un numero abbastanza limitato di alunni (solo la classe prima dovrà, secondo le previsioni, essere suddivisa in due classi).

**Per questo potrebbe essere proponibile, già in una prima fase, l'estensione del progetto all'intero plesso, vale a dire a tutte e cinque le classi.**

L'impegno finanziario complessivo annuo risulterebbe così composto:

ATTREZZATURA COMPLETA DELLA PALESTRA..... € 4.519,00

INSEGNANTE (PER UN ANNO, 6 CLASSI) ..... € 7.920,00

---

**TOTALE ..... € 12.439,00**

**Altri micro-progetti previsti: Firenze, Calenzano, Terranova Bracciolini, Figline Valdarno.**

PER ALTRE ZONE, VA AGGIUNTO IL COSTO PER LA FORMAZIONE DELL'INSEGNANTE:  
COME GIÀ INDICATO (P. 17), IL CORSO DI "MAESTRO DI GINNASTICA" DURA UN ANNO, E  
COSTA € **2.600,00 (IVA INCLUSA)**, DA EFFETTUARSI PRESSO L'ISTITUTO DUCHENNE  
DI FIRENZE, SCUOLA NAZIONALE DI EDUCAZIONE FISICA RICONOSCIUTA DALLA SIEF.

SCUOLA L'iniziativa è stata giudicata «esportabile» in altre città

# In forma per crescere

## Progetto «1, 2, 3 la ginnastica per te», ok del Ministero

Compie 4 anni. E continua a crescere il progetto «1, 2, 3... la ginnastica per te», realizzato dal Comune in collaborazione con **Barilla**, Coni, Csa e Università. Sono 26 le scuole elementari della città coinvolte, 292 classi per un totale di 6.141 bambini: per due ore alla settimana docenti e sefo laureati in Scienze motorie affiancano i maestri nell'insegnamento dell'educazione fisica con tecniche Duchenne.

Un'iniziativa che ormai suscita interesse nazionale. E che - parola del direttore generale del Miur, il ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca - deve essere d'esempio per altre città. «L'aspetto più interessante è l'integrazione di diversi soggetti che, insieme, hanno reso possibile questo progetto - sottolinea **Mariolina Moio** - ieri mattina in visita alla scuola «Racagni», dove ha potuto incontrare anche alcuni insegnanti protagonisti del progetto, come Federica La Ferla e Maria Pizzarotti. «Un modello esportabile, anche se non tutte le realtà italiane sono uguali, ma bisogna creare le condizioni affinché il progetto si attui».

E le risorse? È l'aspetto su cui insiste l'assessore co-

munale allo Sport, Arturo Balestrieri, anche perché «dopo anni di impegno e di collaborazione con **Barilla**, Coni, Csa e Università, il nostro obiettivo - precisa l'assessore - è che questo progetto venga istituzionalizzato. Per questo, auspichiamo anche un sostegno di carattere economico».

Il ministero ha stanziato 10 milioni di euro per la scuola primaria, «ma saranno gli uffici regionali, dopo essersi incontrati con i coordinatori della scuola primaria a decidere i finanziamenti - spiega il direttore generale del Miur -. È chiaro che va tenuto presente un principio d'equità, in modo da tutelare le situazioni più problematiche».

Ma il rischio potrebbe essere dunque che le realtà più all'avanguardia ricevano spiccioli?

«Il problema - sottolinea l'assessore ai Servizi educativi del Comune, Giampaolo Lavagetto - è che per il consiglio e la giunta regionale il fatto che un ente

locale abbia fatto sforzi per investire in un determinato settore, sottraendo ovviamente risorse ad altro, di-

venta quasi un «difetto», penalizzante per ottenere finanziamenti. Dovrebbe invece essere introdotto un principio premiante».

Perché gli obiettivi di «1, 2, 3... la ginnastica per te» sono di alto livello: promuovere l'educazione motoria e corretti stili di vita, sviluppare un'educazione al proprio benessere, ma anche porre al centro dell'attenzione l'attività fisica come strumento di miglioramento del rendimen-

to scolastico. Un progetto che al 50% è sostenuto dal gruppo **Barilla**. Il vicepresidente della società alimentare fa riferimento all'«eredità» del padre Piero. «Pipeteva spesso che lui aveva avuto molto dalla vita che per questo si sentiva in obbligo di fare qualcosa, affinché persone meno fortunate potessero vivere in condizioni migliori. Questo progetto - sottolinea Luca Barilla - è per me e i miei ratelli uno dei modi per mettere in pratica quel suo insegnamento. Vogliamo andare avanti, estendere questa iniziativa: a Bari, per esempio, abbiamo un progetto simile, unito però all'educazione alimentare.

Siamo impegnati in altri ambiti, oltre alla scuola, ma non vogliamo complimenti per questo, perché, ripeto, lo riteniamo un dovere».

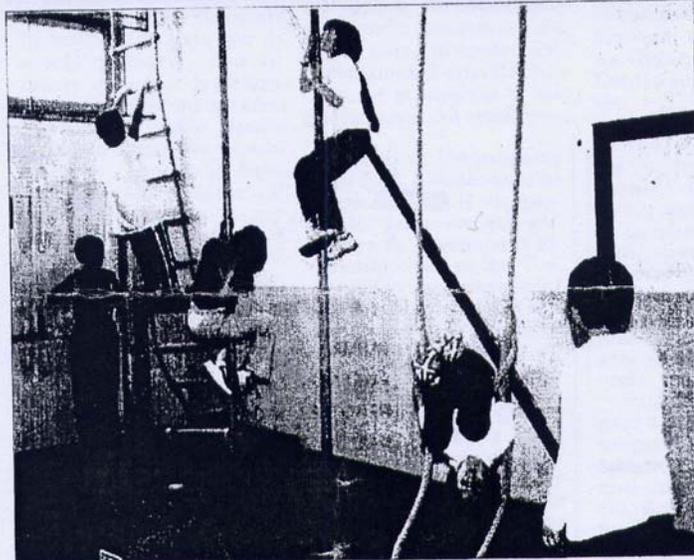
Nel frattempo, in questi anni, il progetto è cresciuto, arrivando a coinvolgere tutte le scuole elementari di Parma, «anche perché i singoli istituti ne hanno riconosciuto la validità formativa», sottolinea Giacomo Giannuzzi, direttore del Centro servizi amministrativi. «È un'iniziativa che ha anticipato la riforma Moratti - aggiunge Lucrezia Stellacci, direttore generale dell'Ufficio scolastico regionale - e ne dimostra la validità: la persona, infatti, viene posta al centro del progetto educativo. Una persona considerata nella sua globalità, non sottovalutando gli aspetti legati alla relazione e all'affettività».

Tutti intenzionati ad andare avanti, potenziando il progetto, con il sostegno sempre più convinto degli enti coinvolti fin dall'inizio. Rassicurazioni che sono venute sia da Gianni Barbieri, presidente provinciale del Coni, che da Marco Vitale, presidente del corso di laurea in Scienze motorie dell'Università.





Qui sopra, Mariolina Moioli, direttore generale del Ministero dell'istruzione, università e ricerca parla con Luca Barilla. Qui a fianco, un gruppo di alunni della scuola Racagni mentre si esercita in palestra.



# INDICE

## Parte I

Perché la ginnastica?.....	p. 1
Caratteristiche peculiari del lavoro agli attrezzi .....	p. 3
Obiettivi e finalità .....	p. 5
Innovazioni di processo e di servizio .....	p. 7
L'esperienza di Parma .....	p. 8
Articolazione del progetto .....	p.11
Proposta operativa: la palestra.... Attrezzata! .....	p.12

## Parte II

Adeguamento attrezzatura della palestra scolastica .....	p.13
Formazione e retribuzione degli insegnanti .....	p.17
Modalità di attuazione del progetto .....	p.18
MICRO-PROGETTI .....	p.19
Allegato 1 – Gazzetta di Parma .....	p.21