

Virtual gym



Educazione fisica

I ciclo

Cristina Martinelli, Chantal Travella

Un itinerario in linea con le nuove disposizioni, che ci richiedono di fare con gli allievi esperienze simulate, per dar loro modo di costruire maggior sicurezza nell'uso del computer come mezzo di apprendimento e comunicazione. L'asse centrale del progetto è connettere gli allievi di due sedi diverse attraverso incontri virtuali dedicati alla ginnastica a corpo libero, sia in diretta con *Teams* che in differita su *Moodle* mediante *tutorial* e sfide.

Articolazione operativa

In palestra:

- plenaria per raccogliere impressioni sul tema della ginnastica a corpo libero e agli attrezzi;
- presentazione del progetto e dell'uso della piattaforma digitale (*Moodle* o *Teams*).

Sono previste:

- 1 UD per la valutazione diagnostica;
- 2 UD per categorizzare e provare gli elementi ginnici;
- 3 UD per l'ideazione, creazione dei *tutorial* che verranno pubblicati su *Moodle* e utilizzati per allenarsi a casa in modo autonomo compilando una scheda di auto-monitoraggio e autovalutazione;
- 3UD per l'allenamento di tutte le forme e la creazione delle sfide;
- 1 UD per il collegamento in diretta *Teams* per mostrare le sequenze "sfida" che verranno anche pubblicate su *Moodle*;
- 2 UD per l'allenamento delle sfide;
- 2 UD per il collegamento in diretta *Teams* per valutare l'esecuzione delle sequenze.

L'allestimento del materiale, salvo attrezzi particolari, è compito degli allievi.

Traguardi di apprendimento

Ambito psicomotorio: essere in grado di combinare più movimenti di base in presenza o in assenza di piccoli e/o grandi attrezzi (*PdS*, p.257).

Ambito socio motorio con Partner: senza pressione temporale essere in grado di cooperare in gruppi (più di due) attraverso il piccolo materiale o in assenza di materiale, con o senza contatto fisico (*PdS*, p 257).

Competenze trasversali: sviluppo personale, comunicazione.

Formazione generale: tecnologie e media.

Situazione problema

Creiamo dei *tutorial* per allenarci e poi lanciamo delle sfide "via virtuale" ai compagni dell'istituto di Chiasso.

Quadro organizzativo

Durata: dicembre – maggio 10- 15 UD.

Spazi e materiali: in palestra con o senza i grandi attrezzi, *tablet*, telefonino e *computer*.

Valutazione

Autovalutazione formativa dell'allievo (schede di autovalutazione).

Valutazioni formative tra pari: osservazione diretta e attraverso i video.

Valutazioni sommative attraverso rubriche valutative sia sugli aspetti disciplinari sia sulle competenze trasversali.



Narrazione dell'esperienza

Durante la pandemia in D.A.D abbiamo deciso di creare un canale *youtube* intitolato DIVERTILANDIA, dove i bambini insegnano ai bambini come poter praticare dell'attività motoria in sicurezza "da casa". Nella fase di creazione ci viene comunicato che, trattandosi di una piattaforma non protetta, non possiede i requisiti per essere divulgata all'interno degli Istituti scolastici del territorio.

Nella grande confusione di quel periodo abbiamo comunque deciso di continuare a implementare i contenuti del canale, perché ci è sembrato un buon mezzo "efficace ed immediato" per raggiungere gli allievi e motivarli al movimento in forma privata. Il canale è tuttora attivo ed ha raggiunto le 7 000 visualizzazioni.

L'evoluzione di DIVERTILANDIA è il progetto *Virtual gym*, un itinerario in linea con le nuove disposizioni, che ci richiedono di fare con gli allievi esperienze simulate, per dar loro modo di costruire maggiore sicurezza nell'uso del computer come mezzo di apprendimento e comunicazione. L'asse centrale del progetto è connettere gli allievi di due sedi diverse attraverso incontri virtuali, dedicati alla ginnastica a corpo libero, sia in diretta con *Teams* che in differita su *Moodle* mediante *tutorial* e *sfile*.

Durante l'itinerario ci siamo appoggiate e abbiamo raffinato le competenze, già ben note e sviluppate dei "nativi digitali" presenti in ogni classe, alcuni dei quali provetti anche con la famosa App *tiktok* e anche più esperti di noi!

Virtual gym si rivela un modo efficace e motivante per allenarsi e migliorarsi, sfruttando la creazione di *tutorial* e di sequenze di esercizi da proporre ai pari dell'altra sede. Incrementa anche lo sviluppo delle competenze specifiche nell'area motoria, favorendo la consapevolezza del proprio processo in funzione del traguardo da raggiungere e, di pari passo, supporta l'apprendimento di nuovi modi per comunicare.

Come spesso accade quando le ipotesi progettuali "ideali" si incontrano con la realtà, è necessario e importante avere un buon livello di capacità di adattamento ai continui cambiamenti di rotta e agli imprevisti.

È indubbio che due sedi diverse presentano differenti modelli strutturali e gestionali. Nel nostro caso ci siamo confrontate spesso per

elaborare strategie e manovre funzionali. Queste continue mutazioni ci hanno permesso di mantenerci aperte e flessibili nel rispetto del progetto, così da allinearci con gli allievi e far emergere insieme le risposte, le soluzioni e i passi da fare in ogni momento.

Ed è così che a partire da un itinerario comune si sono sviluppate, in alcuni passaggi, due risposte e proposte differenti, che ci hanno comunque consentito di portare a compimento il progetto "ideale" virtuale originale e di vedere che ci sono sempre svariate soluzioni e possibilità.

Siamo motivate ad affinare e migliorare *Virtual gym*...ci sono già in cantiere degli *upgrade*!

