

# Didattica a cielo aperto



**un'opportunità per tutti**

# Fare scuola all'aperto

Chi?

Tutti i docenti con tutti gli alunni

# Fare scuola all'aperto

## Che cosa?

- La maggior parte degli argomenti disciplinari sono riconducibili ad esperienze dirette con l'ambiente.
- L'ambiente stesso offre occasioni irripetibili e irrinunciabili di sperimentazione sensoriale, motoria...

# Fare scuola all'aperto

## Dove?

- In ambienti di interesse naturalistico, storico, geografico... il più possibile all'aria aperta.
- In prossimità di aree verdi adiacenti l'edificio scolastico.
- In aree lontane dalla scuola, in occasione di gite scolastiche.

# Fare scuola all'aperto

## Quando?

- In ogni periodo dell'anno.
- Ogni momento della giornata.
- Più volte la settimana.
- Sempre nei momenti di intervallo.

# Fare scuola all'aperto

## Perché?

- Per introdurre variazioni metodologiche a favore di una didattica inclusiva.
- Perché oltre l'orario scolastico sono pochissime le occasioni che hanno i ragazzi di trascorrere tempo all'aria aperta.
- Per rispettare la nostra predisposizione biologica a ricercare il contatto con le forme naturali.
- Per il nostro benessere.

- L'educazione all'aperto coinvolge non solo le **abilità manuali** degli alunni, ma stimola anche le **conoscenze scientifiche** e lo sviluppo del **pensiero logico**, implica attenzione ai tempi d'attesa e maturazione di **capacità previsionali**.
- Le percezioni visive, tattili, uditive, gustative, olfattive, cinestesiche, gli spazi, le dimensioni, i tempi, i movimenti, sono gli strumenti fondamentali per una corretta interpretazione del mondo reale e del mondo simbolico.
- L'**ambiente naturale** si impara a viverlo prima emotivamente, poi razionalmente.
- La fruizione dell'ambiente naturale come strumento educativo, facilita l'integrazione **uomo-ambiente**, accrescendo la partecipazione alla gestione di un **bene comune** .
- L'ambiente naturale è accogliente e rigenerante

DSA - BES





# La Consensus Conference

La **Consensus Conference** raccomanda fortemente, in ogni processo valutativo e diagnostico di uno specifico DSA, di ricercare la presenza di altri disturbi frequentemente co-occorrenti (altri disturbi specifici di apprendimento, ansia, depressione, disturbi del comportamento, ADHD, disprassie, ecc.). La raccomandazione intende proporre un percorso diagnostico solo per quei disturbi che il clinico suppone presenti in base alla raccolta anamnestica (personale e contestuale-ambientale) e agli esami strumentali eseguiti.

**Comorbilità**  
**Sindromi overlapping**  
**Correlati comportamentali**

# Comorbilità

**Compresenza di patologie diverse in uno stesso individuo** o, più precisamente, il fenomeno per cui un paziente che è in cura per una patologia presenta anche un'altra o più malattie, non direttamente causate dalla prima, che condizionano la terapia, gli esiti della patologia principale, la qualità di vita del paziente.

Contemporaneità o concomitanza della presenza di più disturbi in assenza di una relazione tra loro di tipo causale o monopatogenetica

# Sindromi overlapping

Sindromi, disturbi di minore entità che si associano e si sovrappongono ad un disturbo principale, amplificandone la manifestazione.

# Comorbilità – Sindromi overlapping

La comorbilità tra disturbi specifici di apprendimento e disturbi psicopatologici può arrivare anche al 50% dei casi.

## Disturbi esternalizzati

- ↳ Disturbi da deficit di attenzione e/o con iperattività (ADHD)
- ↳ Disturbi oppositivi- provocatori
- ↳ Disturbi della condotta

## Disturbi internalizzati

- ↳ Disturbi d'ansia (attacchi di panico, disturbo di ansia di separazione, fobie semplici, fobia sociale)
- ↳ Disturbi somatoformi
- ↳ Disturbi dell'umore

# Correlati comportamentali

- Demoralizzazione
- Depressione
- Frustrazione
- Aggressività
- Isolamento
- Scarsa autostima
- Scarse abilità sociali
- Disturbi dell'alimentazione
- Inibizione intellettuale
- Ansia
- Disturbi dell'umore
- Disturbi del sonno
- Bullismo
- Senso di colpa
- Vissuto di inadeguatezza
- Rabbia

# Difficoltà “trasversali” legate all’attività didattica

- Attenzione
- Concentrazione
- Memoria



# Per quanto tempo??!!

La gamma di problemi psicologici che possono presentare i ragazzi con DSA è molto varia e si manifesta già a partire dalla scuola primaria, per poi modificarsi nel tempo. Poiché il disturbo in forme più o meno nascoste e compensate, può persistere per tutta la vita continuando ad essere fonte di stress, le ricadute sul benessere psicologico si possono trovare a qualsiasi età, in forme assai diverse dal punto di vista quantitativo e qualitativo.



# Il modello bio-psico-sociale ICF

**Fattori ambientali** : ambiente fisico e sociale in cui le persone vivono e conducono la loro esistenza.

Modificando i **fattori ambientali** possiamo ottenere un **miglioramento delle performance** dell'individuo e successivamente una **implementazione delle capacità**.

# Ambiente fisico e sociale



L'ambiente scuola e l'ambiente classe non sono solo spazi fisici né possono essere spazi deputati solo all'apprendimento.

La qualità degli apprendimenti è condizionata dalle modalità relazionali dell'ambiente classe. Lo sviluppo della personalità è l'effetto dell'interconnessione tra la struttura dell'individuo e il contesto ambientale in cui vive. La struttura dell'ambiente ecologico è definita da Bronfenbrenner (1986) come un insieme di sistemi (microsistemi, mesosistemi, esosistemi, macrosistemi) che agiscono sull'individuo a diversi livelli.

# Obiettivi della scuola

Gruppo di apprendimento **equieterogeneo**,  
tutti uguali , tutti diversi.

- La scuola deve avere come obiettivo ultimo la promozione dei processi attraverso cui si costruiscono le conoscenze e se ne generano di nuove.
- L'obiettivo è lo scopo che si vuole raggiungere mediante l'esperienza dell'apprendimento: ciò che l'allievo **deve sapere** (ambito cognitivo), **saper fare** (campo pratico-produttivo) e **saper essere** (aspetti socio-emotivi) al termine di un intervento educativo/didattico.



# Attenzione



L'attenzione è il processo attraverso il quale alcune porzioni dell'informazione sensoriale vengono codificate ed elaborate mentre altri aspetti della realtà vengono trascurati. (Valenza & Simion 2002)

I nostri sensi raccolgono continuamente un'enorme massa di stimoli e di informazioni provenienti dall'ambiente esterno ed interno, che sono elaborati dai centri sottocorticali senza che noi ce ne accorgiamo.

Solo una piccola parte di queste informazioni raggiunge la corteccia cerebrale ed affiora alla coscienza, accendendo così la nostra attenzione. L'attenzione si focalizza su alcuni aspetti del mondo che per qualche ragione ci appaiono importanti.

Le nostre facoltà di **memoria** e di **concentrazione** *tendono verso l'origine dello stimolo.*

L'attenzione è filogeneticamente adattativa e si è evoluta nell'uomo in risposta ad esigenze di sopravvivenza elementare, sviluppando configurazioni di **reti neurali** caratteristiche, corrispondenti a **diverse modalità con cui l'attenzione si manifesta**

# Attenzione diretta

L'attenzione diretta è la capacità di attivare uno stato di allerta o di saper orientare l'attenzione verso l'oggetto che l'ha suscitata. E' un tipo di **attenzione funzionale**, al servizio di ciò che stiamo facendo, che **necessita di uno sforzo psichico per essere mantenuta nel tempo**. E' l'attenzione che ci **serve per svolgere un compito** o per portare a termine un lavoro.

# Attenzione aperta (involontaria)

L'attenzione aperta è uno  
**stato di vigile consapevolezza.**



Attenzione diretta

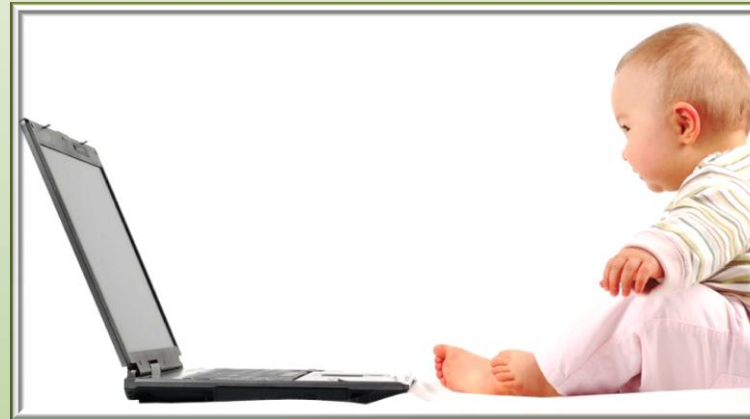
e

attenzione aperta

non sono stati mentali co-estensivi:

l'attenzione diretta **limita**

l'attenzione aperta.



Bambini e ragazzi eccedono costantemente nel ricorso all'attenzione diretta per l'iperstimolazione di vista e udito in ambienti artificiali e/o strutturati.

L'attenzione aperta permette all'attenzione diretta di riposarsi e rigenerarsi fino a tornare ai livelli normali di efficienza.

Mancano quasi completamente occasioni di attenzione aperta, indiretta, diffusa.

# Cosa promuove l'attenzione aperta?

L'immersione in un ambiente naturale

La natura provoca una sollecitazione diffusa di tutti i sensi che rilassa, dà pace, è rigenerante.

La natura induce **“fascinazione involontaria”,  
attenzione aperta.**



Gli ambienti naturali esercitano un fascino che permette all'attenzione diretta di riposare e rigenerarsi.

Se la capacità di rigenerazione dipende dal contatto con un certo contesto naturale (wilderness), è necessario offrire la possibilità di immergersi in tale ambiente.



# Aspetti psicologici

La **depressione**, l'**ansia**, la **rabbia**, gli **atteggiamenti oppositivi** o di **rifiuto** o anche di **disturbo**, possono essere ridotti solo agendo all'origine, sul benessere psicologico, che dipende dal senso di *sicurezza e autostima* del ragazzo. La compensazione psicologica è mediata anche dalla scoperta e dalla valorizzazione delle abilità che i ragazzi con DSA spesso hanno. Possono sviluppare abilità creative e talora geniali in campi disparati, dall'arte alla grafica, alla musica, alle attività pratiche, alla architettura e all'ingegneria.

# Autostima

Il più comune e ricorrente sintomo dei bambini e degli adolescenti DSA è un **basso livello di autostima** accompagnato dalla costante convinzione o paura di essere considerati “Stupidi” o “Pigri”.



# Autostima

*Autostima come schema cognitivo-comportamentale appreso, multidimensionale, che si basa sulla valutazione espressa da un individuo delle esperienze e dei comportamenti passati e che influenza i suoi comportamenti attuali e predice quelli futuri.*

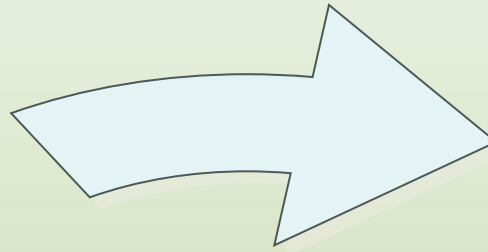
(Bracken 1993)

Il confronto sociale viene utilizzato per valutare le proprie capacità

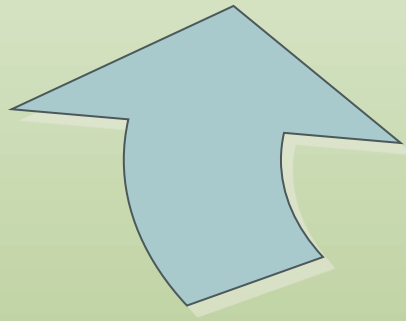


# Autostima a scuola

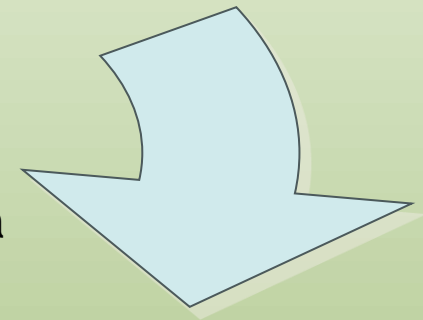
1. Funzionamento scolastico problematico



2. Prestazione scolastica inadeguata

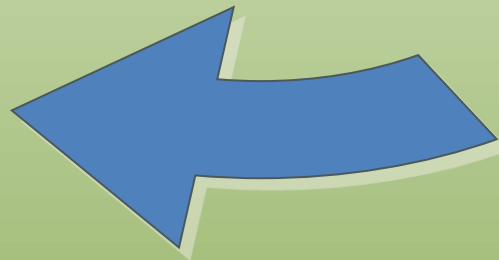


“Il funzionamento scolastico rappresenta uno dei più importanti fattori nel condizionare l'autostima nel corso dell'infanzia e dell'adolescenza”



3. Scarsa motivazione

4. Rinforzo negativo familiare (difficoltà relazionali) e degli insegnanti (modalità pedagogica-educativa non coerente)



# Autostima

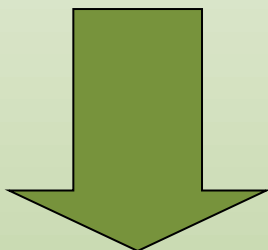
La stima che i bambini hanno di sé **può variare notevolmente da un ambito all'altro** e può modificarsi nel tempo.

(Harter 1987)



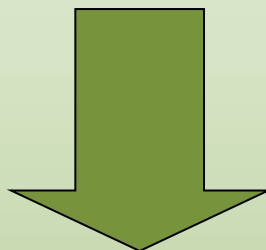
Atteggiamento che ognuno di noi ha  
nei confronti di se stesso.

**SOTTOVALUTAZIONE**



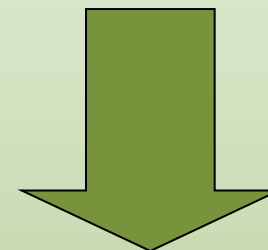
La persona vede  
solo i suoi difetti

**AUTOSTIMA**



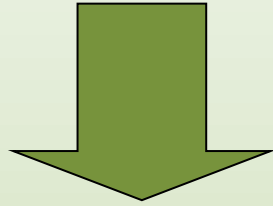
La persona vede  
sia i suoi pregi  
che i suoi difetti

**SOPRAVVALUTAZIONE**



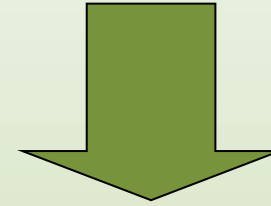
La persona vede  
solo i suoi pregi

**IMMAGINE  
GLOBALE DEL SE'**



Visione generale che  
un soggetto ha di  
sé stesso come somma  
di giudizi e convinzioni.

**IMMAGINE  
SPECIFICA DEL SE'**



Immagini specifiche del  
sé differenziate per  
ambiti settoriali:  
aspetto fisico,  
rapporto con i coetanei,  
abilità scolastiche,  
capacità sportive.

L'autostima cresce anche attraverso il vivere una serie di relazioni interpersonali significative, che confermino il valore dell'alunno come persona, al di là dei suoi successi scolastici.

# Autostima



Creare occasioni che permettano di sperimentare facilmente dei successi, allo scopo di rendere l'apprendimento il più gratificante possibile. Aumentare il senso di autoefficacia: è la percezione delle proprie capacità di raggiungere il successo nell'esecuzione di un compito, cioè il senso di competenza, di “potercela fare”.

# Didattica a cielo aperto

- Apprendimento facilitato
- Esperienza diretta
- Dall'apprendimento reale a quello simbolico:

Saper essere

Saper fare

Sapere



# Depressione, disturbi dell'umore


## La serotonina, “ormone del buonumore”

La serotonina è un neurotrasmettitore molto importante per il nostro benessere, coinvolto in numerose e importanti funzioni biologiche. I recettori per la serotonina **influenzano vari processi biologici e neurologici**, come l'aggressività, ansia, appetito, conoscenza, apprendimento, memoria, umore, nausea, sonno e termoregolazione.

La serotonina è fondamentale anche nella regolazione dei **ritmi circadiani**, ovvero quelli che presiedono all'alternanza di sonno e veglia, poiché è un precursore della melatonina.

L'attività fisica all'aria aperta favorisce la produzione di serotonina





Le camminate e l'esercizio fisico innalzano il livello di serotonina

Sono sufficienti **30 minuti di camminata al giorno, all'aria aperta** per incrementare la sensazione di benessere e di relax.

L'esposizione alla luce naturale aiuta la sintesi della serotonina



# Ansia, aggressività

## Endorfine: ormoni della felicità

Le endorfine sono un gruppo di ormoni peptidi che vengono rilasciati dal cervello influenzando positivamente lo stato emotivo.

Il movimento permette di scaricare la tensione muscolare e di stimolare la produzione di endorfine

Anche la risata, l'abbraccio e il contatto fisico in generale provocano il rilascio di endorfine

An aerial photograph of a mountain valley with a central lake. The image is overlaid with several text bubbles. A central light green bubble contains the word 'naturalistica'. Surrounding it are seven blue bubbles containing the words: 'spaziale', 'esistenziale', 'personale', 'corporeo cinestesica manuale', 'musicale', 'logico-matematica', and 'linguistica'.

linguistica

spaziale

esistenziale

naturalistica

logico-  
matematica

personale

musicale

corporeo  
cinestesica  
manuale

- Queste intelligenze possono essere sviluppate, **favorite e potenziate tramite l'esercizio.**
- Naturalmente, a livello educativo, ognuno di noi sarà più propenso e facilitato ad apprendere se il contenuto dell'apprendimento sarà presentato secondo le modalità proprie del tipo di intelligenza a cui si è maggiormente predisposti
- E' importante favorire lo sviluppo ed il potenziamento di ognuna delle diverse intelligenze, pensando ad attività ed esercizi ad hoc.
- Ogni materia e contenuto didattico può essere presentato secondo modalità proprie di ogni specifica intelligenza



Favorire lo sviluppo dell' intelligenza naturalistica è semplice. Basta creare occasioni affinché il bambino possa venire a contatto con la natura, gli animali, le piante. Facendogli vivere e sperimentare la vita all'aria aperta e approfondendo argomenti ad essa collegati.



# Intelligenza naturalistica



Capacità di riconoscimento e la  
classificazione di oggetti naturali

# Intelligenza naturalistica

L'abilità di entrare in connessione profonda con il mondo vivente e di apprezzare l'effetto che questa relazione ha su di noi e sull'ambiente stesso.

*(Multiple Intelligences Theory)*

# Chi ha una spiccata intelligenza naturalistica manifesta:

- comunione con la natura
- sensibilità verso flora e fauna
- amore per l'allevamento di animali o la coltivazione di piante
- cura e interazione con creature viventi
- apprezzamento dell'impatto della natura su di sé e di sé sulla natura
- amore per le attività all'aria aperta
- saper riconoscere e classificare oggetti naturali





L'istinto fondamentale che presiede alla buona relazione degli esseri umani con il mondo vivente è la **biofilia**.



La **biofilia** è l'innata tendenza degli esseri umani a farsi attrarre dalle diverse forme di vita e in alcuni casi ad affiliarvisi emotivamente.

Il **sentimento di affiliazione** è una particolare manifestazione dell'**empatia**, qui intesa come la capacità di sentire, comprendere e condividere i pensieri e le emozioni di un'altra persona. Da un punto di vista ontogenetico, l'empatia si evolve con lo sviluppo psichico del bambino.



# EDUCARE ALL'IDENTITA', ALL'ALTERITA', ALLA DIVERSITA'

La natura prevede la diversità, in ogni sua manifestazione, e la pone come normalità.



Per un insegnamento più accogliente e rispettoso delle differenze



Promuovere negli studenti la conoscenza della diversità



# “Nature deficit disorder”

Se i bambini non hanno un adeguato rapporto con la natura, la biofilia non viene stimolata e l'intelligenza naturalistica si atrofizza, provocando danni nello sviluppo fisico e psichico.

E' necessario quindi che la pedagogia dell'intelligenza naturalistica ritrovi la sua vocazione originaria, educando le persone a riconoscere le peculiarità dello stato vivente della materia in tutte le sue manifestazioni.

La vita è un fenomeno naturale diverso e unico rispetto a tutto il resto.

# Cosa si può fare all'aria aperta??!!

- *Arrampicarsi su un albero*
- *Rotolare giù da una grande collina*
- *Costruire un rifugio*
- *Far rimbalzare i sassi sull'acqua*
- *Stare sotto la pioggia*
- *Pescare con il retino*
- *Mangiare una mela appena colta dall'albero*
- *Fare una torta di fango*
- *Lanciare palle di neve*
- *Seppellire qualcuno sotto la sabbia*
- *Organizzare una gara di lumache*
- *Stare in equilibrio su un albero caduto*
- *Dondolarsi da una corda*
- *Richiamare un gufo imitando il suo verso*
- *Guardare dentro un albero*
- *Correre a braccia aperte facendo l'aeroplano*
- *Fischiare usando un filo d'erba*
- *Guardare l'alba*
- *Dar da mangiare a un uccello dalla mano*
- *Andare a caccia di insetti*
- *Cercare uova di rana*
- *Fare una passeggiata nel bosco di notte*
- *Piantare qualcosa, coltivarla e mangiarla*
- *Accendere un fuoco senza fiammiferi*
- *Giocare a scivolare nel fango*
- *Costruire trappole*



# Seduto nel prato *osservo...*



- Cose che si vedono e si sentono
- Cose che si vedono, ma non si sentono
- Cose che si sentono, ma non si vedono
- Cose che accadono, ma che non si vedono né si sentono ...

- La linfa che si diffonde
- I fiocchi di neve che si formano e cadono
- Il levarsi del sole
- Il sorgere della luna
- La rugiada sull'erba
- Un seme che germoglia
- La mitosi
- Una mora che matura
- Il legno che si fossilizza
- Il ragno che tesse la propria tela
- La foglia che cambia colore
- La trota che depone le uova

# Luoghi di interesse storico, geografico, geologico, naturalistico...

La morena della Serra

La grotta di Bercovei

La linea del Canavese (Insubrica)

Grande Traversata del Biellese

Le vie della Fede

Le valli

Edilizia rurale

Castagneti

Riserva Naturale speciale Bessa –  
Baragge

Parco Burcina

Rifugio asinelli

Sacro monte di Oropa

Parchi avventura

Giardino botanico di Oropa

Rifugi alpini

La Trappa

Il castello di Roppolo

Aziende agricole

Piste da sci

Itinerari ciaspole

Ippovie

Cammino di oropa

Brughiera

Torbiera

Lago di Viverone

# Approfondimenti...

- “L’ultimo bambino dei Boschi” Richard Louv - Rizzoli editore
- “A piedi nudi nel verde” Albertina Oliviero, Anna Oliviero Ferraris – Giunti editore
- “La volpe e la bambina” (film)



“ Per una persona che non conosce la storia naturale, le passeggiate in campagna o in riva al mare rappresentano una camminata in una galleria piena di meravigliose opere d’arte, nove decimi delle quali sono però messe al contrario”

Thomas Huxley





« Troverai più nei boschi che nei libri. Gli alberi e le rocce ti insegneranno cose che nessun maestro ti dirà. »

Bernardo di Chiaravalle  
*Epistola 106 n.2*





Fa' della natura la tua maestra

# Grazie per l'attenzione!

