



# Programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base

Berna, 24 settembre 2014



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'economia,  
della formazione e della ricerca DEFR  
**Segreteria di Stato per la formazione,  
la ricerca e l'innovazione SEFRI**



La Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione (SEFRI),

visto l'articolo 53 capoverso 1 dell'ordinanza del 23 maggio 2012<sup>1</sup> sulla promozione dello Sport e dell'attività fisica (OPSpo),

emana il seguente programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base:

### **Sigla editoriale**

Progetto pedagogico	Christoph Conz, André Gogoll, Jürg Körner, Robinson Müller, Roland Müller
Gruppo direttivo	Professionisti del mondo dello sport delegati dai partner della formazione professionale
Gruppo di lavoro specializzato	Docenti di educazione fisica della formazione professionale di base, delegati dai partner della formazione professionale
Progetto	Layout: Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione SEFRI Foto/grafici: Ufficio federale dello sport UFSPÖ
Editore	Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione SEFRI, Berna <a href="http://www.sbf.admin.ch">www.sbf.admin.ch</a>
Distribuzione	UFCL, vendita pubblicazioni federali, CH-3003 Berna <a href="http://www.bundespublikationen.admin.ch">www.bundespublikationen.admin.ch</a> No 705.1284.i
Versione	1 <sup>a</sup> edizione, novembre 2014

---

<sup>1</sup> RS 415.01



# Indice

1	Insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base .....	1
2	Obiettivi dell'insegnamento dell'educazione fisica .....	3
2.1	Doppio ruolo pedagogico dell'insegnamento dell'educazione fisica .....	3
2.2	Accento sul contesto professionale .....	4
3	Ambiti d'attività .....	5
3.1	Gioco: giocare e vivere la tensione emotiva .....	6
3.2	Competizione: fornire prestazioni e misurarsi .....	6
3.3	Espressione: creare e rappresentare .....	7
3.4	Sfida: sperimentare e acquisire sicurezza .....	7
3.5	Salute: compensare e prevenire .....	8
4	Competenze .....	9
4.1	Competenze disciplinari e competenze trasversali .....	9
4.2	Obiettivi di apprendimento .....	10
5	Insegnamento .....	16
5.1	Organizzazione dell'insegnamento .....	16
5.2	Sicurezza e prevenzione degli infortuni .....	17
6	Qualifica delle persone in formazione .....	18
6.1	Mandato di qualifica .....	18
6.2	Valutazione delle competenze nell'insegnamento dell'educazione fisica .....	18
7	Qualità .....	19
7.1	Gestione della qualità .....	19
7.2	Programma d'istituto per l'educazione fisica .....	19
8	Disposizioni finali .....	21
9	Allegato .....	22
9.1	Glossario (#) .....	22
9.2	Riferimenti .....	23



# 1 Insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base

## Obbligatorietà

La legge sulla formazione professionale (LFPr)<sup>2</sup> elenca all'articolo 15 le qualifiche che devono essere acquisite al termine di una formazione professionale di base per poter svolgere una professione. Il capoverso 5 dell'articolo 15 stabilisce che l'insegnamento dell'educazione fisica è disciplinato dalla legge sulla promozione dello sport (LPSp)<sup>3</sup>. L'articolo 12 capoverso 2 LPSp sancisce che l'insegnamento dell'educazione fisica è obbligatorio nel livello secondario II.

L'articolo 51 dell'ordinanza sulla promozione dello sport (OPSp)<sup>4</sup> introduce l'obbligatorietà dell'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base nel modo seguente:

*«Per gli apprendisti che frequentano una formazione professionale di base della durata da due a quattro anni secondo la legge federale del 13 dicembre 2002 sulla formazione professionale, l'insegnamento regolare dell'educazione fisica nelle scuole professionali di base è obbligatorio.»*

## Volume

L'articolo 52 capoversi 1 e 2 OPSp regola e differenzia il volume minimo dell'insegnamento dell'educazione fisica obbligatorio sulla base dell'offerta e della durata della formazione professionale:

*«<sup>1</sup> Per la formazione di base a impostazione aziendale l'insegnamento dell'educazione fisica comprende:*

- a. se l'insegnamento scolastico prevede meno di 520 lezioni l'anno di cultura generale e in materie professionali specifiche: almeno 40 lezioni di educazione fisica oltre a detto insegnamento;*
- b. se l'insegnamento scolastico prevede 520 o più lezioni l'anno di cultura generale e in materie professionali specifiche: almeno 80 lezioni di educazione fisica oltre a detto insegnamento.*

*<sup>2</sup> Per la formazione di base a impostazione scolastica l'insegnamento dell'educazione fisica comprende almeno 80 lezioni per anno scolastico.»*

La Segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione (SEFRI) stabilisce il numero di lezioni relative all'insegnamento obbligatorio dell'educazione fisica nelle ordinanze sulla formazione professionale di base conformemente all'OPSp e regola o approva la ripartizione per anno scolastico.

## Programma quadro d'insegnamento

Il programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica (PQ Educazione fisica) si attiene agli obiettivi di formazione generali della materia educazione fisica e li attua nel contesto della formazione professionale di base. In essa sono rappresentati i requisiti e le relative competenze che devono essere raggiunte nell'insegnamento dell'educazione fisica in ogni ambito d'attività. Allo stesso modo viene inoltre stabilito in che modo debbano essere attuate le qualifiche per l'educazione fisica.

L'articolo 53 OPSp delega alla SEFRI il compito di emanare un programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica, dopo aver consultato il parere degli esperti e in collaborazione con l'Ufficio federale dello sport (UFSpO).

Basandosi sul PQ Educazione fisica, le scuole professionali hanno l'obbligo di elaborare un programma d'insegnamento dell'educazione fisica, in seguito indicato come programma d'istituto per

---

<sup>2</sup> RS 412.10

<sup>3</sup> RS 415.0

<sup>4</sup> RS 415.01



l'educazione fisica (#<sup>5</sup>), che tenga conto delle formazioni professionali di base delle persone in formazione e delle possibilità di attuazione dell'insegnamento dell'educazione fisica.

I Cantoni hanno il compito di verificare la qualità dei programmi d'istituto e della loro attuazione.

---

<sup>5</sup> # Questo simbolo indica che il concetto è definito nel punto 9.1 del glossario

---



## 2 Obiettivi dell'insegnamento dell'educazione fisica

### 2.1 Doppio ruolo pedagogico dell'insegnamento dell'educazione fisica

In sintonia con il compito formativo-educativo della scuola professionale, l'insegnamento dell'educazione fisica svolge un doppio ruolo pedagogico:

- le persone in formazione devono essere guidate alla conoscenza della cultura dello sport e dell'attività fisica #; e
- devono lavorare al proprio sviluppo in maniera generale e continua mediante lo sport e l'attività fisica.

Questi due aspetti non possono essere considerati separatamente: il particolare contributo fornito dall'insegnamento dell'educazione fisica permette alle persone in formazione sia di avvicinarsi alla cultura dello sport e del movimento sia di lavorare in maniera globale al miglioramento della propria personalità dal punto di vista fisico, motorio, sociale, cognitivo ed emozionale.

#### Avvicinamento alla cultura dello sport e dell'attività fisica

L'insegnamento dell'educazione fisica, in forza del suo mandato pedagogico di avvicinamento alla cultura dello sport e dell'attività fisica, si pone l'obiettivo di consentire alle persone in formazione di partecipare in maniera autonoma, responsabile, gratificante e possibilmente duratura # all'attuale cultura dello sport e dell'attività fisica («capacità operativa nello sport» #).

Per poter raggiungere quest'obiettivo, l'insegnamento dell'educazione fisica trasmette le abilità fisiche, le conoscenze e i comportamenti necessari e risveglia l'interesse delle persone in formazione per lo sport e l'attività fisica al fine di svilupparne il potenziale e sensibilizzarle nei confronti di un esercizio sicuro dell'educazione fisica. L'insegnamento dell'educazione fisica sostiene le persone in formazione nella scoperta della molteplicità dello sport e dell'attività fisica influenzando in maniera positiva l'attività sportiva personale.

In questo modo l'insegnamento dell'educazione fisica trasmette delle competenze globali, necessarie alle persone in formazione per partecipare attivamente alla cultura dello sport e dell'attività fisica e per prendere decisioni ad essa correlate in modo autonomo e responsabile sul piano sociale.

#### Sostegno allo sviluppo attraverso lo sport e l'attività fisica

I giovani che seguono una formazione professionale di base si trovano a dover affrontare diverse situazioni legate al loro sviluppo:

- distacco dalla casa genitoriale;
- costruzione di nuove relazioni con coetanei di entrambi i sessi;
- sviluppo e comprensione dei ruoli di genere;
- accettazione dei cambiamenti fisici e di un impiego funzionale del proprio corpo;
- sviluppo di qualifiche professionali;
- responsabilità personale nella gestione del tempo libero e del consumo (p.es. media, alcol e droga);
- sviluppo di un sistema di norme e valori.

La gestione di queste situazioni pone i ragazzi di fronte a sfide complesse, permette loro di costruire la propria identità e ne influenza il comportamento in maniera costante.

Il compito pedagogico di sostenere globalmente lo sviluppo per mezzo dello sport e dell'attività fisica mira ad aiutare le persone in formazione nell'applicare i risultati ottenuti grazie all'insegnamento dell'educazione fisica a ogni ambito di vita # (mondo del lavoro, scuola professionale, tempo libero) e



a tutti i livelli relazionali # (individuo, società, ambiente) per contribuire alla realizzazione di una capacità operativa generale.

Per raggiungere questo scopo, l'insegnamento dell'educazione fisica prevede delle attività di movimento e comportamento che, mediante la loro attuazione pratica, permettono alle persone in formazione di vivere esperienze importanti per il proprio sviluppo. In questo modo l'insegnamento dell'educazione fisica non mira semplicemente allo sviluppo fisico e motorio, bensì permette alle persone in formazione di conoscere meglio il proprio corpo e di prestare maggiore attenzione alla propria salute. I ragazzi imparano quindi a impegnarsi, a porsi degli obiettivi e a perseguirli, a collaborare, ad avere fiducia nelle proprie capacità, a essere determinati, a sapersi esprimere, ad acquisire una maggiore autoconsapevolezza e a riflettere sulle proprie azioni.

## 2.2 Accento sul contesto professionale

Come previsto dal suo mandato pedagogico, l'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base prende spunto dagli ambiti di vita e dai livelli relazionali delle persone in formazione, ponendo l'accento su aspetti diversi.

In particolare, l'accento sul contesto specifico «mondo del lavoro» fornisce preziose possibilità di collegamento con gli obiettivi formativi: condizioni gravose e aspettative sul posto di lavoro, per esempio, possono essere tematizzate mediante la trasmissione di conoscenze relative alla gestione dello stress, così come è possibile esercitare delle tecniche di movimento idonee nel quadro del tema «sollevare e trasportare».

Per poter sfruttare il potenziale che deriva dal porre l'accento su questi contesti specifici, gli obiettivi dell'educazione fisica e della formazione professionale dovrebbero riallacciarsi gli uni agli altri laddove ciò risulti sensato a livello pedagogico e compatibile con l'insegnamento. Questo vale, in particolare, per la trasmissione di competenze che, seppur rientranti nell'insegnamento dell'educazione fisica, richiedono al contempo abilità fisiche, conoscenze e comportamenti direttamente collegati a un'attività professionale o che possono essere impiegate in maniera indiretta o a fini preventivi.



Grafico 1:  
Mandato pedagogico  
e accenti

### 3 Ambiti d'attività

L'odierna cultura dello sport e dell'attività fisica si è evoluta nel tempo e include ora vari tipi di sport e forme di attività fisica. Considerando questo sviluppo e questa varietà è possibile raggruppare le principali caratteristiche della cultura sportiva e dell'attività fisica in ambiti d'attività sovraordinati.

Ogni ambito d'attività è caratterizzato da una propria forma culturale e da incentivi al movimento propri, e può essere descritto sulla base delle sue caratteristiche:

- **Gioco**  
giocare e vivere la tensione emotiva
- **Competizione**  
fornire prestazioni e misurarsi
- **Espressione**  
creare e rappresentare
- **Sfida**  
sperimentare e acquisire sicurezza
- **Salute**  
compensare e prevenire

#### Obiettivi pedagogici

Ai fini di un'ulteriore concretizzazione, per ogni ambito d'attività sono previsti obiettivi prioritari dal punto di vista pedagogico.

#### Requisiti

Per ogni ambito d'attività, sulla base degli obiettivi sono stati definiti tre requisiti il cui scopo è portare al raggiungimento dell'autonomia e della capacità operativa necessarie per l'esecuzione di determinati contenuti legati allo sport e all'attività fisica. Gli obiettivi sono disposti in ordine di complessità crescente e si riferiscono a:

- **acquisizione di abilità di base**  
(attività di movimento mirate);
- **sviluppo**  
(analisi e miglioramento);
- **creatività**  
(attività autonoma e adeguata).

I cinque ambiti d'attività della cultura dello sport e dell'attività fisica contemporanea di seguito descritti, insieme alle loro caratteristiche, agli obiettivi pedagogici e ai requisiti, costituiscono la base per l'orientamento delle competenze.



Grafico 2:  
Ambiti d'attività  
e requisiti





### 3.1 Gioco: giocare e vivere la tensione emotiva

#### Caratteristiche

Il gioco è una forma di comportamento umano autonomo presente in tutte le culture. A differenza della natura finalizzata al raggiungimento di un obiettivo tipica del lavoro, il gioco è fine a se stesso e trae il proprio stimolo dall'esperienza di gioco del singolo partecipante. Il gioco permette di sperimentare, di provare gioia, divertimento e di realizzarsi facendo (flow #). La tensione emotiva viene vissuta intensamente proprio quando l'esito del gioco, ciò che si raggiunge o non si raggiunge, rimane incerto. Queste caratteristiche legate all'esperienza sono riconducibili anche al rispetto o all'adeguamento delle regole da parte dei giocatori e al fatto che, grazie alla libertà di attuazione, chiunque possa partecipare al gioco. I giochi possono essere svolti in gruppo, in coppia o da soli e, grazie alle emozioni vissute o trasmesse, rendono possibile la creazione di svariati contatti sociali ed esperienze.

#### Obiettivi pedagogici

L'obiettivo principale di quest'ambito d'attività è permettere alle persone in formazione di vivere giochi noti e nuovi come attività autonoma ed emozionante. Inoltre, le persone in formazione devono essere in grado di modificare il carattere del gioco adeguandone le regole in modo consapevole e devono poter dedurre o sviluppare proprie forme di gioco.

Oltre all'acquisizione delle competenze disciplinari # necessarie, è fondamentale la promozione delle competenze sociali per permettere alle persone in formazione di apprendere i comportamenti sociali legati allo sport e ad altri ambiti di vita (mondo del lavoro, scuola professionale e tempo libero). Tra questi, in particolare, la correttezza, il giudizio morale, la capacità di risolvere conflitti e di lavorare in team, tutte competenze sociali che si esprimono nella comprensione, nella gestione, nella creazione e nello sviluppo creativo delle regole di gioco.

#### Requisiti

- Giocare da soli, in coppia o in gruppo
- Analizzare e adeguare i giochi, le tattiche e le regole
- Modificare i giochi, crearne di nuovi e creare occasioni di gioco

### 3.2 Competizione: fornire prestazioni e misurarsi

#### Caratteristiche

Lo sforzo legato alla prestazione, il miglioramento delle prestazioni, il confronto dei risultati raggiunti e la prospettiva del successo nella competizione sono tutti aspetti legati allo sport, che vanno di pari passo con la scoperta dei propri limiti e il desiderio di superarli mediante la pratica e l'allenamento. Nello sport i progressi conseguiti sono facilmente individuabili e riconoscibili come frutto dell'impegno personale. Le prestazioni sperimentate in ambito sportivo sono particolarmente importanti a livello personale e contribuiscono in maniera fondamentale allo sviluppo della motivazione e dell'autostima. Ciò è ancora più evidente quando lo sviluppo delle capacità sportive viene confrontato a livello personale o in gruppo.

Le situazioni di competizione sono tanto più stimolanti quanto più le possibilità di successo sono equilibrate. Per l'insegnamento dell'educazione fisica ciò significa che i criteri di valutazione delle prestazioni durante le competizioni sono tali da permettere, anche a chi è più debole sotto il profilo fisico e motorio, di provare l'emozione della sfida e perfino della vittoria.



### **Obiettivi pedagogici**

L'obiettivo pedagogico è far conoscere alle persone in formazione la soddisfazione che si prova nel migliorare le proprie prestazioni e la tensione emotiva del confronto sportivo. In questo ambito d'attività le persone in formazione ampliano le proprie abilità sportive con l'esercizio e l'allenamento, le impiegano in maniera mirata al successo e valutano la propria persona realisticamente. Sono in grado di migliorare in maniera sempre più autonoma e consapevole le proprie prestazioni sportive e di accrescere la propria capacità di resistenza. Le persone in formazione vengono poste in condizione di affrontare e organizzare competizioni sportive. Imparano a creare condizioni di uguaglianza adeguando, per esempio, i criteri delle prestazioni e considerano sotto la giusta luce le prestazioni carenti e i differenti risultati ottenuti in funzione del sesso o della costituzione fisica.

### **Requisiti**

- Conoscere, sperimentare e confrontare il rendimento
- Riconoscere, analizzare e migliorare i criteri legati alle prestazioni
- Organizzare, svolgere e partecipare a competizioni sportive

## **3.3 Espressione: creare e rappresentare**

### **Caratteristiche**

La varietà della cultura dello sport e dell'attività fisica comprende, oltre all'attività fisica orientata a un'esecuzione ottimale ed economica, anche forme per le quali il corpo è consapevolmente usato come mezzo espressivo. Tra queste si trovano l'impiego creativo delle varie attività fisiche e dei vari comportamenti, la creazione di nuove forme di attività fisica fino a giungere al linguaggio del corpo nella quotidianità. Lo sviluppo della molteplicità delle attività fisiche creative e le possibilità di espressione a esse correlate permettono di sentirsi bene nel proprio corpo.

### **Obiettivi pedagogici**

In questo ambito d'attività le persone in formazione prendono coscienza del proprio potenziale motorio e del linguaggio corporeo, ampliano il proprio repertorio di movimenti e, quindi, anche le proprie possibilità d'espressione. Sono in grado di comunicare in maniera intenzionale tramite il corpo e i movimenti. Le persone in formazione imparano a valutare quali forme di movimento sono espressive in base a determinati criteri percettivi e creativi. A livello di competenza personale # sono al primo posto il confronto con il proprio fisico e la creazione di una percezione positivo-realistica # del proprio corpo.

### **Requisiti**

- Ampliare il repertorio di movimenti, il linguaggio e l'espressione corporea
- Sviluppare e presentare forme di movimento e apprendere in tal modo un approccio creativo
- Osservare e valutare le forme di movimento proprie e altrui

## **3.4 Sfida: sperimentare e acquisire sicurezza**

### **Caratteristiche**

Nello sport le occasioni di attività fisica diventano sfide sportive se, per raggiungere il risultato, non si impiegano solamente fattori esterni ma - al contrario - si riesce a raggiungere un buon risultato con l'impiego delle proprie capacità.

Le sfide sportive si differenziano dalla normale attività fisica poiché il loro risultato dipende dalle abilità del singolo e la competizione fa provare lo stimolo dell'incertezza. In questo modo si intensifica anche la sperimentazione delle proprie capacità. Le sfide sportive in fondo sono spesso legate a esperienze di movimento nuove e insolite. Accanto alla consapevolezza di se stessi e a una valutazione realistica



delle singole situazioni, le persone in formazione rafforzano in modo particolare il sentimento di sicurezza. Per ogni livello di capacità e di prestazione vengono garantite le necessarie misure di sicurezza messe in pratica in maniera autonoma dai partecipanti (*cf.* 5.2 *sicurezza*).

### **Obiettivi pedagogici**

L'obiettivo pedagogico è far conoscere alle persone in formazione il fascino delle sfide sportive. Ciò presuppone che esse riconoscano il carattere competitivo dell'attività, che sappiano valutare eventuali pericoli e adottare le necessarie misure di sicurezza. Inoltre, le persone in formazione devono essere in grado di valutare correttamente le proprie capacità e la situazione e, in caso di necessità, richiedere l'intervento di altre persone. Quest'ambito d'attività ha tra l'altro lo scopo di promuovere la fiducia in se stessi e nelle proprie capacità, nonché nelle competenze e nel sostegno altrui.

### **Requisiti**

- Valutare le proprie capacità in maniera realistica e impiegarle rispettando le norme di sicurezza
- Sviluppare le proprie capacità e il sentimento di sicurezza, adottare misure di sicurezza
- Strutturare e affrontare in modo sicuro le sfide sportive

## **3.5 Salute: compensare e prevenire**

### **Caratteristiche**

Lo sport e l'attività fisica praticati correttamente forniscono numerose risorse per la salute a livello psichico, fisico e sociale e rappresentano un importante mezzo di prevenzione.

Lo sport e l'attività fisica combattono l'inattività e le sollecitazioni fisiche unilaterali e prevengono al contempo le patologie dovute a un'attività fisica carente. L'attività quotidiana, quella professionale e il tempo libero generano molteplici sollecitazioni mentali e fisiche che logorano in maniera continua le risorse e la capacità di reazione di molte persone. Lo sport e l'attività fisica forniscono un aiuto per potersi rilassare e rigenerare. Le risorse per la salute, come per esempio l'autostima e le relazioni sociali, si rafforzano con la pratica dello sport e dell'attività fisica, contrastando l'influsso negativo dello stress.

### **Obiettivi pedagogici**

L'obiettivo pedagogico è portare le persone in formazione a fare attività fisica e sport in modo sano, sicuro e in funzione delle proprie capacità fisiche. L'insegnamento dell'educazione fisica deve far conoscere la funzione equilibratrice dello sport e dell'attività fisica. Prendendo spunto dal proprio stato di salute durante l'attività professionale e il tempo libero, le persone in formazione imparano a sfruttare lo sport per far fronte a situazioni di inattività fisica o di sollecitazione unilaterale del corpo e rafforzare le proprie risorse psichiche, fisiche e sociali.

Sin da giovani devono imparare a considerare l'attività fisica come componente importante di uno stile di vita sano e conservare questo modo di vivere anche nell'età adulta.

### **Requisiti**

- Adottare un comportamento sportivo che promuova il benessere
- Mantenere e migliorare le proprie capacità fisiche
- Sfruttare il potenziale dello sport e dell'attività fisica in termini di prevenzione e di promozione della salute

## 4 Competenze

### 4.1 Competenze disciplinari e competenze trasversali

Gli ambiti d'attività della cultura sportiva e dell'attività fisica pongono le persone in formazione di fronte a sfide complesse che, per essere affrontate, richiedono un ampio repertorio di competenze. Per ogni ambito di attività è possibile definire le competenze disciplinari e trasversali # da promuovere:

- **Competenza disciplinare #**  
Abilità, conoscenze e capacità necessarie per operare in modo mirato
- **Competenza personale #**  
Motivazioni e percezioni personali necessarie per lo sviluppo della propria identità e delle proprie azioni
- **Competenza sociale #**  
Capacità necessarie per interagire a livello sociale (p.es. capacità di lavorare in team e di comunicare)
- **Competenza metodologica #** (competenza metodologica per l'apprendimento)  
Le capacità necessarie allo sviluppo personale per l'apprendimento autonomo, l'esercizio e l'allenamento (p.es. come posso migliorare il mio salto?)



Grafico 3:  
Competenze disciplinari e  
competenze trasversali



## 4.2 Obiettivi di apprendimento

L'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base è impostato in modo tale da permettere che tutte le persone in formazione possano acquisire, nel corso di ogni anno scolastico, le competenze disciplinari e trasversali nei cinque ambiti di attività (gioco, competizione, espressione, sfida e salute).

Di seguito sono riportati degli **esempi** di descrizioni delle competenze dedotte dai requisiti (rappresentazione matriciale: requisiti/competenze). Le descrizioni sono classificate in base alle quattro competenze (competenza disciplinare, personale, sociale e metodologica), e servono da **quadro d'orientamento (= parti in grigio)** per la stesura del programma d'istituto per l'educazione fisica.

Il corpo docente delle singole scuole professionali deduce dalle disposizioni del PQ Educazione fisica gli obiettivi di apprendimento (contenuti/competenze) e li attua nel programma d'istituto per l'educazione fisica. In tal modo garantisce che la pianificazione, lo svolgimento e la valutazione dell'insegnamento dell'educazione fisica siano orientati alle competenze. Oltre agli obiettivi di apprendimento dedotti dagli ambiti d'attività e dall'orientamento alle competenze, vanno considerati anche i seguenti fattori: valutazione e aspettative delle persone in formazione, infrastrutture scolastiche esistenti, dislocazione geografica della scuola professionale (lago, foresta, montagna, città), tradizioni regionali, punti di forza del corpo docente e possibilità per questi ultimi di lavorare in maniera interdisciplinare.

> Si veda il punto 9.2 dell'allegato Riferimenti:

«Il programma d'istituto per l'educazione fisica in cinque passi» e «Elaborazione dei contenuti del programma d'istituto per l'educazione fisica»

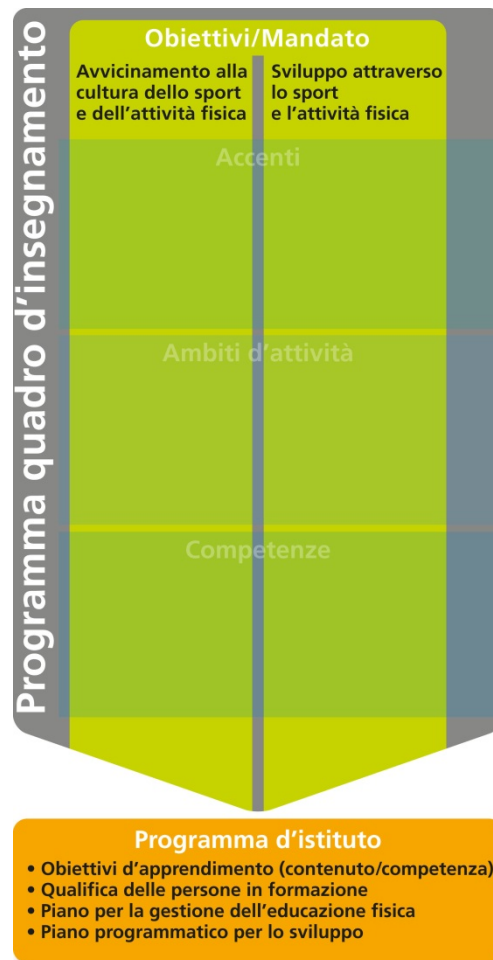


Grafico 4:  
Dal programma quadro  
al programma d'istituto



<b>Ambito d'attività</b>	<b>Gioco: giocare e vivere la tensione emotiva</b>
--------------------------	--

- Obiettivi pedagogici**
- Vivere il gioco come un'attività fine a se stessa e divertente
  - Comprendere, rispettare e gestire le regole del gioco
  - Adeguare il carattere del gioco per mezzo di modifiche consapevoli e creative delle regole
  - Dedurre e adeguare le forme del gioco o creare nuovi giochi
  - Acquisire comportamenti sociali nello sport e in altri ambiti della vita (correttezza, giudizio morale, capacità di risolvere i conflitti e di lavorare in team)

<i>Requisiti</i>	<i>Abilità di base:</i> <b>Giocare da soli, in coppia o in gruppo</b>	<i>Sviluppo:</i> <b>Analizzare e adeguare i giochi, le tattiche e le regole</b>	<i>Creatività:</i> <b>Modificare i giochi, crearne di nuovi e creare occasioni di gioco</b>
	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>
<b>Competenza disciplinare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono vari giochi (idee di gioco, regole)</li><li>• utilizzano e modificano le tecniche di base</li><li>• comprendono e utilizzano semplici comportamenti tattici</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• analizzano situazioni di gioco</li><li>• orientano il proprio comportamento per avere successo nel gioco</li><li>• modificano le regole del gioco nell'ottica del risultato</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sviluppano idee di gioco funzionali</li><li>• pianificano, organizzano e attuano attività di gioco</li></ul>
<b>Competenza personale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• valutano in modo realistico le proprie capacità di gioco</li><li>• sono in grado di gestire vittorie e sconfitte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• si comportano in modo conforme alle regole e indicano le infrazioni da loro commesse</li><li>• guidano un gioco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono e sperimentano le proprie abilità nella pianificazione e nell'organizzazione</li><li>• individuano e approfittano delle possibilità di gioco</li></ul>
<b>Competenza sociale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• concordano le regole del gioco in maniera cooperativa</li><li>• accettano le decisioni dell'arbitro e del team</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• permettono a tutti di partecipare al gioco</li><li>• si informano reciprocamente sulle infrazioni di gioco</li><li>• incoraggiano gli altri giocatori</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono tolleranti verso i giocatori con altre aspettative e capacità</li></ul>
<b>Competenza metodologica</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• individuano nuove modalità per vari giochi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• provano forme metodologiche per la realizzazione di idee di gioco</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• variano le possibilità di gioco e ne inventano di nuove</li><li>• affrontano i conflitti cercando una soluzione</li></ul>



**Ambito d'attività**    **Competizione: fornire prestazioni e misurarsi**

**Obiettivi pedagogici**

- Sperimentare la tensione emotiva nel confronto di prestazioni
- Provare la soddisfazione nel migliorare le proprie prestazioni
- Usare in modo mirato le capacità nella competizione
- Valutare la propria persona in modo realistico
- Prendere parte alla competizione
- Organizzare forme di competizione scolastica
- Avere rispetto delle prestazioni carenti, tollerare le differenze nelle prestazioni

<i>Requisiti</i>	<i>Abilità di base:</i> <b>Conoscere, sperimentare e confrontare il rendimento</b>	<i>Sviluppo:</i> <b>Riconoscere, analizzare e migliorare i criteri legati alle prestazioni</b>	<i>Creatività:</i> <b>Organizzare, svolgere e partecipare a competizioni sportive</b>
	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>
<b>Competenza disciplinare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• riconoscono la propria capacità di rendimento in relazione ai fattori che la condizionano</li><li>• confrontano le prestazioni nelle varie forme di competizione</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di migliorare nella coordinazione, nella condizione fisica e nella tattica</li><li>• migliorano determinati aspetti della prestazione</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• differenziano vari tipi di prestazioni</li><li>• creano forme di competizione con criteri di prestazione idonei</li></ul>
<b>Competenza personale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di valutare autonomamente il proprio rendimento</li><li>• si impegnano nella competizione e cercano di migliorare costantemente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di valutare l'andamento del proprio rendimento e di modificarlo</li><li>• sono in grado di accettare vittorie e sconfitte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• lavorano con tenacia e caparbietà per i propri obiettivi</li><li>• considerano la propria partecipazione come una vittoria</li></ul>
<b>Competenza sociale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• rispettano i differenti livelli di prestazione individuali</li><li>• si consigliano a vicenda per migliorare</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono reciprocamente i propri punti di forza e li utilizzano nel confronto di gruppo</li><li>• decidono la tattica da adottare nelle competizioni di gruppo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono pronti a creare forme di competizione all'insegna delle pari opportunità</li><li>• accettano errori e mancanze all'interno dei gruppi di competizione</li></ul>
<b>Competenza metodologica</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono i metodi utili per migliorare alcuni aspetti della prestazione</li><li>• si procurano le informazioni necessarie per il miglioramento della prestazione</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• selezionano il metodo di comparazione più efficace per il confronto delle prestazioni</li><li>• analizzano le varie modalità di esecuzione impiegate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono le possibilità di modifica delle forme di competizione (renderle più semplici o più difficili)</li><li>• si pongono degli obiettivi e ne valutano il raggiungimento</li></ul>



<b>Ambito d'attività</b>	<b>Espressione: creare e rappresentare</b>
--------------------------	--

- Obiettivi pedagogici**
- Conoscere il potenziale dell'attività fisica e del linguaggio corporeo
  - Ampliare il repertorio di movimenti e la possibilità d'espressione
  - Creare determinate impressioni nell'osservatore
  - Sviluppare una capacità di giudizio in merito agli effetti dei movimenti
  - Confrontarsi con il proprio corpo
  - Sviluppare una consapevolezza positivo-realistica nei confronti del proprio corpo

<i>Requisiti</i>	<i>Abilità di base:</i> <b>Ampliare il repertorio di movimenti, il linguaggio e l'espressione corporea</b>	<i>Sviluppo:</i> <b>Sviluppare e presentare forme di movimento e apprendere in tal modo un approccio creativo</b>	<i>Creatività:</i> <b>Osservare e valutare le forme di movimento proprie e altrui</b>
	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>
<b>Competenza disciplinare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono i movimenti e i loro effetti, imitano/emulano le tecniche</li><li>• si muovono ritmicamente seguendo la musica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono e sperimentano vari tipi di contenuti e di forme di presentazione</li><li>• creano una sequenza di movimenti</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• valutano le forme di movimento sulla base di criteri prestabiliti e personali</li><li>• valutano se stessi basandosi su criteri</li></ul>
<b>Competenza personale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• praticano forme di movimento insolite e sconosciute</li><li>• scoprono, per mezzo di nuovi movimenti, nuovi punti forti e punti deboli</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• appurano vantaggi e svantaggi delle differenti forme di presentazione</li><li>• lavorano a una propria rappresentazione</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono e utilizzano i metodi per stimare i movimenti</li></ul>
<b>Competenza sociale</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• tollerano forme di movimento nuove e inconsuete di terzi</li><li>• sono in grado di stabilire delle disposizioni di movimento all'interno di un gruppo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• imparano a gestire le proprie emozioni durante la rappresentazione</li><li>• accettano e attuano critiche e correzioni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• valutano l'effetto e l'esecuzione delle proprie forme di movimento</li><li>• valutano se stessi</li></ul>
<b>Competenza metodologica</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono le procedure per apprendere nuove forme di movimento</li><li>• conoscono criteri espressivi per la realizzazione dei movimenti</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• elaborano, supportandosi reciprocamente, sequenze di movimenti e procedure</li><li>• utilizzano i punti di forza dei singoli nelle creazioni di gruppo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• valutano in modo corretto e costruttivo le forme di movimento proposte</li><li>• forniscono pareri utili e costruttivi</li></ul>





Ambito d'attività **Sfida: sperimentare e acquisire sicurezza**

Obiettivi  
pedagogici

- Conoscere il fascino delle competizioni sportive
- Riconoscere il rischio presente nella pratica del movimento
- Adottare misure di sicurezza
- Stimare e valutare adeguatamente i pericoli e le proprie capacità
- Sviluppare la fiducia in se stessi
- Richiedere e accettare un aiuto esterno competente

<i>Requisiti</i>	<i>Abilità di base:</i> <b>Valutare le proprie capacità in maniera realistica e impiegarle rispettando le norme di sicurezza</b>	<i>Sviluppo:</i> <b>Sviluppare le proprie capacità e il sentimento di sicurezza, adottare misure di sicurezza</b>	<i>Creatività:</i> <b>Strutturare e affrontare in modo sicuro le sfide sportive</b>
	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>
<i>Competenza disciplinare</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sperimentano i limiti delle proprie prestazioni e capacità e sfruttano le proprie capacità</li><li>• sono in grado di stimare le proprie capacità</li><li>• rispettano le misure di sicurezza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• valutano in maniera adeguata i pericoli e i rischi</li><li>• conoscono e applicano le misure di sicurezza</li><li>• riconoscono gli stimoli delle imprese sportive rischiose</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• variano in maniera sicura le proprie sfide individuali nell'attività fisica</li><li>• valutano le proprie forme di attività fisica basandosi su criteri propri o definiti</li></ul>
<i>Competenza personale</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• s'impegnano in nuove sfide</li><li>• si mettono alla prova per sperimentare movimenti insoliti (adottando misure di sicurezza)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono e rispettano i propri limiti</li><li>• tematizzano le proprie capacità</li><li>• classificano le proprie emozioni</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• decidono, in maniera ponderata, se affrontare o meno una determinata sfida, valutando anche le relative misure di sicurezza</li></ul>
<i>Competenza sociale</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• forniscono un aiuto competente e affidabile</li><li>• individuano le capacità delle altre persone in formazione e le utilizzano a favore del gruppo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• riconoscono ed evitano le pressioni negative sul gruppo</li><li>• rendono attenti ai pericoli e forniscono informazioni sulla sicurezza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• stabiliscono i ruoli, concordano le regole e le rispettano</li><li>• si assumono responsabilità in ambiti stabiliti</li></ul>
<i>Competenza metodologica</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono i metodi per valutare se stessi e terzi</li><li>• utilizzano metodi di apprendimento motorio proficui</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di analizzare l'andamento del movimento</li><li>• utilizzano i principi per la garanzia della sicurezza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• utilizzano criteri obiettivi per la valutazione delle capacità</li><li>• rispettano gli standard di sicurezza</li></ul>



**Ambito d'attività**    **Salute: compensare e prevenire**

- Obiettivi pedagogici**
- Abilitare all'esercizio di una pratica sportiva corretta e sicura
  - Conoscere attività compensatorie e rilassanti
  - Orientare verso esperienze importanti per la salute (esemplari) nel lavoro e nel tempo libero
  - Compensare lo sforzo fisico insufficiente o unilaterale
  - Rafforzare le risorse psichiche, fisiche e sociali
  - Integrare l'attività fisica in uno stile di vita sano
  - Impiegare metodi di recupero dopo lesioni o malattie (convalescenza attiva)

<i>Requisiti</i>	<i>Abilità di base:</i> <b>Adottare un comportamento sportivo che promuova il benessere</b>	<i>Sviluppo:</i> <b>Mantenere e migliorare le proprie capacità fisiche</b>	<i>Creatività:</i> <b>Sfruttare il potenziale dello sport e dell'attività fisica in termini di prevenzione e di promozione della salute</b>
	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>	<i>Le persone in formazione...</i>
<i>Competenza disciplinare</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• vivono l'attività fisica e lo sport come un aspetto importante per la propria salute</li><li>• conoscono gli aspetti della salute e sanno come possono essere influenzati</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono i fattori legati al rendimento fisico e sanno come rafforzarli</li><li>• individuano e applicano forme di sport e di attività fisica utili a scopo preventivo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• conoscono l'effetto negativo delle sollecitazioni fisiche e mentali</li><li>• sanno come mantenere e aumentare le proprie prestazioni e il proprio benessere</li></ul>
<i>Competenza personale</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di riflettere sul proprio stato di salute e di discuterne</li><li>• comprendono le sollecitazioni fisiche e i loro effetti</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono sinceri e critici con se stessi</li><li>• sono in grado di valutare e dosare l'attività fisica in base al proprio stato di salute</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• applicano le misure di ottimizzazione conosciute alla propria attività fisica</li><li>• superano la propria pigrizia e si mantengono attivi</li></ul>
<i>Competenza sociale</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• vivono le attività sportive e fisiche all'interno del gruppo di apprendimento come utili alla promozione della salute</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• trasmettono le proprie esperienze</li><li>• sostengono e supportano gli altri</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• considerano importanti per la salute i contatti sociali legati all'attività fisica praticata</li></ul>
<i>Competenza metodologica</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• praticano le attività fisiche utili per la promozione della salute</li><li>• si procurano le informazioni necessarie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sono in grado di utilizzare particolari forme di training (incl. convalescenza)</li><li>• si prefiggono obiettivi propri e lavorano per raggiungerli</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• aumentano il proprio benessere mediante l'attività fisica</li><li>• sfruttano le offerte per attuare i propri propositi</li></ul>



## 5 Insegnamento

Per l'acquisizione della capacità operativa nell'educazione fisica sono fondamentali i seguenti aspetti relativi all'insegnamento. In particolare, riveste un ruolo essenziale un'educazione attiva alla sicurezza.

### 5.1 Organizzazione dell'insegnamento

#### Motivazioni

Nel quadro dell'insegnamento dell'educazione fisica, le persone in formazione nutrono aspettative diverse e attribuiscono importanza a molteplici aspetti. A seconda del momento e della situazione, diventa importante una delle seguenti motivazioni: «sfidare e competere», «provare e scoprire», «creare e rappresentare», «esserci e appartenere», «sentirsi bene e in salute», «esercitare e fare», o una combinazione tra queste.

Questa varietà di motivi deve essere ripresa nell'insegnamento dell'educazione fisica con contenuti sportivi selezionati, occasioni di fare movimento e forme di organizzazione idonee.

#### Individualità e collaborazione

Le differenti condizioni di partenza e le diverse esperienze personali delle persone in formazione in merito a condizioni fisiche e motorie, competenze sociali, passioni sportive, provenienza e sesso aumentano la complessità delle situazioni legate all'insegnamento. L'orientamento agli ambiti d'attività e alle competenze disciplinari e trasversali costituisce la base per comprendere e sfruttare a livello pedagogico questa eterogeneità.

Tutto ciò richiede un elevato livello di individualizzazione e diversificazione nel definire l'insegnamento dell'educazione fisica. Ciò vale sia per i gruppi di persone in formazione appartenenti alla stessa professione, sia per gruppi misti. La pianificazione delle lezioni e la definizione dei contenuti e degli obiettivi avviene in collaborazione con le persone in formazione che, talvolta, in questo modo possono influenzare l'insegnamento (procedure decise da terzi, in maniera autonoma o collettiva).

#### Feedback e riflessione

Il docente di educazione fisica offre alle persone in formazione la possibilità di conoscere il proprio corpo e di sperimentare ed ampliare i propri limiti, anche psichici. Tutto ciò avviene mediante la creazione di una lezione incentrata sugli obiettivi, sui processi e sui risultati e con una particolare attenzione alla cultura del feedback, poiché in assenza di riscontri e di riflessioni l'apprendimento non è possibile. I feedback presuppongono un rapporto basato sul rispetto e offrono al docente la possibilità di costruire una relazione di sostegno valida per l'apprendimento. Feedback, correzioni e stimoli avvengono tra il docente e le persone in formazione, ma anche tra le persone in formazione e come frutto dell'autoriflessione. Quest'ultima, inoltre, deve essere incoraggiata a tutti i livelli di apprendimento: in questo modo si costruisce un apprendimento consapevole basato anche sulle esperienze. I riscontri costruttivi sono sempre in risposta a un comportamento, sono utili al raggiungimento diretto di uno scopo e agevolano il successo dell'apprendimento. Il docente di educazione fisica integra il tipo, la forma e la frequenza dei feedback nell'insegnamento e li orienta all'individualità delle persone in formazione.

#### Integrazione

L'insegnamento dell'educazione fisica deve essere un'occasione per equilibrare e integrare tramite l'attività fisica quanto vissuto a livello lavorativo. In tale contesto, il desiderio di partecipare e di appartenere al gruppo acquistano un aspetto particolare: le persone in formazione vivono l'integrazione sociale, una dinamica di classe e di gruppo positiva, e imparano a impegnarsi in modo tale da diventare un «gruppo». In questo modo sperimentano quanto possa essere vantaggioso porre in secondo



piano le proprie esigenze e mettere a disposizione del gruppo i propri punti di forza. Le esperienze vissute in comune rafforzano e arricchiscono sia il gruppo sia i singoli.

### **Apertura e collegamento**

Nella scuola professionale si vengono a creare molteplici possibilità, pianificate o spontanee, di apertura verso l'educazione fisica e di insegnamento integrato (insegnamento trasversale a più classi, progetti con altri docenti della stessa classe, visite di specialisti dello sport durante la lezione, ecc.).

In situazioni nuove e ambienti sconosciuti spesso è utile trattare il tema della sicurezza, delle regole, dell'uso dei materiali e dei comportamenti in modo flessibile e adatto alle circostanze.

Anche l'uso ottimale e flessibile delle strutture sportive disponibili e le attività sportive spontanee costituiscono un arricchimento per le lezioni: le occasioni di movimento e di apprendimento nell'insegnamento dell'educazione fisica devono comprendere, oltre alle possibilità offerte dalla scuola, anche le offerte regionali (p.es. la partecipazione a occasioni di fitness e sport outdoor), e le proposte delle persone in formazione. In tal modo si incoraggia la pratica sportiva anche nel tempo libero e al termine della formazione.

## **5.2 Sicurezza e prevenzione degli infortuni**

### **Educazione attiva alla sicurezza**

Grazie alla promozione della propria condizione fisica, delle capacità di coordinazione e della percezione del proprio corpo, l'insegnamento dell'educazione fisica contribuisce a ridurre il rischio di infortuni e ad aumentare la prevenzione delle lesioni in vari ambiti di vita.

Le persone in formazione vengono sensibilizzate a praticare attività in un ambiente sicuro e in maniera responsabile. L'insegnamento dell'educazione fisica contribuisce così in maniera attiva all'educazione alla sicurezza in tutti gli ambiti di vita.

### **Standard scolastici «Sicurezza nell'insegnamento dell'educazione fisica»**

I docenti sono responsabili della sicurezza delle persone in formazione loro affidate durante l'attività d'insegnamento. Devono quindi adottare tutte le misure possibili per garantire la sicurezza.

Spetta alla singola scuola professionale (o al Cantone) diramare le disposizioni per determinati tipi di sport o attività sportive. Le scuole devono inoltre regolamentare l'aspetto «Sicurezza nell'insegnamento dell'educazione fisica» tramite norme sotto forma di istruzioni e misure di sicurezza per i docenti e le persone in formazione. A tal proposito si orientano secondo gli standard di sicurezza esistenti.

> *Si veda il punto 9.2 dell'allegato Riferimenti*

Link «[www.ufspo.ch/pq](http://www.ufspo.ch/pq)»



## 6 Qualifica delle persone in formazione

### 6.1 Mandato di qualifica

L'articolo 54 OPSpo definisce la qualifica delle persone in formazione nel modo seguente:

*«Le scuole professionali di base garantiscono che per ogni anno scolastico nell'insegnamento dell'educazione fisica sia fatta almeno una qualifica degli apprendisti e che essa venga attestata.»*

Come previsto dall'ordinanza, le persone in formazione ricevono almeno un riscontro scritto (qualifica) nell'insegnamento dell'educazione fisica. Ciò si riferisce ai cinque ambiti d'attività e alle relative competenze disciplinari e trasversali trasmesse nell'insegnamento dell'educazione fisica.

La forma e il contenuto di questa valutazione delle competenze si orientano alle necessità della singola scuola professionale e sono regolamentate in maniera dettagliata e vincolante nei programmi d'istituto per l'educazione fisica.

### 6.2 Valutazione delle competenze nell'insegnamento dell'educazione fisica

I riscontri sulle competenze raggiunte servono innanzitutto alla promozione e all'orientamento delle persone in formazione. Mediante valutazioni periodiche (spesso sulla base di osservazioni), i docenti sono in grado di valutare sul lungo periodo le competenze delle persone in formazione con l'aiuto di criteri e indicatori. Questa qualifica individuale non ha validità ai fini della promozione, vale a dire che non ha alcuna conseguenza sul calcolo delle note relative all'insegnamento professionale né tantomeno sulle condizioni di riuscita della procedura di qualificazione.

Ogni scuola sceglie strumenti ad hoc tenendo conto dei quattro aspetti rilevanti ai fini della qualifica (frequenza, contenuto, procedura, riscontro) e stabilendo la frequenza delle valutazioni, le competenze oggetto di qualifica, la procedura da seguire e una forma descrittiva efficace:

<b>frequenza:</b>	almeno una qualifica per anno scolastico;
<b>contenuto:</b>	qualifica sulla base di competenze e criteri predefiniti;
<b>procedura:</b>	sceita dei metodi di rilevazione e delle relative norme di riferimento;
<b>forma di riscontro:</b>	la qualifica deve essere dimostrabile (per iscritto).

La valutazione delle competenze delle persone in formazione è inoltre uno strumento utile per sviluppare il programma d'istituto per l'insegnamento dell'educazione fisica e per ampliare periodicamente gli strumenti di valutazione ad esso collegati.

> Si veda il punto 9.2 dell'allegato Riferimenti «Qualifica delle persone in formazione»



## 7 Qualità

I requisiti qualitativi nell'insegnamento dell'educazione fisica prevedono che:

- la disciplina «educazione fisica» sia integrata nel sistema scolastico globale di gestione della qualità (si veda punto 7.1); e
- il programma d'istituto per l'educazione fisica sia periodicamente verificato e ampliato (si veda punto 7.2).

### 7.1 Gestione della qualità

La gestione della qualità (GQ) garantisce la sicurezza e l'ampliamento della qualità scolastica e il rendiconto. La GQ stabilisce le basi per lo sviluppo e l'innovazione e procede di pari passo con lo sviluppo scolastico, comprendente tre campi: sviluppo organizzativo, sviluppo personale e sviluppo dell'insegnamento. La GQ sostiene anche i requisiti di qualità dei settori dell'educazione fisica e individua le risorse utili per i processi di sviluppo.

Il corpo docente di educazione fisica e il relativo responsabile si adoperano inoltre affinché l'esercizio dell'educazione fisica risponda ai requisiti di qualità, considerando e documentando i seguenti aspetti:

- programma d'istituto per l'educazione fisica (obiettivi di apprendimento; contenuti/competenze);
- qualifica delle persone in formazione (si veda 7.2);
- progetto per le lezioni di educazione fisica (insegnamento, infrastruttura, collegio, organizzazione);
- sviluppo scolastico nel campo educazione fisica (elaborazione di tematiche, come ad esempio «sicurezza» nei tre campi: sviluppo organizzativo, personale e dell'insegnamento).

Gli aspetti indicati sono tra loro interdipendenti e s'influenzano a vicenda. Per la loro elaborazione è necessario considerare l'ordine di priorità dettato dalla situazione locale.

### 7.2 Programma d'istituto per l'educazione fisica

Il programma d'istituto per l'educazione fisica, oltre ad avere funzioni di garanzia della qualità, deve in particolare attuare i compiti, gli obiettivi e le disposizioni a livello di concetti e contenuti del PQ Educazione fisica. L'insegnamento dell'educazione fisica dà la possibilità alle persone in formazione di raggiungere ogni anno scolastico gli obiettivi prestabiliti a livello di competenze (competenze disciplinari, personali, sociali e metodologiche) nei cinque ambiti di attività (gioco, competizione, espressione, sfida e salute). A questo proposito devono essere tenute in considerazione le premesse situative, come infrastruttura o tipo di formazione professionale, ed è necessario seguire il procedimento di seguito descritto.

Questa procedura può anche essere applicata per un'eventuale rielaborazione o per verifiche periodiche dei programmi d'istituto per l'educazione fisica.

1. **Definizione del mandato**  
Analisi delle disposizioni (basi legali, PQ Educazione fisica), analisi dell'attuale programma d'istituto per l'educazione fisica, confronto tra situazione attuale e situazione perseguita, analisi dei punti forti e dei punti deboli e definizione del progetto
2. **Mandato del progetto**  
Adattamento o nuova redazione del programma d'istituto per l'educazione fisica
3. **Elaborazione del programma d'istituto per l'educazione fisica**  
Obiettivi di apprendimento (contenuti relativi all'educazione fisica/competenze)



4. **Elaborazione dei concetti**

Qualifica delle persone in formazione

Insegnamento dell'educazione fisica/Esercizio dell'educazione fisica

Sviluppo scolastico nell'ambito dell'educazione fisica (sviluppo organizzativo, personale e dell'insegnamento)

5. **Attuazione**

Informazione, sperimentazione e valutazione

> Si veda il punto 9.2 dell'allegato Riferimenti «Il programma d'istituto per l'educazione fisica in cinque passi»



## 8 Disposizioni finali

### **Abrogazione dell'attuale programma quadro d'insegnamento**

Il programma quadro del 17 ottobre 2001 per l'insegnamento dello sport nelle scuole professionali è revocato.

### **Entrata in vigore**

Il programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base entra in vigore il 1° ottobre 2014.

### **Elaborazione dei programmi d'istituto per l'educazione fisica ed entrata in vigore**

Come previsto dall'articolo 83 OPSpo i programmi d'istituto per l'educazione fisica devono essere elaborati dalle scuole professionali e posti in vigore dai Cantoni entro due anni dall'entrata in vigore del PQ Educazione fisica. L'attuazione avviene al più tardi dall'anno scolastico 2017 in tutta la Svizzera.

Berna, 24 settembre 2014

Segreteria di Stato per la formazione,  
la ricerca e l'innovazione SEFRI

Josef Widmer  
Direttore supplente





## 9 Allegato

### 9.1 Glossario (#)

<b>Ambito di vita</b>	<p>La formazione professionale di base accentua i seguenti ambiti di vita persone in formazione:</p> <p>mondo del lavoro (formazione di base presso il datore di lavoro, competenze professionali, requisiti professionali);</p> <p>scuola professionale (formazione di base scolastica, competenze professionali integrative, formazione generale globale/vicina alla realtà);</p> <p>tempo libero (organizzazione del tempo e del tempo libero, atteggiamento nei confronti del quotidiano, organizzazione individuale/gratificante).</p>
<b>Avvicinamento, avvicinare</b>	<p>Aprirsi a un settore della cultura, in questo caso alla cultura dello sport e dell'attività fisica, per potervi prendere parte in maniera attiva.</p>
<b>Capacità operativa</b>	<p>Indica lo scopo principale a cui tendono i processi di educazione e formazione nell'insegnamento dell'educazione fisica. È considerato "capace" colui che ricorre alle proprie conoscenze e capacità per gestire situazioni quotidiane con consapevolezza e responsabilità.</p>
<b>Competenza metodologica</b> (competenza metodologica per l'apprendimento)	<p>Le capacità necessarie allo sviluppo personale per l'apprendimento autonomo, l'esercizio e l'allenamento e per una partecipazione gratificante e duratura alla cultura dello sport e del tempo libero (p.es. come posso migliorare il mio salto).</p>
<b>Competenza personale</b>	<p>Motivazioni e percezioni personali necessarie per lo sviluppo della propria identità e delle proprie azioni (p.es. percezione del proprio corpo).</p>
<b>Competenza disciplinare</b>	<p>Abilità, conoscenze e capacità necessarie per operare in modo mirato</p>
<b>Competenza sociale</b>	<p>Capacità necessarie per interagire a livello sociale (p.es. capacità di lavorare in team e di comunicare)</p>
<b>Competenze trasversali</b>	<p>Competenze che possono essere impiegate in vari ambiti di vita; in questo caso non solo nello sport ma anche nella vita professionale, privata, politica ecc. (p.es. fairplay).</p>
<b>Consapevolezza del proprio corpo</b>	<p>La conoscenza a livello descrittivo, percettivo e valutativo del proprio corpo, delle sue capacità e della sua espressione</p>
<b>Cultura dello sport e dell'attività fisica</b>	<p>L'insieme di tutti i contenuti orientati allo sport e all'attività fisica (p.es. tipi di sport, attività motorie e forme d'esercizio come attivo – riflessivo, da solo – in coppia – in gruppo o altre possibilità).</p>



<b>Flow</b>	«Realizzarsi facendo»: questa condizione si può raggiungere quando quanto richiesto e le capacità necessarie raggiungono l'equilibrio.
<b>Livello relazionale</b>	La formazione professionale di base mette in relazione i tre elementi seguenti:  individuo (sviluppo della propria identità, competenza operativa generale, autonomia, autoriflessione);  società (persone e gruppi di riferimento; stima reciproca, tolleranza, correttezza, cooperazione, impegno);  ambiente (ambiente materiale; comportamento sostenibile nei confronti della natura, con vari tipi di infrastrutture).
<b>Programma d'istituto per l'educazione fisica</b>	Visione d'insieme degli obiettivi apprendimento relativi all'insegnamento dell'educazione fisica dedotti dal PQ Educazione fisica (contenuti e competenze) e quadro d'orientamento concordato per la pianificazione, la gestione e la valutazione dell'insegnamento.

## 9.2 Riferimenti

### Links e download

[www.ufspo.ch/pq](http://www.ufspo.ch/pq) oppure [www.sbf.admin.ch/PQ-Educazione-fisica](http://www.sbf.admin.ch/PQ-Educazione-fisica)

### Documenti

«Il programma d'istituto per l'educazione fisica in cinque passi» - Supporto per l'attuazione 1

«Elaborazione dei contenuti del programma d'istituto per l'educazione fisica» - Supporto per l'attuazione 2

«Qualifica delle persone in formazione» - Supporto per l'attuazione 3

