

# Usciamo con il freddo!

Fabienne Lanini e Nadia Klemm

Il periodo più freddo dell'anno è arrivato e sicuramente non ci invoglia né ad uscire né tantomeno ad immaginarci delle attività nel bosco. Ma dobbiamo veramente rinunciare a stare all'aria aperta per evitare di prendere freddo? Non tutti gli adulti percepiscono e reagiscono al freddo allo stesso modo, e questa differenza vale anche tra i bambini. Vi è mai capitato di uscire con dei bambini nel bosco e di vederne alcuni rannicchiati, mentre altri non avevano nemmeno la giacca? È praticamente impossibile prevedere queste differenze, però basta avere un equipaggiamento adatto alle condizioni meteorologiche perché tutti possano trascorrere dei bei momenti in natura. Quando le temperature sono basse è utile coprirsi a "cipolla", iniziando dagli indumenti a contatto con la pelle arrivando fino alla giacca. Così sarà possibile togliere uno strato se si sente caldo o aggiungere un altro in caso di freddo. I benefici del contatto con il bosco e l'aria aperta sono tali che anche il freddo non ci deve scoraggiare, al contrario un'uscita in inverno ha un fascino tale da renderla unica e magica. Non ci resta che invitarvi a coprirvi a "cipolla" e ad andare alla scoperta del bosco invernale.



L'equilibrio, importante in tutti i sensi

© TIMO ULLMANN

## Scuola all'aperto!

A settembre 2021, nel corso della settimana dedicata all'insegnamento all'aperto, quasi 2'000 docenti in tutta la Svizzera sono stati invitati a trasferire le loro lezioni di fuori con il supporto del WWF, di SILVIVA e diverse altre organizzazioni partner. Anche nella Svizzera italiana il corpo docenti ha aderito con entusiasmo: oltre 170 docenti iscritti hanno potuto sperimentare i benefici dell'insegnamento nella natura coinvolgendo più di 4'500 allievi e allieve, oltre il doppio rispetto all'edizione precedente.

Attrezzati con pigne, rametti e un po' di spago, i bambini hanno quindi fatto matematica immersi nella natura misurando il diametro degli alberi, hanno osservato le tracce degli animali, hanno sperimentato la bellezza dei colori, dei suoni e dei silenzi che solo la natura sa regalare. Questi sono solo alcuni esempi delle esperienze vissute durante la settimana di "Scuola all'aperto".

Da diversi anni il WWF s'impegna nella promozione di attività che permettano di rafforzare il contatto con la natura e gettare le basi per un atteggiamento positivo nei confronti dell'ambiente. Con questo progetto si desidera incoraggiare il corpo docenti a svolgere il più spesso possibile le lezioni all'aria aperta, per imparare nella e con la natura. In contatto con un ambiente autentico e dei materiali naturali, gli allievi e le allieve possono applicare le loro conoscenze in maniera pratica, ma anche arricchire il loro percorso d'apprendimento attraverso un approccio ludico. Imparare all'aria aperta favorisce inoltre un insegnamento attivo e stimola i partecipanti ad utilizzare tutti i sensi.

L'esperienza dell'anno scorso si è rivelata un successo, il prossimo appuntamento è previsto per la settimana dal 12 al 16 settembre 2022.



Scoprire e imparare nel bosco

© NIKI HUWYLER / WWF SVIZZERA

## Insegnare all'aria aperta

L'apprendimento all'aria aperta si dimostra un arricchimento efficace e complementare al lavoro svolto in classe. Per quali ragioni? Ecco qui di seguito i benefici principali di una lezione fuori dalle mura scolastiche. **(1) Ci mantiene in forma:** imparare all'aria aperta rinforza il sistema immunitario, è positivo per la salute e stimola la motricità dei bambini. **(2) Favorisce lo sviluppo di competenze chiave:** secondo l'UNESCO e il Forum Economico Mondiale, le quattro competenze chiave per il successo sono la comunicazione, la collaborazione, la creatività e il pensiero critico. Le ricerche mostrano come l'apprendimento all'aria aperta permetta di sviluppare proprio queste competenze, oltre che favorire l'autonomia, l'autodisciplina, la concentrazione e le competenze linguistiche. **(3) Aiuta a realizzare gli obiettivi del Piano di studi:** spesso le materie scolastiche possono venir meglio affrontate all'aria aperta, perché questo permette di avere un apprendimento multidisciplinare e sistemico. Gli insegnanti affrontano così esigenze sempre più complesse. **(4) Rinforza la fiducia in se stessi:** il soggiorno in natura migliora il proprio benessere e riduce lo stress, rinforza l'autostima e la fiducia in sé. Tutto questo promuove la nostra resilienza. **(5) Ci permette di essere in contatto con l'ambiente circostante:** è importante poter fare esperienze reali che stimolino i cinque sensi, così da conoscere meglio l'ambiente circostante e affinare la nostra capacità di percezione. Esperienze in natura possono essere d'aiuto a orientarsi e a rendersi conto della propria posizione nel mondo. Per maggiori informazioni: [www.silviva-it.ch/scuola](http://www.silviva-it.ch/scuola)



© NIKI HUWYLER / WWF SVIZZERA

## La casa del Signor Bosco

Nel bosco iniziano a sentirsi le prime voci. Stanno arrivando i bambini della scuola dell'infanzia e presto comincerà una giornata di scuola che si svolgerà tutta all'aria aperta. Prima di cominciare bisogna però aprire la porta magica, quindi occhi ben aperti alla ricerca della chiave della casa del Signor Bosco! È il momento di entrare, e un mondo pieno di scoperte ci accoglie: ecco un albero caduto sui cui rami possiamo arrampicarci o camminare in equilibrio, magari riusciamo a trovare anche un nascondiglio. Sulla corteccia sono

cresciuti funghi con forme diverse, e se guardiamo con attenzione ci accorgiamo che dove il legno comincia a marcire ci sono tanti insetti da osservare. Chissà se questa piccola conca piena d'acqua è la ciotolina dello scoiattolo che abita qui vicino? Il progetto della Scuola dell'infanzia nel bosco si sviluppa nel corso delle quattro stagioni ed è promosso dal Centro Natura Valle Maggia (CNVM) e dal WWF Svizzera, con il sostegno del Dipartimento del Territorio. Nato nel 2008, il progetto ha lo scopo di rafforzare il rapporto che i bimbi

più piccoli hanno con l'ambiente e il territorio, nonché di stimolare il loro sviluppo globale attraverso delle esperienze nel bosco, ambiente particolarmente adatto che favorisce il rispetto e la responsabilità di ogni individuo verso il prossimo e verso l'ambiente naturale. Per coloro che desiderano dare un'occhiata all'atmosfera che si respira all'interno della casa del Signor Bosco, al sito <https://www.wwf.ch/it/essere-attivi/scuola-dellinfanzia-nel-bosco> è possibile visionare un video del progetto.