



Idee per lezioni all'aperto

Alla scoperta dei nostri sensi

Un viaggio nella natura attraverso i 5 sensi



TIMO ULLMANN / WWF SVIZZERA

Certi giorni si comincia a sentire il profumo della primavera. L'ontano nero sta già fiorendo e già si sente il canto allegro di qualche uccellino. Scoprite assieme ai vostri allievi il risveglio della natura con tutti i sensi.

Obiettivo

Gli allievi utilizzano consapevolmente i loro cinque sensi.

Livello scolastico

Primo, secondo e terzo ciclo

Tipologia

Tutta la classe

Tempo

Una lezione

Competenze

Area SUS-SN Dimensione ambiente

Osservare ed esplorare la realtà con i cinque sensi.

Alla scoperta dei nostri sensi

Abbiamo cinque sensi: possiamo infatti vedere, udire, annusare, gustare e tastare. Sovente, anche il senso dell'equilibrio viene considerato come un senso. I nostri sensi ci danno la possibilità di riconoscere gli stimoli. I bebè e i bambini piccoli utilizzano istintivamente tutti i loro sensi. Col passare degli anni le nostre percezioni si concentrano più sulla vista e sull'udito. Non dovremmo disimparare a utilizzare tutti i sensi.

«Più i sensi sono coinvolti nell'apprendimento, più forte è l'impatto della conoscenza nella mente di un bambino. In questo senso la natura ci offre ottimo materiale per giocare. Ad esempio, quando i bambini giocano con le foglie, lo fanno con diversi sensi contemporaneamente. Ne percepiscono l'odore di resina, ne tastano le venature, vedono le diverse tonalità di colore, e possono modificare la forma sfacciandole o piegandole. I bambini imparano quindi grazie all'esperienza vissuta attivamente.»
Gerald Hüther, neurobiologo.

Come fare?

È sufficiente trovare un bel posto nella natura, un po' lontano dal trambusto giornaliero, che offra buone possibilità per esperienze sensoriali svariate.

Incuriosire i bambini

Prima di iniziare le attività si può cominciare con alcune domande generali: qual è l'odore del bosco? Come si presenta al tatto la corteccia di un albero? Che rumore fanno gli animali? È possibile sentire il profumo della primavera? Cerchiamo di scoprirlo assieme!

Le attività presentate in questa scheda sono pensate per accompagnare gli allievi durante gli esercizi sensoriali. Eseguite questo "viaggio attraverso i sensi" lentamente, lasciando agli allievi tempo a sufficienza per un'esplorazione sensoriale tranquilla. Per i bambini più piccoli l'esercizio può essere limitato a uno o due sensi.

Dite ai vostri allievi che si tratta di un "viaggio attraverso i sensi" silenzioso e che potranno scambiarsi le loro esperienze e impressioni alla fine dell'esercizio.

Si parte!

Mettetevi in cerchio. Trovate una posizione comoda e chiudete gli occhi: si parte per un viaggio attraverso i sensi!

Sentire (udito)

Immaginate di essere un lupo o una civetta, animali con un udito fenomenale. Concentratevi dapprima

unicamente sull'orecchio destro. Cosa sentite da questa parte? Concentratevi non sul rumore più forte ma su quello più debole. Prendetevi il tempo necessario. Provate ad ascoltare quanti uccelli sentite e cercate di localizzarli.

Ora si cambia, concentratevi sull'orecchio sinistro. Cosa sentite? Da dove provengono i rumori e quanti uccelli cantano in questo momento? Qual è il rumore più debole che riuscite a percepire?

Ascoltate ora con entrambe le orecchie. Cosa sentite davanti, dietro, sopra o sotto di voi? Provate a percepire tutto l'ambiente con le vostre orecchie.

Annusare e gustare

Tenete gli occhi chiusi e annusate il vento con il naso. Aprite leggermente la bocca e sentite contemporaneamente anche il gusto. Cosa c'è nell'aria? Immaginate di essere un riccio che non vede bene, ma che ha un olfatto sensazionale. Annusate il vento e scoprite che tipo di terra c'è sotto di voi e quali alberi vi circondano. Che odore ha il vento? Provate ad imitare un cane e fiutare parecchie volte consecutivamente. Così facendo potrete annusare più odori.

Sentire (tatto)

Concentratevi ora sulla vostra pelle. Rimboccatevi anche le maniche. Su quale parte del corpo percepite l'aria? Sul viso, sulle mani o forse sulle braccia? Provate a sentire se il sole vi solletica o se c'è vento freddo o caldo che sfiora la vostra pelle.

Osservare

Aprite ora i vostri occhi e guardate come la civetta. Cercate un punto lontano, magari al di sopra dell'orizzonte e fissatelo bene. Provate ora, senza muovere la testa e gli occhi, a guardare il vostro vicino o gli alberi che si trovano sulla vostra sinistra e sulla vostra destra. Senza spostare lo sguardo dal vostro punto d'osservazione, potrete percepire soprattutto i movimenti compresi in un raggio di quasi 180°. Esercitatevi un pochino in tutta tranquillità. Questo genere di osservazione si chiama anche "vista di civetta" o "vista grandangolare". Anche caprioli vedono in questo modo. Mentre mangiano devono contemporaneamente percepire ogni movimento nei loro dintorni per riconoscere in tempo il pericolo.

Fine del viaggio

Per concludere il viaggio attraverso i sensi provate ora ad utilizzare contemporaneamente tutti i sensi che avete usato finora. Ascoltate attentamente intorno a voi, annusate l'aria e sentitela sulla vostra pelle continuando a guardare come la civetta. E ora ispirate ed espirate profondamente un paio di volte e rilassatevi.

Altri spunti di attività

Sdraiatevi sull'erba umida, camminate su un sentiero a piedi nudi, guardate gli occhi di una rana o cercate un vostro posticino segreto. Gironzolate nel bosco e guardate dove vi pare e piace oppure date una sbirciatina alla natura. Se riuscite a restar seduti e tranquilli a lungo, gli animali appariranno e voi potrete osservare delle cose che altrimenti vedete solo in televisione.

Scegliete il verso di un animale che concluderà le attività vissute nel bosco, per esempio l'ululato di un lupo o il grido di un cucù.



TIMO ULLMANN / WWF SVIZZERA

© bildwild.ch | WWF Schweiz | 2012

WWF Svizzera

Piazza Indipendenza 6
Casella postale
6501 Bellinzona

Tel.: +41 (0) 91 820 60 00
Fax: +41 (0) 91 820 60 08
E-Mail: servizio@wwf.ch
www.wwf.ch
Offerte: PC 80-470-3



Il nostro obiettivo

Insieme tuteliamo l'ambiente e forgiamo un futuro degno di essere vissuto per le prossime generazioni.