



© WWF Svizzera

Rituali

Esperienze e spunti per organizzare
uscite all'aria aperta

Destinatari

Primo e secondo ciclo

Contenuto

Idee di rituali

Fonti

- Testimonianze raccolte durante il *Caffè nel bosco* della community Insegnare all'aria aperta del 16.11.2022.
- Testimonianze raccolte durante il progetto «École en forêt» del WWF Svizzera, 2025.
- Webinaire WWF-SILVIVA, organizzato nella Svizzera romanda, 15.05.2025.
- Atelier d'incontro, *Dehors j'adore!* WWF-SILVIVA, 2017.

Rituali durante gli spostamenti

In occasione del **Caffè nel bosco** del 16 novembre 2022 organizzato a Muzzano, del **Webinar** del 15 maggio 2025 (in francese) e di interviste raccolte con partecipanti al progetto École en forêt abbiamo raccolto una selezione di spunti per attività dedicate ai rituali e agli spostamenti, che potranno contribuire alla buona riuscita delle uscite all'aperto.

Spostamento per scoprire i dintorni

Un percorso può essere scandito da rituali quali pause, momenti di osservazione, incontri, ... Ecco un'attività introduttiva per consentire alle allieve e agli allievi di prendere consapevolezza di ciò che li circonda e di orientarsi nello spazio, e alcune idee per stimolare l'osservazione.

L'insegnante scatta delle foto di diversi luoghi lungo il tragitto che viene percorso regolarmente per raggiungere il luogo d'insegnamento all'aperto. Le allieve e gli allievi devono:

- ritrovare lungo il percorso i luoghi fotografati;
- metterli nell'ordine come appaiono lungo il tragitto;
- disegnare (in versione land art o con i gessi) una cartina del tragitto che conduce al bosco.

Il percorso permette di incontrare anche gli abitanti del quartiere: per esempio una persona anziana che si incontra regolarmente può diventare una «nuova nonna»; oppure un vicino che raccoglie mele, lo si potrebbe aiutare e magari ci offrirà anche del succo.

Ecco alcune idee per stimolare l'osservazione:

- aggiungere degli «intrusi» (nastri colorati o qualsiasi altro oggetto insolito posizionato a terra o in alto) da ritrovare lungo il percorso;
- fare una pausa sonora per ascoltare i rumori nei dintorni. Se c'è tempo a sufficienza, si possono mappare i suoni creando una mappa sonora con parole o disegni;
- alzare lo sguardo per osservare cosa succede sopra di noi (le chiome degli alberi, le nuvole, gli uccelli, ...). Il cambio del punto di osservazione si può fare anche con l'aiuto di piccoli specchi;
- raccogliere degli oggetti che iniziano con una determinata lettera oppure che rappresentano un aggettivo (per esempio qualcosa di morbido, di freddo, di ruvido, ...) o che serviranno in seguito per un'attività in programma (ad esempio foglie di alberi per un'attività scientifica);
- chiedersi cosa si vede/si sente/si percepisce e fare delle ipotesi per rispondere alle proprie domande;
- fermarsi sempre nello stesso punto per osservare l'evoluzione del paesaggio nel corso dell'anno e delle stagioni;
- in coppia, creare una storia ispirandosi agli elementi che si incontrano lungo il percorso (edifici, persone, animali, piante, ...).

Creare una routine per gli spostamenti più lunghi

Durante il tragitto, le bambine e i bambini scoprono l'arredo urbano e imparano a riconoscere i diversi tipi di strade e come comportarsi nel traffico. Imparano a convivere con i veicoli e le regole di sicurezza. Collaborano suddividendosi alcuni compiti o responsabilità.

Il percorso che conduce al luogo delle attività all'aperto a volte può essere talvolta lungo, quindi è utile stabilire dei rituali per diversi motivi.

- Sicurezza affettiva:
 - nel cortile, i bambini recitano una filastrocca ai genitori per salutarli prima di andare nel bosco.
- Sicurezza fisica:
 - ci si ferma prima delle strisce pedonali;
 - ci si ferma quando non c'è spazio riservato ai pedoni (nessun marciapiede, segnaletica);



- si cammina in fila per due in altro modo a seconda della conformazione del luogo.
- Distribuzione del materiale:
 - ad ogni fermata, le borse con il materiale (legna per il fuoco, thermos, ...); vengono passate alla coppia successiva (nella fila di bambini).
- Gestione dei rifiuti:
 - ci si ferma accanto a un cestino lungo il percorso per gettare i rifiuti (di solito sulla via del ritorno);
 - si raccolgono i rifiuti, si riportano a scuola per la raccolta differenziata.
- Riposo e idratazione:
 - ci si ferma in un luogo adatto per una pausa: scalinate, panchine, muretti, ...
- Bisogno di movimento, attività libera:
 - Si corre su un sentiero sicuro, il punto di partenza e quello di arrivo sono chiaramente conosciuti e stabiliti.
- Per far passare il tempo più velocemente...:
 - si possono fare giochi di collaborazione, ecco alcuni esempi:
 - Mentre ci si sposta, “passare” un numero alla persona davanti. Si è in fila per 2. Le due persone alla fine della fila passano ciascuna un numero di 2 o 3 cifre a quelle davanti. Ad esempio, per trasmettere 35, la persona dà 3 colpetti sulla spalla sinistra e 5 sulla spalla destra della persona davanti. Lo stesso numero viene trasmesso lungo tutta la fila. Alla fine si controlla se si ha lo stesso numero dell'inizio.
 - A coppie, si può continuare una storia.
 - A coppie, si può giocare a *Chi sono io?* con animali, piante o altro. Una possibilità è quella di far indovinare un elemento che verrà trattato più tardi nel bosco.

Rituali per entrare nel bosco

Queste idee possono essere uno spunto per quando si fanno delle uscite nel bosco.

Per familiarizzare con il luogo delle attività può essere utile entrare nel bosco sempre dallo stesso posto. È qui che si svolgerà il rituale di benvenuto. Si può anche approfittare di questo momento per ricordare le regole da seguire nel bosco.

● Entrare con una chiave

Utilizzare una “chiave” per entrare nel bosco, per esempio un legnetto, un sasso, ..., con la quale all'uscita verrà richiusa la “porta d'ingresso” del bosco. Questi oggetti naturali vengono lasciati in natura. In alternativa è possibile utilizzare anche una vera chiave che verrà utilizzata a turno da qualcuno per permettere a tutta la classe di entrare in questo luogo speciale.

La chiave può essere nascosta precedentemente, si può inventare un movimento particolare da fare quando si ha la chiave in mano, bussare su un tronco d'albero, ...

L'entrata potrebbe essere allestita con una tenda, per esempio che viene aperta e chiusa.

● Canzoni e parole magiche

Una variante per entrare nel bosco consiste nel cantare una canzone di benvenuto oppure trovare una parola magica per aprire la porta, per esempio “qual è la cosa che preferisci dell'autunno?”.

Le canzoni e le parole magiche possono modificarsi nel corso del tempo. Possono per esempio aiutare a tematizzare le regole o integrare quanto appreso durante le uscite.

Gioco degli odori e indovinelli

Mettere degli odori in piccoli recipienti chiusi. Far annusare gli odori ai bambini. Chi indovina almeno un odore può entrare nel bosco.

Al posto degli odori è possibile proporre degli indovinelli legati a ciò che verrà fatto nel bosco, ma anche a ciò che è già stato fatto in classe.

Rituali nel “nido d’aquila”

Una docente ci ha raccontato: «le bambine e i bambini più piccoli hanno bisogno di rituali. Non solo perché gli piacciono, ma anche perché si sentono rassicurati e si rendono conto del tempo che passa». Ecco alcune idee.

Anim-umori

Creare delle immagini con diversi animali. Ognuno ha una molletta con il proprio nome. Nel corso della giornata la molletta viene attaccata a un animale che rappresenta il proprio umore del momento.

Bastone della parola

In cerchio, ognuno passa a turno il bastone della parola. Chi ha il bastone può parlare, per esempio del sogno che ha fatto o di qualcos’altro. Se qualcuno non ha voglia di parlare, può saltare il turno passando il bastone alla persona successiva.

Angelo custode

Tutti hanno una persona che svolge il ruolo di angelo custode. Il compito dell’angelo custode è quello di vegliare sul benessere della persona e di “proteggerla”.

Una storia come rituale

La storia segna l’inizio delle attività, in genere legate al tema del giorno. Questo momento di ascolto permette alle allieve e agli allievi di risvegliare i propri sensi, ma anche di concentrarsi. Quando fa freddo, è possibile animare la storia integrando dei gesti: mimare un personaggio, battere le mani, alzarsi, ... Anche i bambini possono proporre dei movimenti.

Rituali per i festeggiamenti

Il compleanno delle stagioni

Estate: fare un percorso a piedi nudi, simbolicamente per entrare nell’estate.

Autunno: raccontare una storia che ispirandosi alla storia di Sarah Wauquiez tratta da *Les enfants des Bois*, 2014

Il compleanno di Autunno

Ogni anno l’Autunno festeggia il suo compleanno! Quanti anni ha adesso? Non lo sappiamo più... sono passati così tanti anni da quando è nato!



Dato che ormai è grande, l'Autunno prepara da solo la festa per il suo compleanno. Sapete come fa? Si alza molto presto la mattina e va a trovare tutti gli alberi e i cespugli che hanno frutti e noci mature.

Così, da ogni pianta, l'Autunno può assaggiare il lavoro dei suoi giovani fratelli Primavera ed Estate: le api hanno fatto bene il loro lavoro? Il sole ha messo abbastanza zucchero nei frutti? Il vento ha reso le noci croccanti?

Questa mattina Autunno va a trovare Melo. Bussa delicatamente al suo tronco: «Melo, Melo, lascia cadere i tuoi frutti, mi piacerebbe assaggiarne uno!» «Oh! Sì, dice Melo, avvicinarti e prendi queste belle mele dolci che ho maturato per te!». Autunno raccoglie alcune mele, ringrazia Melo e va a trovare Prugno.

Bussa delicatamente al suo tronco: «Prugno, Prugno, lascia cadere i tuoi frutti, mi piacerebbe assaggiarne uno!». Ma Prugno è vecchio e un po' indolenzito, quindi non riesce più a chinarsi molto. «Solleticami qui, sotto i piedi», dice il vecchio Prugno ad Autunno. Autunno solletica delicatamente Prugno che, ridendo, lascia cadere alcune belle prugne dolci che Autunno raccoglie e mette nel suo sacco. Ringrazia Prugno e va a trovare Vite, la sua vecchia cugina che vive ai margini del villaggio.

«Vite, Vite, dammi qualche grappolo, mi piacerebbe assaggiarne uno!». «Ma certo, mio caro, serviti pure!». Autunno raccoglie alcuni grappoli d'uva, assaggia alcuni acini dolci come il miele, ringrazia sua cugina e continua la sua visita.

Avvicinandosi a Noce, Autunno trova strano che il suo amico sia così tranquillo. «Noce, Noce, stai ancora dormendo?», chiede Autunno accarezzando delicatamente l'albero con il suo bastone. Poiché Noce non risponde, Autunno posa il sacco di frutta e il bastone ai piedi dell'albero e si arrampica sui rami. Seduto a cavalcioni su uno dei grossi rami, Autunno raccoglie una noce, la apre ed esclama:

«Ma l'omino delle noci sta ancora dormendo!» *L'insegnante apre una noce con all'interno un piccolo personaggio fatto di ghianda che dorme.* Primavera ed Estate avevano dimenticato di svegliare i due omini delle noci! Bisognava rimediare! Allora Autunno prende il suo bastone magico, richiude la noce che dorme ancora e trasforma l'omino in una noce!

Il/la maestro/a chiude la noce e fa una magia con un bastone. Poi fa ruotare la noce tre volte intorno al proprio corpo e, alla terza volta, scambia dietro la schiena l'omino di noce con una noce vera! La magia ha funzionato!

Apriamo tutti insieme la noce e, ... l'omino si è trasformato in una noce! L'Autunno ha fatto questa magia con tutte le noci del noce e, la sera, ha organizzato una grande festa nel bosco!

Tutti gli alberi e gli arbusti offrivano i loro frutti migliori. Tutti gli abitanti del bosco, e anche le bambine e i bambini che erano lì, banchettavano con i deliziosi regali di Autunno! Grazie Autunno, e buon compleanno!

La storia finisce con la degustazione dei buoni frutti e delle noci portati da Autunno per la sua festa di compleanno!

● Compleanno dei bambini

Si possono creare delle torte di fango e delle cartoline di auguri effimere in versione land art.

● Natale

Perché non decorare un albero in versione natalizia, creare delle decorazioni, *lumini di ghiaccio* o cucinare sul fuoco un tè speziato?

Altri tipi di rituali

PMP

Le bambine e i bambini cercano un posticino in cui si sentono bene, un PMP - *Petit Milieu Personnel*, un piccolo ambiente personale. Ad ogni uscita, trascorrono del tempo in questo luogo. Se lo desiderano, possono invitare altre persone nel proprio luogo preferito.

Strumenti, suoni e gesti

Può trattarsi di un flauto, di un bastone della pioggia o anche di un richiamo. Serve per esempio per attirare l'attenzione o segnalare la fine di un'attività.

Personaggio

Creare un personaggio che fungerà da filo conduttore durante tutto l'anno. Il personaggio può, ad esempio, lasciare lettere, tracce, indizi del suo passaggio. Il personaggio potrebbe essere "reale" o frutto dell'immaginazione. Per i più piccoli potrebbero essere per esempio fate e folletti. Si possono anche usare dei peluche che ci accompagnano nel bosco. Ad esempio, Roger il riccio (che non viene in inverno perché dorme!) e lo scoiattolo Schiaccianoci. Questi peluche possono vivere avventure o essere confrontati con problemi e le bambine e i bambini potranno trovare soluzioni per aiutarli. Possono quindi diventare il filo conduttore di una o più uscite. Se qualcuno è triste o non si sente molto bene, il peluche può essere anche un modo per consolare.

Mangiare insieme

Per esempio la merenda.

Gioco libero

Rituali per rimanere in contatto con il luogo delle uscite anche in classe

Lasciare in classe una scatola in cui è custodito un diario. I bambini possono cercare il diario quando lo desiderano e scrivere un messaggio o lasciare un regalo al bosco.



Ringraziamenti

Un ringraziamento speciale va a tutte e tutti coloro che hanno partecipato alle nostre attività per la condivisione delle idee e la ricchezza degli scambi, in particolare:

- Jeanne Briggs
- Nicole Hausser
- Rachel Heimann
- Ariane Irminger
- Anne-Colette Schmutz



Il nostro obiettivo

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

WWF Svizzera

Piazza Indipendenza 6
6500 Bellinzona

Tel.: 091 820 60 00
wwf.ch/contatto