

# Progetto di avvicinamento all'equitazione per i bambini della scuola primaria e secondaria

## “Il cavallo come educatore”

### **PREMESSE TEORICHE:**

### **IL RAPPORTO UOMO-ANIMALE COME POSSIBILITA' EDUCATIVA E TERAPEUTICA**

E' ormai ampiamente riconosciuto da psicologi, medici e pedagogisti che il rapporto uomo-animale possa determinare effetti positivi sulla salute e sull'equilibrio psico-fisico dell'uomo, compreso il soggetto in età evolutiva.

Questo tipo di rapporto si basa su affetto e comunicazione non verbale ma realizzata attraverso gesti, sguardi, contatti, e proprio per questa sua caratteristica che lo contraddistingue stimola e coinvolge entrambi gli attori con emozioni e sensazioni nuove che diventano poi lo strumento degli interventi educativi-terapeutici indirizzati a individui con difficoltà.

Il rapporto con l'animale, naturale, spontaneo e genuino, come non sempre è possibile nelle convivenze tra gli esseri umani, rappresenta un mezzo per riattivare contatti sociali, per esprimere le emozioni, per uno scambio affettivo, nonché un'occasione ludica, che nel caso del cavallo diviene anche una vera e propria attività sportiva.

L'animale, in particolare il cavallo, per le sue caratteristiche naturali, può interpretare il ruolo di "mediatore di relazioni", in quanto rappresenta nella dinamica di scambio un protagonista disponibile ma attivo: si lascia carezzare, stringere, toccare, ma pone anche dei limiti, chiedendo di essere rispettato, accudito. E' un animale grande, imponente, che tuttavia si lascia conquistare e comandare.

Il rapporto con il cavallo diventa un'area dove le regole sono chiare ma non rigide, ed è basato sul reciproco ascolto e rispetto.

In molti casi un'attività equestre con finalità terapeutiche può essere proposta quando i bisogni prevalenti sono rappresentati dalla maturazione di condotte adeguate nel rapporto con l'altro e con l'ambiente o dall'evoluzione sul piano delle autonomie personali. Queste attività, infatti, possono essere rivolte a bambini che presentano psicopatologie dell'infanzia, della fanciullezza e dell'adolescenza, disturbi dell'apprendimento, delle capacità motorie, della comunicazione, disturbi generalizzati dello sviluppo, deficit d'attenzione, disturbi della condotta.

In generale, un'esperienza equestre in cui la pratica sportiva coinvolge un partner che è vivo, si muove, reagisce, sente e pensa ma che non giudica sviluppa fin dai più giovani un forte senso di responsabilità e lealtà, e si propone come sport utilissimo per la crescita psico-motoria

Per imparare a stare in sella e cavalcare in equilibrio, è necessario entrare in sintonia con il cavallo e con il suo movimento, con un grande apporto di stimoli per la muscolatura, la coordinazione e il senso dell'equilibrio che, con la pratica, vede un sostanziale miglioramento delle capacità coordinative motorie.

Allo stesso tempo, l'equitazione può essere sicuramente vissuta come una piccola tappa nell'aumento della propria autostima e nella maturazione della personalità, per l'ottenimento di abilità e competenze specifiche ma generalizzabili alla vita di tutti i giorni.

## **SCUOLA-EQUITAZIONE: UN PROGETTO EDUCATIVO**

La finalità della scuola, e dell'azione educativa in generale, è quella di favorire il pieno sviluppo della personalità umana.

L'idea di proporre a scuola un'attività equestre deriva infatti dalla consapevolezza che, per tutti i bambini, il rapporto con il cavallo può rappresentare una significativa esperienza dove vengono coinvolti molteplici aspetti: la motricità, l'affettività, la capacità di relazione e comunicazione, l'accettazione e il rispetto delle regole.

Il bambino, attraverso la cura del cavallo e l'equitazione, acquista autonomia, sicurezza, fiducia nelle proprie capacità, conoscenza e tolleranza del limite e delle regole, superamento delle paure. In particolare, le attività di pulizia e preparazione dell'animale rappresentano un momento in cui il bambino si confronta con la tolleranza allo sforzo e con l'imparare ad attendere il proprio momento, con il riconoscere che la relazione con l'altro è necessariamente bidirezionale.

Il cavallo suscita naturalmente nel bambino interesse, curiosità e attrazione e proprio l'attrattiva di un animale così affascinante e simbolico, che stimola il desiderio di conoscenza, può essere sfruttata a scopo educativo.

Il maneggio stesso è un ambiente che offre molte occasioni di fare scoperte e toccare materiali e strumenti nuovi.

In maneggio, infine, è presente la figura dell'istruttore/educatore: egli rappresenta il punto di riferimento, colui che conosce il mondo del cavallo e che lo propone con sicurezza e familiarità ai bambini e li stimola di volta in volta a sviluppare le proprie abilità motorie, sensoriali, cognitive.

## **OBIETTIVI SPECIFICI**

### Area motoria:

- Presa di coscienza del proprio corpo nello spazio e dei suoi movimenti
- Sviluppo della coordinazione motoria
- Apprendimento di movimenti coordinati e precisi
- Sviluppo del senso di equilibrio
- Sviluppo muscolare globale

### Area psicologica-relazionale:

- -acquisizione di maggior autonomia
- - Aumento del senso di responsabilità verso li altri, l'ambiente, gli oggetti
- -confronto con le esperienze di accudimento ricevute e possibilità di sperimentare una relazione in cui il bambino può essere lui fornitore di cure;
- -stimolare al rispetto delle regole, dei turni e di sequenze logiche e temporali di azioni -;
- -stimolare l'attenzione, la memorizzazione e la concentrazione,
- -impegno in un'attività ludica divertente e piacevole che non è mai priva di soddisfazioni e gratificazioni

## **TEMPI E MODALITA'**

L'attività prevede **10 lezioni**, nelle quali i bambini seguiranno insegnamenti equestri pratici ( con il cavallo ) e teorici.

La parte pratica è suddivisa in due fasi principali

1)avvicinamento del bambino al cavallo: accarezzarlo, rispettarne le distanze di sicurezza, strigliarlo e pulirlo, osservare e partecipare alle manovre di preparazione e vestizione dell'animale; queste attività preparatorie sono parte integrante dell'intervento per arrivare alla conoscenza dell'animale e degli strumenti che vengono utilizzati per averne cura e per prepararlo.

2)messa a cavallo del bambino e esercizi a cavallo

Ad ogni attività partecipa metà gruppo per volta, gli alunni si alterneranno tra lezione teorica e pratica.

Le lezioni teoriche proporranno riflessioni e spunti su diversi temi inerenti il mondo del cavallo e dell'equitazione, ognuna collegata ad un'area didattica specifica. Lo sviluppo più o meno

approfondito di una particolare area può rispondere ad un interesse particolare degli alunni oppure essere concordato a priori con le insegnanti.

## **Aree didattiche affrontate:**

### **SCIENZE E GEOGRAFIA**

Si propone l'osservazione degli animali e dell'ambiente in cui vivono e l'interpretazione delle informazioni così acquisite come metodo di apprendimento. Si studiano le caratteristiche fisiche dell'animale, i suoi cinque sensi, i suoi bisogni, l'ambiente naturale in cui vive e le trasformazioni che ha subito nel corso della storia.

### **STORIA E TECNOLOGIA**

Si propongono e si affrontano temi specifici partendo dall'osservazione del paesaggio e dall'utilizzo del cavallo dei processi di trasformazione di risorse, produzione di beni e di consumo di energia, la comparazione con i metodi odierni e il relativo impatto ambientale.

Si studia l'utilizzo del cavallo nella storia, i vantaggi /svantaggi delle tecnologie odierne che lo sostituiscono e il suo odierno utilizzo nelle applicazioni sportive.

I ragazzi possono riconoscere nell'ambiente che li circonda i principali sistemi tecnologici e le molteplici relazioni che essi stabiliscono con gli esseri viventi e gli altri elementi naturali; conoscere i principali processi di trasformazione di risorse o di produzione di beni e riconosce le diverse forme di energia coinvolte.

### **AREA LINGUISTICA ED ESPRESSIVA**

Il laboratorio introduce ed elabora i temi della comunicazione all'interno di una specie e tra specie diverse.

Il contatto diretto con il cavallo fa emergere il concetto di capacità espressive e di comunicazione emotiva. Si può introdurre ed ampliare il tema dell'ippoterapia, branca della Pet Therapy che sfrutta la relazione con il cavallo per sviluppare la capacità espressiva, di movimento e di relazione con gli altri in soggetti con difficoltà.