



PROGETTO

“SPORT GIOVENTUDE”

Educazione Fisica e Sportiva nelle prime tre classi della Scuola Primaria

INTRODUZIONE

È ormai ampiamente dimostrato che l'attività motoria è fondamentale per la crescita della persona, essa infatti influisce in modo diretto su tutte le aree che compongono la personalità (Bailey, 2006; 2009; Stodden, 2008; Harter, 1982; Castelli, 2007; Feltz, 2008; Who, 2010;):

- 1) *L'area cognitiva.*
- 2) *L'area emotivo-affettiva.*
- 3) *L'area motoria.*
- 4) *L'area sociale.*

Inoltre l'attività fisica è uno dei fondamenti della percezione di sé, il sé fisico e il sé globale. Il sé fisico riguarda l'insieme di conoscenze, memorie ed esperienze che l'individuo ha nei confronti del proprio corpo (Marsh, 1998). Esso costituisce una dimensione del sé globale e si distingue in differenti ambiti (Marsh, 1998). Vari studi hanno dimostrato e confermato le correlazioni tra la percezione del sé fisico ed i livelli di attività fisica dei bambini e degli adolescenti (Crocker et al. 2000; 2003 Raudsepp, 2002; Strong et al., 2005; Bates, 2006, Dunton, & Cooper, 2008;). (Fonte D. Colella, 2014)

L'immagine corporea non rappresenta solamente il corpo così come lo vediamo, ma soprattutto la percezione che abbiamo di esso. Il miglioramento dell'aspetto fisico e della prestazione motoria agisce positivamente sull'auto percezione, sulla conoscenza di sé, migliorando la strutturazione dell'immagine corporea (Stodden et al., 2000). L'immagine del corpo non è semplicemente percezione, ma comporta rappresentazioni mentali (Schilder, 1950). (Fonte D. Colella, 2014)

Durante l'infanzia e la fanciullezza il bambino sviluppa le capacità e la competenza necessarie per rispondere efficacemente alle esigenze sociali.

La componente più importante di questa competenza è il concetto di sé, che si sviluppa in un continuo processo di autovalutazione in cui le fonti più importanti di feedback



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della
Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Sardegna
Direzione Generale



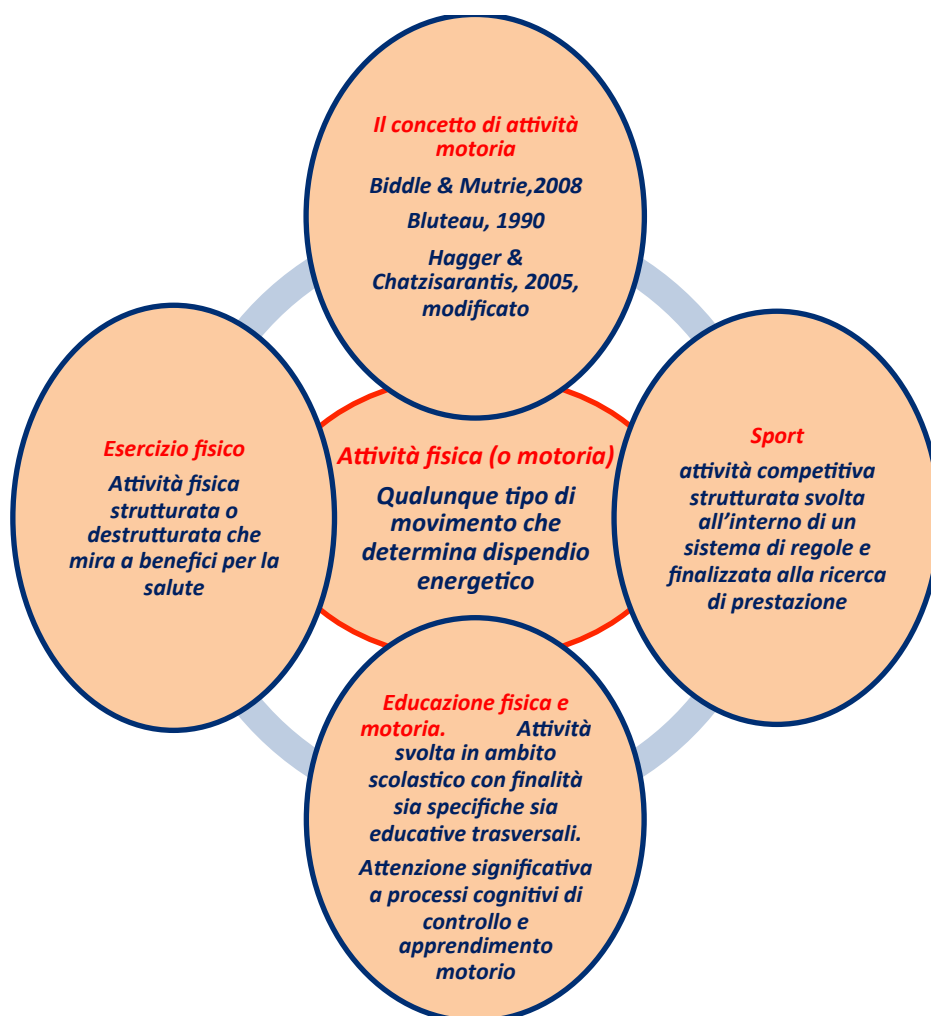
sono i coetanei, gli adulti e l'abilità nelle attività motorie. Lo sviluppo motorio, cioè il processo attraverso il quale un bambino acquisisce gli schemi e le abilità di movimento, pertanto assume un rilievo molto importante. Si tratta di un processo di modificazione continua basato sull'interazione tra maturazione neuromuscolare, che probabilmente è determinata geneticamente, gli effetti residui delle precedenti esperienze motorie e quelli delle nuove. Il corpo è una componente essenziale della mente (Alberto Oliverio, Professore emerito di Psicobiologia dell'Università di Roma "La Sapienza"). In genere le funzioni motorie vengono considerate di basso livello, subordinate a quelle strutture che sono alla base delle più elevate attività cognitive, della razionalità del pensiero puro. In realtà il pensiero cosciente è strettamente correlato con l'attività di aree della corteccia responsabili di movimenti reali o "immaginati": in altre parole, la stessa area del cervello entra in funzione quando si immagina un movimento e quando questo è pianificato. (Alberto Oliverio). Di conseguenza:

- 1- *Il desiderio di pervenire alla realizzazione di un gesto nuovo o di perfezionarlo migliora la capacità di attenzione;*
- 2- *L'associazione di immagini motrici ad impressioni di immagini mentali favorisce lo sviluppo dell'immaginazione;*
- 3- *Migliora la memoria, sia quella motoria che quella delle idee;*
- 4- *Migliora la capacità di osservazione influenzando tutto il campo senso-percettivo;*
- 5- *L'attività motoria facilita la rapidità dei processi intellettuali poiché abitua alla prontezza delle risposte motorie.*

Per questi ed altri motivi secondo diversi Studiosi (Hallal et al., 2006; Strong et al., 2005; WHO, 2010) i bambini in età scolare dovrebbero prendere parte quotidianamente a 60' di attività fisica da moderata a vigorosa. Queste indicazioni sono le stesse che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha fissato nelle linee guida riguardanti l'attività motoria per i bambini e gli adolescenti (Global Recommendations on Physical Activity for Health).

LO STATO DELL'ARTE

Diversi studi riguardanti numerosi paesi del panorama internazionale dimostrano che negli ultimi 20 anni i livelli di attività fisica in età evolutiva sono diminuiti di circa il 10% (Hallal & Knuth, 2009; Hallal, 2014). Questa diminuzione riguarda sia le attività fisiche destrutturate, sia quelle strutturate.



(Fonte L. Bortoli, 2014, modificato)

Gli obiettivi fissati dalla Organizzazione Mondiale della Sanità vengono difficilmente raggiunti nella quasi totalità dei paesi del mondo. La situazione italiana è però preoccupante visto che la percentuale dei giovani italiani che fanno attività fisica per “almeno un’ora al giorno per sette giorni a settimana”, è di circa la metà rispetto a quella



*Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della
Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Sardegna
Direzione Generale*



internazionale. Questa percentuale diventa ancora più elevata se si prendono in considerazione le classi d'età più giovani, quelle comprese tra sei e undici anni, cioè quelle dei bambini che frequentano la scuola primaria di primo grado. Per esempio la percentuale dei maschi di 10-11 anni è del 10% vs il 28%, quella delle femmine è il 6% vs 19% (Confronto HBSC-Italia 2010 e HBSC internazionale 2013).

La situazione italiana risente certamente dell'assenza dell'educazione fisica nei programmi d'insegnamento delle scuole elementari. Per supplire a questa carenza Il CONI in collaborazione con MIUR e CIP ha elaborato un progetto nazionale "Sport di Classe" per la scuola primaria a partire dall'anno scolastico 2014-2015 il cui obiettivo è "la valorizzazione dell'educazione fisica e sportiva per le sue valenze trasversali e per la promozione di stili di vita corretti e salutari, favorire lo star bene con se stessi e con gli altri nell'ottica dell'inclusione sociale, in armonia con quanto previsto dalle indicazioni nazionali per il curriculum della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione". Nell'anno scolastico 2017-2018 però Sport di Classe si rivolge solo alle classi 4° e 5° delle scuole elementari, raddoppiando il numero di ore di educazione motoria, ma escludendo dal Progetto le prime tre classi della scuola primaria che comprende quelle fasce d'età in cui più che in ogni altra si forma il concetto di se (R. Malina, 2006). Dal punto di vista motorio, motivazionale e della salute è determinante l'intervento nella prima fascia d'età della scuola primaria. Dal punto di vista motorio, perché soprattutto nella fascia d'età compresa tra i sei e i nove anni è massima la possibilità di sviluppo delle capacità coordinative base imprescindibile per qualsiasi forma di movimento e per lo sviluppo delle abilità motorie. Dal punto di vista della salute, perché i bambini con maggiori abilità motorie praticano più attività motorie durante l'adolescenza (Barnett et. Al., 2009), perché è più probabile che i bambini attivi diventino adulti attivi (Boreham & Riddoch, 2001) e che le attività sportive inserite nel programma di Educazione fisica abbiano un impatto maggiormente positivo su uno stile di vita attivo (Bocarro et al., 2008). (Fonte L. Bortoli, 2014)



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della
Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Sardegna
Direzione Generale



IL PROGETTO SPORT GIOVENTUDE – Seconda Edizione

Il CONI Sardegna in collaborazione con la Regione Sardegna, la Direzione Regionale Scolastica, conferma l'attuazione del progetto anche per l'anno scolastico 2019-2020. Il progetto è finalizzato al sostegno all'attività motoria e sportiva nelle prime tre classi della scuola primaria.

Caratteristiche del progetto:

- *Coinvolgimento delle classi 1^a, 2^a, 3^a delle scuole che nell'anno scolastico in corso avranno avuto la riconferma da parte del CONI Sardegna.*
- *Insegnamento delle attività motorie di base per un'ora a settimana da svolgere preferibilmente durante le attività curricolari. Se questo in alcune circostanze non fosse possibile è previsto che l'insegnamento si svolga nei locali della scuola in orari extracurricolari.*
- *Le lezioni teorico-pratiche saranno tenute da tecnici dei settori giovanili delle Federazioni Sportive attive sul territorio che interagiranno con gli insegnanti titolari della classe.*
- *Prevedere la realizzazione di attività per gli alunni con Bisogni Educativi Speciali.*
- *Effettuazione di test di valutazione motoria all'inizio e alla fine del progetto.*
- *Realizzazione dei giochi di fine anno scolastico.*
- *Raccolta di dati statistici alla fine del periodo volti a individuare la fidelizzazione verso la pratica sportiva.*
- *Tutte le attività saranno svolte sotto la direzione e il controllo della Scuola Regionale dello sport.*

LA GOVERNANCE

- *Presidente Regionale del CONI Sardegna;*
- *Assessore allo Sport Regione Sardegna o suo Delegato;*
- *Direttore Generale dell'Ufficio Scolastico Regionale;*
- *Presidente del CIP Sardegna;*
- *Direttore della Scuola Regionale dello Sport.*

Sarà compito del Presidente del CONI Sardegna, Presidente della Governance, pianificare le strategie d'intervento e di promozione dell'educazione fisica e sportiva nelle scuole aderenti al progetto. A tal fine si avvarrà della collaborazione del Direttore della Scuola Regionale dello Sport e del Direttore Generale dell'Ufficio Scolastico Regionale.



*Ministero dell' Istruzione, dell'Università e della
Ricerca
Ufficio Scolastico Regionale per la Sardegna
Direzione Generale*



Sarà compito del Direttore della Scuola dello Sport individuare le Federazioni Sportive presenti sul territorio in grado di garantire l'insegnamento delle attività motorie secondo i bisogni caratteristici dei bambini del primo ciclo delle scuole primarie.

TEMPISTICA

- A ottobre 2019, acquisizione da parte delle Direzioni Didattiche dell'adesione al progetto con indicazione del docente scolastico referente;
- A ottobre 2019, incarico dei tecnici federali coinvolti nel progetto;
- Dal 4 novembre 2019 al 6 giugno 2020 attuazione del progetto con ore frontali dei tecnici federali, in presenza dei docenti della scuola, con gli alunni delle classi prime, seconde e terze.

I COSTI

I costi, comprendono:

- *La retribuzione dei tecnici, che prevedrà un rimborso forfettario onnicomprensivo per tutta la durata del progetto, calcolato in base al numero di ore svolte per classe.*