



Formazione Nazionale Muovinsieme

Un miglio al giorno intorno alla scuola

21 giugno 2021

Un progetto



Centro nazionale per la prevenzione
e il Controllo delle Malattie





Un Miglio al giorno intorno alla Scuola

Il ruolo dell'Azienda Sanitaria

Giorgio Bellan, responsabile ssd Promozione della Salute, ASL TO 4

La sedentarietà

Uno stile di vita e un serio problema di salute

Contrastare la sedentarietà a tutte le età è un obiettivo del SSN

Ma quando si comincia ad essere sedentari?

E' paradossalmente proprio nella scuola primaria che i bambini vengono adattati, "educati", alla sedentarietà. Loro, i bambini, farebbero tutt'altro...



Il “miglio”

Nasce da un'esperienza di alcune insegnanti di una scuola primaria (a.s. 2016/17).

Durante un laboratorio “scuole che promuovono la salute” le insegnanti raccontano la loro esperienza a colleghi e dirigenti scolastici

Proponiamo di farne una sperimentazione su tutto il territorio seguendo il modello della “Ricerca-Azione” (maggio 2017)

Obiettivi

Obiettivo generale: contrastare la sedentarietà e promuovere il benessere a scuola, promuovere l'attività didattica outdoor

Obiettivi specifici:

- Gli insegnanti acquisiranno conoscenze e competenze per la realizzazione del progetto e sugli stili di vita salutari
- I ragazzi, con una camminata di circa un miglio (o di 20'), ripetuta almeno tre volte alla settimana, ridurranno di almeno 90' settimanali la loro sedentarietà (non meno di 35/40 ore settimanali solo a scuola, per tutti uguale)
- Il gruppo classe migliorerà le relazioni interpersonali in base alle proprie capacità e risorse

Obiettivi

Obiettivi specifici:

- Il gruppo classe migliorerà le relazioni interpersonali in base alle proprie capacità e risorse
- Gli insegnanti svolgeranno attività didattica outdoor con i bambini e/o i ragazzi
- Il gruppo classe migliorerà le relazioni interpersonali in base alle proprie capacità e risorse
- L'Istituto Scolastico sarà in grado di costruire e rafforzare le alleanze con gli stakeholder del territorio (comuni, associazioni e gruppi sportivi) allo scopo di favorire le opportunità di attività fisica dei ragazzi sul territorio (documentare almeno una relazione con soggetti del territorio favorente lo sviluppo del progetto)

Cosa fa l'ASL nel "Miglio"?

- Si occupa della organizzazione generale del progetto
- Realizza specifici spazi di formazione, confronto, monitoraggio delle attività
- Si offre come mediatore/facilitatore per lo sviluppo di relazioni abilitanti, stimolando capacità ed autonomia dei soggetti locali
- Alimenta e mantiene costantemente la "rete"

Cosa non fa l'ASL nel "Miglio"?

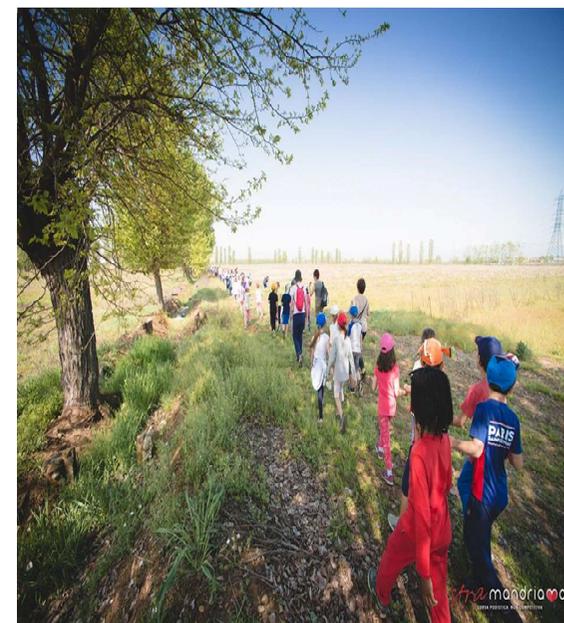
- Non si sostituisce ai docenti nella costruzione dei contenuti didattici
- Non si sostituisce ai Dirigenti e ai docenti nella gestione delle relazioni locali con le famiglie, le associazioni e i Sindaci



In un processo “partecipato” l’elemento umano rappresenta sempre una variabile fondamentale, decisiva per il risultato.

Lavorare con gli innovatori nel lungo periodo produce coinvolgimento anche nei “resistenti”

Il “Miglio” ha portato la Scuola fuori dalle scuole in relazione con il Suo ambiente e con la Sua comunità



Nell'anno scolastico 2019/20 hanno partecipato al progetto:

- 408 classi
- 7168 alunni
- 646 insegnanti.



essere vs esserci



Il “Miglio” ha significato per il nostro territorio un’opportunità per armonizzare obiettivi di salute con uno spazio di espressione e di “incidenza” offerto ai docenti e vissuto da questi con il ruolo di protagonisti.

L’Insegnante, nel “Miglio”, non è l’esecutore di uno spartito scritto da altri, è l’autore della musica



I materiali presentati sono disponibili e utilizzabili liberamente a condizione di una corretta attribuzione della fonte.



Attribuzione - Non commerciale 2.5
Italia (CC BY-NC 2.5 IT)

