



Cagliari, 15 novembre 2023

Alla Cortese Attenzione
del Dirigente Scolastico.

Oggetto: Progetto Sport Gioventude – V edizione – Attività Motoria nella Scuola Primaria.

Si informano le SS.LL. che il CONI Sardegna e la Regione Sardegna promuovono per l'anno scolastico 2023/2024, il progetto di cui all'oggetto riservato agli alunni della scuola primaria.

Il Progetto, si avvarrà anche per la quinta edizione dell'intervento di tecnici federali specializzati, che collaboreranno con i docenti durante l'orario curricolare. Ad ogni istituto sarà attribuito un monte ore in base al numero delle classi coinvolte. L'inizio delle attività è previsto per il mese di novembre 2023 e potranno essere condotte sino al termine delle attività didattiche.

Vi chiediamo di esprimere la disponibilità del Vostro Istituto, indicando nell'apposito modulo il nominativo dell'insegnante referente e l'eventuale preferenza relativa al tecnico sportivo.

L'adesione dovrà essere formalizzata al CONI Sardegna entro il 24 novembre 2023 inviando all'indirizzo email: direttore.scientifico.sardegna@coni.it, il modulo di adesione che troverete in allegato.

Dopo tale data saranno comunicati i nominativi dei tecnici incaricati e il numero totale delle ore a disposizione per ogni Istituto, da suddividere eventualmente nei diversi plessi.

Per ogni eventuale richiesta di informazioni rivolgersi al referente del Progetto Dott. Giuseppe Attene (3496073130 – Email: direttore.scientifico.sardegna@coni.it).

Cordiali Saluti

Dott. Giuseppe Attene
Referente Progetto Sport Gioventude

CONI Sardegna

PROGETTO “SPORT GIOVENTUDE”

Educazione Motoria e Sportiva nella 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 motoria 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 motoria 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 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 motoria 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 motoria 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 motoria per "almeno un'ora al giorno per sette giorni a settimana", è di circa la metà rispetto a quella 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, fino a pochi anni fa, dell'educazione motoria strutturata nei programmi d'insegnamento della scuola primaria e a oggi garantita solo per le classi quarte e quinte. Per supplire a questa carenza e potenziare gli effetti della recente introduzione del maestro di educazione motoria, il CONI in collaborazione la Regione Autonoma della Sardegna ritengono di fondamentale importanza valorizzare e potenziare l'educazione motoria 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". Inoltre, il progetto Sport Gioventude permette un efficace intervento rivolto alle 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 motoria abbiano un impatto maggiormente positivo su uno stile di vita attivo (Bocarro et al., 2008). (Fonte L. Bortoli, 2014)

IL PROGETTO SPORT GIOVENTUDE – Quinta Edizione

Il CONI Sardegna in collaborazione con la Regione Sardegna, conferma l'attuazione del progetto anche per l'anno scolastico 2023-2024. Il progetto è finalizzato al sostegno all'attività motoria e sportiva nella scuola primaria.

Caratteristiche del progetto:

- Coinvolgimento delle scuole che nell'anno scolastico in corso avranno avuto la riconferma da parte del CONI Sardegna.*
- Insegnamento delle attività motorie di base per almeno un'ora a settimana da svolgere durante le attività curricolari, preferibilmente per le classi prime, seconde e terze.*
- Le lezioni saranno tenute da tecnici dei settori giovanili delle Federazioni Sportive attive sul territorio che interagiranno con gli insegnanti titolari della classe.*
- Tutte le attività saranno svolte sotto la direzione e il controllo della Scuola Regionale dello sport del CONI Sardegna.*

TEMPISTICHE

- A novembre 2023, acquisizione da parte delle Direzioni Didattiche del modulo di adesione al progetto con indicazione del docente scolastico referente.
- A novembre 2023, incarico dei tecnici federali coinvolti nel progetto.
- Da dicembre 2023 e fino al termine delle lezioni, attuazione del progetto con ore frontali condotte dai tecnici federali, in presenza dei docenti della scuola.