

RECENSIONE - REVIEW

Colella D. (2018)

Attività motorie, processo educativo e stili di vita in età evolutiva.

Il progetto SBAM! Per la scuola primaria in Puglia.

Risultati del monitoraggio nelle attività motorie

Bari: Procredit

di Elena Vasciarelli

“Attività motorie, processo educativo e stili di vita in età evolutiva. Il Progetto SBAM! per la scuola primaria in Puglia. Risultati del monitoraggio nelle attività motorie.” è il volume curato dal Prof. Dario Colella, Docente di Teoria e metodologia del movimento umano e Didattica delle attività motorie per l’età evolutiva presso l’Università di Foggia, realizzato nell’ambito del Progetto regionale SBAM! – *Sport, Benessere, Alimentazione, Mobilità a Scuola.*

SBAM! è il progetto triennale inter istituzionale sostenuto dalla Regione Puglia, in collaborazione con il MIUR, il Coni Puglia e l’Università di Foggia. Il progetto si è proposto di promuovere una sana e corretta alimentazione e stili di vita fisicamente attivi, attraverso la programmazione di attività curriculari all’interno della scuola, considerata il setting ideale per attuare interventi didattici interdisciplinari riguardanti l’educazione fisica curricolare, le caratteristiche nutrizionali degli alimenti e la promozione di percorsi sicuri da casa a scuola (trasporto attivo), allo scopo di prevenire l’insorgere di abitudini sedentarie nei bambini della scuola primaria.

Il progetto ha previsto, nel triennio 2013-2016, le seguenti fasi: comunicazione del progetto alle scuole primarie e individuazione delle classi e dei docenti referenti; reclutamento degli Esperti (ovvero gli insegnanti specialisti); formazione degli insegnanti referenti delle scuole; formazione dei genitori; selezione e formazione degli insegnanti specialisti; attuazione di un monitoraggio motorio e dei fattori correlati.

Le azioni attuate hanno inteso promuovere nei bambini la consapevolezza sugli effetti della motricità per la crescita della persona, grazie al contributo organizzativo, didattico e scientifico delle agenzie educative, in grado di proporre interventi nelle scuole, ponendo particolare attenzione alla formazione di Esperti del settore e di laureati in scienze motorie e sportive.

Il volume è stato pubblicato nel dicembre 2018, rientra tra i numeri speciali di *MeTis* e si snoda in dodici saggi all'interno dei quali si evidenziano i contributi di diversi Esperti di didattica delle attività motorie. All'interno del libro si sottolineano i benefici, derivanti dalla pratica di attività motorie, per la salute psicofisica e per la crescita della persona in età evolutiva, nonché gli effetti positivi delle esperienze motorie, sostenute attraverso corrette metodologie, sul funzionamento cognitivo ed esecutivo, sul divertimento, sulle convinzioni di autoefficacia, sul rendimento scolastico e sull'apprendimento motorio in età evolutiva.

Un approccio didattico che consente di promuovere le attività motorie, in contesti formali d'istruzione, per contrastare i rischi legati al preoccupante aumento dei livelli di sedentarietà, sovrappeso e obesità dei bambini.

Le recenti linee-guida dell'OMS, prendendo in considerazione le evidenze scientifiche e le buone prassi, sostengono fortemente che l'eccesso di inattività e sedentarietà e l'aumento del tempo trascorso davanti allo schermo producono effetti negativi sul benessere di bambini e adulti. Le suddette motivazioni spingono l'Organizzazione Mondiale della Sanità a consigliare di praticare almeno sessanta minuti al giorno di attività motoria, anche suddivisa in diversi periodi di durata inferiore purché distribuiti durante la giornata. Il testo, inoltre, evidenzia l'importanza di sviluppare programmi di promozione della salute nella scuola, incoraggiando il contesto sociale, attraverso strategie didattiche che promuovano l'inclusione dell'attività fisica nei sistemi formali e non, per incrementare lo sviluppo di competenze motorie, di funzioni esecutive quali abilità di pianificazione, inibizione, flessibilità e/o autoregolazione (che influenzano le funzioni cognitive come memoria

e attenzione), valorizzando le differenze individuali per migliorare i processi di apprendimento disciplinare ed interdisciplinare.

I saggi presentano un filo conduttore poiché evidenziano la necessità di praticare correttamente l'educazione fisica nella scuola primaria. Infatti, nonostante siano stati attuati nel corso degli anni numerosi interventi sperimentali, permangono criticità e sarebbe opportuno promuovere e ampliare: le ore curricolari di educazione fisica e di attività motorie ed eventuali ore pomeridiane di attività sportiva e di gioco attivo presso centri e società sportive; la mobilità attiva non indipendente per influenzare positivamente strategie di apprendimento all'interno di contesti urbani; la mobilità attiva indipendente dalla supervisione degli adulti; le strategie che promuovono la salute attraverso la progettazione di ambienti generativi di apprendimento significativo (grazie ad un'attenta progettazione e pianificazione che integri le attività motorie nel processo pedagogico). Tali pratiche, a loro volta, potranno orientare l'educazione al/del corpo e al movimento (tenendo conto dei bisogni educativi e formativi dei minori e dei loro genitori), l'avviamento allo sport (finalizzata a incrementare i livelli di sviluppo delle capacità e delle abilità motorie e ridurre il rischio di infortuni), le opportunità di gioco strutturato e destrutturato (ponendo particolare attenzione agli aspetti etici della pratica motorio-sportiva e ai problemi legati alla formazione specialistica per incoraggiare azioni condivise a livello territoriale per realizzare un'effettiva costruzione della *Physical Literacy*) e l'educazione al benessere bio-psico-sociale nel territorio (benefici perseguibili, attraverso politiche che sostengono le attività motorie e lo sport, sul territorio).

Numerosi documenti nazionali e internazionali evidenziano nei bambini europei bassi livelli di attività moderata o intensa (per esempio camminare, andare in bicicletta, attuare giochi attivi) e tali risultati sottolineano una riduzione drastica dell'attività fisica quotidiana. L'Italia, in questo contesto, si colloca agli ultimi posti tra i Paesi europei, poiché nonni, genitori, adolescenti e bambini italiani sono tra i meno attivi in Europa. Si riscontrano, ancora, differenze rilevanti di inattività tra nord e sud Italia, per questo è stata fondamentale l'adesione dell'Università di Foggia al Progetto SBAM.

La Regione Puglia, in collaborazione con l'Università di Foggia e il Coni, ha deciso di investire sulla promozione della salute attraverso la valorizzazione delle attività motorie, per promuovere una condivisione del processo educativo del bambino e ottenere negli anni un risparmio sulla spesa sanitaria, migliorando la vita dei cittadini e l'inclusione sociale; sostenendo, anche, lo sviluppo del turismo sportivo, la riqualificazione di impianti sportivi e il consolidamento del sistema sportivo regionale. La politica regionale, infatti, mira a rafforzare il ruolo sociale dello sport, sostenendo il suo valore formativo ed educativo, allo scopo di integrare le politiche sportive con le aree di policy sociale e socio-educativa, promuovendo tali pratiche sul territorio e favorendo l'inclusione e l'integrazione sociale delle fasce deboli della popolazione, sanitaria e socio sanitaria, per migliorare la qualità della vita degli individui e ridurre l'insorgere di patologie, turistica e socio economica, attraverso l'organizzazione di eventi sportivi di qualità e utili ad attirare investimenti futuri.

Nel 2012/2013 sono state avviate le attività e individuati circa 17.102 alunni, appartenenti alle classi terze, studenti seguiti nei successivi due anni. I bambini coinvolti risiedevano nelle provincie di Bari, Brindisi, BAT, Foggia, Lecce e Taranto.

In ogni gruppo-classe sono state svolte trenta ore di educazione fisica con la presenza dell'esperto e dell'insegnante generalista. Agli allievi sono stati proposti diversi test motori che hanno restituito misure oggettive e due questionari per valutare l'autoefficacia percepita e il gradimento percepito verso le proposte motorie. Il monitoraggio si è svolto durante le lezioni e ha permesso di: rilevare la statura, il peso e l'indice di massa corporea; valutare i livelli di sviluppo delle capacità motorie, dei costrutti psico-affettivi, dell'autoefficacia percepita e del gradimento delle attività; studiare le correlazioni tra le diverse variabili.

Il progetto ha evidenziato i seguenti aspetti: i valori dell'indice di massa corporea sono aumentati nel corso degli anni; le prestazioni dei bambini in sovrappeso e/o obesi sono inferiori rispetto a quelle dei bambini in condizioni normopeso; le bambine presentano prestazioni motorie inferiori rispetto ai bambini; durante il tri-

ennio dell'intervento si è notata un'evoluzione delle prestazioni motorie (dovuta all'aumento delle esperienze motorie), dei processi di apprendimento motorio e della coordinazione motoria.

Il Progetto SBAM, in conclusione, ha mostrato un grande interesse rispetto all'aumento di bambini e giovani che seguono uno stile di vita sedentario, ponendo particolare attenzione alla promozione e allo sviluppo di programmi di prevenzione della salute, attraverso opportunità educative basate sull'educazione fisica, permettendo così la riduzione dei tempi di inattività fisica, aumentando il tempo di impegno motorio, favorendo l'integrazione tra le fasi di apprendimento e quelle di verifica.

Un ampio significato culturale è assegnato all'interdisciplinarietà e all'integrazione con altri alfabeti, attività e contesti socio-culturali, e interessante risulta l'approccio trasversale utilizzato, orientato al coinvolgimento delle diverse agenzie formative, quali famiglia, scuola, agenzie territoriali, media, organismi sovranazionali, nazionali e istituzioni.