

Un miglio al giorno intorno alla scuola – ASL TO4

Sintesi progetto e descrizione della situazione locale relativa alla distribuzione per zona geografica, grado e tipologia di scuole coinvolte



Codice Pro.Sa: 4946, link https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=4946

Link al progetto su Catalogo: <https://www.aslto4.piemonte.it/catalogoExp.asp?N=1180>

Scheda progetto

Destinatari: studenti e insegnanti della scuola primaria, dell'infanzia e secondaria di I° grado.

Tema di salute: benessere e movimento all'aria aperta; contrasto all'obesità e sedentarietà.

Obiettivi: promuovere il movimento e l'attività all'aria aperta come parte integrante della giornata a scuola; diffondere nella comunità scolastica informazioni e conoscenze sui benefici dell'attività motoria.

Sintesi dell'iniziativa: "Dailymile" è una pratica che, nata da un'iniziativa di una scuola scozzese, si sta rapidamente diffondendo oltre che nel Regno Unito, anche già in molti paesi europei e negli USA.

Il percorso di formazione, a cura del Servizio di Promozione della Salute, rivolto agli insegnanti delle scuole aderenti è costituito da una giornata ad inizio anno scolastico ed un incontro di monitoraggio/valutazione a fine percorso - sostituito nel 2020 da un tutoraggio rivolto ai nuovi istituti ed ai nuovi insegnanti aderenti e dall'invio di tutti i materiali relativi al percorso.

Nelle scuole aderenti al progetto si prevede che tutti i giorni, durante l'orario scolastico, le classi a rotazione, accompagnate dagli insegnanti, escano dall'edificio scolastico per coprire la distanza di un miglio (circa 1600 metri) a passo svelto.

In caso di maltempo tale da impedire l'uscita, un'attività di movimento viene comunque svolta in palestra, o dove possibile, in luogo riparato. L'attività non necessita di attrezzature, solo di un abbigliamento comodo per passeggiare; permette però di allenare il fisico e ossigenare la mente, contrastando in quanto pratica quotidiana il rischio di sovrappeso e la sedentarietà. Gli insegnanti sono stimolati a lavorare coi bambini sul miglioramento dello stile di vita e di alimentazione, perché ad un'auspicabile attività di movimento quotidiana occorre abbinare fin dall'infanzia una corretta alimentazione.

Sitografia:

Daily Mile: <https://www.thedailymile.org/>

The Daily Mile in Piemonte, sito DorS: <https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3296>

Sorveglianza PASSI 2016/19 – attività fisica: <https://www.epicentro.iss.it/passi/dati/attivita?tab-container-1=tab1>

Sorveglianza PASSI 2016/19 – sovrappeso e obesità: <https://www.epicentro.iss.it/passi/dati/sovrappeso?tab-container-1=tab1>

Attività 2020

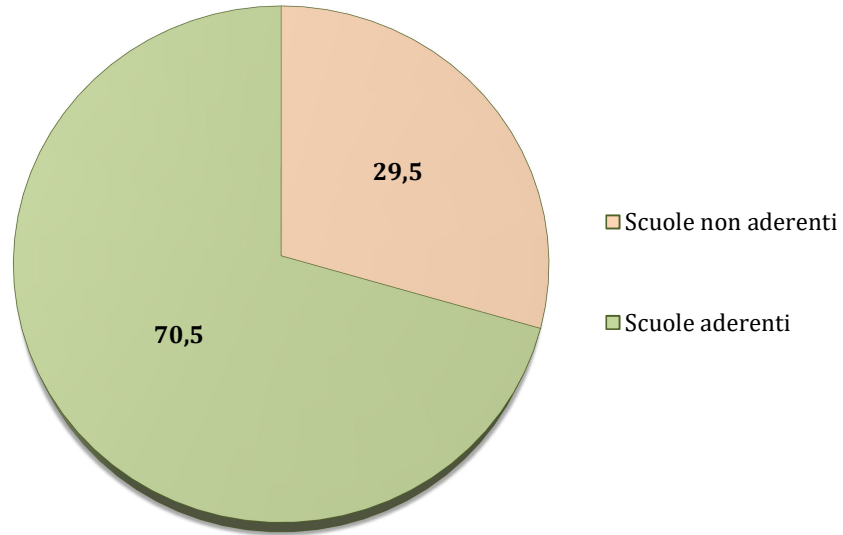
Nel corso del 2020 hanno partecipato al progetto 408 classi di 111 plessi, con 7139 studenti e 646 insegnanti. Le uscite previste dal progetto (da 2 a 5 settimanali) sono state svolte in autonomia dalle insegnanti, spesso con il supporto di volontari (associazioni varie o walking leader adulti), genitori, nonni, studenti in alternanza scuola lavoro, personale ATA: tutti questi attori non sono purtroppo quantificabili.

Le uscite sono state regolarmente registrate, riportando di volta in volta il numero di studenti, insegnanti/accompagnatori, percorso effettuato e note particolari. Le uscite sono state interrotte, causa emergenza COVID 19, con la chiusura delle scuole.

Adesioni totali

Includendo anche le scuole paritarie, hanno aderito al progetto 43 su 118 Istituti (67 paritarie incluse), cioè il 36,4% degli Istituti presenti sul territorio. Si sottolinea però che gli istituti paritari sono costituiti per la maggior parte da singoli plessi di scuole di infanzia, non equiparabili agli Istituti comprensivi pubblici, che comprendono invece molti plessi sia di scuole di infanzia, sia primarie, sia secondarie di primo grado (tale rilievo comporterà anche presto una modifica del denominatore nel conteggio dell'indicatore 3 su Pro.Sa.). Calcolando dunque solo gli Istituti pubblici interessati, che sono in totale 51, hanno aderito al progetto 36 Istituti, cioè il 70,5% del totale.

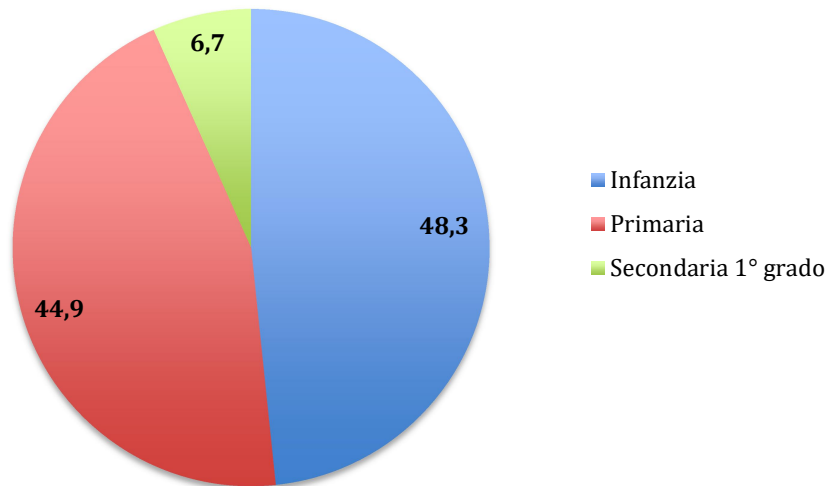
Percentuale adesioni



Adesioni per ordine e grado delle scuole partecipanti

Il progetto è rivolto primariamente ai bambini dai 3 ai 10 anni, cioè alle scuole di infanzia e alle scuole primarie. E' anche aperto alla partecipazione delle scuole secondarie di primo grado. Sul totale delle adesioni, il 48,3% riguarda le scuole di infanzia, il 44,9% le scuole primarie e il 6,7% le scuole secondarie di primo grado.

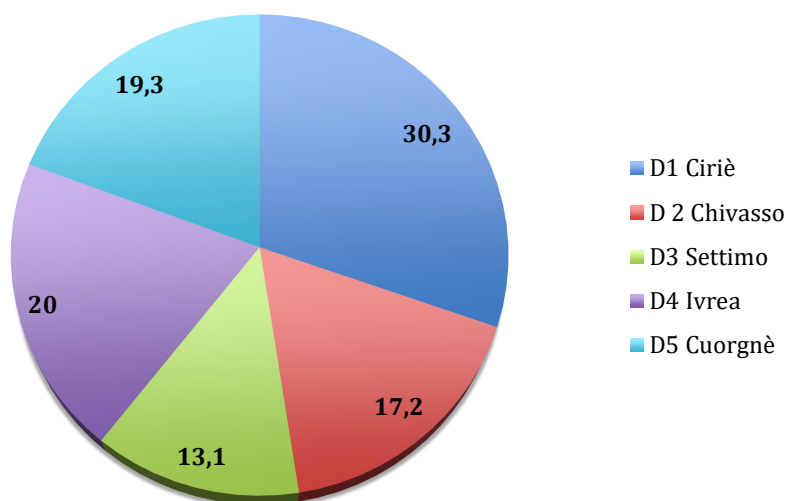
Ordine e grado scuole partecipanti (%)



Distribuzione delle adesioni per zona geografica

L'adesione al progetto è diffusa in tutto il territorio dell'ASL TO 4 e in particolare nel distretto di Ciriè.

Distribuzione per distretti (%)



Adesioni plessi per Comune (144 plessi, 71 Comuni):

Agliè	1	Gassino	3	Samone	2
Balangero	3	Grosso	1	San Benigno	2
Banchette	2	Ivrea	4	San Carlo	1
Barbania	1	La Cassa	1	San Giorgio	1
Barone	1	Loranzè	2	San Giusto	1
Borgaro	3	Lugnacco	1	San Maurizio	3
Busano	1	Lusiglié	1	San Mauro	6
Cafasse	2	Mathi	2	San Raffaele	2
Candia	1	Mazzè	1	Sciolze	1
Caselle	3	Mezzenile	1	Settimo	11
Castellamonte	2	Montalenghe	1	Sparone	1
Castiglione	3	Montanaro	2	Traves	1
Ceresole	1	Nole	2	Vallo	1
Chiaverano	1	Oglianico	2	Varisella	2
Chivasso	4	Orio	1	Vauda	1
Ciriè	6	Parella	1	Verolengo	2
Colleretto C.	1	Pavone	2	Verrua	1
Corio	3	Pont	2	Vico	1
Cuceglio	1	Prascorsano	1	Vische	1
Cuorgne	4	Rivara	2	Vistrorio	2
Favria	3	Rivarossa	1	Volpiano	6
Fiano	2	Robassomero	1		
Forno	4	Rocca	1		
Frassinetto	1	Rondissone	1		
Front	2	Rueglio	2		

Mappatura plessi aderenti - a.s. 2019/2020:

<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=19lb7CG85o4hCR9QpS09k-p099Ei-Vd3-&ll=45.28246802336195%2C7.664760899999976&z=10>



Conclusioni

Nel corso degli ultimi anni l'adesione al progetto si è gradualmente estesa a sempre più scuole e si prevede che, cessata l'emergenza sanitaria, altre aderiranno.

Emerge dall'analisi dei dati e dalla mappatura una più alta adesione nel distretto di Ciriè: è possibile che ciò sia dovuto alla configurazione geografica dell'area, che è collinare/montagnosa e i cui paesi sono piccoli e naturalmente agevolanti le camminate.

Il progetto è comunque diffuso su tutti i territori, compreso l'eporediese, da sempre reticente a partecipare ai progetti In Catalogo: non ci sono altri progetti in Catalogo a cui i territori di Ivrea e Cuornè abbia mai aderito in maniera così massiccia.

Il target iniziale del progetto erano solo le scuole primarie, ma quelle dell'infanzia hanno richiesto esplicitamente di poter essere incluse ed in maniera minore anche le secondarie.

Il coinvolgimento delle scuole secondarie di primo grado è il punto critico del *Miglio*: in parte è comprensibile che molti insegnanti quali sono quelli che ruotano quotidianamente in una classe delle medie abbiano difficoltà a ricordarsi "cedendo" a turno tempo che ritengono tolto alla didattica: sono meno elastici degli insegnanti della primaria e non riescono a parte rare eccezioni a usare le uscite come momento didattico.

Dall'altra parte, gli studenti che per due-tre anni si sono trovati alla primaria a fare il Miglio instaurando un'abitudine al movimento durante l'orario scolastico si trovano senza più la possibilità di continuare.

Il problema è stato sollevato più volte dagli insegnanti della primaria: una strategia per la continuazione nel passaggio tra un grado e l'altro di scuola era di scegliere un territorio pilota con ottima adesione nella primaria e contattare le secondarie proponendo un anno di sperimentazione da monitorare per rilevare fattori favorevoli ed ostacolanti e ricalibrare successivamente la proposta – ma a causa dell'emergenza sanitaria da covid l'intento è stato per il momento sospeso.