UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA

TESIS DOCTORAL

ACTIVIDAD MOTÓRICA DEPORTIVA: INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE NIÑOS DE 10 A 14 AÑOS

Rossella Moleti

Departamento de Psicología Y Antropología

2017

UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA

TESIS DOCTORAL

ACTIVIDAD MOTÓRICA DEPORTIVA: INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE NIÑOS DE 10 A 14 AÑOS

Rossella Moleti

Conformidad de los directores de la tesis:

FLORENCIO VICNETE CASTRO

SUSANA SÁNCHEZ HERRERA

Mª ISABEL RUIZ FERNÁNDEZ

2017

A mia sorella Mariacarla

AGRADECIMIENTOS

In primo luogo ringrazio Dio, mia guida.

Quindi, il Professor Florencio Vicente Castro, per tutto il sostegno e la fiducia accordatami, questa ricerca, senza il suo supporto e la sua sapiente conduzione, non esisterebbe.

Ringrazio anche a la Professoressa Susana Sánchez Herrera e Mª Isabel Ruiz Fernández.

Infinita gratitudine va a mio marito, alla mia mamma ed ai miei fratelli che mi hanno incoraggiata ed aiutata a mantenere la calma e che hanno speso il proprio tempo per discutere del mio lavoro.

Un grazie, anche, a tutti coloro che, nell'ultimo, difficile, periodo, mi hanno aiutata, spronandomi a concludere la ricerca.

"Lo sport è parte del patrimonio di ogni uomo e di ogni donna e la sua assenza non potrà mai essere compensata"

Pierre de Coubertin

RESUMEN

Presentación. Durante las últimas décadas se han producido numerosas evidencias científicas que, en su conjunto, sugieren que el comportamiento escolar puede estar influido por la realización de una regular actividad deportiva.

Objetivo. El propósito de esta investigación fue el de evaluar la actitud emocional de los escolares hacia las actividades deportivo-motoras y el de valorar si existían diferencias tanto en el comportamiento como en el rendimiento escolar entre los estudiantes sedentarios y los estudiantes que participan en una actividad motora regularmente.

Sujetos y métodos. La muestra del estudio fueron estudiantes de la escuela secundaria de primer grado comprendidos en tres tipologías territoriales diferentes [área urbana (AU); área periférica (AP); área de riesgo (AR)] del distrito urbano de Messina (Italia). Se administraron a todos los participantes dos cuestionarios diferentes, dirigidos a evaluar, respectivamente: i) el estado socioeconómico (ESE), la participación, el tipo y frecuencia de la actividad física practicada; ii) el bienestar escolar. A través de formularios apropiados compilados por los profesores, también se recogió información relacionada con el comportamiento y el rendimiento académico de los estudiantes que se unieron a la investigación.

Resultados. En total, se obtuvo información completa de 392 estudiantes (211/392 hombres y 181/392 mujeres): distribuidos uniformemente entre las tres áreas, de edad media 12.1 ± 0.75 años. Dos terceras partes de los estudiantes (294/392) practicaba con regularidad actividad física, sobre todo deportes de equipo. El porcentaje de sujetos que practicaban deporte se reducía progresivamente desde el área urbana a la que estaba en riesgo, en paralelo con una disminución similar y significativa del ESE, siendo evaluado éste último por el índice de Hollingshead. No se observó ninguna diferencia entre los géneros en relación con la percepción de los jóvenes del impacto psico-físico del deporte, y sólo la mitad de los participantes creía que la actividad física podría tener un efecto positivo en el rendimiento académico. En contraste con la última cifra, sin embargo, la correlación entre el comportamiento /rendimiento escolar (suministrado por los profesores) y la actividad física, demostraba que un porcentaje significativamente

mayor de sujetos motóricamente activos lograba mejores resultados escolares. Esta cifra fue confirmada ulteriormente por los análisis de regresión logística multivariante, que mostraron cómo la actividad física y el estado socio-económico estaban independientemente asociados con un rendimiento académico más satisfactorio.

Palavras-chave: motor-deporte, la educación física, el rendimiento escolar, la educación sanitaria.

ABSTRACT

Background. Over the last decades, evidence has accumulated overall indicating that regular physical activity positively impacts performances at school and cognitive abilities across ages.

Objective. To explore the emotional behavior of schoolchildren relative to physical acivity, and to evaluate differences, if any, in both performances and behavior in classroom between pupils who regularly partecipated in physical activities and nonathletes .

Subjects and methods. Adolescents attending the secondary school from three different areas [urban area (UA); suburban area (SA); high-risk area (HRA)] within the urban district of Messina (Italy) were administered two structured questionnaires specifically designed to assess: i) socio-economic status (SES), participation and type of physical activities, along with information about frequency of training; ii) well-being at school. Also, information was collected from teachers concerning pupils' behaviour and performances.

Results. Overall, full information was available for 392 subjects (211/392 boys and 181/392 girls), equally distributed between the three areas. Mean age of the participants was 12.1±0.75 years. Two third of pupils (294/392) were actively involved in physical activities, mostly represented by team sports, with a significantly higher rate of males being active compared to females. There was a trend towards a decrease in the rate of active students from the UA to the HRA, which was paralleled by a significant reduction in the SES, as assessed by means of the Hollingshead index. No differences were recorded between males and females relative to their feeling on the benefits of physical activity on both body and mental health; only 50% of the whole sample thought that a regular physical activity could be useful for their intellectual performances at school. However, when data on school performances provided by their teachers were related to the regular practice of physical activity, a significantly higher rate of active students was found to have better school performances than non-active students. In addition, at multivariate regression analysis, both physical activity and SES resulted to be independently associated to better academic performances.

Conclusions. The results of this study, based on self-reported information, overall indicate participation in physical activity to be positively related to academic performance in adolescents. Further studies addressing the effects of physical activity on specific areas of knowledge may provide new insights into the mechanisms underlying the observed beneficial effects.

Keywords: physical activity, physical education, academic performances, school well-being.

RIASSUNTO

Premessa. Nel corso delle ultime decadi, sono state prodotte numerose evidenze scientifiche che, nel loro insieme, suggeriscono come il comportamento scolastico possa essere influenzato dall'espletamento di una regolare attività sportiva.

Obiettivo. Lo scopo della presente ricerca è stato quello di valutare l'atteggiamento emotivo dei ragazzi in età scolare nei riguardi dell'attività motorio-sportiva e di valutare se esistessero differenze sia nel comportamento che nel rendimento scolastico tra studenti sedentari e studenti dediti ad una regolare attività motoria.

Soggetti e metodi. Il campione di studio identificato è costituito da studenti della scuola secondaria di primo grado ricadenti in tre differenti tipologie territoriali [area urbana (AU); area periferica (AP); area a rischio (AR)] [del distretto urbano di Messina (Italia). A tutti i partecipanti sono stati somministrati due differenti questionari, volti, rispettivamente, a valutare: i) lo stato socio-economico (SES), la participazione, il tipo e la frequenza dell'attività fisica praticata; ii) il benessere scolastico. Mediante idonei formulari compilati dai docenti, sono state altresì raccolte informazioni relative al comportamento ed al rendimento scolastico degli studenti che hanno aderito alla ricerca.

Risultati. Complessivamente, sono state ottenute informazioni complete per 392 studenti (211/392 maschi e 181/392 femmine), uniformemente distributi tra le tre aree, di età media pari a 12.1±0.75 anni. Due terzi degli studenti (294/392) pratica con regolarità attività fisica, per lo più rapresentata da sport di squadra. La percentuale di soggetti praticanti sport si riduce progressivamente procedendo dall'area urbana a quella a rischio, parallelamente ad un simile e significativo decremento del SES, quest'ultimo valutato mediante l'indice di Hollingshead. Non si rileva alcuna differenza di genere relativamente alla percezione dei giovani nei confronti delle ricadute psico-fisiche sport, e soltanto una metà dei partecipanti ritiene che l'attività fisica possa riflettersi positivamente sul rendimento scolastico. In contrasto con quest'ultimo dato, tuttavia, la correlazione tra comportamento/rendimento scolastico (fornita dai docenti) e attività fisica, dimostra come una percentuale significativamente più alta di soggetti motoriamente attivi consegua migliori risultati scolastici. Tale dato viene ulterormente confermato dall'analisi di regressione logistica multivariata, che evidenzia come

l’attività fisica e lo stato socio-economico siano entrambi indipendentemente associati ad un più soddisfacente rendimento scolastico.

Conclusioni. I risultati di questo studio, complessivamente, indicano come l’espletamento di attività motorio-sportiva abbia ricadute positive sulle performance scolastiche. Ulteriori studi specificatamente indirizzati a valutare gli effetti dell’attività fisica su specifiche aree disciplinari potrebbero fornire utili informazioni per la comprensione dei meccanismi che sottendono gli effetti benefici osservati.

Parole chiave: attività motorio-sportiva, educazione fisica, rendimento scolastico, benessere scolastico.

INDICE GENERALE

AGRADECIMIENTOS 2

RESUMEN..... 4

ABSTRACT 6

RIASSUNTO 8

RESUMEN AMPLIO EN ESPAÑOL..... 15

Tab.1 Características generales de la muestra general y de los subgrupos por area di pertenencia 20

Tab. 2 Frecuencia de distribución de los chicos por grupos de edad en la totalidad de la muestra 21

INTRODUZIONE 31

PARTE PRIMA: PARTE TEORICA 33

CAPITOLO PRIMO: LE RADICI STORICO CULTURALI DELLA GINNASTICA MODERNA 34

Le radici culturali della ginnastica moderna 35

1.1 Il Medioevo 35

1.2 Dall'Umanesimo e Rinascimento al XVIII secolo 37

1.3 Il XIX secolo - Educazione fisica e sport 44

1.4 L'educazione fisico sportiva in Italia 47

1.5 La legislazione scolastica e l'Educazione fisica dall'unità 51

CAPITOLO SECONDO: LE POLITICHE EUROPEE A FAVORE DELLA DIFFUSIONE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE 66

2.1 Carta europea dello sport del 1992 68

2.2 Manifesto europeo sui giovani e lo sport del 1995 69

2.3 Anno europeo dell'educazione attraverso lo sport 2004 70

2.4 Libro bianco sullo sport 11 luglio 2007 73

2.5 Raccomandazione del Consiglio sulla promozione trasversale ai settori dell'attività fisica salutare (2013)..... 82

2.6 Istruzione, gioventù, cultura e sport 85

2.7 Educazione fisica e sport a scuola in Europa..... 87

Fig. 1 Percentuale oraria del'educazione fisica rispetto al totale delle ore di lezione. 88

Fig.2 Istruzione primaria..... 89

Fig.3 Istruzione secondaria..... 90

CAPITOLO TERZO: ATTIVITÀ MOTORIA E STILE DI VITA IN ITALIA 91

3.1 I numeri dello sport in Italia..... 92

3.2 I numeri dell'attività fisica 95

3.3 La sedentarietà..... 95

3.4 Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi italiani..... 96

3.5 Attività motoria e salute..... 98

3.6 Attività motoria come 'farmaco' per lo sviluppo della personalità in età evolutiva: Revisione della letteratura..... 102

Tab.1 Studi inclusi nella Classificazione I..... 107

Tab.2 Studi inclusi nella Classificazione II..... 110

Tab.3 Studi inclusi nella Classificazione III..... 112

PARTE II: PARTE EMPIRICA 117

CAPITOLO QUARTO: IPOTESI ED OBIETTIVI..... 118

4.1 Ipotesi ed obiettivi..... 119

4.2 Partecipanti, strumenti e metodi 119

4.3 Analisi dei dati..... 122

PARTE III 123

CAPITOLO QUINTO: RISULTATI 124

5.1 Descrizione del campione di studio..... 125

Fig.1 Ripartizione del campione per sesso 125

Fig.2 Area d'appartenenza delle scuole 126

Tab.1 Caratteristiche generali del campione generale e dei sottogruppi per area di appartenenza 126

Tab. 2 Frequenza di distribuzione dei ragazzi per fasce d'età nell'intero campione..... 127

5.2 Tipo di sport praticato e frequenza di allenamento 128

Tab. 3 Attività motorio-sportiva praticata nell'intero campione e nei sottogruppi per area di appartenenza 129

Fig. 3 Distribuzione tra sport individuali e sport di squadra (intero campione) 130

Fig. 4 Suddivisione dell'intero campione tra pratica sportiva competitiva e ludico ricreativa131

Fig.5 Allenamenti settimanali 132

Fig.6 Distribuzione per tipo di attività motorio-sportiva 133

5.3 Ricaduta dell'attività motoria sulla sfera psico-fisica e cognitiva 133

Tab. 4 Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva? 134

Fig.7 Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva? 135

Tab.5 A cosa serve impegnarsi in un'attività motoria 136

Fig.8 A cosa serve impegnarsi in un'attività sportiva? 136

Tab. 6 "Secondo te, impegnarsi in un'attività sportiva può aiutare a superare problemi del comportamento" 137

Fig.9 Secondo te, impegnarsi in un'attività sportiva può aiutare a superare problemi del comportamento 138

Tab.7 "Secondo te, praticare un'attività sportiva può avere delle ricadute sul rendimento scolastico?" 138

Fig.10 Secondo te, praticare un'attività sportiva può avere delle ricadute sul rendimento scolastico? 139

Tab. 8 Secondo te, nella pratica di un'attività motoria è più importante il risultato sportivo o la possibilità di allargare le amicizie? 140

Fig.11 Secondo te, nella pratica di un'attività motoria è più importante il risultato sportivo o la possibilità di allargare le amicizie? 140

Tab.9 Secondo te è importante praticare un'attività sportiva? 141

Fig. 12 Secondo te è importante praticare un'attività sportiva da soli o in compagnia? 141

5.4. Valutazione del benessere scolastico (QBS 8-13) 142

Tab.10 QBS 8 – 13 intero campione 143

Fig. 13 Benessere scolastico – Intero campione 144

Tab.11 QBS Area Urbana (n = 129) 145

Tab.12 QBS Area Periferica (n.146) 146

Tab.13 QBS 8-13 Area a Rischio (n.117) 147

Tab. 14 QBS intero campione e aree di riferimento nei sedentari e nei praticanti sport 148

5.5. Valutazione del rendimento scolastico 148

Tab. 15 Punteggi Scala Likert (M±DS) nel campione totale e nelle aree di riferimento 149

Tab. 16 Scala Likert intero campione e aree di riferimento nei sedentari e nei praticanti sport 150

Tab. 17 Valutazioni medie (M±DS) complessive e per raggruppamento disciplinare, nel campione totale e nelle aree di riferimento 151

Tab. 18 Valutazioni medie (M±DS) complessive nei sedentari e nei praticanti sport 152

5.6. Analisi di correlazione tra attività motorio-sportiva e rendimento scolastico 152

Tab. 19 Analisi di regressione logistica univariata 152

Tab. 20 Analisi di regressione logistica multivariata 153

CAPITOLO SESTO: DISCUSSIONE E CONCLUSIONI 154

6.1 Discussione 155

6.2 Conclusioni 157

6.3 Limiti dello studio 157

6.4 Prospettive future 158

CAPITOLO SETTIMO: BIBLIOGRAFIA 159

7.1 Bibliografia 160

7.2 Siti web e documenti da siti web 163

7.3 Riferimenti normativi 164

CAPITOLO OTTAVO: ALLEGATI 166

RESUMEN AMPLIO EN ESPAÑOL

Parte 1 – Marco teorico

La concepción moderna de la educación deportiva se basa en la suposición, corroborada por una amplia evidencia científica, de la existencia de una conexión inseparable entre la mente y el cuerpo. En particular, los avances de la investigación en las neurociencias han aportado elementos cada vez más concretos para apoyar una sinergia funcional entre la esfera cognitiva-emocional y la puramente motora-cinesiológica, alimentando la idea de *corporeidad* como integración de las dimensiones cognitivas, afectivas y relacionales.

La transposición de estos conocimientos al ámbito educativo y formativo ha influido mucho en la forma de comprender las *ciencias deportivas*, superando los límites de contenidos disciplinares específicos y reconociendo a las mismas un valor esencial en la educación integral de la persona. En esta evolución conceptual encajan las diferentes medidas legislativas, nacionales e internacionales, que aún llevando a cabo las directrices de las más altas organizaciones de salud mundial, desplazan los objetivos disciplinarios de la educación deportiva de simplemente "formativos" a "educativos" en el sentido más amplio, entendidos como la búsqueda de las competencias individuales globales a través de la adquisición de una conciencia de la propia dimensión corporal.

La reflexión sobre estas premisas me llevó a examinar un aspecto específico de la relación entre la educación motora y las competencias globales y, en particular, el relativo al impacto de las actividades deportivo-motoras en el rendimiento académico en adolescentes de la realidad operativa italiana.

Antes de entrar en los detalles de esta investigación, he considerado oportuno trazar un recorrido histórico-jurídico de la educación motora, con el fin de identificar los aspectos más destacados y útiles para la definición actual de la disciplina. El primer capítulo, pues, resume la evolución del concepto de educación física y motora, bajo un perfil histórico-filosófico y pedagógico, entendiendo éste último el uso del movimiento como un elemento eficaz en la formación de los jóvenes. La legislación escolar italiana y el conjunto de directivas europeas relativas a la difusión y explotación de la actividad motora, fueron objeto de un tratamiento específico, junto con la evaluación analítica de

la dimensión real, en Italia, del fenómeno deportivo en todas sus acepciones (tercer capítulo). Con este fin, se tuvieron en cuenta los datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística (ISTAT) relacionados con el deporte y la actividad física en Italia en 2011, para poder tener un término de comparación con los datos recogidos por la encuesta objeto de la investigación.También se analizó la relación entre la actividad motora y la salud, estableciendo como prioridad la identificación de estrategias de implementación de la práctica de actividades físicas y deportivas, como un vehículo para la promoción del bienestar y de la salud pública. En este sentido se ha prestado una especial atención a las investigaciones conducidas en los últimos años, con miras a la definición de las relaciones entre la actividad motora en un sentido amplio y los aspectos físicos- de coordinación, los neuromotores, relacionales, lingüísticos, morales e intelectuales. La segunda parte de la discusión se dedica a la investigación, llevada a cabo en un distrito urbano, al noreste de Sicilia, tomando como referencia tres áreas distintas, cada una con una caracterización demográfica y social distintiva. En particular, se identificaron una zona del centro de la ciudad, una zona inmediatamente periférica, y una tercera zona suburbana, definida como de alto riesgo por la alta prevalencia de micro y macrocriminalidad. Para efectos del estudio, se utilizaron cuestionarios específicos, estructurados a propósito para evaluar la percepción de los estudiantes, del valor formativo, social y salutista de la actividad motora y el compromiso de los individuos en deportes específicos, practicados de forma lúdico-recreativa y/o competitiva. Sucesivamente, esta información se correlacionó con las evaluaciones conductuales y disciplinarias proporcionadas por los profesores de los estudiantes que se unieron a la investigación.

Parte 2 - Estudio empírico

2. Metodología

Hipóteses de estudio Objetivos

Con base en los estudios anteriores, se planteó la hipótesis de que los sujetos en edad escolar, más dedicados a las actividades deportivo-motoras, pueden desarrollar

habilidades cognitivas y actitudes de comportamiento que pueden influir positivamente en el rendimiento académico.

Este estudio tiene los siguientes objetivos: evaluar la actitud emocional de los jóvenes hacia las actividades deportivo-motoras; identificar cualquier diferencia en el comportamiento y el rendimiento escolar entre los alumnos que practican actividades deportivo-motoras con continuidad y aquellos que llevan un estilo de vida sedentario o realizan estas actividades sólo ocasionalmente.

Procedimentos

Para el objetivo de esta investigación se identificaron niños de edad entre 10 y 14 años, que van a la escuela secundaria de primer grado, y residentes en Messina, zona urbana al noreste de Sicilia, con más de 200.000 habitantes.

El muestreo se llevó a cabo en colegios de tres tipos específicos de territorios: del centro de la ciudad (definida como área urbana - AU), en la periferia urbana (definida como área periférica - AP) y en las zonas del interior con densidad criminal medio-alta (definida como área de riesgo - AR).

La identificación de las escuelas se hizo en una evaluación preliminar, a través de la adquisición de información: el territorio de ubicación, la presencia de estructuras, la promoción de actividades deportivas, el nivel de participación de los estudiantes.

Se informó a los directores y profesores interesados sobre el alcance y los métodos de la investigación. Todos los materiales utilizados para la recolección de datos se mostraron a los profesores y estudiantes en cada clase, proporcionándoles información sobre cómo compilarlos. También se pasó una nota informativa para los padres de los alumnos, con información sobre los objetivos y los métodos de la presente investigación y una indicación del respeto por el anonimato de los participantes.

Instrumentos utilizados

A los participantes se les dio una ficha para obtener sus datos personales, la situación socio-cultural de la familia, la actividad deportivo-motora practicada (tipo de

actividad, frecuencia y nivel de compromiso), su opinión sobre el significado y la importancia del deporte.

Para la evaluación del estatus socioeconómico (ESE) se utilizó el Índice de Hollingshead (Hollingshead AB, 1975), calculado sobre la base del nivel educativo y el empleo de ambos padres.

Contextualmente se administró un cuestionario estandarizado para la evaluación del bienestar escolar (CBE 8-13) (Tobia, Marzocchi), que permite investigar diversos aspectos de la vida escolar y que ofrece la perspectiva subjetiva del niño en relación con su experiencia escolar. Este instrumento, que consta de 27 ítems, permite el cálculo de una puntuación total del Bienestar en la escuela (BE), a través de la asignación de puntuaciones parciales relativas a los siguientes aspectos: la satisfacción y el reconocimiento, definidos como el grado de satisfacción por parte del niño sobre sus resultados escolares y la percepción de que su empeño y sus capacidades son reconocidas por los padres y profesores (4 ítem); la relación con los profesores, en términos de confianza en los profesores y su percepción de la disponibilidad emocional y de su apoyo y reconocimiento (5 ítem); relación con sus compañeros, entendida como la aceptación por parte de sus compañeros, confianza en ellos y presencia de relaciones de amistad (5 ítem); actitud emocional, reacciones emocionales (ansiedad, vergüenza, culpabilidad) al abordar los requisitos escolares (4 ítem); sentido de auto-eficacia, expresada por medio de la auto-evaluación de algunas cualidades relacionadas con el ámbito cognitivo y del aprendizaje (6 ítem).

Los criterios específicos de exclusión fueron el diagnóstico comprobado y certificado de minusvalías psico-físicas, con connotaciones de gravedad, y de enfermedades discapacitantes a nivel motor.

Por último, para la evaluación del rendimiento escolar, se procedió a la recogida de resultados de la evaluación de todos los participantes, complementados con un resumen del perfil de la conducta elaborado por los profesores. Para esto último, se adoptó un formulario específico con el fin de evaluar: la motivación hacia el estudio; el compromiso escolar; el cumplimiento de las normas; la integración en la clase; la interacción con sus compañeros; la interacción con los adultos. Los profesores atribuyeron un juicio sintético a cada aspecto del comportamiento ("gravemente

deficiente", "deficiente", "mediocre", "normal", "superior a lo normal"), convertido posteriormente en una escala numérica de 1 a 5.

Tratamiento estadístico de los datos

El análisis estadístico se realizó utilizando el software SPSS (Statistical Package for Social Sciences), versión 20.0. Preliminarmente se hizo un análisis de la muestra, realizando ulteriormente cálculos estadísticos descriptivos de las variables socio-demográficas.

La comparación entre proporciones se realizó mediante el test de chi-cuadrado. La diferencia entre las medias se evaluó con el test t de Student para datos no apareados. Finalmente, para la correlación entre el rendimiento escolar global (variable dependiente) y las actividades deportivo-motoras (variable independiente) se realizó un análisis de regresión logística univariante y multivariante, teniendo en cuenta una serie de covariables continuas, discretas y dicotómicas. Se consideraron estadísticamente significativos los valores de $p < 0,05$.

La muestra

Los alumnos que inicialmente se unieron a la investigación fueron 523. Completada la recopilación y el análisis de todas las fichas, 131/523 fueron excluidas por la información incompleta dada por los estudiantes y / o profesores.

La muestra final del estudio consistió en 392 sujetos, distribuidos como sigue: 211/392 (53.8%) varones y 181/392 (46.2%) mujeres, igualmente distribuidos entre las escuelas de la zona urbana (AU; 129/392 , 32.9%), el área periférica (AP; 146/392, 37.2%), y las áreas "en riesgo" (AR; 117/392, 29.8%).

Las características demográficas, socioeconómicas y físico-deportivas de la muestra general y de los subgrupos por área de pertenencia se muestran en la Tabla 1.

Tab.1 Características generales de la muestra general y de los subgrupos por area di pertenencia

	Entera muestra (n=392)	Area Urbana (AU) (n=129)	Area periférica (AP) (n=146)	Area en riesgo (AR) (n=117)	p
Edad (años) M±DS *(range)*	12.1±0.75	12.3±0.68	11.8±0.78	12.1±0.64	AU *vs* AP <0.0001; AR *vs* AP <0.005
Sexo *(n-%)*	211 M; 181 F	69 M; 60 F	82 M; 64 F	60 M; 57 F	NS
Estado socio-económico (ESE)	25.2±10.8	21.8±8.3	17.5±11.1	18.2±8.5	AU *vs* AP <0.0005; AU *vs* AR<0.0005; AP vs AR NS
Práctica actividad deportivo-motora *(n-%)*	294 (75%)	111 (86%)	109 (74.6%)	74 (63.2%)	AU *vs* AP <0.01; AP *vs* AR <0.05; AU *vs* AR <0.0001

La edad media (± SD) y la mediana de todos los participantes son pares, respectivamente, a 12.1 (± 0.8) y 12 años. En general, los alumnos de la escuela del área periférica son significativamente más jovenes que los de las otras dos áreas.

La frecuencia de distribución por grupos de edad (10-11, 12 y 13-14 años), áun mostrando un mayor porcentaje de sujetos en el grupo de edad intermedia (43.4% de la totalidad de la muestra), es uniforme en relación con la práctica de la actividad deportiva (Tabla 2).

Tab. 2 Frecuencia de distribución de los chicos por grupos de edad en la totalidad de la muestra			
	n. total chicos (n=392)	Practicantes de deporte (n=294)	no practicantes de deporte (n=98)
10-11 años *(n-%)*	96 (24.5%)	73 (76%)	23 (24%)
12 años *(n-%)*	170 (43.4%)	126 (74.1%)	44 (25.9%)
13-14 años *(n-%)*	126 (32.1%)	95 (75.3%)	31 (24.7%)

La evaluación del estado socioeconómico familiar, cuantificado por el índice Hollingshead, revela una condición de mayor bienestar entre los alumnos de la escuela del área urbana respecto a las otras dos áreas, (AU vs AP t 3.61, $p < 0.0005$; AU vs AR t 3.34, $p < 0.0005$), estas últimas no estadísticamente diferentes entre ellas. Además se encuentran entre los practicantes de deporte valores medios de SES significativamente más altos en comparación con los no que no practican en toda la muestra (ESE practicantes deporte 26.2 ± 11.1 vs ESE no practicantes deporte 21.5 ± 9.9, t 3.93, $p < 0.5$), pero no en cada área.

De los 392 niños el 75% del total (294/392), de los cuales 43.9% eran varones (M) (172/392) y el 31.1% de mujeres (F) (122/392), declara practicar normalmente al menos una actividad deportivo -motora. Entre los no practicantes hay una mayor prevalencia de 15.1% de sujetos femeninos contra un 9.9% de varones. En total, se observa una tendencia a la participación en actividades físicas y deportivas, progresiva y significativamente disminuyendo desde la zona urbana a la periférica y la de situación de riesgo. Como prueba, el porcentaje de sujetos no practicantes de ninguna actividad física que viene de las escuelas de la zona "en riesgo" resulta ser significativamente mayor, sobre todo con respecto a la registrada en el centro de la ciudad (AR *vs* AP χ^2 3.99, $p < 0.05$) y, especialmente en comparación con la del centro de la ciudad (AR *vs* AU χ^2 17.1 $p < 0.0001$), sin diferencia de género.

Tipo de deporte practicado y frecuencia del entrenamiento

En lo concerniente a los datos relativos al tipo de actividad deportivo-motora practicada, el análisis de la distribución entre el deporte individual y deporte de equipo no detecta la preferencia entre los dos tipos de actividad, ni en toda la muestra, ni en las áreas individuales, al contrario, muestra una diferencia estadísticamente significativa entre los sexos: un porcentaje significativamente mayor de hombres que de mujeres practica deportes de equipo, tanto cuando la muestra es tomada como un todo (114/172 M *vs* 38/122 F, χ^2 35.28 p <0.05), como en los subgrupos por área de pertenencia. (AU: 39/61 M vs 20/50 F, χ^2 6.32, p <0.05; AP 46/88 M vs 13/41 F, χ^2 13.3, p <0.05; AR: 29/43 M vs 5/31 F, χ^2 19.1, p <0.05). En relación con el tipo de compromiso, competitivo o lúdico-recreativo, en la muestra general, un porcentaje significativamente mayor de sujetos varones practica deportes competitivos (129/172 M vs 67/122 F, χ^2 12.95, p <0.05), en el análisis por subgrupos, tal diferencia se confirma en el subgrupo AU (51/60 M vs 29/50 F, χ^2 8.95, p 0.05), pero no en los otros dos AP y AR. En línea con esta cifra, el porcentaje de hombres que practican deportes con una frecuencia semanal (≥ 3 ejercitaciones semanales) es significativamente mayor que en las mujeres, tanto en la muestra general (109/172 M vs 55/122 F, χ^2 9.68, p<0.05) como en el subgrupo AU (45/61 M vs 24/50 F, χ^2 8.86, p <0.05). Finalmente, en comparación con las mujeres, en la muestra general y el subgrupo AU, los varones practican actividades deportivas desde hace un número de años significativamente mayor (muestra general: t=2.26, p <0.05: AU: t=2.24, p<0.05).

Entre los deportes de equipo, fútbol / fútbito es la disciplina practicada por el mayor número de chicos (71/172 – 41.2%), seguido por el baloncesto (17/172 – 9.8%), el rugby (9/172 – 5.2%) , el voleibol (7/172 - 4%), el waterpolo (6/172 – 3.4%), el balonmano (2/172 – 1.1%), y el béisbol (1/172 – 0.5%). Entre las chicas, el voleibol es el deporte de equipo más practicado (27/122 – 22.1%), mientras que se registran porcentajes muy bajos en fútbol/futbito, rugby, waterpolo fútbol y béisbol (total de 8/122 – 3.4%). La actividad que entre las niñas recoge el mayor número de participantes es la danza(31/122 – 25.4%).

Entre las actividades individuales, la natación es la disciplina más practicada tanto en los chicos (12/172 – 6.9%) como en las chicas (13/122 – 10.6%), seguido de la gimnasia artística y el parkour, entre los niños el karate , judo y otros deportes de contacto (18/172 – 10.4%), mientras que entre las niñas el bádminton (9/122 - 7,3%), y las actividades en el gimnasio. Porcentaje ínfimo global de los sujetos dedicados a otros deportes en ambos sexos.

A tener en cuenta que, entre los jóvenes "motrizmente" activos, la mayoría de ellos (211/294, 71.8%) refieren haber desempeñado en el pasado también otras actividades. De los chicos inactivos, el 66.3% (65/98) han realizado previamente alguna actividad motora, y sólo 33 adolescentes dicen que nunca han practicado ninguna actividad física ("absolutos sedentarios").

La repercusión de la actividad física en la esfera mental y físico y cognitivo

Con el fin de evaluar tanto el grado de conocimiento por parte de los estudiantes, de la importancia educativa y formativa de las actividades deportivo-motoras, como entender las razones que les hacen dedicarse a la actividad física, se les ha preguntado cuestiones centradas en esto.

A la pregunta "¿Qué importancia tiene realizar una actividad deportiva?", Analizando la muestra general, ha habido un aumento progresivo en el porcentaje de sujetos varones, procediendo de la "respuesta sin importancia" a "respuesta muy importante", y una tendencia exactamente opuesta entre las respuestas dadas por las chicas (muestra general: $t = 2.26$, $p < 0.05$: AU: $t = 2.24$, $p < 0.05$); el análisis de subgrupos demuestra una tendencia significativa similar a la de la muestra general, sólo en el subgrupo AR, en la que la "respuesta muy importante" registra el mayor porcentaje de sujetos masculinos y más baja en los femeninos ($\chi 2$ 13.7, p 0.05).

La segunda cuestión tendía a considerar si, en opinión de los jóvenes, participar en una actividad motora podría tener efectos positivos en el aspecto físico, relacional y de comportamiento. En promedio, el 80% de los niños, sin distinción entre sexos y áreas, cree que la participación en una actividad deportiva puede tener efectos positivos tanto

en el aspecto físico como sobre el comportamiento, análogamente, y de nuevo sin diferencia entre los dos géneros y / o zonas de origen, la mayoría de los chicos creían que la participación en una actividad deportiva puede ser útil para superar el comportamiento problemático.

Alrededor del 50% de los niños, de ambos sexos y de las tres áreas, considera que la actividad deportiva a veces puede tener un impacto en el rendimiento escolar y la fracción restante no se distribuye de manera diferencial entre aquellos que consideran que es poco importante (21.8 %) o raramente influyente (27.1%), pocos los que creen que siempre se puede tener una recaída (4.1%).

Las dos últimas preguntas fueron diseñadas para evaluar el valor del deporte en las relaciones de socialización. Alrededor de la mitad de los encuestados cree que el desempeño de una actividad deportiva puede ser útil para ampliar sus amistades y, al parecer, de esta manera, dos tercios de los participantes considera importante practicar actividades/deportes en grupo.

Evaluación del bienestar escolar (CBE 8-13)

Con el fin de investigar los diversos aspectos de la vida escolar y adquirir la perspectiva subjetiva del niño en su propia experiencia en la escuela, se administró el cuestionario de evaluación del bienestar (CBE 8-13). Para el tratamiento estadístico, las puntuaciones correspondientes a los grados de CBE "gravemente deficiente", "deficiente" y "medio-bajo" se consideraron acumulativamente como "insatisfactorio" y la puntuación "en la norma" y "superior a la norma" como " satisfactorios". La evaluación del bienestar académico en general no es diferente entre hombres y mujeres, ni en toda la muestra ni en las tres áreas consideradas. Un porcentaje significativamente mayor de hembras registra una puntuación más baja de lo normal en la subescala "satisfacción y reconocimiento", tanto en la muestra total (M 14.2% *vs* F 40.1%, χ^2 35.5 $p < 0.0001$) como entre los chicos del área periférica (M 10% *vs* F 35.9%, χ^2 14.7 $p < 0.0001$) y el área en riesgo (M 20% *vs* F 63.1%, χ^2 22.5 $p < 0.0001$). Una evidencia similar se encuentra en la subescala "relación con los maestros" (intero campione: M 10% *vs* F 17.1%, χ^2 4.3 $p < 0.05$; AP M 7.3% *vs* F 21.9%, χ^2 6.4 $p < 0.05$; AR M 10%

M vs F 17.1% F, χ^2 8.9 p <0.005).En el área urbana, por el contrario, no hubo diferencias de género en ninguna de las subescalas.

Por último, la evaluación de la salud escolar, en relación con el deporte, señala que, en el conjunto de la muestra, un porcentaje significativamente mayor de sujetos que practican deporte tiene una puntuación satisfactoria en comparación con las personas sedentarias (χ^2 4.78 p <0.05). Esta importancia es, sin embargo, correspondiente exclusivamente a los resultados del área urbana (χ^2 11.58 p <0.05), ya que, en relación con el nivel de bienestar educativo, ni e la áreas periféricas ni en las áreas en riesgo se muestran diferencias entre sedentarios y practicantes.

Evaluación del Rendimiento Educativo

El rendimiento escolar se evaluó teniendo en cuenta los aspectos de comportamiento y las calificaciones obtenidas en las disciplinas individuales. Para ambos componentes se evaluaron la media aritmética: la puntuación reportada en las subescalas de la conducta (escala de 1 a 5) y las calificaciones obtenidas en las agrupaciones disciplinarias "área lingüística", "área científica" y "comunicación no verbal" (escala de 1 a 10).

En total, tanto en las subescalas individuales como en la evaluación general, el promedio de calificaciones son significativamente superiores en el AP que las otras dos áreas, y en AU respecto a la AR. En ninguna de las tres áreas hay diferencia entre sexos.

La evaluación comparativa del comportamiento de sujetos sedentarios y practicantes de deporte, muestra cómo estos últimos registran puntuaciones medias significativamente más altas, sólo en la muestra total (t 2.4, p<0.05) y en la AU (t 2.1, p<0.05).

Con respecto a la nota media del rendimiento escolar global o por cada agrupación disciplinar, no hay ninguna diferencia entre varones y hembras en toda la muestra y en las tres áreas. De manera similar a lo observado para el comportamiento, las notas medias son significativamente mayores en la AP que en las otras dos áreas, y en la AU respecto a la AR.

Por último, la comparación de las calificaciones medias globales, entre los sedentarios y los practicantes deportivos muestra que, en la muestra total y en la UA, los practicantes de deportes tienen notas de media más altas que los sedentarios.

El análisis de correlación entre las actividades deportivo-motoras y el rendimiento académico

Para evaluar el impacto de la actividad motora en el rendimiento global de la escuela, se realizó primero un análisis logístico univariante, suponiendo como variable dependiente el rendimiento académico, definido adecuado si la media en todas las disciplinas se colocaba por encima de la media calculada en la entera muestra, y como covariables el sexo, la práctica de actividades deportivas, el tipo de deporte (competitivo o lúdico-recreativo), el bienestar escolar y el estado socioeconómico.

Estadísticamente las variables que se asociaron significativamente con el rendimiento escolar son las actividades deportivas y el estado socioeconómico. Estas variables han sido así evaluadas contextualemnte en un modelo de regresión logística multivariante, que muestra que ambas permanecieron asociadas independientemente al rendimiento escolar.

2. Resultados

Discusión y Conclusiones

En este estudio preliminarmente hemos tratado determinar si las escuelas, como un lugar de disfrute por los niños de los programas de formación estructurados en principios científicos válidos, promueven la "cultura del movimiento" y ofrecen la oportunidad de cumplir con los objetivos mínimos, recomendados por la Organización Mundial de la Salud, en términos de actividad motora (Epicentro- El portal de la epidemiología para la salud pública, 2016).

La realidad territorial donde se llevó a cabo la encuesta era fuertemente carente de instalaciones, pues los lugares dedicados a la actividad motora, cuando están presentes, son anticuados y / o no idóneos, y como consecuencia, también la oferta formativa de

las escuelas, en términos de actividades extracurriculares, es extremadamente limitada y, cuando se ejerce, se hace únicamente por el compromiso y la disponibilidad personal de los profesores.

Se procedió, por lo tanto, a través de cuestionarios apropiados, a verificar si había diferencias en el nivel conductual y cognitivo, incluyendo a estudiantes que practican actividades motoras y deportivas a nivel competitivo o lúdico-recreativo y a estudiantes que no desarrollando ninguna actividad física, conducen una vida sedentaria. Con este fin, se evaluó la relación entre el deporte y la actividad motora, el bienestar escolar y el rendimiento académico, siendo este último definido sobre la base de los resultados de la evaluación de los maestros.

El porcentaje de niños que practican actividad motora-deportiva detectado en este estudio es más alto que el promedio nacional, mientras que la diferencia entre hombres y mujeres es conforme con los resultados del Instituto Nacional de Estadísticas. También en línea con la cifra nacional son las conclusiones en relación a la mayor participación de los sujetos masculinos en los deportes de equipo, practicado principalmente con fines competitivos. Esta evidencia se refleja tanto en el mayor número de entrenamientos semanales que realizan los niños, como en el más alto valor educativo y saludable atribuido por ellos mismos a la actividad deportivo-motora. Parecería, sin embargo, no haber diferencias de género en la percepción del impacto positivo de la educación motora relacional en la vida relacional y el rendimiento escolar, alrededor de la mitad de los encuestados cree que la realización de una actividad física regular no tiene esencialmente ninguna influencia sobre su desempeño en la escuela. Este hallazgo es sorprendente a la luz de los resultados de la correlación entre el bienestar y el rendimiento escolar, por un lado, y la práctica de la actividad motora, por otro, de hecho, casi el 80% de los sujetos, que tienen una puntuación positiva en el CBE, recae entre los deportistas y la comparación del comportamiento en el aula, sobre la base de la evaluación presentada por los profesores, entre los sujetos sedentarios y los deportistas, muestra que estos últimos registran puntuaciones medias significativamente más altas.

Un resultado similar surge de la evaluación del rendimiento educativo, donde la media ponderada de las notas obtenidas en todas las asignaturas es significativamente

mayor entre los practicantes de deportes que en los sedentarios. Como prueba adicional, el análisis de regresión logística multivariable muestra que la práctica de la actividad física es, junto con el ESE, una condición independientemente asociada con un mejor rendimiento escolar. Estos resultados están en sustancial acuerdo con los reportados en los últimos años por la literatura científica internacional, recientemente objeto de una revisión sistemática (Singh et al, 2012). Según los autores, a pesar de la heterogeneidad metodológica de los diversos estudios, los elementos de apoyo a un efecto positivo del ejercicio físico en el rendimiento académico están suficientemente fundamentados como para justificar una mayor profundización del argumento mediante estudios prospectivos y longitudinales, que prevean el uso de métodos estandarizados para la definición cuantitativa del compromiso físico y del rendimiento escolar.

Como se especifica en la parte metodológica de esta disertación, el muestreo de los estudiantes se llevó a cabo en las escuelas que pertenecen a tres tipologías territoriales específicas, es decir, en el centro de la ciudad, en la periferia urbana y en las zonas suburbanas con una densidad ciminal medio-alta. El supuesto básico de esta elección radica en la hipótesis *a priori* de una diferencia significativa socio-económica y cultural de la población que vive en estas áreas y la posibilidad de que tal diferencia podría tener un efecto sustancial en la participación en actividades motoras y en el rendimiento académico general. El análisis del nivel de participación en actividades deportivo-motoras en relación con las diferentes zonas, de hecho, ha confirmado lo anterior, mostrando una disminución progresiva de la tasa de participación en actividades deportivas procediendo del área urbana al área en riesgo, caracterizadas, respectivamente, del más alto y más bajo estado socio-económico, como se detecta por el cálculo del índice de Hollingshead (Hollingshead AB, 1975). Una correlación positiva similar es intuitivamente imputable a las condiciones económicas más favorables, que, en condiciones de una oferta escolar uniformemente limitada, se conviertan en dirimentes respecto a la posibilidad de acceso a las actividades deportivas de gestión privada. Sin embargo, no se excluye la posibilidad de que, al menos en parte, refleje un mayor nivel de conciencia de las familias de origen y / o una mayor atención función de las escuelas a la promoción de estilos de vida saludables.

En conclusión, de acuerdo con los hallazgos del presente estudio, parecería apropiado promover, entre otras cosas mediante el apoyo financiero, intervenciones específicas a nivel territorial local y nacional, finalizadas a implementar las estrategias y métodos de sensibilización, no sólo de los estudiantes, sino también de sus familiares y de los profesores con respecto a los efectos socio-relacionales y cognitivos de una actividad motora constante. Desde un punto de vista puramente práctico, esto es concretamente realizable mediante el fortalecimiento de las actividades escolares curriculares y extra-curriculares, cuyo uso no implique la carga financiera de las familias. Al mismo tiempo, vista la importancia marginal aún dada por las niñas a la actividad motora, se debería prestar particular atención al desarrollo de iniciativas que tengan como objetivo atraer al sexo femenino, colmando de ese modo la brecha de género actual.

Limitaciones del estudio

La naturaleza transversal de este estudio no ha permitido evaluar longitudinalmente los efectos de una actividad física regular en el aprendizaje y el rendimiento académico de los niños. Sin embargo, el diseño del estudio ha sido, hasta cierto punto, obligado, dada la dificultad encontrada en el curso del trabajo para recoger elementos de evaluación relativos a la caracterización inicial de los sujetos incluidos en el estudio. Un segundo elemento de relativa debilidad del estudio está representado por un equilibrio no óptimo de los grupos considerados (practicantes de deporte vs. sedentarios), resultado, sin embargo, únicamente por la consecutividad de la muestra de estudio.

Propuestas de nuevas investigaciones

Los resultados de esta investigación merecen un ulterior profundizaje, a través de la planificación de un estudio longitudinal que prevea la utilización de medidas estandarizadas tanto del compromiso en la actividad física como la cuantificación del rendimiento académico, en general y para diferentes disciplinas; y que tome como referencia a una población escolar en gran medida pre-adolescentes (6-8 años), menos susceptible a las influencias externas que puedan afectar el rendimiento escolar.

INTRODUZIONE

"Il movimento, in quanto funzione indispensabile all'uomo è oggi considerato un mezzo di formazione globale della personalità umana. La componente motoria è infatti parte di un'unità – la persona - che comprende anche le componenti intellettiva, emotivo-affettiva e socio-relazionale" (L. Calcerano, F. Casolo, 2003)

La concezione moderna dell'educazione motoria è fondata sull'assunto, corroborato da numerose evidenze scientifiche, dell'esistenza di una inscindibile correlazione tra mente e corpo. In particolare, i progressi della ricerca nell'ambito delle neuroscienze, hanno fornito elementi sempre più concreti a supporto di un sinergismo funzionale tra la sfera emozionale-cognitiva e quella prettamente motorio-chinesiologica, alimentando l'idea della *corporeità* quale integrazione di dimensioni cognitive, affettive e relazionali.

La trasposizione di tali conoscenze in ambito educativo e formativo, ha fortemente influenzato il modo di intendere le *scienze motorie*, superando i confini dei contenuti specifici disciplinari e riconoscendo alle stesse una valenza imprescindibile nell'educazione integrale della persona. In questa evoluzione concettuale si inseriscono i diversi provvedimenti legislativi, nazionali ed internazionali, che, anche recependo le indicazioni provenienti dalle più alte organizzazioni sanitarie mondiali, spostano gli obiettivi disciplinari dell'educazione motoria da meramente "addestrativi" ad "educativi" in senso lato, intesi come il perseguimento di competenze individuali globali attraverso l'acquisizione di una consapevolezza della propria dimensione corporea.

La riflessione su tali premesse mi ha indotto ad approfondire uno specifico aspetto della relazione tra educazione motoria e competenze globali, e, in particolare, quello relativo alle ricadute dell'attività motorio-sportivo sul rendimento scolastico negli adolescenti nella realtà operativa italiana.

Prima di addentrarmi nello specifico di questa ricerca, ho ritenuto opportuno delineare un percorso storico-legislativo dell'educazione motoria, al fine di individuarne gli aspetti più salienti e utili per la definizione attuale della disciplina. Il primo capitolo, quindi, tratteggia l'evoluzione del concetto dell'educazione fisica e motoria, sotto un

profilo storico-filosofico e pedagogico, quest'ultimo inteso come impiego del movimento quale elemento efficace nel percorso formativo dei giovani. La legislazione scolastica italiana e l'insieme delle direttive europee in materia di diffusione e valorizzazione delle attività motorie, sono stati oggetto di specifica trattazione, unitamente alla valutazione analitica della dimensione reale, in Italia, del fenomeno sport in tutte le sue accezioni. A tal fine, sono stati presi in esame i dati forniti dall'Istituto Nazionale di Statistica (ISTAT) relativi alla pratica dello sport e dell'attività fisica in Italia nel 2011, per poter avere un termine di paragone con i dati raccolti nell'indagine oggetto della ricerca. E' stata, inoltre, analizzata la relazione tra attività motoria e salute, ponendo come obiettivo prioritario l'identificazione di strategie di diffusione della pratica di attività fisiche e sportive, come veicolo di promozione del benessere e della salute pubblica. Particolare spazio, a tal proposito, è stato dedicato alle ricerche, condotte negli anni più recenti, finalizzate alla definizione dei rapporti tra attività motoria in senso lato e aspetti fisico-coordinativi, agli neuromotori, relazionali, linguistici, morali ed intellettivi.

La seconda parte della trattazione è dedicata alla ricerca, condotta in un comprensorio urbano della Sicilia nord-orientale, prendendo come riferimento tre distinte zone, ciascuna con una peculiare caratterizzazione demografico-sociale. In particolare, sono state identificate un'area del centro cittadino, un'area immediatamente periferica, ed una terza zona suburbana, definita ad alto rischio per l'elevata prevalenza di micro e macrocriminalità. Per le finalità dello studio, sono stati utilizzati specifici questionari, appositamente strutturati per valutare la percezione, da parte degli studenti, della valenza formativa, sociale e salutisca dell'attività motoria, e l'impegno dei singoli in specifiche attività sportive, praticate a livello ludico-ricreativo e/o competitivo. Tali informazioni sono state, successivamente, messe in correlazione con le valutazioni comportamentali e disciplinari fornite dai docenti degli studenti che hanno aderito alla ricerca.

PARTE PRIMA: PARTE TEORICA

CAPITOLO PRIMO: LE RADICI STORICO CULTURALI DELLA GINNASTICA MODERNA

Le radici culturali della ginnastica moderna

"La speranza è che l'albero dell'educazione fisica produca nuovi frutti, ma ogni albero per crescere forte e solido ha bisogno di radici profonde e altrettanto solide. Queste ci sono e affondano nella storia dei movimenti ideologici e delle autorevoli personalità che hanno reso onore e giustizia, in passato, alla nostra materia. Ecco, quindi, che si rende necessario volgere lo sguardo indietro, a un tempo nel quale sono sorte le basi culturali necessarie allo sviluppo e al diffondersi della ginnastica in Europa e in Italia"(Reitano e Forti, 2012).

Le finalità del processo educativo, essendo strettamente legate al periodo storico cui si fa riferimento, mostrano significative variazioni. In questa sede, l'analisi per quel che riguarda l'uso della ginnastica come elemento dell'educazione dei giovani, inizia dal medioevo, passando al 1700, periodo in cui la rivoluzione culturale illuminista ha portato una nuova visione dell'uomo e, di conseguenza, nuove teorie e metodologie anche nel campo dell'educazione che, come vedremo, hanno influenzato, nei secoli successivi, gli aspetti pedagogici e le finalità dell'attività motoria.

1.1 Il Medioevo

Nel Medioevo era in uso l'organizzazione di giochi, che avevano lo scopo sia di interrompere periodi dedicati alla meditazione, che quello di "ristoro" dopo il lavoro. Tali "distrazioni" erano però assolutamente vietate agli scolari, sottoposti ad un impegno di studio stressante: vigeva la convinzione che l'educazione riguardasse esclusivamente l'anima e la mente, pertanto, la ginnastica non era contemplata tra le attività scolastiche, il corpo e quanto ad esso connesso, esercizi fisici e giochi, venivano considerati solo fonte di distrazione. (Ulmann, 1973)

L'affermarsi di questo rigido sistema educativo si fa risalire alla diffusione del Cristianesimo, che portò a una visione più spirituale ed ascetica della vita. Non vi è dubbio che la concezione dualista, anima - corpo, spirito - materia, determinò la tendenza a considerare il corpo come un impedimento al perfezionamento intellettuale e morale dell'uomo, di conseguenza, si determinò la dominanza dell'aspetto spirituale su quello fisico, da cui derivò la scomparsa della cura del corpo e delle attività ad esso

legate. Tuttavia, l'asserzione che il corpo costituisse un impedimento dell'elevarsi dell'anima, non significa che fosse considerato con disprezzo, come ancora oggi molti credono; in realtà, una visione così estrema fu adottata solo dai "Padri del deserto" (Ulmann, 2004). S. Agostino si oppose al disprezzo del corpo, nel *"De doctrina christiana"* (397 – 426), sostenne che Dio mandò Gesù, suo figlio, per salvare gli uomini nella loro totalità, anima e corpo, ed ancora affermava, che i filosofi che pensavano che l'anima dovesse allontanarsi dal corpo erano in errore anzi, addirittura, deliranti. Il pensiero di S. Agostino costituì un fondamento della morale cristiana, egli diffuse il vero spirito cristiano, molto lontano dal tetro ascetismo. Quindi, contrariamente a quanto generalmente si tende a pensare, la cura del corpo non era disdegnata e gli esercizi fisici non erano banditi, purché il movimento fosse finalizzato al mantenimento della salute del corpo, senza indurre ad abbandonare la cura dell'anima *(Ibidem)*.

Pur tuttavia, è vero che nel medioevo la ginnastica educativa, nel contesto dell'istruzione, e le manifestazioni atletiche scomparvero, e non si diffuse, neanche, la ginnastica medica, ma ciò non può essere imputabile alla mortificazione del corpo voluta dal cristianesimo, perché non troverebbe giustificazione il fatto che in tutto il medioevo si diffusero, proliferarono e furono ampiamente praticati, in tutte le classi sociali, i "giochi".

Tra le attività riservate ai nobili ricordiamo: il torneo, la giostra, il passo d'arme e la caccia; erano invece praticati dal popolo: la quintana, la lotta, il salto in lungo e in alto, il lancio della pietra e del giavellotto.

In Francia furono inventati un gran numero di giochi e da alcuni di essi si può ipotizzare una discendenza dei giochi sportivi moderni, ad esempio dalla pallacorda il tennis, dalla *soule* il *football* e da altri, che prevedevano l'uso di bastone e palla, il *golf*, il *criket*, etc.

Anche in Inghilterra, i giochi ebbero grande diffusione e, nell'arco di poco tempo, entrarono a far parte delle attività educative dei giovani.

In Germania, le attività motorie dei nobili e dei borghesi erano per lo più rivolte a quelle che tradizionalmente l'avevano contraddistinta: lotta e combattimenti; anche i

contadini davano un posto rilevante agli esercizi fisici, che servivano ad irrobustire il corpo ed a renderlo capace di grandi sforzi, essi li praticavano come svago e durante le feste. (Educazione fisica e sport a scuola in Europa, 2013)

1.2 Dall'Umanesimo e Rinascimento al XVIII secolo

Nell'umanesimo e nel rinascimento il problema educativo assunse un nuovo aspetto: l'accento cadde sull'ideale estetico per una formazione armonica dell'individuo. Bisogna, però, arrivare alla seconda metà del XV secolo, o addirittura al XVI, per trovare un mutamento sostanziale alla rigorosa interpretazione medievale dell'importanza dello studio. Dunque, nel periodo rinascimentale si accordò al corpo una significativa importanza, ritenendolo indispensabile per la vita dell'anima. I sistemi educativi furono variati, ritenendo i precedenti limitativi se non addirittura lesivi, ai fini di un'autentica formazione cristiana. Furono messe in atto una serie di iniziative, capaci di realizzare armonia tra lo sviluppo corporeo e quello intellettivo e volte alla formazione di un'autentica coscienza religiosa adeguata alla cultura dell'epoca: fu consentita la cura del corpo, per conservarlo in stato di benessere, in considerazione della indispensabilità per l'esecuzione delle opere per la salvezza dell'anima; si stimolò nuovo interesse per le verità della fede, e se ne raccomandò la testimonianza attiva, anche con un'assidua partecipazione alle pratiche religiose. (Ulmann, 2004)

Vennero, quindi, studiati degli idonei modelli educativi, correlati agli ideali dell'epoca. La prima fase del processo educativo, destinata alla cura del fanciullo, mirava ad inculcare nella sua formazione salutari abitudini di vita, che lo avrebbero condotto al dominio sia della propria fisicità che della psiche, affinché, col tempo, potessero diventare parte integrante della sua personalità, venivano quindi richieste ai fanciulli: la sopportazione di disagi e dolori, la frugalità e la capacità di difendersi. Era un'educazione del corpo ma anche dello spirito: *"bisogna che i giovani si fortifichino per far fronte a tutte le sofferenze, fisiche psichiche"* (*Ibidem*).

Le teorie nascenti assegnarono all'educazione fisica un posto non trascurabile nel processo formativo, coinvolgendo o suscitando l'attenzione e l'interesse di numerosi pedagogisti, tra i quali spicca l'opera di Vergerio e di Vittorino da Feltre; (Ulmann, 1973) ambedue, convinti assertori della positiva influenza dell'attività sportiva

sull'evoluzione della mente, sostennero l'esigenza di sviluppare, contemporaneamente, il corpo, il cuore e lo spirito. Le finalità, tuttavia, non erano coincidenti: Vergerio fu un convinto assertore che la pratica dell'attività sportiva perseguisse finalità formative, sia fisiche che di carattere sociale, specialmente se destinati ai militari; Vittorino da Feltre utilizzò il suo ingegno, ed il suo impegno, per studiare ed affermare che l'attività sportiva avesse lo scopo di realizzare lo sviluppo e la crescita dell'essere umano preso nel suo complesso, intellettuale e corporeo, e fosse capace di realizzare forti influenze sulla formazione socio culturale della comunità. Nella sua scuola, la *"Casa Giocosa",* le attività educative mirarono a promuovere e disciplinare lo spontaneo sviluppo della personalità, attraverso il gioco, gli esercizi fisici, la cultura letteraria e scientifica e la musica. Fu qui che nacque una grande novità: la ginnastica nelle scuole, antesignana dell'attività didattica, oggi nota come Educazione fisica.

Nel XVI sec. si realizzarono svolte significative nell'interpretazione delle finalità educative:

- l'educazione non venne più identificata con quella militare, gli esercizi ed i giochi cessarono di essere preparazione alla guerra, per divenire fonte di formazione corporea; i nobili, quindi, non si dedicarono più esclusivamente alla preparazione alla guerra, ed a loro furono destinati trattati, che ebbero ampia pubblicazione, che, oltre ad insegnare le buone maniere, consentirono di diffondere il concetto dell'intima relazione tra anima e corpo;
- lo sviluppo delle arti e le opere dei più grandi artisti dell'epoca, determinarono, nella formazione culturale, la riconsiderazione della bellezza e dell'importanza del corpo, si giunse, quindi, alla valorizzazione delle qualità fisiche, quali la bellezza e la destrezza;
- furono rivalutati tutti i giochi dell'antichità, la corsa, la lotta, il lancio del giavellotto e del disco, ed inoltre, si sviluppò la ginnastica medica, che unitamente al rapporto uomo natura ed all'azione educativa del contatto fisico con essa, realizzato attraverso salutari passeggiate, vennero ampiamente consigliati dai pedagogisti.

In quest'epoca, particolare rilievo ed influenza, ebbe Erasmo da Rotterdam che sostenne vivamente l'introduzione della ginnastica nelle scuole. Egli sostenne l'importanza della formazione fisica dei giovani allievi. Erasmo conosceva la realtà dei

tempi, i giovani vivevano in ambienti malsani, nessuno si preoccupava della loro salute ed ancor meno, di favorire la realizzazione delle loro aspirazioni. Erasmo ritenne che l'educazione fisica potesse: alleviare i disagi fisici e psicologici dei giovani del tempo, ed aiutarli a superare momenti e situazioni di crisi, inoltre, era convinto che il movimento ed il gioco facilitassero lo studio: *"Non so se si possa apprendere più facilmente di come accade quando si impara dal gioco"* (Ullman, 2004).

Anche gli educatori inglesi, tra cui T.Elyot (1490 – 1546), avevano compreso e valorizzato l'importanza dell'esercizio fisico, ritenendo che avrebbe portato un notevole contributo per una formazione integrale di un gentiluomo.

Una nota particolare merita la decisione assunta dai Gesuiti dell'epoca, artefici dell'introduzione, nei loro collegi, di attività che rappresentassero un esercizio per il corpo, quali: corse, giochi con il pallone e giochi popolari. Alla base, di questa apertura all'educazione fisica, va posta la concezione di S. Ignazio: *"Anima e corpo sono stati creati dalle mani di Dio;[…] e non siamo tenuti ad indebolirne una per amore del Creatore"* (*Ibidem*).

La filosofia della natura fu intrinsecamente orientata verso una educazione mirante alla realizzazione completa e compiuta dell'uomo. L'educazione concepita da Rabelais (1494-1553), assegnava agli esercizi fisici un'importanza non secondaria, pur attribuendo molta importanza alla formazione culturale, intesa come acquisizione di conoscenze e competenze. Con rigorosa alternanza, le ore della giornata venivano destinate allo studio ed all'addestramento fisico.

Anche in periodi culturali antecedenti, molti educatori avevano posto in evidenza la necessità dell'educazione del corpo, prendendo in considerazione gli esercizi essenziali, mirati al raggiungimento dei migliori risultati. Bisogna tuttavia riconoscere che le proposte di Montaigne (1553-1582), per l'interpretazione del concetto di educazione, non avevano, però, relazione con la modestia di conoscenze del periodo medievale (Lestini, 2017).

"Più della scienza bisogna curare i costumi e l'intelletto", questa riflessione di Montaigne (*Ibidem*) è indicativa della profonda crisi della cultura europea della fine del '500, determinata dalla realtà storica e sociale dell'epoca. La scoperta del nuovo mondo

e dei suoi abitanti, la caduta del geocentrismo, la rottura dell'unità cristiana, le innovazioni in campo medico e scientifico, imposero una revisione delle modalità delle antiche certezze e dei valori trasmessi dalle tradizioni.

Secondo le teorie di Montaigne, la vera educazione doveva mirare a plasmare la natura umana nella sua completezza, animo e corpo uniti da vincoli indivisibili. Egli sostenne che il logoramento del corpo determinerebbe il decadimento dell'anima, così come il mantenimento del corpo in salute produrrebbe il vigore dello spirito. Nei saggi di Montaigne si trovano indicazioni minuziosissime per una educazione corporea. Altra fondamentale considerazione che permeava il concetto educativo di Montaigne, riguardava l'istruzione dei giovani alla vita pubblica, egli affermava che giochi ed esercizi favorissero l'amicizia ed i rapporti sociali. Accanto agli studi, che dovevano occupare buona parte della giornata, dovevano essere posti: la musica, la danza, gli esercizi, la lotta, la caccia, i giochi, ed inoltre, l'equitazione e l'addestramento all'uso delle armi. Montaigne non riservava gli esercizi corporei alla nobiltà, riteneva che tutti dovessero poter praticare giochi ed esercizi, sostenendo che favorissero *"socievolezza ed amicizia, che al pari delle azioni dettate dalla religione allontanavano da una cattiva condotta"*(Ullman, 2004).

Nel 1658, Giovanni Comenio (1592-1670), pastore protestante boemo, con la sua opera *"Didactica magna"*, concepì una riforma dell'educazione scolastica, in cui sostenne che bisognasse sviluppare l'intelligenza e la capacità di giudizio, e non costringere ad un apprendimento nozionistico, che la richiesta dovesse essere sempre commisurata alle possibilità ed all'età del discente. Inoltre, diede rilievo all'importanza del corpo. I giochi ed il movimento assunsero interesse nella formazione del giovane, giudicati importanti quanto l'attività intellettuale ed il riposo e, per ottenere uno sviluppo completo della personalità, ritenne che dovessero essere inseriti nell'orario scolastico, tra le attività obbligatorie (Reitano, 2012).

John Locke (1632-1704), filosofo, pedagogista e studioso di medicina, diede forte spinta alle nuove idee, della filosofia empirica, sull'educazione con i suoi "pensieri sull'educazione" (1693).

Lock assegnò grande importanza all'educazione fisica, convinzione che lo portò a sostenere che l'educazione del corpo dovesse precedere quella dello spirito: *"la natura*

umana può avvezzarsi a molte cose che a tutta prima sembrerebbero insopportabili sempre che venga abituata fin dall'infanzia"(Ullman, 2004).

Sulla base di queste fondamentali considerazioni, si svilupparono conseguenti teorie educative che, sostenendo la validità di una vita spartana, dalla cura dello spirito a quella del corpo, contemplarono tutti gli aspetti della vita quotidiana: l'igiene personale, l'alimentazione e l'abbigliamento.

Si trattava di norme preludio all'esercizio del dominio di sé. All'educazione fisica era assegnato un ulteriore scopo, abituare i ragazzi a dominare gli istinti; gli esercizi difficili erano utili allo spirito ed al fisico, servivano a dare ad entrambi forza, elasticità e vigore, abituando i giovani a padroneggiare i desideri.

Locke attribuì all'educazione fisica anche altre funzioni, di estrema importanza per un equilibrato sviluppo fisico, egli vide in essa una ricreazione che, fatta seguire al lavoro della mente, avrebbe poi favorito la ripresa del lavoro stesso.

Consolidare la salute, fortificare il temperamento, distendere la spirito: queste le finalità educative legate alla filosofia di Locke, quasi che il filosofo considerasse tutte le attività corporee concorrenti ai fini che l'educazione proponeva.

Un ulteriore aspetto, da non tralasciare nel concetto educativo della filosofia di Locke, è il suo attaccamento alla natura. Era sua convinzione *"che bisognasse lasciare alla natura la cura di formare il corpo come credeva di doverlo fare"*, perché essa *"lavorava spontaneamente molto meglio e con molta più arte di quanto noi potremmo fare se pensassimo di guidarla"* (Ullman, 2004).

Per l'abate C. Fleury (1640–1723), la formazione non doveva essere limitata all'acquisizione di semplici nozioni, le sue teorie partivano da una precisa ed importante convinzione: *"l'educazione deve essere un apprendistato per la vita",* e l'educazione deve occuparsi *"sia dell'anima che del corpo",* in quanto elementi costitutivi dell'uomo di uguale importanza. Affermava, anche, che la principale cura dovesse essere quella dell'anima ma dovesse, anche, essere curato il corpo, elemento della persona prezioso quanto l'anima.

Le considerazioni proposte dall'abate Fleury miravano ad affermare che un buon corpo diventasse capace di agevolare molta virtù. Le pubblicazioni degli studi dell'abate

valsero ad affermare un concetto fondamentale*: "la ginnastica, oltre che essere un'occupazione sana, è capace di donare al corpo più vigore e più salute, tanto da permettergli di assolvere meglio ai suoi compiti" (Ibidem).*

J.J. Rousseau (1712-1778), nel 1762 pubblicò *l'Emilio,* opera che influenzò, in quell'epoca, tutti coloro che si occuparono di educazione in generale e di educazione fisica.

Nell'*Emilio* è affermato che l'educazione non debba mai intervenire nel processo di naturale maturazione del bambino, soprattutto non debba pretendere di vedere nel fanciullo l'uomo. Emilio deve trovare da sé le risposte ai suoi interessi, alle sue curiosità, ai suoi dubbi; deve trovare da sé le prime conoscenze delle scienze, nel contatto diretto con la natura, che non dovrà essere né mediato dai libri né influenzato dalla società, dalla quale dovrà tenersi lontano fino a quando non avrà conquistato, con la ragione, libertà di giudizio personale.

Al culmine del processo educativo, si inserirà la scoperta di Dio: riconoscimento di un Dio creatore ed ordinatore del creato, riconoscimento che debba essere frutto di un sentimento. Dunque, per Rousseau l'obiettivo dell'educazione deve essere la conquista della ragione, della piena capacità di giudizio e l'affermarsi della coscienza morale; l'uomo è ricondotto allo stato di natura, inteso come recupero di uno stato morale interiore, ovvero, di un rapporto armonico con la natura originaria, ormai corrotta dalle sovrastrutture culturali. "*La società umana secondo Rousseau ha deformato l'uomo e gli sta facendo vivere un'esistenza alla quale egli non era destinato",* per quanto riguarda l'educazione fisica da impartire, Rousseau così si espresse: **"***Non perderò tempo a dimostrare l'utilità dei lavori manuali e dell'esercizio fisico per rafforzare la complessione e la salute; è una verità che nessuno contesta: gli esempi di maggiore longevità sono offerti quasi sempre dagli uomini che più degli altri hanno messo alla prova il proprio corpo, hanno sopportato fatiche, hanno lavorato"* (Reitano, 2012).

J. H. Pestalozzi (1746-1827), fu educatore e pedagogista, le sue tendenze sociali e culturali lo indussero ad orientare la sua vita all'insegnamento, allo studio ed alle riflessioni sull'educazione dei giovani, che espresse in numerose pubblicazioni.

Egli riteneva che la società si trovasse in uno stato di declino, considerava gravemente deficitario il sistema educativo, sia a livello cognitivo che nella cura del corpo. Quindi, la didattica pestalozziana si poneva come obiettivo la realizzazione di condizioni culturali capaci di produrre rigenerazione dell'umanità.

Pestalozzi insistette particolarmente sull'importanza di un'educazione integrale dell'individuo, infatti, pur considerandolo formato da corpo, anima e cuore, ne afferma l'indivisibilità e la connessione, la cura di un aspetto favorisce ed influenza lo sviluppo degli altri. Egli affermava che bisognasse sradicare i pregiudizi esistenti nei confronti della ginnastica, che le si dovesse restituire onore e darle la giusta posizione nel campo educativo, ed asseriva con grande forza e convinzione che la ginnastica producesse grandi vantaggi, non solo a livello fisico ma, anche, a livello morale e che questi fossero altrettanto grandi. Le varie forme di attività motorie dovevano essere utilizzate come mezzi per raggiungere uno sviluppo armonico della persona. Dunque, gli esercizi ginnici e, attingendo dagli antichi greci, corsa, lanci e lotta, divennero elemento fondamentale nelle attività didattiche, non furono disdegnati neppure la scherma, il nuoto e la danza; tutte queste attività, oltre a svolgere una funzione igienica, dovevano forgiare il giovane affinché diventasse padrone del proprio corpo. (Educazione fisica e sport a scuola in Europa., 2013)

Basedow (1723-1790), fu l'iniziatore del movimento filantropico ed il creatore a Dessau del "Philanthropinum", la vita all'interno dell'Istituto era estremamente rigorosa, un regolamento cadenzava la giornata, erano stabilite le ore da dedicare allo studio, alle attività ginniche, all'igiene personale, al lavoro ed allo svago. Gli esercizi ginnici effettuati erano quelli propri dell'addestramento militare, ciò perché erano considerati in grado di rendere i giovani estremamente forti ed agili, ma anche coraggiosi. A questi esercizi erano, però, affiancati gli sport della ginnastica dell'antica Grecia, prima di tutto la lotta, che era in grado di renderli destri. Infine, venivano dedicate, anche, lezioni di ballo che conferissero armonia nel movimento e nel portamento. Nella sua scuola, le lezioni di educazione fisica vennero affidate a professori esperti, professionisti appositamente preparati nella scienza del movimento e non a persone comuni impreparate, che era ciò che accadeva solitamente.

Nelle sue pubblicazioni, Basedow illustrava quanto fosse importante far trascorrere una parte del tempo ai giovani ed agli adulti, con attività ricreative, in quanto, giudicava le attività ludiche capaci di stimolare la salute del corpo e di agire sul benessere della mente (Casti, 2013).

Le teorie che portarono ad una rinascita dell'Educazione Fisica si svilupparono su due indirizzi, uno di H. Ling (1776-1839) che, sulla base delle conoscenze anatomiche del corpo umano, ideò esercizi analitici che, scrupolosamente dosati per intensità e localizzazione, tendessero ad irrobustire, alcuni segmenti dell'organismo, risparmiando, di volta in volta, gli alti segmenti corporei; l'altro di Guts Muths (1759-1839), conosciuto come il fondatore della Ginnastica educativa; questi lamentava che, nella sua epoca, i giovani fossero diventati delicati e cagionevoli, ciò a causa di: eccessive cure e premure, una dieta inadeguata, un eccesso di tempo dedicato alle attività intellettuali e scarse attività motorie. Egli sostenne la capacità educativa della ginnastica individuale, la sua tecnica si fondò su esercizi di semplice esecuzione, ma idonei a migliorare la forza, la mobilità e l'equilibrio. Il ritorno alla natura era un cardine del suo sistema, abbracciò la linea estetica-ricreativa, mirante a sviluppare tutte le capacità dell'uomo per fargli acquistare forza, destrezza, bellezza ed armonia sul modello della Grecia classica, di cui evitava, però, l'aspetto militare (Giugni, 1974).

Guts Muths riteneva che le qualità morali, quali il coraggio e la forza d'animo, potessero essere sviluppate attraverso l'esercizio fisico, giacché riteneva inscindibili i rapporti tra corpo e spirito. Tutte le attività dovevano essere volte a sviluppare la forza e la destrezza per raggiungere un miglioramento del fisico e delle doti morali e stimolare, quindi, l'uomo verso un grado più elevato di civiltà (Lestini, 2017).

1.3 Il XIX secolo - Educazione fisica e sport

Friedrich Ludwig Jahn (1778-1852) fu il padre della ginnastica tedesca, adottò un metodo militaresco che fu chiamato *"Turner"* (derivato dal tedesco medievale 'torneare'). Il *turner* di Jahn affonda le sue radici nella filosofia di Kant e di Fichte, l'educazione fisica doveva cominciare fin dalla più tenera età, con lo scopo di formare i fanciulli ed evitare la mollezza del temperamento, e doveva proseguire per tutta la giovinezza, fino al compimento dell'educazione (Giugni, 1974). Gli esercizi, previsti

dal suo programma, venivano svolti all'aperto, in gruppo, ed a diretto contatto con la natura, egli insistette soprattutto sullo sviluppo armonico del corpo, attraverso il coinvolgimento di tutti i muscoli, ma scopo di tali esercitazioni era anche potenziare nei giovani gli aspetti morali, quali l'ardimento, la solidarietà con i compagni, la noncuranza per il pericolo.

Verso la metà del XIX secolo, sia in Francia che in Germania, si svilupparono nuove teorie dell'educazione fisica. La cura del corpo doveva mirare al mantenimento della salute ed allo sviluppo di qualità fisiche, quali l'agilità e la capacità di resistere agli sforzi, tutto doveva essere utile per mettere la persona in condizione di far fronte e superare le difficoltà della vita; inoltre, compito della ginnastica doveva essere perseguire fini morali e, infine, la formazione di uomini robusti, abituati a difficili prove, pronti a difendere la patria (Ulmann, 2004).

Per Clias (1782-1847), la ginnastica doveva essere utile, doveva servire a sviluppare le capacità della persona, aiutarlo a mantenere uno stato di buona salute e metterlo in grado di superare i pericoli. Consigliava di praticarla fin dall'infanzia, gli esercizi dovevano essere differenti in base all'età, quelli destinati ai fanciulli, dovevano avere come fine lo sviluppo dell'agilità e della forza, a questi dovevano seguire, per gli adolescenti, esercizi capaci di sviluppare la capacità di reazione, infine, quelli per gli adulti che avrebbero dovuto garantire il giusto equilibrio tra spirito e corpo. (*Ibidem*).

Amoros (1789-1874), in sintonia con Jhan, sosteneva la ginnastica militare e prediligeva esercizi complessi, eseguiti anche, con l'uso di attrezzi, ma cercava di conciliarla con la ginnastica educativa promossa da Pestalozzi, in particolare, pur non dando lo stesso significato, da questi riprese gli esercizi elementari, egli ideò di scomporre un movimento complesso in più movimenti semplici, una volta appresi questi si procedeva alla ricomposizione ed all'esecuzione dell'esercizio nella sua integrità. Forse la più nuova ed audace iniziativa del suo insegnamento è il coinvolgimento dei sensi, egli sosteneva che l'esercizio dovesse essere prima spiegato sollecitando l'udito, che dovesse essere, poi, eseguito da un dimostratore, e quindi, visto, ed infine si dovesse guidare l'esecuzione facendo concentrare l'attenzione dell'allievo sulla percezione tattile. (Il sito delle scienze motorie, 1917)

Spiess (1810-1858), prese posizione contro il Turner e la concezione dell'individuo di Jahn, che vedeva l'individuo fondersi con la comunità, l'autore "*tornò ad una concezione orientata verso l'individuo […] rispetto agli individui, la comunità era una realtà secondaria, essa era creata da loro"* (Ulmann, 2004). Come conseguenza di ciò, in Germania, fu riproposta la concezione di una ginnastica in cui l'anima dovesse dominare il corpo. L'insegnamento della ginnastica fu portato all'interno della scuola e doveva avere lo scopo di modellare l'anima ed il corpo dei giovani, per loro stessi ma anche per la comunità. La ginnastica dello Spiess comprendeva esercizi individuali, suddivisi in esercizi in sospensione ed in appoggio, e collettivi; tutti esercizi analitici che presero il posto dei movimenti naturali e spontanei ed esclusero qualunque forma di gioco.

P.H. Ling (1776-1839), considerava il corpo una parte dell'essere racchiudente un'energia vitale che lo guida nei movimenti. Fu uno dei capiscuola della ginnastica svedese, che aveva come principio assoluto di basarsi sulla scienza, in particolare la conoscenza dell'anatomia consentiva la programmazione di esercizi che permettessero l'esecuzione perfetta dei movimenti. Furono distinte diverse categorie di movimento: semplici, compositi e di applicazione. I primi erano classificati in preparatori e fondamentali: il movimento era frutto della contrazione di un solo muscolo e la perfetta esecuzione era propedeutica ai movimenti compositi che erano più movimenti semplici associati; quelli di applicazione erano movimenti adattati alla vita o al lavoro. Il suo sistema fu, inizialmente, giudicato arido e lontano dai bisogni degli esseri umani, ma in realtà aveva un grande rispetto delle regole del corpo e la ginnastica tendeva a sostenere lo sviluppo armonico della persona. Tale metodo, dopo breve tempo, convinse tutti e Ling fu chiamato a dirigere il Reale Istituto di Ginnastica, dove si dedicò alla formazione dei soldati, concentrò la sua attenzione su esercizi utili al potenziamento muscolare, alla destrezza ed alla resistenza. Successivamente, al Reale Istituto furono organizzati corsi per gli insegnanti di ginnastica. Ling nel tempo curò anche altri aspetti della ginnastica, nel periodo che dedicò all'aspetto medico, gli esercizi assunsero il fine di correggere i paramorfismi del rachide, in questo stesso periodo ideò e realizzò alcuni grandi attrezzi, quali la spalliera, il quadro, le scale (retta e curva), il plinto, che furono ampiamente utilizzati per la ginnastica correttiva. Infine, non trascurò l'aspetto psico-

pedagogico, per il quale dettò gli orientamenti dell'attività motoria, utili ad indirizzare verso uno stile di vita corretto. *(Ibidem)*

Thomas Arnold (1795-1842), educatore e teologo, fu rettore della scuola di Rugby ove rivoluzionò i sistemi educativi, pose al primo posto la cura dell'anima e gli studi classici occuparono un ruolo importante. Tra le attività scolastiche inserì anche quelle motorie, poiché ritenne che fosse indispensabile trovare un sistema correttivo al pessimo livello di educazione dei giovani. Preferì alla ginnastica, la partecipazione dei giovani ai giochi sportivi che riteneva fossero graditi, acquietassero l'iperattività, e li educassero mediante il *self-government.* Sui campi di gioco, venivano curati gli aspetti morali, forza d'animo e fiducia in se stessi, i ragazzi venivano abituati con il *fair play* ad un comportamento corretto e rispettoso delle regole che, raggiungendo l'età adulta, veniva trasferito nella vita sociale e politica. La nascita dello sport moderno, quindi, può essere, anche per l'iniziativa di Arnold, localizzata in Inghilterra. In realtà, già nel secolo precedente, i nobili praticavano vari giochi sportivi, ma ad essi non veniva attribuito uno scopo educativo e formativo, erano un passatempo piacevole, divertente e rilassante; entrando definitivamente nelle scuole, assunse un valore pedagogico fino ad allora sconosciuto e, ben presto, varcò i confini del paese per diffondersi in tutto il mondo.

1.4 L'educazione fisico sportiva in Italia

Nella ricerca delle radici dell'educazione fisica e sportiva in Italia, risultano molto importanti le influenze avute, nel campo della formazione, dalle correnti di pensiero sviluppatesi in Europa ed in Italia nel '700.

Ci rifacciamo, quindi, a quanto fissato da Michele Di Donato "*Indicheremo in Gaetano Filangieri (175–1788) l'iniziatore o il restauratore dell'educazione fisica come movimento di pensiero, e questo per via di quel capitolo nono del quarto libro della "Scienza della legislazione" ispirato ai principi dell'Illuminismo, e vero tramite attraverso il quale il messaggio delle epoche passate giungeva all'Italia presente e futura." "[…] egli ricercava un perfezionamento psico-fisico del bambino, per giungere al quale non si trascuravano alimentazione, sonno, vestire, igiene e, da ultimo, esercizi fisici"* (Di Donato, 1984).

Nella seconda metà del settecento a Napoli, due studiosi, Antonio Genovesi (1712-1769) e Gaetano Filangieri (1752-1788), dando il giusto rilievo all'educazione fisica, contribuirono a far si che si diffondesse, nelle scuole napoletane, la pratica di esercizi fisici e, nel 1778, nel piano educativo del Real Collegio alla Nunziatella, venissero inseriti gli esercizi fisici, in particolare la ginnastica, la scherma, l'equitazione, il maneggio delle armi, ed anche il ballo.

Nell'ottocento in Italia si affermò un nuovo modo di concepire il corpo, non più in posizione di inferiorità rispetto alla sfera intellettiva, ma parte inscindibile ed attiva. Da qui, quindi, il nascere di indirizzi pedagogici, utili all'educazione intellettuale, morale e fisica, che coinvolgano l'individuo nella sua totalità psico-fisica. Il corpo ha, quindi, trovato una nuova identità, deve essere allenato per migliorare le proprie qualità. Vengono sperimentate attività motorie strutturate, la ginnastica fa il suo esordio tra le discipline formative scolastiche (Ulmann, 2004).

Nell'Italia del Nord, lo studio delle metodologie straniere sulla ginnastica, portò all'elaborazione di un sistema italiano. Il colonnello Eugenio Young, nel Collegio Militare di S. Lucia, a Milano, divulgò ed utilizzò la metodologia, a carattere militare, di Clias e Guts Muths. Molti altri furono i sostenitori della ginnastica educativa, tra questi, il pedagogista Niccolò Tommaseo dichiarava, con profonda convinzione, della necessità assoluta, in un periodo di trasformazioni sociali, causa di fenomeni di povertà e degenerazione, dell'uso della ginnastica per giungere alla completezza dell'educazione, e della formazione della persona. Fu assertore dell'uso delle esercitazioni per giungere ad uno sviluppo della forza morale; era necessario, attraverso la ginnastica ed i giochi popolari, combattere l'ozio, primo dei vizi, produttore di attività delittuose. A Torino, centro dei movimenti indipendentisti, nacque quella che poi diventò la ginnastica della nazione (Carraro, 2006).

Nel 1833, Rodolfo Obermann, chiamato dal Ministro della Guerra, giunse a Torino, al "Valentino", come Direttore ginnico del Regio Corpo degli Artiglieri e dei Pontieri. Dallo scopo puramente militare, per il quale era stato chiamato l'Obermann, la ginnastica si diffuse nella società civile, anche se inizialmente fu praticata solo dalle classi sociali più elevate. Nel 1861, il De Sanctis riuscì a far dar vita al primo corso magistrale di ginnastica a dirigere il quale fu chiamato, anche in questo caso,

l'Obermann. Nel 1862 vennero emanate le disposizioni per lo svolgimento, nelle scuole, della ginnastica, da queste si evince che si tratta di una ginnastica finalizzata alla formazione militare dei giovani. Ciò probabilmente per due motivi: superare le diffidenze della società, che riteneva addirittura pericolosi certi esercizi, e formare rapidamente i giovani ad essere buoni soldati, pronti a difendere i neonati confini nazionali. Nonostante tutto, la pratica della ginnastica nelle scuole non si diffuse come sperato e, aspetto non poco trascurabile, vi era la mancanza quasi assoluta di docenti preparati.

Dopo un ventennio, il De Sanctis diede vita ad un rinnovamento della ginnastica, proponendo un taglio meno militare. A livello politico questa proposta fu salutata con toni entusiastici, anche se con prospettive pedagogiche diverse, ma, sicuramente, il dibattito che ne scaturì portò ad indirizzare le risorse del paese, per l'edificazione di un sistema di valori di tipo borghese-capitalistico. (Carraro, 2006)

La ginnastica, quindi, si arricchì di contenuti formativi etici, anche se non abbandonò l'aspetto militare. Ma, i progressi della ginnastica, nella scuola italiana, si scontrarono con una realtà socio-economica precaria, la mancanza di strutture idonee e di insegnanti qualificati, impedirono la diffusione della disciplina come strumento educativo.

La pratica dello sport, così come concepito nel sistema educativo inglese, venne sostenuto da intellettuali, fisiologi ed igienisti, tra i maggiori esponenti Angelo Mosso ed Angelo Celli, che così si espresse sulla ginnastica scolastica dell'epoca: "*tutti quei movimentini che costringono la scolaresca più a star ferma, come soldatini, che a muoversi e ne obbligano la mente ad una esagerata attenzione sono, a parer mio, da riprovarsi e da abolire nelle scuole, sostituendovi la libertà e la gaiezza dei giuochi corporali. Ciò perché la ginnastica nelle scuole deve essere uno svago, un diletto e non un tormento, un diletto e non un lavoro ed un duplice supplizio delle teneri menti" (Ibidem)*

A seguito della presa di posizione di così illustri studiosi, nel 1892, dal ministro Ferdinando Martini, vennero emanati i nuovi programmi, comprendenti anche vari giochi, da utilizzare nelle lezioni per renderle più efficaci, ma anche piacevoli.

La scuola e la società italiana non erano ancora pronte ad accogliere un salto di qualità così grande, non erano ancora sufficientemente conosciuti i principi pedagogici su cui si basavano i nuovi programmi, pertanto non si realizzò alcun cambiamento.

Dopo la scomparsa di Obermann, due scuole, quella di Torino, e quella di Bologna, si disputarono la dominazione dello scenario culturale ginnico-educativo.

Della scuola torinese, i maggiori esponenti furono:

Riccardi di Netro (1816-1892), allievo di Obermann, che può essere considerato il veterano della ginnastica. Fondatore e presidente della Società ginnastica di Torino, espose, ad un congresso pedagogico tenutosi a Torino nel 1869, il suo pensiero sulla funzione didattica dell'educazione fisica: gradualità, differenziazione delle attività per genere, esercizi collettivi; pur evidenziando aspetti educativi, la ginnastica manteneva degli aspetti militari.

Alberto Gamba (1822-1901), fisiologo, dette un taglio igienico alla ginnastica. Gli esercizi dovevano essere graduati e destinati ai ragazzi, non suddivisi in base all'età anagrafica ma a quella fisiologica, le esercitazioni dovevano essere graduate ed individualizzate.

Felice Valletti (1845-1920), per quasi mezzo secolo, fu tra gli ispiratori dell'indirizzo dell'educazione fisica nelle scuole italiane. Studioso dei sistemi tedeschi e svedesi, riteneva che la ginnastica dovesse fondarsi sui principi della pedagogia, dell'anatomia e della fisiologia, come conseguenza, determinò che la ginnastica educativa dovesse essere razionale e collettiva e, quindi, l'obiettivo principale dovesse essere, oltre la cura del corpo, il perfezionamento dello spirito.

Della scuola bolognese, caratterizzata dall'affrontare in maniera più pratica la discussione sulla ginnastica:

Costantino Reyer Castagna (1838-1931), allievo dell'Obermann nel 1861, fu il primo ad elaborare una modifica dei metodi del suo maestro. Criticò la ginnastica tedesca e tento di diffondere una ginnastica che, oltre ad avere un indirizzo educativo, giovasse alla salute del corpo.

Emilio Baumann (1843-1917), la sua idea fondamentale fu quella di coniugare l'aspetto educativo della ginnastica con il fine igienico. Così si espresse: "*la coltura del*

corpo finisce per essere non fine a sé medesimo, bensì il mezzo anzi l'ottimo dei mezzi al conseguimento dello scopo psicocinesico che è l'educazione della volontà, poiché non esiste alcuno specchio per leggervi lo stato d'animo dell'educando che sia più teso, nitido e sicuro dei movimenti del suo corpo" (Carraro, 2006). Alla corrente di pensiero del Baumann conversero Costantino Reyer e Pietro Gallo.

Lombardo Radice (1879-1938), filosofo e pedagogista, si inserì nella speculazione circa il valore educativo della ginnastica. Egli sosteneva che l'equilibrio fisico fosse tale solo se fosse in equilibrio anche lo spirito, *"l'educazione fisica non può risolversi nell'artificiosità degli esercizi"*, pertanto a scuola, l'attività non si deve ridurre all'esecuzione di rigidi esercizi, quand'anche fossero con finalità igieniche. Riteneva molto più opportuno utilizzare, soprattutto con i bambini, i giochi ed i movimenti spontanei, per poi proseguire con esercizi globali e passeggiate, affinché i giovani giungessero, quindi, allo sport. (Togni, 2011)

Maria Montessori (1870-1952), medico e pedagogista, è conosciuta per il suo innovativo metodo di insegnamento. Aderendo alle teorie psicologiche del novecento, ha basato lo sviluppo delle capacità intellettive sul movimento e posto i sensi alla base dell'educazione dell'intelletto, a questo scopo ha studiato esercizi e materiali capaci di stimolarli (Giugni, 1974). I punti cardine del suo sistema sono: l'individualizzazione, il rispetto delle tappe di crescita, il lasciare al bambino, debitamente guidato e stimolato dall'insegnante, la libertà di esplorare l'ambiente e di sperimentare. Il corpo, dunque, è al centro dell'educazione, anzi è proprio attraverso il corpo che si favorisce *"il naturale sviluppo psicofisico del bambino"* (Montessori, 1970).

1.5 La legislazione scolastica e l'Educazione fisica dall'unità

d'Italia ad oggi

Il percorso che l'insegnamento dell'educazione fisica e sportiva ha avuto in Italia è stato quanto mai travagliato. Infatti, contrariamente a quanto avvenuto in altri paesi europei, in Italia, l'affermarsi della pratica di attività motorie e sportive come strumento educativo, è stato spesso osteggiato.

In questa sede, ci si limiterà a segnalare i momenti legislativi maggiormente incisivi nella storia e nell'evoluzione dell'insegnamento dell'educazione fisica dall'unità d'Italia.

Un primo passo di apertura dei legislatori, alla pratica delle attività motorie e sportive nella scuola, è evidenziabile nella **Legge del 7 luglio 1878, n. 4442.**

Francesco De Sanctis (1817- 1883), ministro della Pubblica istruzione, del I governo Cairoli, dal marzo al dicembre 1978, e del III governo Cairoli dal novembre 1879 al gennaio 1881, introduce l'insegnamento obbligatorio della ginnastica educativa in tutti i gradi di istruzione, normando il sistema di formazione dei docenti per l'acquisizione dei "precetti della ginnastica educativa". Le attività vennero così distinte in maschili e femminili, queste ultime esclusivamente a carattere educativo, per i maschi era invece previsto nelle scuole secondarie anche un tipo di addestramento militare.

Dopo ben 31 anni, la **Legge 26 dicembre 1909, n. 805,** conosciuta come Rava-Daneo, riforma totalmente le attività motorie nella scuola.

Tale normativa prevede, infatti, l'obbligatorietà in tutte le scuole dell'insegnamento dell'educazione fisica, da questo momento sparisce il termine «ginnastica». La variazione di denominazione della disciplina non è verbale ma sostanziale, grazie a questa riforma, infatti, furono accolte le sollecitazioni provenienti dalla Commissione Todaro e dai Congressi Pedagogici (Di Donato, Cenni storici sulla "ginnastica" e sull'"educazione fisica" in Italia dal XIX alla metà del XX secolo, 2004).

Gli articoli 2 e 4, regolano le attività da svolgere: la ginnastica propriamente detta, i giochi ginnici, il tiro a segno, il canto corale e gli altri esercizi educativi, atti a rinvigorire il corpo, ed a formare il carattere; passeggiate ginnastiche, non meno di una al mese, aventi anche interesse storico, scientifico ed artistico, da effettuare quindi, anche con i docenti delle altre discipline interessate.

L'art. 3 detta i tempi: lezioni giornaliere di 30 minuti nella scuola elementare e di 3 ore settimanali nella scuola media;

Gli articoli successivi regolano:

- la formazione dei docenti;
- la realizzazione nelle scuole di impianti idonei, palestre e campi sportivi;

– l’iscrizione, nello stato di previsione della spesa del Ministero della Pubblica Istruzione, delle somme necessarie all’applicazione della legge.

Da quanto sintetizzato, si desume che questa riforma dia grande valenza alla disciplina, alla quale viene attribuito valore pedagogico e carattere educativo-formativo, ma ostacoli di vario tipo, quali influenze teoriche contrarie a eventi storici determinanti, tra cui la partecipazione dell’Italia alla Prima Guerra Mondiale, paiono non aver consentito la piena applicazione della legge e quindi la realizzazione del disegno educativo auspicato.

Dopo il primo conflitto mondiale, la situazione delle scuole, delle palestre ad esse annesse e dei campi sportivi era disastrosa, a ciò si aggiunga la ripresa degli scontri ideologici sull’opportunità del mantenimento dell’educazione fisica all’interno delle attività scolastiche.

Nel marzo del **1923,** il Ministro Giovanni Gentile emana una serie di decreti legislativi che riformano l’ordinamento della scuola italiana. Gentile, sostenitore di un processo educativo globale comprendente corpo e spirito, infrange il principio basilare dell'unità pedagogica e crea il distacco fra scuola ed educazione fisica e sportiva.

Nel quadro della riforma scolastica è istituito, presso l’istituto polisportivo di Milano, l’Ente Nazionale per l’Educazione Fisica (ENEF), che, comunque, opera sotto il controllo del Ministero della Pubblica Istruzione *(Ibidem)*.

L’insegnamento dell’educazione fisica nella scuola secondaria è assegnato alle società ginnastiche e sportive, che nominano loro istruttori, e mettono a disposizione gli impianti. Solo nelle scuole elementari, magistrali e preparatorie, l’insegnamento dell’E.F. è mantenuto nei programmi scolastici. Nello stesso provvedimento si dispone la cancellazione del ruolo statale degli insegnanti di educazione fisica e la soppressione degli Istituti di Magistero di educazione fisica. All’ENEF è demandato, anche, il compito di formare i docenti.

Ben presto appare chiara l’impossibilità dell’attuazione di tale riforma, le associazioni si trovano, non solo a dover fronteggiare spese non indifferenti per il mantenimento di docenti e strutture, ma anche a subire continue variazioni degli indirizzi tecnici ed operativi.

Il fallimento dell'ENEF viene palesato dalla sua soppressione nel 1927.

Dal **1926,** anno in cui l'Opera Nazionale Balilla sostituisce l'ENEF, la gestione dell'insegnamento, delle attività ricreative e paramilitari torna a dipendere dal Ministero dell'educazione nazionale, ma gli insegnanti continuano a dipendere dall'ente.

Mussolini, consapevole dell'importanza che i giovani avrebbero avuto per il futuro della sua politica e, dunque, del fascismo, ne crea le condizioni, con la costruzione di campi sportivi e palestre, l'organizzazione di gare, saggi ginnici ed esercitazioni paramilitari, per coinvolgere i ragazzi ed i bambini in attività ludico-sportive che abbiano lo scopo di creare coesione con il regime. La ginnastica e lo sport diventano strumento per l'indottrinamento dei giovani. I docenti raggiungono un riconoscimento professionale di rilievo (Carraro, 2006).

Nel **1937** è costituita la Gioventù Italiana del Littorio (GIL), anche conosciuta con il nome di Gioventù Fascista, in cui confluiscono tutte le organizzazioni giovanili.

Con la costituzione della GIL, l'insegnamento viene nuovamente sottratto al controllo del Ministero per l'educazione nazionale e gli insegnanti dipendono direttamente dal Partito fascista. L'insegnamento diventa strumento per l'orientamento politico dei giovani e le esercitazioni assumono caratteristiche sostanzialmente militari.

Il **19 gennaio 1939** Giuseppe Bottai, Ministro dell'Educazione Nazionale, fa approvare dal Consiglio nazionale del fascismo la "Carta della Scuola", progetto di riforma della scuola rispetto al quale trova realizzazione, a causa della guerra, con la legge 1 luglio 1940 n. 899, unicamente ciò che concerne la scuola secondaria inferiore.

La **Legge 1 luglio 1940 n. 899,** istituisce la scuola media triennale, per quanto concerne gli insegnanti di educazione fisica, gli stessi ritornano a dipendere dal Capo d'istituto, pur tuttavia, fino alla caduta del Fascismo, continuano a mantenere un ruolo che consenta loro di creare nei giovani attaccamento al regime (Dellabiancia M. , 1990).

In "Lo sport Fascista" (2016), Felice Fabrizio, in sintesi, asserisce che il fascismo trasforma le attività fisico – sportive in fenomeno di massa; le accentra, le razionalizza, le potenzia e le finanzia; estende, capillarizza e migliora qualitativamente le pratiche; intraprende la costruzione degli impianti sportivi; estende misure di igiene e profilassi, esperienze di socializzazione, appuntamenti agonistici a ceti sociali ed a contesti geografici, sino ad allora esclusi. Nel 1940 agli insegnanti di ginnastica sono

riconosciuti: la parità con i colleghi delle altre discipline ed il diritto a partecipare a consigli, collegi, scrutini ed esami. *"Il fascismo ha conferito all'insegnamento dell'educazione fisica una centralità senza riscontri precedenti e successivi"* (Fabrizio, 2016). Ma gli educatori sono ridotti a zelanti servitori del regime. *"Si esige che essi diano la massima risonanza alle iniziative delle organizzazioni giovanili, precedute da minuziose circolari ministeriali e attentamente monitorate dai dirigenti scolastici" (Ibidem)*

Alla caduta del fascismo, proprio perché molti docenti sono collusi con il partito e le attività motorie strumentalizzate dal regime per la propaganda e l'indottrinamento, l'EF e le attività sportive, perdono di rilevanza e sono ridotte ad un ruolo marginale nella scuola e nel processo educativo.

Nel periodo compreso tra il **1943** ed il **1958,** il Ministero dell'Istruzione produce circolari e riforma i programmi, provvedimenti che fanno fare alla disciplina un balzo indietro nel tempo.

Nel '**45-'46** vengono adottati dei programmi provvisori, privi di alcun fondamento pedagogico, che sostituiscono, in un tentativo di "defascistizzazione", quelli precedenti. L'educazione fisica rientra nella sua sede naturale: la scuola. Si decreta, altresì, che il voto dell'educazione fisica non sia compreso nel calcolo della media scolastica ai fini dell'ammissione agli esami ed all'esonero dal pagamento delle tasse scolastiche.

Nel **1952,** una commissione stila i nuovi programmi per la scuola secondaria di primo e secondo grado, tali programmi non portano alcun miglioramento alla dignità della disciplina, si tratta, infatti di una mera elencazione di esercitazioni, distinta per età e sesso. Tra l'altro non figurano i giochi pre-sportivi e sportivi e/o le attività ludiche.

Nel 1955, con **il D.P.R. del 14 giugno n. 503,** vedono la luce i programmi per la scuola primaria, nei quali si comincia ad intravedere un'ispirazione ai principi sia della biologia, sia a quelli pedagogici e psicologici.

La Legge **7 Febbraio 1958, n. 88** può essere considerata la prima legge che dà un assetto, anche amministrativo, ai problemi relativi all'educazione fisica.

In essa sono sancite le norme per l'insegnamento, con essa sono istituiti:

- il ruolo organico degli insegnanti di EF;

– l’ufficio centrale (presso il ministero) e periferico (presso i provveditorati);

– il ruolo organico degli ispettori centrali di EF;

– le cattedre di educazione fisica (l’insegnamento è reso obbligatorio per due ore alla settimana);

– l’Istituto superiore di educazione fisica (ISEF), con corsi triennali di grado universitario, per la formazione degli insegnanti.

La **Legge 31 dicembre 1962, n.1859** sancisce l’istituzione della scuola media unica, conseguentemente, nel **1963,** sono stilati i nuovi programmi d’insegnamento per la scuola secondaria di primo grado.

I programmi di educazione fisica, di fatto una sterile elencazione di esercizi, distinti per sesso, ma non più per anno scolastico, sono classificati in “esercizi di formazione e sviluppo generale” ed “esercizi di applicazione”, preceduti da una premessa specifica: ”*L’educazione fisica concorre alla formazione dell’alunno, con l’esercizio delle attività motorie considerato […] come mezzo educativo oltre che del fisico del comportamento”*; vengono inoltre date proposte metodologiche quali:

– l'individualizzazione dell'insegnamento attraverso il lavoro di gruppo;

– la prevalenza dell'uso del comando ad invito;

– l'impiego del movimento naturale, preatletico o ritmico.

Infine, è lasciato alla professionalità del docente la scelta di variazioni d'intensità, misura, ritmo, andamento, dinamismo, successione e combinazione (Dellabiancia M. , 1990).

Nel **1968,** per opera dell’allora Presidente del CONI Giulio Onesti, nascono i Giochi della Gioventù, competizioni sportive interscolastiche nazionali, per ragazzi di età compresa tra gli 11 e i 15 anni (organizzate in collaborazione tra Ministero della Pubblica Istruzione e Comitato Olimpico Nazionale Italiano). Lo sport fa, così, il suo ingresso nella scuola. La prima manifestazione si è svolta a **maggio** del **1969**.

Negli anni tra il **1977** ed il **1979,** vengono promulgate leggi e decreti ministeriali che mirano a rendere la scuola in grado di avere un ruolo formativo e capace di promuovere sia l’aspetto culturale, sia quello umano del singolo individuo.

Con il **D.M. 9 febbraio 1979** vengono riformati:

- i programmi;
- gli orari d'insegnamento;
- le prove d'esame per la scuola media.

Per quanto riguarda i programmi di educazione fisica, cade un tabù, non presentano più differenziazione tra maschi e femmine; inoltre, non troviamo più una prescrizione di esercizi, ma obiettivi didattici generali, sui quali il docente definisce percorsi, tempi, metodi, nonché sistemi di verifica e metodologia di valutazione. Infine, tra gli obiettivi didattici compaiono elementi di rinnovamento quali:

- "Attività motoria come linguaggio";
- "Attività in ambiente naturale";
- "Avviamento alla pratica sportiva" che sancisce, definitivamente, il significato educativo dello sport scolastico (Dellabiancia M. , 2015).

Il **D.M. 26 agosto 1981** "Criteri orientativi per gli esami di licenza media", ha reso coerente l'esame di licenza agli interventi legislativi del 1977 ed ai citati nuovi programmi di insegnamento approvati con D.M. nel 1979.

Per quel che concerne l'educazione fisica il D.M. recita: *"Nel colloquio si potrà accertare se l'alunno abbia acquisito la conoscenza delle finalità e delle caratteristiche proprie delle attività motorie effettivamente praticate nel corso del triennio e se abbia maturato la consapevolezza della loro utilità in ordine alla vita e alla salute. A tale proposito saranno opportuni collegamenti con l'educazione sanitaria, con le scienze e con l'educazione civica"*.

Dopo tre anni dalla emanazione dei programmi della scuola media, con il **D.P.R. 1° ottobre 1982, n.908,** in prosecuzione logica con quelli del grado d'istruzione precedente, sono prodotti i nuovi programmi d'insegnamento per gli istituti di istruzione secondaria superiore. Anche negli istituti superiori, gli obiettivi dell'educazione fisica sono unificati per ragazzi e ragazze ed è affidata ai docenti la definizione di percorsi, tempi, materiali, nonché la verifica e la valutazione; inoltre, è sancito che tutte le discipline concorrano alla formazione degli alunni ed al loro positivo inserimento nella società.

Nella scuola elementare la "rivoluzione" è apportata dall'introduzione dei nuovi programmi scolastici che, emanati con il **D.P.R. 12 febbraio 1985, n. 104,** videro la graduale applicazione dal 1987 e la concreta attuazione con la riforma dell'ordinamento realizzato con la **Legge n. 148 del 1990.**

Abbandonato il maestro unico, la scuola elementare è strutturata con moduli (tre o quattro docenti) ed ambiti disciplinari [Educazione linguistica (lingua italiana e lingua straniera più i tre linguaggi non verbali), Educazione logico-matematica (Matematica e Scienze), Educazione storico-sociale (Storia, Geografia, Studi sociali e Religione)]. La programmazione diventa lo strumento basilare per l'organizzazione delle attività educative e didattiche *(Ibidem)*.

Per quanto concerne l'educazione fisica, la denominazione della disciplina è "Educazione motoria" e nelle indicazioni specifiche leggiamo: *"L'affermazione nella cultura contemporanea dei nuovi significati di corporeità, di movimento e di sport si manifesta, su piano personale e sociale, come esigenza e crescente richiesta di attività motoria e di pratica sportiva."* e prosegue asserendo che *"la scuola elementare nell'ambito di una educazione finalizzata anche alla presa di coscienza del corpo inteso come espressione della personalità e come condizione relazionale, comunicativa, espressiva e operativa favorisce le attività motorie e di gioco-sport"*.

Anche nel **D.M. del 3 giugno 1991**, "Orientamenti dell'attività educativa nelle scuole materne statali", all'art. 2 - Campi di esperienza educativa, a) Il corpo ed il movimento, troviamo interessanti indicazioni programmatiche: *"Il campo di esperienza della corporeità e della motricità contribuisce alla crescita e alla maturazione complessiva del bambino promuovendo la presa di coscienza del valore del corpo inteso come una delle espressioni della personalità e come condizione funzionale, relazionale, cognitiva, comunicativa e pratica da sviluppare in ordine a tutti i piani di attenzione formativa. […] L'insieme delle esperienze motorie e corporee correttamente vissute costituisce un significativo contributo per lo sviluppo di un'immagine positiva di sé"*.

È data, infine, come indicazione quella di privilegiare quale forma di attività motoria il gioco, *"dai giochi liberi a quelli di regole, dai giochi con materiali a quelli simbolici, dai giochi di esercizio a quelli programmati, dai giochi imitativi a quelli*

popolari e tradizionali", in quanto, attraverso essi si realizza il clima ludico proprio della scuola dell'infanzia, adempiendo parimenti, a rilevanti funzioni di vario tipo, da quella cognitiva a quella socializzante a quella creativa.

La **circ. 9 febbraio 1996, n. 67** ha come obiettivo diffondere l'avviamento alla pratica sportiva.

In particolare, in considerazione che, per molto tempo, la disciplina e la pratica delle attività sportive siano state collocate ad un ruolo marginale nel processo educativo dei giovani, conferma:

- il graduale, progressivo rilievo dell'educazione motoria, fisica e sportiva nel corso dell'evoluzione degli ordinamenti scolastici,
- la pluriennale attivazione di progetti, finalizzati allo svolgimento di attività pre-sportive e sportive,
- la diminuzione dello stato di emarginazione della materia, in seno al processo di adeguamento degli ordinamenti;

stabilisce che:

- il rinnovato interesse per le attività motorie, fisiche e sportive, come espressione dell'intera personalità e come momento di proficuo intervento educativo, riceva una più incisiva risposta istituzionale,
- vengano favoriti progetti ed iniziative intesi a definire percorsi formativi che, consentano di superare la logica dei programmi distinti e separati per settori e gradi di scuola,
- siano progettate modifiche all'ordinamento al fine di riarticolare la cattedra di educazione fisica in modo che, nella scuola secondaria, sia esaltata e valorizzata l'attività pre-sportiva e sportiva (12 ore settimanali di educazione fisica + 6 di tale attività),
- sia garantito quotidianamente, in seno alla prassi scolastica, un servizio qualificato nell'ambito della Scuola primaria e, quindi, migliore organizzazione nella scuola secondaria con fattiva collaborazione e comunicazione con la popolazione ed il territorio.

Con il **Decreto Legislativo 8 maggio 1998, n. 178** "Trasformazione degli Istituti superiori di educazione fisica e istituzione di facoltà e di corsi di laurea e di diploma in scienze motorie", si realizza una svolta epocale nella formazione dei docenti di educazione fisica. Gli studi, di livello universitario, avviano il riconoscimento del rilievo che svolge la disciplina in campo educativo e formativo e di conseguenza si concretizza, in ambito scolastico, la parità della disciplina (Di Donato, 2004).

Nel nuovo millennio sono stati prodotti numerosi provvedimenti legislativi che hanno portato modifiche, più o meno sostanziali, alla scuola italiana.

Del **28 marzo 2003** è la legge delega **n. 53** *"Per la definizione delle norme generali sull'istruzione e dei livelli essenziali delle prestazioni in materia di istruzione e formazione professionale",* meglio conosciuta come **"Riforma Moratti"**. Per quanto concerne le attività motorie, in base a quanto previsto all'art.1 comma 3, lettera d) "a sostegno dello sviluppo dell'attività motoria e delle competenze ludico-sportive degli studenti", sono previsti specifici interventi finanziari.

Nei mesi successivi alla promulgazione della suddetta legge sono stati prodotti i decreti attuativi.

Con il **decreto legislativo 19 febbraio 2004, n. 59,** sono definite le norme generali relative alla scuola dell'infanzia ed al primo ciclo dell'istruzione.

Il **decreto legislativo 17 ottobre 2005** provvede al riordino del sistema nazionale d'istruzione per le scuole del 2° ciclo.

Tra il **2008** ed il **2011**, periodo in cui Mariastella Gelmini è stata a capo del Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca, sono emanate una serie di disposizioni legislative che modificano l'assetto organizzativo e didattico, dalla scuola dell'infanzia, fino alla scuola secondaria di secondo grado.

Il primo di questi il **D.P.R. 20 marzo 2009, n. 89** "Revisione dell'assetto ordinamentale, organizzativo e didattico della scuola dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione", si tratta di un regolamento che provvede *"ad introdurre, nell'organizzazione e nel funzionamento della scuola dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione, misure di riorganizzazione e qualificazione, al fine di assicurare migliori*

opportunità di apprendimento e di crescita educativa, e dell'assolvimento dell'obbligo di istruzione" (Dellabiancia M. , 2015).

Di seguito, verranno esposti quelli che risultano essere stati i cambiamenti più significativi.

Scuola primaria.

Tra i provvedimenti più discussi nella scuola primaria il "ritorno" del maestro unico e la riduzione a 24 del monte ore settimanale, con possibilità di un ampliamento dell'orario in base alle richieste delle famiglie. Altro "ritorno" la valutazione numerica decimale, anche se accompagnata da un articolato giudizio sul livello di maturazione raggiunto dai bambini.

Scuola secondaria di primo grado.

Anche nella scuola secondaria è stato effettuato un taglio alle ore di lezione, da 33 si scende a 30, e si reintroduce la valutazione numerica decimale. Per il passaggio alla classe successiva è necessario conseguire la sufficienza in tutte le materie a giugno ed aver frequentato le lezioni per i ¾ delle ore di lezione. Nell'esame finale conclusivo del primo ciclo d'istruzione è introdotta la prova nazionale, italiano e matematica, strutturata dall'Invalsi.

Con la **Nota 4 agosto 2009 prot. 4273** della Direzione Generale per lo studente, l'integrazione, la partecipazione e la comunicazione del MIUR, vengono fornite le indicazioni sulla riorganizzazione delle attività di educazione motoria, fisica e sportiva nelle scuole secondarie di primo e secondo grado. *"Le direttive impartite costituiscono riconoscimento del ruolo di assoluto rilievo che il Ministro attribuisce a tali attività nella crescita dei giovani, sia per i valori che attraverso le stesse vengono veicolati sia per il ruolo trasversale rivestito nell'ambito delle educazioni"*. Questo documento ribadisce il ruolo educativo svolto dalle attività motoria–fisica-sportiva nella crescita dei giovani e richiama la necessità di una programmazione scolastica, da inserire nel piano dell´offerta formativa, che può prevedere la collaborazione con realtà del territorio ed il ricorso ad ore di lezione aggiuntive. L'organizzazione delle attività deve essere gestita dal Centro sportivo scolastico, struttura costituita all'interno della scuola, che deve

valutare, nell'espletamento delle funzioni attribuite, la realtà in cui si opera e le risorse economiche disponibili (Dal Passo, 2003).

1º settembre 2010 - Il nuovo termine della disciplina, coerentemente con

la denominazione degli istituti universitari che provvedono alla formazione scientifica, tecnica e professionale degli operatori, è mutato in "Scienze motorie e sportive", tuttavia, va evidenziato che quasi tutto il resto del mondo adotta il termine "Educazione Fisica". Sebbene sia più una questione di forma, che di sostanza, la denominazione della disciplina è un argomento ancora aperto in Italia, basti pensare che nelle Indicazioni nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione, pubblicate il 4 settembre 2012, si è ritornati alla denominazione dell'ambito disciplinare quale "Educazione Fisica".

Con i **DPR 15 marzo 2010 nn. 87, 88, 89,** è modificata la struttura dell'istruzione superiore (licei, istituti tecnici e professionali).

Scuola secondaria di secondo grado.

Il cambiamento di maggiore rilievo di questa riforma riguarda l'ordinamento della scuola secondaria di secondo grado, suddivisa in: licei, istituti tecnici, istituti professionali; con indirizzi uguali in tutta l'Italia:

- Liceo artistico: a) arti figurative; b) architettura e ambiente; c) design;

d) audiovisivo e multimediale; e) grafica; f) scenografia;

- Liceo classico;
- Liceo linguistico;
- Liceo musicale e coreutico: a) musicale, b) coreutico;
- Liceo scientifico: a) tradizionale, b) scienze applicate;
- Liceo delle scienze umane: a) tradizionale, b) economico-sociale;
- Istituto tecnico - settore economico: a) amministrazione, finanza e marketing, b) turismo;
- Istituto tecnico - settore tecnologico: a) meccanica, meccatronica ed energia, b) trasporti e logistica, c) elettronica ed elettrotecnica, d) informatica e telecomunicazioni, e) grafica e comunicazione, f) chimica, materiali e biotecnologie, g) sistema moda, h) agraria, agroalimentare e agroindustria, i) costruzioni, ambiente e territorio;

– Istituto professionale - settore dei servizi: a) servizi per l'agricoltura e lo sviluppo rurale, b) servizi socio-sanitari, c) servizi per l'enogastronomia e l'ospitalità alberghiera, d) servizi commerciali;

– Istituto professionale - settore industria e artigianato: a) produzioni industriali e artigianali, b) manutenzione e assistenza tecnica.

La riforma prevede un drastico taglio delle ore di insegnamento negli Istituti tecnici e professionali (da 36 si passa a 32 ore), soprattutto sono ridotte le ore degli insegnamenti cosiddetti "di indirizzo". Complessivamente diminuite le ore di laboratorio e di tirocinio esterno. Anche per la scuola secondaria, per poter essere promossi alla classe successiva, è necessario conseguire la sufficienza in tutte le materie, ma in questo grado d'istruzione, è ammessa la sospensione del giudizio per gli alunni che non la raggiungono, gli stessi per essere ammessi alla classe seguente, devono recuperare le insufficienze prima dell'inizio dell'anno scolastico successivo.

A questo provvedimento seguono, per i tre ordini di scuola superiore, le Indicazioni Nazionali, i Programmi e le Linee Guida.

La riforma attivata nell'anno scolastico 2010 - 2011, è arrivata a regime nell'anno scolastico 2014 - 2015.

Il **4 settembre 2012** è pubblicato il regolamento recante le Indicazioni nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione (a norma del **DPR 20 marzo 2009, n. 89**).

Come detto in precedenza, nonostante la disciplina sia già da due anni denominata Scienze Motorie, in queste indicazioni si parla di Educazione Fisica.

"L'educazione motoria è occasione per promuovere esperienze cognitive, sociali culturali ed affettive".

Nell'introduzione, i compilatori focalizzano l'attenzione sul ruolo della disciplina nella conoscenza di sé e delle proprie potenzialità, in relazione con gli altri e l'ambiente. Altro aspetto messo in evidenza è il contributo dato dall'insegnamento, attraverso la conoscenza e consapevolezza dell'identità corporea, alla formazione della personalità dell'allievo. Il periodo adolescenziale è quello in cui le trasformazioni somatiche rendono necessaria l'accettazione di una nuova realtà corporea, proprio l'accettazione del "sé corporeo", lo sperimentare con successo le proprie capacità, la consapevolezza

del possesso di abilità motorie, producono nel ragazzo soddisfazione e gratificazione, che innescano processi di incentivazione dell'autostima (Dellabiancia M. , 2015).

I redattori del documento auspicano, altresì, che attraverso attività ed esperienze, proprie dell'educazione al movimento, si giunga a consolidare abitudini di vita corrette e salutari, quali: la consuetudine a praticare attività sportive, atte a prevenire l'ipocinesia ed a contrastare l'insorgere di patologie cardiovascolari; l'assunzione di comportamenti alimentari corretti, che possano evitare l'insorgere di disfunzioni legate al sovrappeso o all'obesità.

Non è trascurata, in queste indicazioni, l'influenza che l'attività motoria ha sulla socialità; il movimento è alla base dell'esplorazione dello spazio circostante e permette di entrare in relazione con il prossimo, anche con il linguaggio corporeo che, in situazioni di disagio, può consentire la comunicazione, essendo più efficace di quello verbale; le attività motorie e sportive di gruppo ed i giochi fungono da mediatori e facilitano le relazioni, esaltano la cooperazione, che scaturisce dalla condivisione di uno scopo comune, promuovono il rispetto delle regole e di principi quali lealtà, rispetto di sé e dell'altro, senso di appartenenza e di responsabilità, autocontrollo e negazione di ogni forma di violenza *(Ibidem)*.

Ultima riforma che ha coinvolto la scuola italiana è quella del governo Renzi, la **Legge 13 luglio 2015, n. 107**, conosciuta anche come "Buona scuola". All'art.1 comma 1 sono definite le finalità della riforma: *"Per affermare il ruolo centrale della scuola nella società della conoscenza e innalzare i livelli di istruzione e le competenze* […] *per contrastare le diseguaglianze socio-culturali e territoriali, per prevenire e recuperare l'abbandono e la dispersione scolastica,* […] *per realizzare una scuola aperta, quale laboratorio permanente di ricerca, sperimentazione e innovazione didattica, di partecipazione e di educazione alla cittadinanza attiva, per garantire il diritto allo studio, le pari opportunità di successo formativo e di istruzione permanente dei cittadini […].*

Nei commi successivi troviamo le indicazioni per la realizzazione dei fini esplicitati al comma 1.

Flessibilità, diversificazione, efficienza ed efficacia sono auspicate, nell'organizzazione del servizio scolastico, per il miglior utilizzo delle risorse e delle

strutture, l'introduzione di tecnologie innovative ed il coordinamento con il contesto territoriale. Novità assoluta è l'organico dell'autonomia, cioè un organico legato alle esigenze didattiche organizzative e progettuali. Le istituzioni scolastiche, si avvalgono dei docenti dell'organico dell'autonomia che concorrono, alla realizzazione del piano triennale dell'offerta formativa, con attività d'insegnamento, di potenziamento, di sostegno, di organizzazione, di progettazione e di coordinamento.

Al comma 7 sono elencati gli obiettivi formativi prioritari, individuati dai legislatori, tra questi, troviamo alla lettera g*) "potenziamento delle discipline motorie e sviluppo di comportamenti ispirati a uno stile di vita sano, con particolare riferimento all'alimentazione, all'educazione fisica e allo sport, e attenzione alla tutela del diritto allo studio degli studenti praticanti attività sportiva agonistica."*

CAPITOLO SECONDO: LE POLITICHE EUROPEE A FAVORE DELLA DIFFUSIONE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE

Dalla costituzione della Comunità europea ad oggi, sono stati prodotti numerosi documenti tesi a sensibilizzare i governi nazionali sulla necessità ed opportunità di incentivare l'abitudine alla pratica di attività motorie e sportive, fin dalla più tenera età, ciò deriva dalla presa di coscienza, da parte della collettività, del ruolo fondamentale svolto, a vari livelli, dalla pratica di sport o di attività motorie effettuate con continuità.

"Si è dunque passati da una considerazione dello sport legata principalmente alla sua dimensione ludica e, nello stesso tempo, salutistica, ad una visione più ampia, che tiene conto pure dei suoi risvolti culturali e di integrazione sociale: l'attività sportiva non fa semplicemente bene alla salute, ma costituisce in effetti anche l'occasione per l'incontro di diverse identità culturali, rappresentando un mezzo per lo sviluppo della personalità dei cittadini in un contesto di socialità e solidarietà. I valori legati allo sport, che devono essere sostenuti e propagandati, sono quelli della lealtà, della disciplina, della solidarietà, della correttezza e della sana competizione, che è prima di tutto competizione con se stessi e non rivalità". (Leone, 2006)

Negli atti prodotti, dunque, le attività sportive sono indicate come:

- strumento efficace nell'educazione dei giovani in quanto consentono, sia che vengano praticate a livello agonistico sia ludico-ricreativo, l'acquisizione di valori morali ed etici;
- mezzo insostituibile per il mantenimento di un buon stato di salute, è provato che gli adulti che praticano attività motorie sono quelli che da bambini sono stati stimolati a seguire una vita sana attraverso lo sport e nei quali è stata generata un'abitudine al movimento;
- volano di opportunità lavorative e di crescita economica, infatti, da non sottovalutare, la rilevante possibilità di produrre fatturato dello sport, sono molti i settori che vengono coinvolti: alimentare (integratori alimentari), tessile e manifatturiero (abbigliamento tecnico), pubblicitario, televisivo (diritti e trasmissioni), etc.

2.1 Carta europea dello sport del 1992

Alla 7^ conferenza dei ministri europei responsabili dello sport, tenutasi a Rodi dal 13 al 15 maggio 1992, è stata prodotta la "Carta europea dello sport", uno dei documenti più importanti del Consiglio d'Europa, nel campo della politica dello sport.

Lo scopo di questo atto è quello di sollecitare i governi nazionali ad assumere tutte le misure utili alla promozione dello "S*port*", così come definito all'art. 2, cioè ogni forma di attività fisica svolta in forma organizzata e non, che abbia come fine il miglioramento psico-fisico della persona, l'incremento dei rapporti sociali ed il raggiungimento di risultati in competizioni agonistiche, in quanto elemento fondamentale per lo sviluppo della persona.

In particolare, deve essere garantita a tutti la possibilità di:

a. fruire di programmi di educazione fisica per lo sviluppo delle attitudini sportive;

b. disporre di ambienti idonei per praticare sport o per partecipare ad attività fisiche ricreative;

c. migliorare il livello di prestazione personale e/o raggiungere livelli di eccellenza.

È, inoltre, raccomandato di diffondere i principi morali ed etici insiti nello sport, e di sostenere il rispetto umano e la sicurezza di coloro che partecipano ad attività sportive, difendendoli da qualsiasi forma di speculazione e dal *doping*.

Degli aspetti morali ed etici troviamo ampie precisazioni nel *"Codice di Etica Sportiva"*, atto prodotto nella stessa sede. I redattori del documento auspicano la diffusione dei principi etici insiti nel *"fair play",* non quello comunemente inteso, cioè comportamento corretto o semplice rispetto delle regole di gioco, ma quello che va ben al di là, diventa un modo di essere e di pensare, che comprende l'idea di amicizia e di rispetto degli altri, il contrasto dei comportamenti al limite delle regole, della violenza, verbale e fisica, del *doping*, degli intrighi, della diseguaglianza di genere, dello sfruttamento e della corruzione (GU C 44 del 19.2.1992). Questo modo di essere non può essere adottato solo dagli sportivi, ma deve essere esteso alle istituzioni ed agli

adulti che, in ogni fase della politica e della gestione del settore sportivo, hanno un ruolo sull'educazione e la partecipazione dei giovani allo sport.

2.2 Manifesto europeo sui giovani e lo sport del 1995

L'8^ conferenza dei ministri europei responsabili dello sport, Lisbona, 17 - 18 maggio 1995, si conclude con l'adozione del *"Manifesto europeo sui giovani e lo sport"*.

Questo documento, logicamente conseguente a quello del '92, di cui riprende alcuni punti, ha come obiettivo, così come si può facilmente desumere dallo specifico riferimento ai giovani che troviamo nel titolo, di invitare i poteri pubblici e le organizzazioni sportive dei paesi europei, a promuovere, attraverso un opportuno quadro legislativo ed il sostegno finanziario, lo sport per i giovani (il termine giovani è riferito ai soggetti minorenni), senza alcuna discriminazione e tenendo presente le diverse esigenze o bisogni specifici, in quanto è collegialmente ritenuto che sviluppare attitudini positive, attraverso la partecipazione ad attività fisiche e sportive, è il presupposto per una pratica sportiva duratura. È specificato che la pratica dello sport deve mirare allo sviluppo fisico, mentale e sociale ed inoltre stimolare:

- la comprensione dei valori morali e l'acquisizione di comportamenti corretti;
- il rispetto delle regole, di se stessi e del prossimo;
- l'acquisizione del controllo di sé;
- la capacità di assumere incarichi di responsabilità;
- lo sviluppo dell'amor proprio;
- la ricerca della realizzazione personale.

I ministri, accanto alla famiglia, che svolge un ruolo centrale nella formazione e che per prima deve adoperarsi affinché il bambino acquisisca uno stile di vita sano ed attivo, pongono la scuola quale struttura educativa per eccellenza, nella quale devono essere create le opportunità perché possano esser esperite *"sane"* esperienze motorie e sportive. I programmi scolastici devono mirare allo sviluppo fisiologico e mentale ed all'acquisizione di abilità sportive e di valori etici, devono essere adeguati ed equilibrati, per dare a tutti gli alunni la possibilità di partecipare ed incrementare le proprie

potenzialità nelle varie fasi di sviluppo ed in base al livello di abilità posseduto, pertanto, tra tutte le attività svolte, fisiche ed intellettuali, deve essere garantito un perfetto equilibrio. Per ottenere che sempre più giovani si impegnino, in modo duraturo nella pratica di un'attività fisica e sportiva, è necessario un lavoro sinergico tra i soggetti privati ed i poteri politici pubblici, tutti devono adoperarsi per fornire occasioni ai giovani per migliorare le prestazioni sportive, facilitando la partecipazione agli allenamenti ed alle gare ed incoraggiandoli ad una pratica duratura nel tempo (Risoluzione n.1/1995 del Consiglio d'Europa, 1995).

Per realizzare tutto ciò, è necessario che le scuole siano dotate, o possano disporre, di impianti ed attrezzature idonei per lo svolgimento delle attività fisiche e sportive; deve essere garantito a tutti un facile accesso e devono essere adatti alle necessità dei giovani disabili. Per ottimizzare gli investimenti pubblici, consigliano di promuovere l'uso condiviso, da più enti ed associazioni, degli impianti sportivi.

Raccomandano, inoltre, attenzione alla professionalità di tutti coloro che, a vario titolo, hanno un ruolo nello svolgimento delle attività sportive. I docenti e gli allenatori, che conducono le attività sportive scolastiche e/o extra-scolastiche, devono essere qualificati e competenti e devono costantemente provvedere ad aggiornarsi; i gestori degli impianti sportivi devono soprintendere consapevoli delle responsabilità che hanno e devono essere in grado, attraverso un'idonea formazione, di accertarsi che le strutture rispondano alle esigenze ed alla sicurezza dei giovani; i dirigenti devono rispettare le esigenze dei giovani e trasmettere messaggi di tolleranza e lealtà, renderli compartecipi dell'organizzazione delle attività e degli eventi sportivi, incoraggiarli nell'assunzione di compiti di responsabilità.

Infine, per la realizzazione degli obiettivi enunciati nel "*Manifesto europeo sui giovani e lo sport"*, i governi degli stati membri devono assicurare che siano destinate appropriate risorse (Risoluzione n.1/1995 del Consiglio d'Europa, 1995).

2.3 Anno europeo dell'educazione attraverso lo sport 2004

Con decisione n. 291 del 6 febbraio 2003, il Parlamento europeo ed il Consiglio dell'unione hanno istituito *"L'anno europeo dell'educazione attraverso lo sport 2004"*.

Tale scelta rappresenta un momento di grandissima rilevanza per il significato intrinseco dell'evento, *"l'anno europeo"*, infatti, fin dalla sua prima edizione del 1983, è stato creato per sensibilizzare e richiamare l'attenzione dell'opinione pubblica su una determinata questione, ma è anche uno strumento per capire quali siano le necessità della società.

L'anno europeo del 2004 *"è stato creato per accrescere la consapevolezza sul potenziale dello sport quale strumento sociale di elevata ed estesa portata"*(Tognon, 2006).

Incoraggiare, quindi, le *partnership* tra il mondo dell'istruzione ed il mondo dello sport, per promuovere i valori educativi e sociali dell'attività sportiva.

All'art. 2 sono enunciati gli obiettivi dell'anno:

- sensibilizzare le organizzazioni educative e sportive riguardo la necessità di cooperare, allo scopo di sviluppare l'educazione attraverso lo sport;
- servirsi dei valori trasmessi dallo sport, come strumento di sviluppo delle conoscenze e delle competenze educative di base, che consentano ai giovani di migliorare le loro capacità fisiche e sociali, segnatamente nel quadro del percorso scolastico (lavoro in equipe, solidarietà, "*fair-play*" in un contesto multiculturale);
- sottolineare il positivo contributo del volontariato nel campo dell'educazione informale dei giovani;
- incoraggiare lo scambio di buone pratiche, per quanto riguarda il ruolo che lo sport può svolgere nei sistemi educativi, al fine di promuovere l'integrazione sociale;
- analizzare i problemi legati all'istruzione dei giovani sportivi e dei giovani impegnati in sport agonistici.

Per raggiungere tali obiettivi, all'art.3, sono specificate le misure adottate:

- incontri e competizioni scolastiche sportive e manifestazioni a livello europeo;
- azioni di volontariato a livello europeo, in occasione di eventi sportivi (Olimpiadi di Atene);
- campagne di informazione e di promozione anche in collaborazione con i media, per la diffusione dei valori dello sport;

- manifestazioni di promozione del valore educativo dello sport;
- appoggio finanziario alle iniziative di promozione degli obiettivi dell'anno europeo dell'educazione attraverso lo sport.

Così come risulta dalla relazione del 22 dicembre 2005 *"L'azione UE in materia di educazione attraverso lo sport: costruire sulle esperienze dell'AEES 2004"*, della Commissione al parlamento europeo, l'anno europeo è stato un successo, hanno partecipato tutti i paesi membri dell'unione e sono stati presentati numerosissimi progetti; risultati lusinghieri anche per gli istituti italiani che hanno visto finanziati 19 progetti di cui risultavano partecipanti e/o organizzatori. Nella stessa relazione la commissione europea, ritenendo raggiunti gli obiettivi prefissati, e facendo tesoro dell'esperienza e dei risultati conseguiti nell'anno europeo, così si esprime: *"Migliorare le conoscenze in materia di educazione attraverso lo sport, per promuovere la cooperazione tra gli stati membri e tra il mondo dell'educazione e dello sport, per intensificare l'uso dello sport nel quadro degli strumenti comunitari, per accrescere il riconoscimento delle qualifiche e delle competenze in ambito sportivo e per incoraggiare l'attività fisica"*.

Vengono fissati, quindi, alcuni punti con i quali proseguire nelle azioni di sensibilizzazione delle nazioni dell'unione, tra cui:

- incentivare la ricerca e gli studi sul ruolo svolto dalle attività motorie e sportive sull'integrazione dei popoli, sullo sviluppo del dialogo interculturale, sulla lotta alle discriminazioni di genere e di razza ed alla xenofobia e sull'avviamento alla pratica di attività fisica regolare e duratura nel tempo;
- diffusione della conoscenza dell'importanza dell'attività motoria come strumento per ostacolare l'obesità;
- organizzazione di incontri con le autorità politiche responsabili e apertura del dialogo con i movimenti sportivi sulle funzioni formative e sociali dello sport;
- finanziamento di attività connesse a quelle sportive che sostengono i valori dello sport (Tognon, 2006).

2.4 Libro bianco sullo sport 11 luglio 2007

I libri bianchi così come definiti dall'unione europea *"sono documenti che contengono proposte di azione comunitaria in un settore specifico. […] i libri bianchi contengono una raccolta ufficiale di proposte in settori politici specifici e costituiscono lo strumento per la loro realizzazione"*.

Nel panorama delle iniziative europee il *"Libro bianco sullo sport"*, documento adottato dalla comunità europea l'11 luglio 2007, per sottolineare il ruolo sociale ed economico dello sport, è il più importante contributo al tema dello sport: fornisce orientamenti sul ruolo dello sport, con particolare riferimento agli aspetti socio-economici.

"La commissione ha inteso far si che la dimensione dello sport venisse presa pienamente in considerazione in tutte le politiche europee, accrescendo la chiarezza giuridica riguardo all'applicazione dell'acquis comunitario in materia di sport e contribuendo al miglioramento della governance dello sport in Europa" (Maietta, 2016).

Nell'introduzione del documento è evidenziata l'importanza crescente che occupa lo sport, a livello sociale ed economico, ed al contributo da esso apportato per il raggiungimento degli obiettivi di prosperità e solidarietà perseguiti dall'Unione. Si ricorda che l'ideale olimpico dello sviluppo dello sport, come strumento per promuovere la pace e la comprensione fra le nazioni e le culture e l'istruzione dei giovani, è nato in Europa ed è stato promosso dal Comitato olimpico internazionale e dai comitati olimpici europei.

Quindi si passa alla trattazione di tre aspetti legati allo sport.

a) Il ruolo sociale: lo sport, indipendentemente dall'età o dall'origine sociale, ha un potenziale enorme di riunire e raggiungere tutti, inoltre detiene una dimensione educativa e svolge un ruolo ricreativo, culturale e sociale, ed in quest'ultimo aspetto può anche rafforzare le relazioni esterne dell'Unione;

b) La salute pubblica:

1. *Vita attiva* - La mancanza di attività fisica aumenta la frequenza di disturbi e patologie che, oltre a ridurre la qualità della vita e/o metterla a rischio,

rappresentano un onere per i bilanci sanitari e per l'economia. La commissione invita, quindi, gli stati membri a sostenere, in collaborazione con enti pubblici e privati, ed attraverso i sistemi nazionali di istruzione e formazione, compresa la formazione degli insegnanti, il diffondersi di una *"vita attiva"*, in cui l'attività fisica, secondo le indicazioni dell'OMS, ha un aspetto primario.

2. *Lotta al doping* - Il *doping* rappresenta una grave preoccupazione per tutto il mondo sportivo e non solo, poiché compromette i principi di lealtà e correttezza, nuoce gravemente alla salute, pregiudica l'immagine dello sport, diventa fattore demotivante. A livello europeo bisogna quindi attuare: programmi di controllo sul commercio di sostanze dopanti; sistemi di comunicazione per lo scambio di informazioni sulla produzione di sostanze dopanti o di nuove pratiche; campagne di informazione sulle sostanze dopanti, e sui rischi per la salute derivanti dalla loro assunzione. In sintesi, i paesi europei devono agire con attività sanitarie e preventive e, ove necessario, con provvedimenti sanzionatori e repressivi.

3. *Sport, educazione e formazione* – La Commissione incoraggia a promuovere e sostenere lo sport e l'attività fisica utilizzando i programmi, "Comenius", "Leonardo da Vinci", "Erasmus", nel campo dell'istruzione e della formazione, compreso lo sviluppo di competenze sociali e civiche in conformità della raccomandazione del 2006 sulle competenze chiave per l'apprendimento permanente.

4. *Volontariato e cittadinanza attiva* – La commissione indica come elemento sfavorevole la tendenza a svolgere attività sportive in forma individuale piuttosto che collettiva, non afferente ad organizzazioni societarie, o a strutture organizzate, perché ciò porta ad una diminuzione dei volontari attivi nelle società sportive amatoriali. L'organizzazione dello sport a livello amatoriale si basa su società senza fini di lucro e sul volontariato, che fornisce molte occasioni di *"istruzione non formale"* e che, pertanto, devono essere riconosciute e potenziate. Va sostenuta, anche, la partecipazione, ad attività di squadra o di gruppo, in quanto stimola l'acquisizione ed applicazione di principi come la correttezza, l'osservanza delle regole del gioco, il rispetto degli altri, la solidarietà, che consolidano la *"cittadinanza attiva"*.

5. *Inclusione sociale, integrazione e pari opportunità* – La Commissione ritiene possibile sfruttare meglio il potenziale dello sport come strumento per l'inclusione sociale nelle politiche, dell'Unione europea e degli Stati membri. Tutti i componenti della società, con particolare attenzione per le persone con disabilità, per quanti provengono da contesti svantaggiati e per i migranti, dovrebbero avere accesso allo sport; lo sport, infatti, contribuisce in modo significativo alla coesione economica e sociale, può anche facilitare l'integrazione nella società dei migranti e delle persone d'origine straniera, e sostenere il dialogo interculturale. Infine, lo sport contribuisce alla creazione di posti di lavoro ed allo sviluppo economico, in particolare nelle aree svantaggiate.

6. *Prevenzione e lotta al razzismo ed alla violenza* – La violenza in occasione delle manifestazioni sportive è un problema gravissimo, che travalica i confini dei campi, manifestandosi anche nelle aree urbane limitrofe. La Commissione, condannando tutte le manifestazioni di razzismo e di xenofobia, in quanto incompatibili coi valori dell'UE, affermando il diritto di tutti i cittadini indipendentemente da genere, razza, età, disabilità, religione e convinzioni personali, orientamento sessuale e provenienza sociale o economica, consapevole che le sole forze dell'ordine non possono avere gli strumenti per arginare il problema, si impegna a:

- contribuire alla prevenzione dei disordini favorendo il dialogo con gli Stati membri, le organizzazioni internazionali e sportive, le forze dell'ordine;
- sostenere lo scambio di informazioni operative, competenze ed esperienze pratiche tra le forze dell'ordine e le organizzazioni sportive, in materia di prevenzione degli episodi di violenza e di razzismo;
- promuovere un approccio multidisciplinare per impedire i comportamenti antisociali, con un'attenzione particolare per azioni socio-educative.

7. *Condivisione dei valori con il resto del mondo* – Lo sport, per la sua peculiarità, può essere elemento dei programmi di assistenza esterna, fattore di dialogo coi paesi *partner,* componente della diplomazia pubblica dell'UE, può, quindi, essere utilizzato come mediatore di istruzione, salute, dialogo interculturale, sviluppo e pace. La commissione si impegna a:

– promuovere lo sport e l'educazione fisica come elementi basilari di un'istruzione di qualità e, come mezzi catalizzatori dell'interesse dei giovani per la scuola, della loro frequenza più consapevole;

– individuare i provvedimenti utili a favorire l'accesso all'istruzione e alla pratica di attività fisiche e sportive delle donne, con l'obiettivo di promuovere stili di vita sani e superare i preconcetti di genere;

– sostenere campagne di sensibilizzazione e promozione della salute attraverso lo sport.

8. *Sviluppo sostenibile* – La commissione conscia dell'impatto che gli impianti sportivi possono avere sull'ambiente, invita le organizzazioni sportive ed i promotori di eventi ad adottare una gestione ecologicamente razionale, che risulti adeguata a gestire le emissioni di gas a effetto serra, l'efficienza energetica, l'eliminazione dei rifiuti ed il trattamento dell'acqua e dei suoli. Inoltre, incoraggia a partecipare al Sistema di ecogestione e audit (EMAS) ed al sistema comunitario di assegnazione di un marchio di qualità ecologica, quindi promuove l'adesione a tali sistemi durante le principali manifestazioni sportive.

c) La dimensione economica: lo sport è un settore dinamico ed in rapida crescita, il cui impatto macroeconomico è sottovalutato, che può contribuire al raggiungimento degli obiettivi di Lisbona, di crescita e creazione di posti di lavoro. L'importanza del peso economico dello sport è confermata dalle analisi effettuate su contabilità nazionali e sugli aspetti economici di importanti eventi sportivi. I dati di uno studio, effettuato nel 2004, presentati nel 2006, dimostrano che il fatturato dello sport e delle attività ad esso collegate è stato pari al 3,7% del Pil europeo e che il numero di persone impegnate nel comparto sportivo è arrivato al 5,4% della forza lavoro, quote importanti che meriterebbero di essere meglio conosciute. Inoltre, il contributo dello sport, a livello economico, dovrebbe essere reso più visibile e sostenuto dalle politiche dell'UE. Altro aspetto importante è il finanziamento delle società che svolgono attività sportive, nella maggior parte dei casi si tratta di associazioni senza scopo di lucro, che per portare avanti le attività e poter consentire la partecipazione di tutti, necessitano di finanziamenti pubblici; la commissione capisce l'importanza degli aiuti pubblici allo sport ed è a favore di tale sostegno se fornito in conformità del diritto comunitario, pertanto invita gli Stati membri a sviluppare un modello di finanziamento che possa

fornire un sostegno a lungo termine alle organizzazioni sportive (Comunicazione n.391/2007 del Consiglio di Europa, 2007).

Per quanto riguarda l'organizzazione dello sport, la Commissione ritiene che certi valori e tradizioni dello sport europeo debbano essere promossi, giudica, però, che, per la diversità e complessità delle strutture europee, non sia fattibile definire un modello unico di organizzazione dello sport; sostiene, quindi, la condivisione delle "*buone pratiche"* nella gestione del settore sportivo e propone di sviluppare un'autoregolamentazione rispettosa dei principi di buon *management* dello sport, come trasparenza, democrazia, responsabilità e rappresentanza delle parti interessate (associazioni, federazioni, giocatori, società, leghe, tifosi, etc.); lo sport, comunque, è soggetto all'applicazione del diritto dell'UE, pertanto, è legato ad aspetti rilevanti, come il divieto di discriminazione in base alla nazionalità, al genere ed alla razza; inoltre, quando l'attività sportiva è riconducibile ad un'attività economica, vanno applicate le disposizioni del mercato unico.

Resta salvo il principio di "specificità dello sport", vale a dire:

- specificità delle attività e delle regole sportive, come le gare distinte per sesso, la limitazione del numero di partecipanti alle competizioni e la necessità di assicurare un risultato non prevedibile in anticipo, nonché di mantenere un equilibrio fra le società che partecipano alle stesse competizioni;
- specificità della struttura sportiva, che comprende in particolare l'autonomia e la diversità delle organizzazioni dello sport, la struttura a piramide delle gare, dal livello di base a quello professionistico, l'organizzazione dello sport su base nazionale ed il principio di una federazione unica per sport.

La Commissione conclude la disamina con l'esposizione di aspetti legati alla libera circolazione e nazionalità; riconosce alle squadre nazionali un ruolo essenziale in termini d'identità e solidarietà. L'adesione alle società sportive e la partecipazione alle gare sono fattori di promozione dell'integrazione dei residenti nella società del paese di accoglienza.

In merito alla libera circolazione degli atleti, la Commissione ribadisce il proprio consenso a restrizioni limitate e proporzionate, in particolare per quanto riguarda:

- il diritto di scegliere atleti nazionali per le gare cui partecipano le squadre nazionali;
- la necessità di limitare il numero di partecipanti ad una stessa gara;
- la definizione dei termini per i trasferimenti di giocatori negli sport di squadra.

Il trasferimento degli atleti è un problema di non poca rilevanza, non esistono norme specifiche, ciò apre la possibilità alla compromissione della correttezza delle competizioni ed alla irregolarità dei flussi finanziari connessi ai trasferimenti. Proprio sull'aspetto finanziario, la Commissione è del parere che potrebbe rappresentare una soluzione efficace adottare un sistema di informazione e di verifica, gestito dall'organizzazione europea competente per quel determinato sport, o dai sistemi d'informazione e di verifica degli Stati membri, che avrebbero solo una funzione di controllo, lasciando la conduzione delle transazioni finanziarie alle parti interessate.

d) Un altro aspetto legato al mercato degli atleti, in un contesto giuridico sempre più complesso, è l'affermarsi del ruolo degli agenti dei giocatori, per la stipula dei contratti. Nell'attività di alcuni agenti, purtroppo, sono state individuate cattive pratiche: casi di corruzione, riciclaggio di denaro e sfruttamento di giocatori minorenni; azioni del genere sono dannose per lo sport in generale e sollevano seri problemi di gestione. La Commissione ritiene necessario che l'UE regolamenti l'attività degli agenti dei giocatori, attraverso un'iniziativa legislativa europea, si potrà così sopperire alla confusione che esiste attualmente, infatti gli agenti sono soggetti a norme diverse a seconda degli Stati membri, alcuni paesi hanno introdotto norme specifiche, mentre in altri il diritto applicabile è la legge generale riguardante i servizi di collocamento ed infine alcune federazioni internazionali (FIFA, FIBA) hanno normative proprie (Comunicazione n.391/2007 del Consiglio di Europa, 2007).

Lo sfruttamento dei giovani giocatori è un fenomeno costante; la salute e la sicurezza dei giocatori, in particolare di quelli minorenni, devono essere protette e le attività criminali combattute, per questi motivi occorre applicare con rigore le misure protettive per i minori non accompagnati, inserite nelle leggi sull'immigrazione degli Stati membri, e si devono combattere gli abusi e le molestie sessuali sui minori nel mondo dello sport. La Commissione propone agli Stati membri ed alle organizzazioni

sportive, di cooperare attraverso la diffusione di informazioni sulla legislazione esistente, l'instaurazione di norme minime e lo scambio di buone pratiche.

Anche la corruzione, il riciclaggio di denaro e le altre forme di crimine finanziario, toccano lo sport a livello locale, nazionale ed internazionale. La Commissione si impegna a:

- sorvegliare sull'applicazione delle norme europee, contro il riciclaggio del denaro negli Stati membri, per quanto riguarda il settore dello sport;
- dare impulso a partenariati pubblico-privato che difendano gli interessi dello sport, individuando i punti deboli che aprono la via alla corruzione nel settore e sostenendo lo sviluppo di efficaci strategie preventive e repressive, atte a contrastare tale corruzione.

Ultimo aspetto trattato, ma non per questo meno importante, visto che i diritti televisivi sono la fonte primaria di reddito per lo sport professionale, riguarda il rapporto fra il settore dello sport ed i mezzi di comunicazione (la televisione in particolare), la Commissione sostiene il diritto all'informazione ed all'accesso di tutti i cittadini alla visione degli eventi sportivi.

e) I diritti di trasmissione nel settore dello sport, talvolta, vengono venduti collettivamente da un'associazione sportiva, per conto delle singole società. La Commissione acconsente a tale vendita solo nel caso in cui avvenga una redistribuzione equa del reddito tra le società e tra lo sport professionale e quello amatoriale (Comunicazione n.391/2007 del Consiglio di Europa, 2007).

Nell'ultima parte del documento, la Commissione esprime i propri intenti per dar seguito a tutte le iniziative proposte; nello specifico, si impegna ad organizzare un Forum europeo annuale dello sport e discussioni tematiche, coinvolgendo, in questi dibattiti sullo sport, tutte le strutture degli Stati membri:

- le federazioni, le organizzazioni sportive europee (Comitati olimpico e paralimpico europeo);
- le confederazioni sportive nazionali (Comitati olimpico e paralimpico nazionali);

- i soggetti attivi nel settore dello sport rappresentati a livello europeo, comprese le parti sociali;
- le organizzazioni europee ed internazionali, in particolare le strutture per lo sport del Consiglio d'Europa ed enti delle Nazioni Unite, come l'UNESCO e l'OMS.

Inoltre, la Commissione si impegna ad adottare tutte le azioni necessarie per promuovere, durante gli eventi sportivi, una maggiore visibilità dell'Europa ed a sostenere l'ulteriore sviluppo dell'iniziativa "Capitali europee dello sport".

La Commissione auspica, altresì, la scelta di un percorso virtuoso di cooperazione fra gli Stati membri a livello dell'UE, da concretizzare attraverso riunioni ministeriali informali e riunioni dei dirigenti in materia di sport. Per fortificare la cooperazione, gli Stati possono decidere di rendere più appropriato "il meccanismo dell'ordine del giorno ricorrente" (decisione dei ministri europei dello sport nel 2004 - definizione dei temi prioritari per le discussioni fra gli Stati membri relative allo sport), ad esempio: definire insieme le priorità, in materia di cooperazione politica nel settore dello sport; riferire regolarmente i progressi conseguiti ai ministri europei dello Sport.

In considerazione delle crescenti difficoltà nella gestione dello sport, la Commissione ritiene opportuno istituire un Comitato e sostenere, a livello europeo, progetti per il consolidamento del dialogo sociale nel settore.

Piano d'azione "Pierre de Coubertin"

Il "Libro bianco" è completato dal piano d'azione "Pierre de Coubertin" (in omaggio al padre dei giochi olimpici moderni) che comprende una serie di azioni, riguardanti gli aspetti sociali ed economici dello sport, quali la salute, l'inserimento sociale, il volontariato, l'istruzione o le relazioni esterne, che la Commissione intende realizzare o sostenere.

Il piano d'azione riprende le seguenti proposte:

- elaborazione di linee direttrici sull'attività fisica e realizzazione di una rete europea di promozione dello sport, come fattore utile al mantenimento della salute;
- attività di coordinamento della lotta al *doping*;

- l’attribuzione di un’etichetta europea alle scuole, incoraggiando la pratica di attività fisiche;
- l’avvio di uno studio sul volontariato nello sport;
- il miglioramento dell’inserimento sociale e dell’integrazione tramite lo sport, attraverso i programmi e i fondi europei;
- la promozione dello scambio di informazioni, di esperienze e di buone pratiche in materia di prevenzione degli incidenti razzisti e violenti fra i servizi repressivi e le organizzazioni sportive;
- il rafforzamento del ricorso allo sport come strumento della politica europea di sviluppo;
- la creazione di statistiche che consentano di quantificare l’incidenza economica dello sport;
- la realizzazione di uno studio sul finanziamento pubblico e privato dello sport;
- un’analisi d’impatto sulle attività degli agenti di giocatori, nonché una valutazione del valore aggiunto di un eventuale intervento comunitario nel settore;
- una migliore strutturazione del dialogo sullo sport a livello comunitario, soprattutto mediante l’organizzazione di un forum annuale sullo sport;
- un’ intensificazione della cooperazione intergovernativa in materia di sport;
- la promozione della creazione di comitati di dialogo sociale nel settore dello sport e dell’appoggio ai datori di lavoro ed ai lavoratori dipendenti. (Maietta, 2016)
- La commissione intende garantire il controllo delle iniziative presentate nel “Libro bianco”, attraverso un dialogo strutturato che raccoglie l’insieme dei protagonisti del mondo dello sport:
- le federazioni sportive europee;
- gli organismi di regolamentazione europei dello sport, come i Comitati olimpici europei (EOC), il Comitato paralimpico europeo (EPC) nonché le organizzazioni sportive europee non governative;
- gli organismi di regolamentazione nazionali dello sport, come i comitati olimpici e paralimpici nazionali;

- gli altri protagonisti degli ambienti sportivi rappresentati a livello europeo, comprese le parti sociali;
- altre organizzazioni europee e internazionali (organi del Consiglio d'Europa e delle Nazioni unite, UNESCO, OMS, etc.) *(Ibidem)*.

2.5 Raccomandazione del Consiglio sulla promozione trasversale ai settori dell'attività fisica salutare (2013)

Nel 2013 il Consiglio europeo redige le raccomandazioni sulla promozione trasversale ai settori dell'attività fisica salutare.

In premessa vengono ribaditi i benefici che la persona può trarre dalla pratica abituale dell'esercizio fisico; attraverso lo sport o la semplice attività motoria, si mantiene efficiente il proprio corpo, evitando le patologie connesse all'ipocinesia, e si creano e/o mantengono rapporti sociali, attivando virtuosi processi di interazione ed inclusione sociale.

Basandosi sulle ricerche scientifiche effettuate, sul ruolo che l'attività motoria e sportiva ha sui bambini e sugli adolescenti, il Consiglio sottolinea la necessità di incentivare la partecipazione ad un'attività fisica e sportiva nell'adolescenza, perché positivamente associata ad alti livelli di attività fisica in età adulta. Inoltre, è ormai provata la correlazione tra esercizio fisico e salute mentale, sviluppo mentale e processi cognitivi. Ed infine, così come rilevato nei paesi dell'Unione, là dove i livelli di attività fisica sono più elevati, l'aspettativa di vita tende a essere più lunga (Gazzetta ufficiale dell'Unione europea 04/12/2013 C 354/1, 2013).

Nel 2009 l'inattività fisica è stata individuata, su scala mondiale, nei paesi ad alto reddito, come il quarto principale fattore di rischio di morte prematura e di malattia. I dati raccolti evidenziano che dalla mancanza di attività fisica derivino problemi per la salute che comportano elevati costi economici, diretti ed indiretti (patologie e morbilità, assenze dal lavoro, mortalità precoce), pertanto l'attività fisica è stata inclusa tra gli obiettivi di un'azione globale, in vista del controllo delle malattie non trasmissibili.

Dal 2010 molti Stati membri, sempre più consapevoli dell'efficacia dell'attività fisica sul benessere della persona e dei crescenti oneri finanziari derivanti dalla

sedentarietà, hanno intensificato gli sforzi per promuovere l'attività fisica salutare ("*health-enhancing physical activity*" - HEPA); hanno messo a punto campagne di informazione alla popolazione, sull'importanza della pratica di attività sportive, e strategie specifiche per sollecitare e consentire ai cittadini di praticarla.

Per sostenere gli Stati membri, l'Unione europea promuove l'attività fisica sia politicamente che finanziariamente, in particolare nei settori dello sport e della sanità, fornendo le linee d'azione in merito, elaborate da un gruppo di 22 esperti e confermate nel 2008 dai ministri dello Sport dell'UE. Le linee riprendono le raccomandazioni dell'OMS, sui livelli minimi di attività fisica, sottolineano l'importanza di un approccio HEPA trasversale ai settori e definiscono ben 41 linee di azione concrete. Sebbene sia stata ampiamente propagandata l'utilità HEPA, i tassi di inattività fisica nell'Unione restano su livelli inaccettabili, nel 2010 il 60 % degli europei dichiarava di svolgere esercizio fisico o di praticare uno sport solo raramente o mai e, secondo l'OMS, i 2/3 della popolazione adulta nell'Unione non raggiungono i livelli raccomandati di attività (portale salute.gov., 2014).

Pertanto, le politiche di promozione HEPA degli Stati membri non sono state efficaci; la maggior parte degli Stati membri non ha conseguito l'obiettivo politico che consisteva nell'aumentare la quota di cittadini che raggiungono i livelli HEPA raccomandati dall'OMS. La mancata inversione di tendenza, rispetto alla sedentarietà, è da imputare alla carenza di iniziative, sia nell'elaborazione che nell'attuazione delle politiche di promozione HEPA.

Questa situazione è in contrasto con la strategia Europa 2020, che riconosce la necessità di combattere la disuguaglianza nelle condizioni di salute ed è incompatibile con gli obiettivi politici dell'Unione, nei settori dello sport e della sanità. L'HEPA come tematica politica, ancora, non è stata del tutto riconosciuta, pertanto, gli interventi plurisettoriali, previsti nelle linee d'azione raccomandate dall'UE in materia di attività fisica, non sono stati adottati; l'attività fisica, attualmente, non ha un peso sufficiente per ottenere un adeguato riconoscimento politico.

Tutto ciò considerato, ed in forza agli articoli del trattato sul funzionamento dell'Unione europea:

- N°165, che sancisce: *"l'Unione contribuisce alla promozione dei profili europei dello sport"*, la sua azione è volta *"a sviluppare la dimensione europea dello sport"*;
- N°168, che stabilisce: *"l'azione dell'Unione [...] si indirizza al miglioramento della sanità pubblica [...] e all'eliminazione delle fonti di pericolo per la salute fisica e mentale";*

il Consiglio dell'unione Europea, per conseguire gli obiettivi della proposta, ha adottato la raccomandazione suddivisa in una prima parte, rivolta agli Stati membri, ed una seconda alla Commissione.

In particolare ritiene opportuno che gli Stati membri:

1. elaborino politiche efficaci in tema HEPA, attraverso lo sviluppo di un approccio trasversale comprendente i settori (indicati nelle linee d'azione raccomandate dall'UE in materia di attività fisica) dello sport, della sanità, dell'istruzione, dell'ambiente e dei trasporti, includendo:
   - l'adozione di una strategia nazionale per la promozione HEPA, nel rispetto dei diversi gruppi della società, dei principi di non discriminazione e di parità tra uomini e donne;
   - l'adozione del relativo piano d'azione;
2. verifichino con specifico monitoraggio i livelli di attività fisica e le politiche in tema HEPA;
3. designino, entro sei mesi dall'adozione della raccomandazione, punti focali HEPA nazionali incaricati di sostenere il quadro di monitoraggio;
4. collaborino strettamente, tra loro e con la Commissione, attraverso un processo di scambio regolare di informazioni e di migliori pratiche sulla promozione HEPA.

Che la Commissione adotti le seguenti misure:

1. assista gli Stati membri nell'adozione di strategie nazionali, nello sviluppo di approcci trasversali ai settori per le politiche in tema HEPA e nell'attuazione dei relativi piani d'azione, rendendo più agevole lo scambio di informazioni e di buone pratiche;

2. promuova la creazione e la gestione del quadro di monitoraggio HEPA, sulla base delle attuali forme di monitoraggio e di rilevazione dei dati in questo settore, tramite:

– la fornitura di un sostegno, mirato allo sviluppo di capacità ed alla formazione, ai punti focali HEPA nazionali, ed eventualmente, ad altri rappresentanti di autorità pubbliche competenti, con l'aiuto di esperti scientifici;

– la valutazione della possibilità di utilizzare i dati raccolti, per l'eventuale produzione, ogni due anni, di statistiche europee sui livelli di attività fisica;

– l'appoggio all'OMS nell'ulteriore sviluppo degli aspetti legati all'attività fisica, nella preparazione e nella pubblicazione di studi specifici per paese sulla situazione in tema HEPA e di analisi delle tendenze in tale campo;

3. riferisca ogni tre anni sui progressi conseguiti nell'attuazione della presente

raccomandazione;

4. effettui una valutazione dell'attuazione della raccomandazione del Consiglio dopo sei anni (Europarlamento.Eu, 2014).

2.6 Istruzione, gioventù, cultura e sport

3349ª Sessione del Consiglio 25 novembre 2014 - 16040/14

In questa sessione di lavoro, i ministri hanno discusso su misure utili alla promozione dello sport e dell'attività fisica in età scolare, ciò anche allo scopo di fornire un contributo alle raccomandazioni previste nel nuovo piano di lavoro dell'UE per lo sport, in cui si intende focalizzare l'attenzione su alcuni aspetti specifici, quali l'incremento dell'educazione fisica nelle scuole ed il potenziamento della cooperazione tra organizzazioni, autorità nazionali e locali ed il settore privato.

Anche se l'educazione fisica è una materia obbligatoria in tutti gli Stati membri dell'UE, la maggior parte dei ministri ha riconosciuto che vi è stato un declino dell'attività fisica e dello sport nelle scuole, tra i bambini, ma soprattutto tra gli adolescenti e le ragazze. La causa di ciò è imputabile sia all'esiguità delle ore assegnate

all'insegnamento dell'educazione fisica nei piani di studio (ben lontane da quanto consigliato dall'*International Council of sport and physical education* dell'UNESCO, che fissa ad 1/6 del tempo scuola totale la quantità dell'attività fisica necessaria per un adeguato *curriculum* educativo) ed alla marginalizzazione della stessa nei contesti scolastici, sia alla mancanza di risorse, finanziarie ed umane, ed all'inadeguatezza delle strutture; inoltre, giochi elettronici, internet e TV conducono i giovani a stili di vita sempre più sedentari. (ICSSPE International Council of Sport Science and Physical Education, 2014).

Gli Stati membri:

- preso atto di quanto affermato dall'organizzazione Mondiale della Sanità, che nel 2010 ha indicato l'inattività fisica (o la perdita dell'attività fisica) come uno dei fattori di rischio per l'insorgenza delle malattie non trasmissibili/croniche, la cui mortalità e morbilità ha superato le malattie trasmissibili (portale salute.gov., 2014);
- convenuto che l'attività fisica non solo contribuisce alla buona salute, ma influisce positivamente a livello formativo ed educativo, favorendo la socializzazione, facilitando l'acquisizione di principi, come il *fair play* ed il rispetto, ed aiutando al raggiungimento di migliori risultati scolastici;
- ritenendo necessario promuovere l'attività fisica in gioventù, in quanto questa assume grande importanza, sia per una migliore salute dei bambini e dei giovani, sia per l'adozione di uno stile di vita fisicamente attivo che, assunto in giovane età, può essere mantenuto lungo l'intero arco della vita e ciò contribuisce, anche, al mantenimento della salute fisica e mentale in tarda età;

suggeriscono, per invertire la tendenza alla sedentarietà ed all'inattività, alcune iniziative politiche e programmi già avviati in alcuni paesi membri:

- accrescere la cooperazione tra le scuole e le associazioni sportive;
- sviluppare metodi nuovi ed innovativi per le classi di educazione fisica;
- dare incentivi per le scuole ed allievi "attivi";
- incrementare la motivazione dei giovani, utilizzando l'occasione di grandi eventi sportivi europei;

- utilizzare figure positive di atleti come modelli da emulare (Segretariato generale del consiglio, 2014).

2.7 Educazione fisica e sport a scuola in Europa

La rete Eurydice fornisce informazioni ed analisi sui sistemi educativi europei e sulle relative politiche, è composta da 40 unità nazionali con sede nei 36 paesi partecipanti al programma dell'Unione europea, nel campo dello apprendimento permanente, ed è coordinata e gestita dall'Agenzia esecutiva per l'istruzione.

A livello europeo è stato riconosciuto il valore educativo e formativo dell'educazione fisica. Con il trattato di Lisbona del 2009, l'Unione Europea ha ottenuto lo strumento giuridico per favorire, nei paesi membri, la promozione e lo sviluppo dell'attività fisica e sportiva.

I dati esposti nel presente lavoro sono tratti dal rapporto Eurydice, 2013 *"Educazione fisica e sport a scuola in Europa"* (Commissione europea/EACEA/Eurydice Lussemburgo: Ufficio delle pubblicazioni dell'Unione europea. Traduzione in italiano a cura di Veronica Bianchini), prodotto con la finalità di descrivere lo stato dell'insegnamento dell'educazione fisica e delle attività sportive in 30 paesi europei.

Il rapporto è da considerarsi il primo tentativo della Commissione europea di individuare i punti chiave di debolezza e di forza dell'educazione fisica a scuola.

Il primo grafico (fig.1) rappresenta, percentualmente rispetto all'orario totale delle lezioni, l'orario assegnato all'educazione fisica, suddiviso per grado d'istruzione primaria e secondaria, la rilevazione è stata effettuata nell'a.s. 2011/12.

Come è possibile notare, le ore di lezione assegnate all'insegnamento dell'educazione fisica, varia in maniera rilevante da un paese all'altro, e da un livello di istruzione all'altro, non in tutti i paesi l'orario delle lezioni è disposto a livello statale, ma è demandato alle scuole.

In generale, la quota orario fissata per l'educazione fisica è piuttosto bassa, rispetto a quella prevista per altre materie. Questa differenza è particolarmente evidente nel primo grado d'istruzione.

In Italia, nella scuola primaria la disciplina è obbligatoria, ma il numero di ore di insegnamento è stabilito dalle singole istituzioni scolastiche, generalmente tra una e

due. Nella scuola secondaria, l'orario di insegnamento dell'educazione fisica è inferiore rispetto a quello delle altre materie, e si attesta intorno al 7% dell'orario totale.

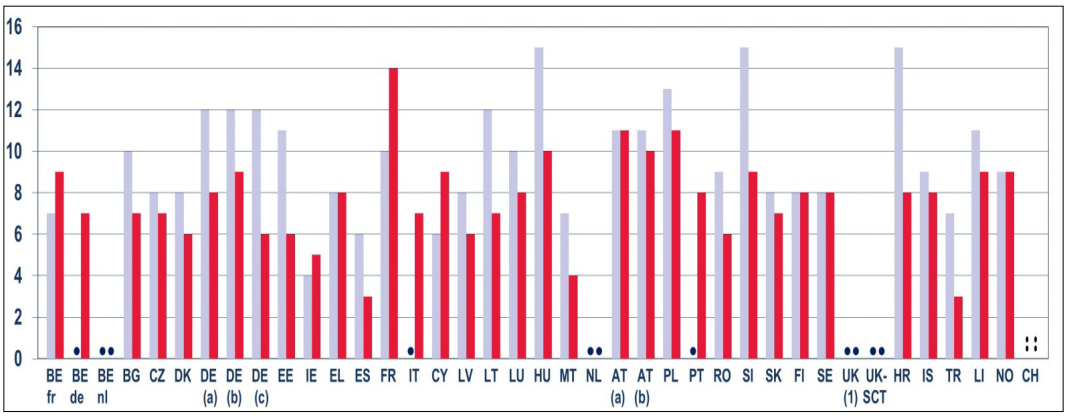

Fig. 1 Percentuale oraria del'educazione fisica rispetto al totale delle ore di lezione.

Fonte: Eurydice

Istruzione primaria Istruzione secondaria ● Materia obbligatoria con orario flessibile

Altro aspetto analizzato in questo studio riguarda il titolo di studio richiesto nei vari stati per l'accesso all'insegnamento dell'educazione fisica. Come è possibile vedere nella fig. 2, nella scuola primaria, in molti paesi tra cui Italia, Francia e Germania, non è richiesto il possesso di un titolo specifico e l'insegnamento dell'educazione fisica è affidato a docenti generalisti; in altri, per lo più paesi del Nord ed Est Europa, la scelta è demandata alle istituzioni scolastiche, ad altri ancora, come la Spagna, a docenti specialisti.

Non si può non sottolineare che in Italia esista una grossa contraddizione, infatti, a fronte di indicazioni nazionali per il primo ciclo che richiedono il raggiungimento di obiettivi considerevoli, il legislatore affida l'insegnamento al docente generico che non possiede, per il tipo di studi fatti, le competenze necessarie per la realizzazione degli stessi.

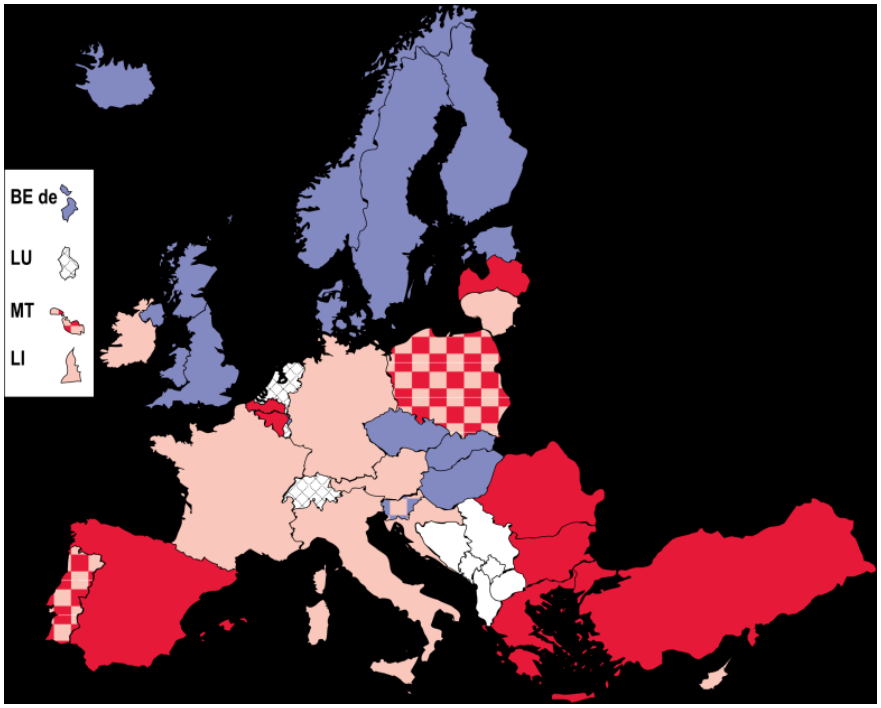

Fig.2 Istruzione primaria

Fonte: Eurydice

Insegnanti generalisti Insegnanti specialisti Autonomia scolastica Non disponibile

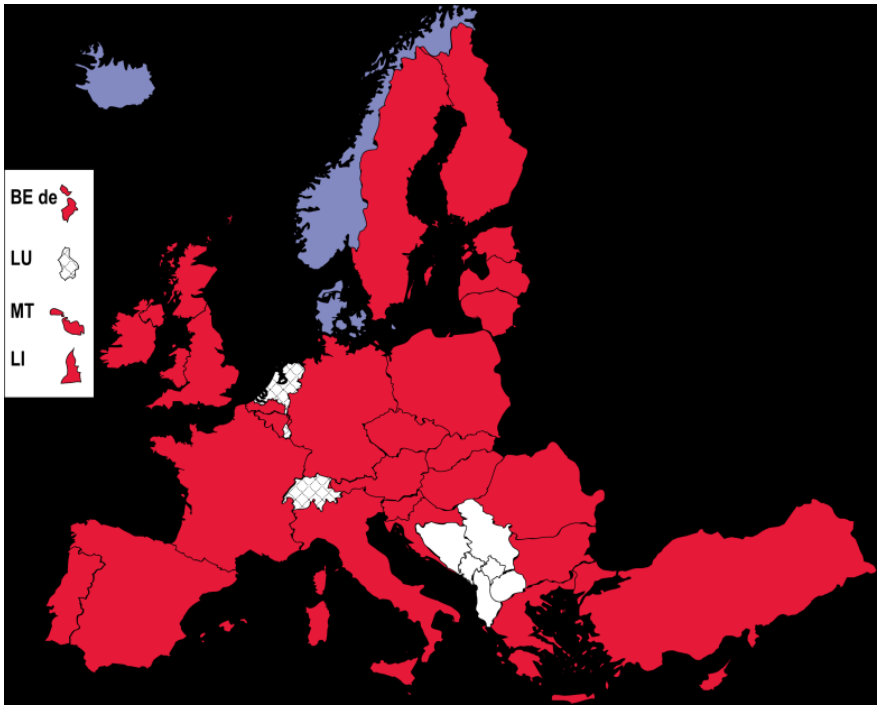

Fig.3 Istruzione secondaria

Fonte: Eurydice

Insegnanti generalisti Insegnanti specialisti Autonomia scolastica Non disponibile

Nella fig. 3, è rappresentato il livello d'istruzione richiesto agli insegnanti dell'istruzione secondaria che, in quasi tutti i paesi, devono essere specialisti della materia e, quindi, in possesso di un diploma di laurea di primo o secondo livello.

Infine, è emerso che circa un terzo dei paesi analizzati nel rapporto, valutando fondamentale l'attività motoria per lo sviluppo armonico dell'individuo, stia lavorando per riorganizzare l'insegnamento dell'educazione fisica. Alcuni paesi stanno varando riforme che prevedono l'aumento del numero di ore settimanali di insegnamento, altri propongono una diversificazione dell'offerta motorio/sportiva delle scuole ed, infine, in molti stati si sta cercando di promuovere la formazione dei docenti e di migliorare le condizioni delle strutture in cui viene svolta l'attività motoria (Educazione fisica e sport a scuola in Europa, 2013).

CAPITOLO TERZO: ATTIVITÀ MOTORIA E STILE DI VITA IN ITALIA

3.1 I numeri dello sport in Italia

Nel 2011 in Italia è stato istituito "Il Tavolo Nazionale per la *Governance* dello Sport", con lo scopo di elaborare un "Piano Nazionale per la Promozione dell'Attività Sportiva"; indispensabile, quindi, essere in possesso di dati statistici aggiornati sullo stato della pratica dell'attività fisica e sportiva, e della promozione che di essa si fa in Italia; pertanto, è stato costituito un Gruppo di Lavoro Statistiche composto da rappresentanti della PCM, dell'Istat, del CONI e del CIP, incaricato di fornire i dati necessari.

I dati , di seguito citati, sono dati Istat sulla pratica dello sport e dell'attività fisica in Italia nel 2011, e sono tratti da: ***"****I numeri sulla pratica dello sport, sull'attività fisica e sull'impiantistica sportiva in Italia"*. (Arosio, 2012)

I numeri

Da questo studio, condotto su persone di entrambi i sessi, di età pari o superiore ai 3 anni, è emerso che:

- il 32,1% della popolazione, nella stessa fascia di età, pratica sport, tra questi il 21,9% lo fa in modo continuativo ed il 10,2% in modo saltuario;
- il 27,7% della popolazione, pur non praticando alcuno sport, ha dichiarato di svolgere qualche attività motoria (lunghe passeggiate, nuoto, uso della bicicletta);
- il 39,8% è la quota di sedentari (coloro che non svolgono alcuna attività motoria), in questo gruppo le donne sono più numerose degli uomini.

Ampie le differenze riscontrate territorialmente, il Sud si caratterizza per i valori più bassi a livello nazionale, meno di un quarto della popolazione sopra i 3 anni dichiara di praticare attività sportive; per quanto riguarda l'attività fisica, la quota maggiore di praticanti si riscontra nel Centro-Nord, pari al 29,8%, mentre nel Mezzogiorno il valore scende al 23,6%.

La fascia d'età dei giovani, compresa dai 6 ai 17 anni, è quella con la maggiore percentuale di praticanti, in particolare oltre i 2/3 dei ragazzi tra gli 11 ed i 14 anni pratica uno sport.

Nell'analisi per genere si rileva la diversa propensione allo sport tra maschi e femmine: praticano sport solo il 25,9% di femmine, mentre i maschi si attestano al 38,6%; in tutte le fasce d'età il numero di praticanti è sempre inferiore per le femmine, eccezione nei giovanissimi (3-5 anni), per i quali si rilevano valori analoghi. Il divario massimo si riscontra tra i 20 ed i 24 anni (circa 24 punti percentuali), successivamente si attenua al crescere dell'età.

La tendenza alla pratica sportiva sembra, nell'analisi di un periodo di circa un decennio, registrare un aumento nella fascia dei bambini, di età compresa tra i 6 ed i 10 anni, attestandosi a circa il 54%; la più attiva resta la fascia dei ragazzi dagli 11 ai 14 anni, con circa il 56% di praticanti; scende in modo drastico tra 15 e 17 anni al 46%; fa infine riflettere il, modesto, 36% di praticanti tra i giovani di 18 - 19 anni.

I tempi

Vediamo, ora, con che frequenza e per quante ore settimanali vengono svolti gli allenamenti. Il 54% dei praticanti dichiara di praticare uno o due allenamenti alla settimana, il 22% meno di una volta ed altrettanti più di due volte. Considerando le varie fasce di età, i più assidui sono i bambini ed i ragazzi con una frequenza superiore ad una volta a settimana. Territorialmente, così come numericamente, i meridionali sono quelli che si allenano con minore frequenza. Il numero di ore settimanali va da un minimo di due per il 34%, da 2 a 4 per il 23%, da 4 a 6 per l'11%, superiore a 6 ore per il 10%, anche in questo aspetto l'impegno orario è maggiore tra gli uomini.

Le motivazioni

Le motivazioni che inducono le persone a praticare uno sport sono varie:

- passione o piacere 63,8%;
- mantenersi in forma 53,6%;
- svago 50,4%;
- riduzione dello stress 30,4%;
- possibilità di frequentare altre persone 25%;
- i valori che lo sport trasmette 13,7%;
- il contatto con la natura 12,7%;
- potenzialità terapeutiche 11,5%.

Rilevanti le divergenze di genere, il mantenersi in forma è indicato maggiormente dalle donne, quasi il 60%, circa 10 punti percentuali in più rispetto agli uomini; ancora le donne in percentuale maggiore, circa il 15%, rispetto agli uomini, solo l'8,6%, attribuiscono allo sport potenzialità terapeutiche; il 71,5% degli uomini asserisce di praticare lo sport per passione, quasi 20 punti percentuali in più rispetto alle donne; ed ancora gli uomini in percentuale maggiore, il 52,5%, rispetto alle donne, il 47,5%, ad attribuire allo sport scopi ricreativi e di divertimento.

Elemento di differenziazione tra le motivazioni è l'età: la maggioranza dei ragazzi praticanti, il 79,2% tra gli 11 ed i 14 anni ed il 76,4% tra i 15 ed i 17, dichiarano di dedicare tempo allo sport per passione o per piacere; altrettanto importante è ritenuto dai giovani, oltre il 30%, l'aspetto socializzante dello sport ed infine il 22% dichiara di praticare sport per i valori etici trasmessi.

Oltre i 20 anni acquistano maggiore importanza, il desiderio di mantenere una buona forma fisica, oltre il 66%, e la possibilità di scaricare lo stress. La capacità terapeutica dello sport è la motivazione fornita dai maggiori di 45 anni, che diventa quella prevalente tra i praticanti dai 75 anni in su.

L'interruzione della pratica sportiva giovanile e le sue motivazioni

L'interruzione della pratica sportiva è un altro degli aspetti presi in considerazione in questo studio. Al momento della rilevazione dei dati è risultato che il 74% dei giovani di età compresa tra i 10 ed i 24 anni, nella loro vita avevano, almeno per un periodo, praticato uno sport, di questi però solo il 58,2% continuava, gli altri avevano interrotto, va da sé che più del 25% dei giovani non ha mai fatto sport.

Tra le motivazioni che inducono il 38% di ragazzi e giovani, di età compresa tra i 10 ed i 24 anni, ad interrompere la pratica degli sport è la mancanza di tempo, a questi va aggiunto il 23,1%, che ha dovuto farlo per l'impossibilità di conciliare lo sport con gli impegni scolastici. Gli altri motivi, tutti con percentuali intorno al 5% circa, sono:

- i motivi di salute, di famiglia e quelli economici;
- l'insufficienza di interesse;
- gli scarsi risultati in campo agonistico;
- l'interesse per altre attività;

- la stanchezza e la pigrizia.

Nell'analisi di genere emerge che le ragazze, più dei loro coetanei, hanno interrotto per mancanza di tempo e per motivi di studio; tra i ragazzi incidono maggiormente la caduta d'interesse per lo sport e gli scarsi risultati agonistici, oltre allo svilupparsi di nuovi interessi.

3.2 I numeri dell'attività fisica

I dati riguardanti quanto dichiarato da persone che, pur non praticando sport, svolgono qualche attività motoria, sono relativi all'anno 2006. Il 28,4% delle persone (dai 3 anni in su) ha dichiarato di svolgere attività fisica, quali fare lunghe passeggiate, nuotare, andare in bicicletta o altro. Le donne sono più numerose degli uomini e ciò si riscontra in quasi tutte le fasce d'età, fanno eccezione quella dei bambini più piccoli e quella degli anziani.

Nelle regioni del nord, le persone che praticano un'attività fisica, circa il 33%, sono più numerose rispetto alla popolazione che vive al Sud, solo il 23%.

Di particolare rilievo il dato che mostra come, in tutto il paese, coloro che nel tempo libero si dedicano ad attività fisiche è in continua discesa, nel 1995 si registrava il 35,3% di praticanti, nel 2006 si è scesi al 28,4%. (Arosio, 2012)

3.3 La sedentarietà

Nel 2006, il 41% della popolazione ha dichiarato di non praticare né sport né alcuna attività fisica, le donne con il 45,5% si dimostrano più sedentarie degli uomini con il 36,2%.

Il numero dei sedentari aumenta progressivamente con l'aumentare dell'età. Più della metà della popolazione compresa tra i 65 ed i 75 anni si dichiara sedentaria, dopo quest'età si arriva al 75% di persone che dichiarano di non praticare, nel tempo libero, sport o attività fisica. Le donne sono sempre più sedentarie degli uomini, addirittura dopo i 75 anni la percentuale di donne sedentarie supera l'81%.

La distribuzione, sul territorio nazionale, del numero dei sedentari è maggiore al Sud e nelle Isole, in queste regioni più del 50% non pratica sport o attività fisica, mentre nelle regioni del Nord la quota scende sotto il 33%.

Infine, dato di non poco conto, la registrazione, in un periodo compreso tra il 2000 ed il 2006, di un aumento del numero dei sedentari. Le due fasce d'età che incidono maggiormente su questo dato è quella dei ragazzi tra 11 e 14 anni e dei giovani tra 25 e 34, in questi gruppi, infatti, si è registrata una flessione di coloro che praticano sport *(Ibidem)*.

3.4 Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi italiani

La ricerca dell'Ipsos "*Lo stile di vita dei bambini e ragazzi italiani",* pubblicata il 2 giugno 2016, nell'ambito del progetto *"Pronti, Partenza, Via!",* promosso da: *Save the Children e Mondelēz International Foundation,* in collaborazione con *Centro Sportivo Italiano (CSI) e Unione Italiana Sport Per tutti (UISP),* ci fornisce nuovi dati sulla pratica motoria e l'educazione alimentare di bambini e adolescenti:

- il 23% dei bambini, nel tempo libero, non pratica attività motorie;
- l'11% non le svolge neanche in ambito scolastico, per mancanza di luoghi idonei;
- il 63% cammina al massimo mezz'ora al giorno e trascorre il tempo libero in casa, per carenza di spazi aperti e luoghi pubblici idonei o perché i genitori non possono accompagnarli (in Italia per il 16% dei ragazzi non esiste un luogo di aggregazione);
- il 34% ogni giorno gioca, fino a due ore, con i *videogame*;
- l'83% dei genitori dichiara di conoscere le regole per una corretta alimentazione, ma solo il 64% dichiara di metterle in pratica il più possibile;
- la quasi totalità dei genitori afferma che le attività motorie rivestano grande importanza per la crescita e lo sviluppo dei loro bambini, infatti, il 51% le ritengono indispensabili ed il 44% importanti.

*Ma, nonostante il 95% di genitori dia massima importanza alle attività fisiche, altri dati, raccolti da questa ricerca, ci dicono che il nostro paese è fatto di ragazzi sedentari, che non dedicano abbastanza tempo alle attività all'aria aperta***;** solo il 14%

di loro gioca o svolge attività all'aperto tutti i giorni. Eppure le attività motorie o ludiche svolte all'aperto, al di là del valore salutistico, sono molto importanti, anche, per lo sviluppo della socialità, 9 ragazzi su 10 hanno, infatti, dichiarato di aver sviluppato nuove amicizie proprio svolgendo queste attività.

Infine, altro dato da non sottovalutare, emerso dall'analisi della sfera della felicità personale, indagata da questa ricerca, è che i bambini sono più felici quando escono con gli amici (22%), giocano con loro all'aria aperta (17%), praticano lo sport preferito (10%).

Raffaela Milano, Direttore Programmi Italia-Europa di *Save the Children* Italia, commenta con queste parole i risultati dell'indagine: *"Lo sport e il movimento sono fondamentali per lo sviluppo dei bambini e dei ragazzi, sia in termini di salute che per quanto riguarda la sfera della socialità e dell'aggregazione con i propri pari. Un bambino che fa sport e che conosce le regole di una sana alimentazione sarà un adulto più sano e un genitore attento, a sua volta, a offrire uno stile di vita sano e salutare ai propri figli. Migliorare e rendere più fruibili gli spazi pubblici, soprattutto nei quartieri più disagiati delle nostre città, e dedicare il giusto spazio alle attività motorie nei programmi scolastici sono la chiave per combattere la piaga dilagante della sedentarietà e diminuire il tempo in cui bambini e ragazzi rimangono incollati a uno schermo"* (Stili di vita dei bambini Italiani, 2012).

Infine, sul sito del ministero della salute www.salute.gov.it è stato pubblicato l'articolo *"Sport ed attività fisica"* (2013), in cui sono descritti i benefici del movimento, effettuato con regolarità, sulla salute fisica e psichica, in esso è citato il *"Rapporto PASSI 2011",* dal quale emergono dati molto simili a quelli che abbiamo già citati, in Italia il 30% degli adulti tra 18 e 69 anni svolge, nella vita quotidiana, meno attività fisica di quanto è raccomandato e, pertanto, può essere definito sedentario; l'abitudine ad una vita sedentaria è più diffusa nelle regioni meridionali, tra le persone anziane e con un più basso livello culturale ed economico.

3.5 Attività motoria e salute

Già nel 1997, Caldarone, Berlutti, Spada, Callari, e Giampietro, in *"Sedentarietà ed attività fisica"*, sollecitavano a sviluppare una strategia di prevenzione all'instaurarsi della sedentarietà, riconosciuta causa primaria della "sindrome ipocinetica"; tale sindrome, pur non manifestando un quadro specificatamente patologico, mostra una serie di modificazioni della normalità, che vengono definiti paramorfismi, di questi, oltre quelli comunemente conosciuti a carico dell'apparato muscolo scheletrico, è possibile individuarne a carico degli apparati:

- cardiocircolatorio e respiratorio: il mancato esercizio fisico e l'aumento ponderale comportano una riduzione dell'efficienza cardiaca e respiratoria, nei soggetti esaminati sono stati riscontrati tachicardia e tachipnea sproporzionati all'entità dell'esercizio fisico effettuato;
- metabolici: alterazioni degli indici riguardanti il metabolismo glicemico e lipidico;
- psicologici: tendenza ad isolarsi, instabilità emotiva, ridotta socialità ed incapacità all'organizzazione del tempo libero.

Cosa particolarmente importante, nello studio è stata evidenziata la sovrapponibilità del numero di bambini in sovrappeso corporeo ed obesità, non praticanti attività sportiva, con quello dei bambini praticanti, vale a dire che non può essere considerato sufficiente praticare un paio di allenamenti la settimana per contrastare i danni della sedentarietà.

È, quindi, necessario diffondere informazioni corrette sui rapporti tra alimentazione ed attività fisica e creare l'abitudine al movimento spontaneo ed ai giochi di movimento, rimuovendo così le pessime abitudini che portano alla sedentarietà ed alle sue temibili conseguenze; la scuola, naturalmente, è il luogo più favorevole dove poter realizzare un'educazione "culturale" e permanente al movimento ed alla corretta alimentazione.

Dopo un ventennio cosa è cambiato?

Purtroppo, come evidenziato nei dati statistici, quasi nulla.

Praticare attività motoria e sportiva, trascorrere il tempo libero giocando all'aperto con gli amici, impegnarsi in attività di movimento, assumere un corretto stile di vita,

sono ancora utopia. La realtà è fatta di bambini sedentari, seduti per ore a scuola nei banchi, a casa a svolgere i compiti, davanti ad uno schermo televisivo o al computer a giocare, molto spesso da soli! Tutto ciò porta il bambino ad isolarsi, impigrirsi e, quindi, ad ipotecare l'equilibrio psicofisico e la salute.

L'insufficiente attività fisica è diventato un problema di sanità pubblica, infatti, è individuata, nei paesi ad alto sviluppo economico, come il quarto più importante fattore di rischio di mortalità. Per questo motivo, in *"Global recommendations on Physical activity for Health"*, prodotta nel 2010 dall'OMS, si fa il punto sulle attuali conoscenze degli effetti benefici dell'attività fisica sulla salute e si dettano le indicazioni per promuoverla.

L'OMS definisce l'attività fisica come: *"qualunque movimento corporeo prodotto dai muscoli scheletrici utilizzando energia"*. Questa definizione comprende, quindi, lo sport, l'esercizio fisico ed altre attività come giocare, ballare, camminare, dedicarsi ai lavori domestici o al giardinaggio.

Per evitare, quindi, una vita sedentaria non è indispensabile trovare del tempo da destinare ad una attività sportiva, ma è sufficiente trasformare le attività giornaliere in esercizio. Sul tempo da dedicarvi, l'OMS fornisce delle indicazioni fissando un tempo minimo giornaliero di movimento, naturalmente superarlo significa ottenere maggiori benefici per la salute.

Per i bambini ed i ragazzi (5 – 17 anni) sono consigliati almeno 60 minuti al giorno di attività motoria:

- moderata aerobica (camminare velocemente, spostarsi in bicicletta, ballare);
- vigorosa (salire le scale, fare *jogging*, giochi di movimento, educazione motoria scolastica, sport);

infine, 2 – 3 volte la settimana, sono raccomandati esercizi per allenare la forza muscolare.

Nei documenti prodotti dall'OMS, è messo in risalto come effettuare un'adeguata attività motoria consenta ai bambini ed ai ragazzi di sviluppare armoniosamente l'apparato locomotore, migliorare le capacità cardio-respiratorie, influire sul sistema

endocrino e metabolico, facilitando il mantenimento del peso corporeo, migliorare le capacità coordinative.

Sono, inoltre, notevoli i benefici rilevati a livello psicologico. È stato riscontrato come i bambini che svolgano con regolarità attività sportiva o, semplicemente, motoria (giochi di movimento all'aria aperta), diano prova di possedere maggior fiducia nelle proprie capacità; abbiano maggior autostima, facilità a socializzare, sopportazione dello stress, minore propensione a disturbi come ansia e depressione (World Health Organization, 1992).

In Italia il problema del diffondersi, in tutti i livelli sociali, della sedentarietà, è stato recepito, studiato e discusso. Su esso troviamo vari contributi prodotti soprattutto dal Ministero della Salute.

Nell'articolo "I benefici dell'attività fisica**"** (2013), pubblicato nel sito del ministero della salute (*www.salute.gov.it*), sono sintetizzati in otto punti, gli effetti positivi, scientificamente provati, che induce, sulla persona e sulla sua psiche, il movimento giornaliero:

1. migliora la tolleranza al glucosio e riduce il rischio di ammalarsi di diabete;
2. previene l'ipercolesterolemia e l'ipertensione;
3. diminuisce il rischio di sviluppo di malattie cardiache e di tumori;
4. riduce il rischio di morte prematura, in particolare quella causate da infarto e altre malattie cardiache;
5. previene e riduce l'osteoporosi ed i disturbi muscolo-scheletrici;
6. riduce i sintomi di ansia, stress e depressione;
7. produce dispendio energetico e diminuisce il rischio di obesità;
8. previene, specialmente tra i bambini e i giovani, i comportamenti a rischio come l'uso di tabacco, alcool, diete non sane ed atteggiamenti violenti; favorisce il benessere psicologico attraverso lo sviluppo dell'autostima, dell'autonomia e facilità la gestione dell'ansia e dello stress.

In "Epicentro", il portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica - a cura del Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute dell'Istituto Superiore di Sanità - troviamo un articolo (21 ottobre 2014), in cui vengono ripresi i

punti cardine del già citato documento dell'OMS del 2010: *"Svolgere abitualmente attività fisica, anche moderata, contribuisce a migliorare la qualità della vita in quanto influisce positivamente sia sullo stato di salute (aiutando a prevenire e ad alleviare molte delle patologie croniche), sia sul grado di soddisfazione personale (contribuendo a sviluppare dei rapporti sociali e aiutando il benessere psichico)".*

A questa premessa, segue un accenno alle variabili sociali (basso livello socio-economico) ed individuali, che influenzano l'adozione di stili di vita più attivi e sani, e come la sedentarietà ed i regimi alimentari scorretti stiano diventando un problema di salute pubblica, con risvolti di aggravio economico per lo Stato.

Vengono, quindi, esplicitati i *"Programmi di prevenzione e sanità pubblica".*

Un obiettivo prioritario della sanità pubblica è lo sviluppo di strategie che portino alla promozione e, quindi, alla diffusione della pratica di attività fisiche e sportive. Da ciò ne trarrebbe vantaggi tutta la società, con riduzione dei costi della sanità pubblica e delle assenze dal posto di lavoro, migliore efficienza, aumento della produttività, maggiore partecipazione alle attività ricreative e relazionali.

Vengono, quindi, elencate le possibili linee di intervento:

- *accrescere il tempo dedicato all'esercizio fisico dentro e fuori la scuola e sviluppare attività educative per i bambini sull'attività fisica, come parti integranti di programmi di educazione alla salute;*
- *spingere i datori di lavoro a facilitare la pratica di un'attività fisica regolare da parte dei dipendenti;*
- *sostenere lo svolgimento di pratiche sportive individuali o di squadra da parte di cittadini attraverso, per esempio, l'organizzazione di manifestazioni o tornei;*
- *promuovere lo sviluppo di ambienti urbani che spingano all'attività fisica, inclusa la disponibilità di piste ciclabili e percorsi pedonali su itinerari anche di interesse paesaggistico e storico-artistico, invitando all'utilizzo delle scale, per esempio con cartelli posti in punti strategici presso gli impianti automatici (ascensori, scale mobili, etc).*

Un contributo utile, a tutti coloro che sono impegnati per la promozione delle pratiche sportive e motorie, è dato da *"Young and physically active: a blueprint for making physical activity appealing to youth"*, di cui esiste una sintesi in italiano curata da Luana Valletta e Alberto Arlotti, (2012) *"Giovani e attività fisica: la Carta Blu per rendere l'attività fisica su misura per i giovani"*, in esso si trovano indicazioni per la programmazione di attività motorie piacevoli ed allettanti rivolte ai giovani.

Questo documento è stato redatto in conformità con le indicazioni di*"Health 2020"*, documento dell'OMS che ha come obiettivo il miglioramento della salute della popolazione ed il benessere degli individui, da raggiungere attraverso una nuova politica sanitaria in Europa. La promozione dell'attività fisica assume grande importanza nell'educazione dei giovani, indurli ad adottare uno stile di vita fisicamente attivo, da mantenere per tutta l'esistenza, contribuisce alla costruzione ed alla tutela della salute fisica e mentale anche in tarda età.

3.6 Attività motoria come 'farmaco' per lo sviluppo della personalità in età evolutiva: Revisione della letteratura

Il fondamento di questa ricerca è il lavoro pubblicato da Valentini, Palmieri, e Lucertini (2015) "*Attività motoria come 'farmaco' per lo sviluppo della personalità in età evolutiva: Revisione della letteratura".*

Gli autori hanno condotto un'accurata ricerca bibliografica su tutti gli studi volti a dimostrare "*come l'educazione al movimento, se attuata sin dall'età prescolare, possa condizionare positivamente tutte le sfaccettature della personalità di ogni individuo, e come corpo e movimento siano utili e necessari per strutturare competenze cognitive, affettive, sociali e morali*". (Valentini, Palmieri, e Lucertini, 2015).

Infatti, "*L'aumento dell'attività fisica scolastica abbassa l'incidenza di anomalie corporeo-strutturali, riduce l'insorgenza di malattie metaboliche, diminuisce i rischi cardiovascolari e riduce l'incidenza di turbe psicologiche; inoltre, può essere utilizzata come metodica di insegnamento di valori sociali, morali e comportamentali agendo direttamente sulla propria sfera caratteriale"* (Ibidem).

La ricerca nasce, quindi, dall'esigenza di dare una risposta ai problemi insorti, con la riduzione progressiva del tempo dedicato al movimento, e si sviluppa sull'idea di utilizzare l'attività motoria come *"farmaco* […] *un rimedio che possa agire in profondità, all'interno di noi stessi, per combattere la pigrizia, l'ipocinesia e far si che i bambini possano riappropriarsi di un elemento essenziale per la loro crescita"* (*Ibidem*).

Purtroppo, in questo momento storico, ci troviamo ad affrontare una regressione dell'educazione al movimento e ad una vita sana ed attiva, cioè a quanto serve a sviluppare la corporeità e la motricità in modo corretto.

La cultura motorio sportiva non è convogliata verso aspetti psico-pedagogici, piuttosto, è relegata ad un ruolo pratico-addestrativo, finalizzato al raggiungimento di un risultato sportivo.

In Italia non esiste una politica che promuova le attività fisico-motorie- sportive, scolastiche ed extra-scolastiche, e non è data la giusta importanza all'educazione motoria come disciplina fondamentale per lo sviluppo del bambino, basti considerare che ancora oggi nelle nostre scuole elementari, periodo d'oro per la motricità e non solo, la disciplina è affidata a docenti non specialisti, nonostante gli studi scientifici diano prova dei benefici tratti dall'attività fisico-motoria: "*una buona efficienza corporea sin dai primi anni permette l'acquisizione e la maturazione dei numerosi aspetti della personalità (area motoria, sociale, morale, linguistica), influendo addirittura sul ri-adattamento scolastico e socio-emotivo"* (Valentini, Palmieri, e Lucertini, 2015) ; è da considerare, inoltre, come tali studi suggeriscano di incrementare le ore di educazione fisica, affinché il bambino possa sfruttare il movimento nei processi di formazione della persona, come caldeggiato dal Ministero della Salute, in quanto la pratica di attività motorie ha effetti di prevenzione nell'insorgenza di patologie metaboliche e cardiovascolari.

Sia nella scuola dell'infanzia, sia nella primaria "*la motricità passa totalmente in secondo piano, si fa e si inventa di tutto piuttosto che portare i bambini a giocare e a muoversi, ogni pretesto è buono: mancanza di sicurezza, timore di scontri e incidenti, assenza di materiale e attrezzature idonee, numero elevato di bambini; insomma ogni scusa è valida per non fare attività fisica"* (Tortella, 2013).

La mancanza di un'adeguata strutturazione dello schema corporeo e degli schemi motori di base, potrebbero generare nei bambini, a causa della consapevolezza dell'incapacità di affrontare determinati compiti, o anche rapporti sociali con coetanei ed adulti, insicurezza ed ansia, fino ad indurli ad isolarsi ed emarginarsi. Le carenze presenti a livello corporeo e cognitivo incideranno, quindi, sfavorevolmente sulla strutturazione della personalità.

Gli studi dimostrano il ruolo fondamentale che svolgono, in rapporto al rendimento scolastico, determinate capacità: il tono muscolare è indispensabile nel mantenimento delle posture statiche e dinamiche, e la forza sviluppata dai muscoli consente di produrre movimenti e prolungare le azioni nel tempo, i bambini *"che possiedono un mediocre tono muscolare si troveranno in seria difficoltà nel mantenimento di azioni motorie per periodi medio-lunghi e il più delle volte lamenteranno stanchezza mostrando una velocità limitata durante l'esecuzione di comuni compiti scolastici come la scrittura o lo stare seduti"* (Smith-Engelsman, Niemeijer, e Van Galen, 2001).

È stato, ormai, acquisito che le capacità visivo-motorie e visivo-spaziali, sono correlate con la preparazione e, pertanto, nella programmazione scolastica si tiene conto di ciò, vengono, invece, ancora trascurate altre quali capacità coordinative, equilibrio statico e dinamico, economicità dei gesti, attenzione, pianificazione motoria, che gli studi confermano avere relazione con il rendimento scolastico.

In particolare *"la pianificazione motoria si compone di processi cognitivi responsabili della selezione e programmazione di una risposta motoria adeguata"* (Wilson, Maruff, e Ives, 2001)*;* il bambino, per poter eseguire qualsiasi gesto o compito, deve strutturare mentalmente i movimenti che deve eseguire, valutare le azioni da compiere ed i tempi dovuti, nonché gli aggiustamenti necessari per renderli qualitativamente efficaci, si attiveranno cioè, complessi processi neuro-comportamentali che, se corretti, gli consentiranno di portare a compimento il lavoro richiestogli. *"Bambini caratterizzati da scarsa capacità di programmazione motoria spesso non riescono a partecipare alle attività scolastiche"* (Ayres, 1980).

"*Educare attraverso il movimento trasforma la personalità del bambino".*

Educare i bambini, attraverso il gioco e lo sport, a condurre una vita attiva, rappresenta la base *"su cui poter strutturare e "mentalizzare" il proprio carattere"*, il soggetto che cresce acquisendo sane abitudini ha, da adulto, maggiori probabilità *"di essere fisicamente e psicologicamente sano"* (*Ibidem*).

Il gioco, il rispetto delle regole ad esso correlate e la motricità, sono gli strumenti insostituibili, per l'educazione dei fanciulli, suggeriti da diversi autori. Con essi si può lavorare su numerose capacità:

- *cognitiva (incentivando lo sviluppo della memoria, della capacità di mantenere l'attenzione e la concentrazione, e acquisendo la possibilità di dare un significato alle cose e alle situazioni);*
- *emotivo-affettiva (con le attività ricreative il bambino mette in gioco emozioni e sentimenti, combattendo le innumerevoli difficoltà della vita reale, alleviando i suoi timori, agevolando il linguaggio e facilitando l'assimilazione delle esperienze);*
- *relazionale (struttura e promuove le relazioni con i coetanei e gli adulti: aspetto vitale poiché il bambino ha modo di sperimentare e realizzare concretamente nuove soluzioni motorie confrontandosi, comprendendo e valutando anche il parere degli altri);*
- *morale (il fanciullo si avvicina alle regole della convivialità del vivere civile e viene responsabilizzato intaccando la sua autostima con benefici solidi e validi, fondamentali per la costruzione del suo carattere)* (Casolo, 2011; Coco, 2013).

Infine, attraverso i giochi vengono stimolati e migliorati l'apparato osteo-artro-muscolare e le capacità coordinative.

Come già detto, gli autori Valentini, Palmieri, e Lucertini (2015) hanno, con criteri scientifici rigorosi, eseguito una ricerca bibliografica sugli studi riguardanti la motricità in età scolare, hanno selezionato quelli che rispondevano ai seguenti criteri:

- *Risultati esclusivamente socio-psicopedagogici e motori;*
- *Età dei soggetti inferiore a 18 anni;*
- *Esclusi se l'applicazione del progetto o i risultati erano insoddisfacenti;*

- *Esclusi se includevano gruppi target specifici;*
- *Anno di pubblicazione dell'articolo dopo il 2000.*

Gli articoli sono stati ordinati con criterio cronologico, in base all'anno di pubblicazione; fattore comune di tutte le ricerche è che l'obiettivo di ognuna è stato quello di favorire la motricità e di evidenziare gli aspetti benefici sui ragazzi, dai miglioramenti fisico-coordinativi, agli sviluppi delle funzioni neuromotorie, relazionali, linguistiche, morali ed intellettive.

I lavori sono stati classificati in tre aree.

I - L'attività fisica a scuola combatte l'inattività ed innalza e sviluppa le competenze grosso-motorie, coordinative e di controllo motorio.

Rif.	Partecipanti	Età	Nazionalità
Timmons, 2007	Non riportati	2-5 anni	Canada
Tucker, 2008	5080 femmine, 5236 maschi	2-10 anni	USA, Scozia, Finlandia, Australia, Cile, Estonia, Belgio
Roth, 2010	709 (50%maschi, 50% femmine)	4-5 anni	Germania
Lopes, 2011	142 femmine, 143 maschi	6-10 anni	Portogallo
Lemos, 2012	21 femmine, 29 maschi	5-6 anni	Brasile
Le Gear, 2012	267 (52% maschi, 48% femmine)	5-6 anni	Canada
Wedderkopp, 2012	> 600 (maschi e femmine)	5-10 anni	Danimarca
Chang, 2013	13 femmine, 15 maschi	6-8 anni	Taipei
Rokicka-Hebel, 2014	286 (maschi e femmine)	5-6 anni	Polonia
Whynacht, 2014	80 (maschi e femmine)	3-6 anni	Canada
Ilyasova, 2014	102 (maschi)	8-9 anni	Kazakistan

Tab.1 Studi inclusi nella Classificazione I

Come si vede nella tabella riportata, sono stati presi in esame 11 studi, tutti basati sul potenziamento dei programmi scolastici, con aumento del tempo dedicato all'educazione motoria e, quindi, un innalzamento del livello di attività fisica con effetti a livello neuromotorio.

a) Lo studio di Lopes, Rodrigues, Maia e Malina (2011) ha indagato, per mezzo del test di Schilling, la coordinazione motoria in bambini da 6 a 10 anni, è risultato evidente come: "*Una buona strutturazione delle capacità coordinative promuova ed incentivi esperienze più gratificanti nelle attività motorie. Impegnarsi*

nell'esercizio fisico stimola il sistema neuromotorio del bambino e gli permette di acquisire esperienze che possono essere applicate direttamente a situazioni sempre nuove. […] Gli adattamenti sul piano anatomico e comportamentale indotti dall'esercizio coordinativo, con il passare del tempo agiscono sulle capacità neuromotorie fornendo molteplici vantaggi, sia dal punto di vista periferico (migliorando e velocizzando lo stimolo che parte dalla nostra corteccia fino a proiettarsi, trasformandosi in energia meccanica, nelle unità contrattili della fibra muscolare), sia a livello centrale (stabilizzando la complessa rete neuronale). Tutto ciò è basilare per ampliare ed ottimizzare le prestazioni cognitive intaccando positivamente la performance motoria e comportamentale del bambino" (Planinsec, 2002).

b) Chang, Tsai, Chen, Hung (2013), nelle scuole primarie, di Taipei, hanno promosso un protocollo che fornisce riscontri positivi. I bambini, divisi in gruppi, hanno seguito allenamenti con esercizi di coordinazione di tipo ed intensità diversi e, successivamente, sono state valutate, con il test di Eriksen (1974), la velocità di risposta e di reazione a degli stimoli visivi, *"l'associazione tra questo test e le prove coordinative hanno permesso di evidenziare come l'esercizio possa incidere positivamente sulle funzionalità esecutive abbassando i tempi di reazione ad uno stimolo senza intaccare però la qualità delle risposte"*.

c) i protocolli inclusi in questa classificazione:

- il PAKT in Germania (Roth et. al., 2010);
- British Columbia (Le Gear et. al., 2012);
- Active Start Program (Whynacht, 2014);
- la ricerca sistematica della Tucker (2008);
- il progetto Scan proposto nell'articolo di Timmons, Naylor, e Pfeiffer (2007);
- lo Svendborg Project in Danimarca (Wedderkopp et. al., 2012);
- l'attività promossa in una scuola pubblica di San Paolo (Lemos, Avigo, e Barela, 2012);

tali studi ci forniscono dati utili per poter affermare che il movimento è indispensabile per indurre, nei bambini, una riduzione del sovrappeso e dell'obesità, che abbiamo visto, costituiscono un problema sanitario, correlato al basso livello di attività

fisica; la maggioranza dei soggetti, che hanno partecipato ai progetti citati, non hanno rispettano le linee guida sull'attività fisica proposte all'interno dei loro lavori stessi.

Infine, gli ultimi due lavori di questo primo gruppo sono quelli di Rokicka-Hebel (2014) e di Ilyasova e Erzhanov (2014).

Il primo riguarda la ginnastica correttiva nelle scuole di Danzica, ed il secondo l'educazione fisica svolta nelle scuole di Almaty, in Kazakistan.

Con grande lungimiranza, questi paesi stanno utilizzando le attività motorie come strumenti educativi, attraverso esse si cerca di indurre i giovani ad acquisire comportamenti sani ed attivi, si mira, quindi, ad educare i bambini non solo ad essere competenti fisicamente e cognitivamente, ma anche ad avere una presa di coscienza della propria corporeità e, quindi, ad assumere posture corrette, ciò consente di attuare un'azione di prevenzione all'insorgere di paramorfismi e dismorfismi, e quindi, limitare nel tempo enormi spese per la cura di tali patologie (Rokicka-Hebel, 2014).

Sono, inoltre, citati dagli autori lavori prodotti sulla valutazione dei vantaggi indotti da determinati esercizi e da metodiche di allenamento sugli organi del sistema nervoso, deputati al controllo ed alla coordinazione del movimento volontario, alla capacità di concentrazione, all'organizzazione delle azioni, all'attivazione di strategie adeguate (Budde, Voelcker-Rehage, Pietrabik-kendziorra, Ribeiro, e Tidow, 2008; Tomporowski, Davis, Miller, e Naglieri, 2008).

Relativamente alle ricerche sui rapporti tra esercizio fisico e corteccia cerebrale, gli autori citano:

- Davis et. al. (2011), lavoro in cui è dimostrato, attraverso lo studio delle risonanze magnetiche effettuate alla corteccia cerebrale, come: *" l'esercizio fisico promosso sin dalla prima infanzia e mantenuto per tutto il processo vitale della persona migliori sia gli aspetti progettuali della funzione esecutiva, sia l'attivazione delle altre aree della corteccia prefrontale, fondamentali per la corretta strutturazione della personalità del bambino";*
- Weinstein e colleghi (2012), in cui si riscontra come la capacità aerobica *"sia correlata con aumenti di materia grigia in molteplici regioni della corteccia […] cambiamenti indotti dall'esercizio fisico nella corteccia prefrontale svolgono*

un ruolo cruciale nell'influenzare la funzione esecutiva, dimostrando come l'attività fisica proposta in varie modalità possa essere uno stimolo efficace per la maturazione della corteccia prefrontale nei bambini".

II - L'attività fisica strutturata, associata al gioco libero e cooperativo, promuove il miglioramento e l'arricchimento della socializzazione

La mancanza di comunicazione, durante l'infanzia, può determinare problematiche emotive e di sviluppo psicologico quali: asocialità, insufficiente autostima, depressione, comportamenti aggressivi. È, quindi, importante, attraverso giochi e attività motorie strutturate, facilitare la comunicazione e promuovere la socializzazione.

Rif.	Partecipanti	Età	Nazionalità
Bar-Haim, 2006	53 femmine, 35 maschi	5-6 anni	Israele
Palermo, 2007	95 (52% maschi, 48% femmine)	3-5 anni	USA
Siraj-Blatchford, 2009	> 3.000 (maschi e femmine)	3-10 anni	UK
Gonzalez, 2010	24 (maschi e femmine)	9-12 anni	Spagna
Valentini, 2012	70 (maschi e femmine)	6-7 anni	Italia

Tab.2 Studi inclusi nella Classificazione II

A questo gruppo appartengono i lavori in cui sono state indagate le relazioni sociali mediate dalle attività ludiche.

Dallo studio Israeliano di Bar-Haim e Bart (2006), è emerso che la corretta strutturazione delle esperienze motorio-sensoriali, associata ad una valida coordinazione motoria, si riflette, in termini qualitativi e quantitativi, sulle relazioni sociali.

Carenze della postura statica e dinamica e della coordinazione visivo-motoria, influiscono negativamente sull'esecuzione corretta dei movimenti; la mancanza di disinvoltura e destrezza, la goffaggine, determinano nel fanciullo condotte asociali. Migliorare le capacità motorie, attraverso giochi di gruppo ed esercitazioni di tipo

coordinativo, significa, tra l'altro, favorire il confronto e le relazioni con i coetanei e gli adulti.

Nella ricerca di Palermo, Hanish, Martin, Fabes, e Reiser (2007), l'attenzione è focalizzata sui sistemi da utilizzare per attenuare le conflittualità che possono scaturire, nei rapporti con coetanei ed adulti, nel momento dell'inserimento scolastico dei bambini, tali conflittualità possono ripercuotersi sulla personalità ed influire sfavorevolmente sia a livello motorio, sia nell'ambito relazionale ed intellettivo, manifestandosi, anche, con comportamenti aggressivi.

"Il gioco di gruppo, le attività didattiche collaborative, e le interazioni amichevoli, sono aspetti risolutivi per riacquisire il giusto rapporto tra il bambino e il gruppo di persone che lo circondano,.consentendo così una riduzione di conflitti e di comportamenti irrequieti e apportando vantaggi anche sul clima interno della classe" (Ladd, Kochenderfer, e Coleman, 1997).

Di González, Regalado, e Guerrero (2010) è il protocollo proposto in Spagna.

Da questo studio, che ha indagato sulle motivazioni e sulle modalità di scontro tra i ragazzi, è emerso che i contrasti tra i ragazzi nascono prevalentemente da egocentrismo, egoismo, non accettazione di idee, concezioni ed opinioni diverse dalle proprie, che si estrinsecano con insulti, aggressioni e violenze verbali, fisiche e psicologiche. Per superare questi comportamenti asociali, bisogna insegnare ai bambini come instaurare relazioni positive all'interno di un gruppo, ed al contempo favorire dinamiche positive, fondate sulla disponibilità, sull'affiatamento e sulla stima, inibendo, infine, manifestazioni di protagonismo.

"L'amicizia, il rispetto e l'aiuto reciproco sono valori cardine per l'instaurazione e il mantenimento di relazioni sociali sia in ambito familiare che al di fuori" (*Ibidem*).

L'eterogeneità culturale è una realtà non indifferente nella scuola d'oggi, l'approccio, con coetanei di altre nazioni, può generare difficoltà ai bambini che non riescono a trovare il modo per avviare un rapporto amichevole.

La ricerca di Valentini, Mezzelani, Marziani, Di Tore, e Federici, (2012), tende a dimostrare che utilizzando giochi di gruppo, strumenti educativi insostituibili, si possa favorire *"l'inclusione e l'apprendimento dei bambini di culture diverse rimuovendo lacune e deficit socio-comunicativi"*. Determinante nei processi di integrazione il ruolo

del docente che, attraverso la conoscenza del singolo individuo, può sollecitarne la partecipazione, stimolando la considerazione che la diversità è fonte di ricchezza ed occasione di nuove esperienze.

III – Miglioramento del rendimento scolastico e dello sviluppo linguistico-comunicativo, con l'aumento delle ore di attività fisica a scuola

Rif.	Partecipanti	Età	Nazionalità
Son, 2006	12.500 (50% maschi e 50% femmine)	5-6 anni	USA
Ljaiya, 2007	> 1000 (maschi e femmine)	5 anni	Nigeria
Trost, 2007	> 12.000 (maschi e femmine)	6-10 anni	USA
Barta, 2007	53 femmine, 35 maschi	5-6 anni	Israele

Tab.3 Studi inclusi nella Classificazione III

Di questo terzo gruppo fanno parte quattro lavori che determinano come, l'aumento delle ore dedicate all'educazione fisica, influisca in modo consistente sulla capacità di concentrazione e sulle funzioni cognitive, ciò significa che un maggior impegno in attività motorie strutturate può influire positivamente sul rendimento scolastico.

Lo studio di Trost (2007), raggruppa alcuni progetti sperimentali realizzati in vari Stati degli USA, tutti volti a dimostrare come, aumentando il tempo dedicato alle attività fisiche, e migliorando la qualità delle stesse, è possibile migliorare i risultati scolastici dei bambini, sia a livello comportamentale che cognitivo.

Con il protocollo proposto nella Carolina del Nord, è stato dimostrato che per rendere efficaci le attività motorie, non solo a livello fisico ed emotivo, ma anche in ambito cognitivo, è necessario impegnare i bambini in attività motorie didatticamente ben strutturate ed organizzate, infatti, lasciarli liberi di giocare senza finalità e regole, comporta soltanto effetti negativi, dalla difficoltà a recuperare la concentrazione alla ripresa delle lezioni, aspetto che ha un'incidenza fortemente negativa sulla sfera cognitiva, allo sviluppo di atteggiamenti socialmente inidonei, dall'isolamento fino alla manifestazione di comportamenti aggressivi.

"Il rapporto tra le capacità cognitive promuove notevoli miglioramenti in campo motorio-coordinativo e sociale; nei due articoli di Son, Meisels (2006) e Barta, Hajami, Bar-Haim, (2007) queste attitudini avrebbero un ulteriore interesse per l'apprendimento di alcune materie scolastiche come la lettura e la matematica" (Valentini, 2016).

La ricerca di Meisels et. al. (2006), ha indagato sui rapporti tra le abilità motorie e l'acquisizione delle competenze di letto-scrittura e di matematica, i soggetti, arruolati allo studio, sono stati controllati nel periodo della scuola dell'infanzia ed al termine della prima classe. Alla fine dello studio è stato possibile affermare che: *"buone capacità visuali-motorie hanno una relazione positiva significativa sui processi cognitivi rispetto alle capacità grosso motorie che non sembrano essere significativamente associate"* (*Ibidem*). Inoltre, i risultati positivi conseguiti in matematica, sono in forte correlazione con le capacità visuali-motorie, mentre la bravura nella lettura dipende principalmente dalle capacità visuo-spaziali.

Infine, il progetto promosso da Ljaiya (2007), si inserisce nell'area della ricerca linguistica. Con esso si è indagato, nelle scuole materne della Nigeria, sulla funzione che svolgono i giochi, le canzoni e le rime, sui progressi in campo linguistico-espressivo. Si è potuto riscontrare come l'apprendimento di nuovi vocaboli e di un linguaggio più forbito e specifico, sia facilitato e potenziato da attività svolte con musiche, canzoncine, nenie, danze. Inoltre, sono stati rilevati migliori rapporti con i compagni, gli insegnanti ed i familiari.

Si può, quindi, affermare che: *"la musica, l'attività all'aria aperta, le danze, i giochi consentono quindi una partecipazione attiva che promuove e rinforza i processi cognitivi, affettivo-comportamentali e linguistici"* (*Ibidem*).

Infine, si riportano alcune delle citazioni fatte dagli autori, in merito ai complessi processi che interagiscono nella strutturazione e nello sviluppo delle capacità motorie e cognitive, che sono alla base di tutte le ricerche esaminate:

- *"Le aree del cervello che servono per i processi superiori del pensiero e le aree percettivo-motorie non sono più così distinte come una volta si pensava"* (Diamond, 2000). *"Questo può essere spiegato con la teoria che i sistemi motori e*

cognitivi sviluppano dinamicamente interagendo tra di loro (Iverson e Thelen, 1999; Satz e Fletcher, 1988).

- *"Le abilità visivo-motorie e visuo-spaziali tendono ad avere correlazioni più elevate con la lettura e la matematica"* (Payne e Isaacs, 1999).
- *"Non possiamo considerare la crescita del fanciullo come un insieme di elementi scollegati"* (Smith, Thelen, Titzer, e McLin, 1999); *"lo sviluppo è un processo complesso ed è il risultato delle interazioni tra diverse competenze e dunque è l'intero soggetto che ha bisogno della nostra attenzione"* (Bowman, Burns, e Donovan, 2001).

Conclusioni:

"Nella formazione della personalità di ogni individuo, non ci si può rivolgere ad altre aree senza essersi soffermati primariamente su quella fisico-motoria" (Perrotta, 2006).

- I primi anni di vita, sono caratterizzati da una maggiore dinamicità e plasticità neuronale, quindi, è in questo periodo che si deve sollecitare lo sviluppo motorio e cognitivo, ciò può essere realizzato attraverso lo strumento più congeniale ai bambini, "il gioco". I giochi, sapientemente programmati ed organizzati, soddisfano e divertono i piccoli, ma, contemporaneamente, sollecitano le capacità condizionali e quelle psichiche; alla fine dei processi di crescita si saranno sviluppate le capacità motorie e cognitive e si sarà generata l'abitudine ad una vita sana ed attiva;
- I bambini, al giorno d'oggi, si muovono molto poco, la tecnologia rende la vita "troppo" comoda e statica (veicoli a motore, ascensori, scale mobili, giochi elettronici, etc.), a ciò va aggiunto che, nei progetti educativi per i bambini, le ore dedicate alle attività motorie sono carenti, quantitativamente e qualitativamente, per questi motivi si assiste ad un aumento di casi di sovrappeso, obesità infantile e di tutte le patologie ad essi collegate; negli ultimi tempi si sta cercando di correre ai ripari e, di conseguenza, la motricità sta conquistando importanza, riportando equilibrio tra i valori educativi, fisici, intellettuali, sociali e morali.

- La motricità dà avvio ai processi dell'intelligenza: *"ogni apprendimento motorio ripropone le fasi della realizzazione dell'atto intelligente, vale a dire la presa di coscienza delle difficoltà da risolvere, la ricerca della risposta, ed il controllo. Il bambino le potrà acquisire ed esercitare solamente se lui stesso metterà in gioco la propria persona, pianificando motoriamente le varie esperienze proposte, includendo la generazione di un'idea sull'abilità motoria che deve essere stimolata, orientandola verso un fine ben preciso promuovendo le qualità sociali"*(Perrotta, 2006);
- L'educazione motoria contribuisce a mediare i processi di comunicazione e socializzazione, il bambino matura sentimenti quali: il senso di appartenenza, la coesione, la comprensione e la responsabilità sociale; scarse capacità di comunicazione e di relazione con il prossimo possono provocare l'insorgere di disturbi del comportamento, quali scarsa autostima, isolamento, asocialità e depressione.

"L'attività fisico-sportiva deve avere come obiettivo quello di creare l'abitudine, o meglio la necessità, di muoversi.[…] Questa esigenza non dovrebbe cessare con il passare degli anni, ma dovrebbe essere una consuetudine della vita" (*Ibidem*).

I docenti dovrebbero avere come presupposto che:*"per formare un ragazzo ed un futuro uomo autonomo, ricco di validi principi e virtù",* nell'insegnamento dell'educazione fisica bisogna *"discostarsi da una dimensione tecnico-addestrativa per approdare a una culturale e morale" (ibidem).* Pertanto, nella strutturazione della programmazione didattica, bisogna sempre tenere presente che le attività devono:

- stimolare l'acquisizione di una conoscenza della propria corporeità;
- sollecitare ad assumere atteggiamenti positivi nei confronti del corpo;
- rendere i ragazzi competenti su "corpo e movimento" e capaci, attraverso l'acquisizione, la sperimentazione e l'uso creativo di modelli di comportamento adattivi ed espressivi, di trovare soluzioni alle diverse situazioni in cui si possono trovare;
- trasmettere specifiche conoscenze tecniche, senza cadere in addestramenti sportivi e tanto meno in specializzazioni precoci;

- avere varietà di obiettivi, anche multidisciplinari, che permettano di agire su vari aspetti della personalità, favorendo così l'estrinsecarsi di capacità individuali potenziando, quindi, i processi di autostima.

PARTE II: PARTE EMPIRICA

CAPITOLO QUARTO: IPOTESI ED OBIETTIVI

4.1 Ipotesi ed obiettivi

Il presente lavoro di ricerca si pone i seguenti obiettivi:

- Valutare l'atteggiamento emozionale dei giovani nei confronti dell'attività motorio-sportiva;
- Individuare eventuali differenze nel rendimento e nel comportamento scolastico tra gli alunni che praticano attività motorie o sportive con continuità e quelli che conducono una vita sedentaria o svolgono attività motorie o sportive solo occasionalmente.

4.2 Partecipanti, strumenti e metodi

Per le finalità della presente ricerca, sono stati individuati ragazzi di età compresa tra i 10 e i 14 anni, frequentanti la scuola secondaria di primo grado e residenti a Messina, area urbana della Sicilia nord-orientale con oltre 200.000 abitanti.

La campionatura è stata realizzata in scuole ricadenti in tre tipologie territoriali specifiche, e specificatamente:

a) centro cittadino (definita come Area Urbana –AU)

b) periferia urbana (definita come Area Periferica – AP)

c) aree densità criminale medio-alta (definita come Area a Rischio – AR).

L'identificazione delle predette aree è stata effettuata sulla base di una valutazione preliminare mirata, attraverso l'analisi di informazioni contenute nei "Rapporti di autovalutazione delle scuole" (RAV) e mediante interviste ai docenti di educazione fisica. In particolare, le informazioni di cui si è tenuto conto hanno riguardato:

- le caratteristiche del territorio di ubicazione della scuola;
- le caratteristiche generali della scuola, con particolare riferimento all'esistenza e alla fruibilità di infrastrutture e attrezzature sportive;
- la promozione di attività sportive (centri sportivi scolastici, corsi sportivi extracurriculari, tornei, gare e competizioni in genere);
- il livello di partecipazione degli studenti alle attività sportive proposte.

I dirigenti scolastici ed i docenti referenti per l'educazione alla salute sono stati contestualmente resi edotti circa le finalità e le modalità di svolgimento della presente ricerca, attraverso una serie di colloqui preliminari. (Allegato n.1)

Tutto il materiale utilizzato per la raccolta dati (scheda anagrafica, questionario relativo alle attività sportive praticate ed opinione sul significato e l'importanza della pratica sportiva, questionario del benessere scolastico,) è stato dapprima illustrato ai docenti che hanno aderito al progetto e presentato, successivamente ed in forma collettiva, agli studenti di ciascuna classe, fornendo adeguate informazioni circa le modalità di compilazione dei questionari. E' stata, altresì, messa a punto una nota informativa per i genitori degli studenti, contenente informazioni relative alle finalità ed alle modalità di svolgimento dell'indagine, nonché indicazioni relative al rispetto della privacy dei partecipanti.

Ai partecipanti è stata somministrata, in forma anonima, una scheda socio-anagrafica antecedente al questionario strutturato, per acquisire informazioni relative a:

- dati anagrafici;
- situazione socio-culturale della famiglia di appartenenza; (Allegato 2)
- attività motorio-sportiva praticata, con specifico riferimento alla tipologia di attività, alla frequenza e al livello d'impegno (competitivo o ludico-ricreativo);

opinione sul significato e l'importanza della pratica sportiva. (Allegato 3)

Per la valutazione dello stato socio-economico (SES) è stato utilizzato l'indice di Hollingshead (Hollingshead AB, 1975), computato sulla base del livello educativo ed occupazionale di entrambi i genitori. Il livello educativo è stato misurato su una scala da 0 a 7, corrispondenti, rispettivamente, ai livelli minimo (scuola elementare) e massimo (diplomi post-laurea) di istruzione; analogamente, il livello occupazionale viene classificato su una scala da 0 a 9, corrispondenti, rispettivamente, ad una situazione di inoccupazione e a mansioni economicamente più rilevanti o socialmente più importanti. L'indice sintetico di Hollingshead è pari alla media della somma del livello educativo moltiplicato per 3 e del livello occupazionale moltiplicato per 5, di entrambi i genitori. Se solo uno dei genitori lavora, si usa l'indice di quest'ultimo. (Allegato 2)

Contestualmente, è stato somministrato un questionario standardizzato di valutazione del benessere scolastico (QBS 8-13) (Tobia, Marzocchi), (Allegato 4) che

permette di indagare vari aspetti della vita scolastica, e che fornisce la prospettiva soggettiva del ragazzo rispetto al proprio vissuto scolastico. Tale strumento è costituito da 27 *item* e consente il calcolo di un punteggio totale di Benessere scolastico (BS-tot) attraverso l'attribuzione di punteggi parziali relativi ai seguenti aspetti:

- soddisfazione e riconoscimento, definiti come il grado di soddisfacimento da parte del ragazzo circa i propri risultati scolastici e la percezione che il suo impegno e le sue capacità siano riconosciute da genitori ed insegnanti (4 *item*);
- rapporto con gli insegnanti: in termini di fiducia negli insegnanti e percezione della loro disponibilità emotiva e del loro supporto e riconoscimento (5 *item*);
- rapporto con i compagni: inteso come accettazione da parte dei compagni, fiducia in loro e presenza di relazioni amicali (5 *item*);
- atteggiamento emotivo: reazioni emotive (ansia, vergogna, senso di colpa) nell'affrontare le richieste scolastiche (4 *item*);
- senso di autoefficacia: espresso mediante autovalutazione di alcune qualità connesse all'ambito cognitivo e dell'apprendimento (6 *item*);

Sono inoltre presenti tre ulteriori *item*, che non contribuiscono al calcolo del BS-tot, ma utili nella valutazione qualitativa dei meccanismi di attribuzione causale messi in atto dal ragazzo. Ogni *item* del QBS richiede una risposta su una scala a 3 punti, corrispondenti alle risposte "non vero", "abbastanza vero" e "verissimo", alle quali viene attribuito un punteggio pari, rispettivamente, a 0-1-2, ad eccezione degli *item* formulati in negativo per i quali l'attribuzione del punteggio è inversa. Per ogni sottoscala viene quindi calcolato il punteggio medio, la cui somma restituisce il BS-tot. Tanto quest'ultimo, quanto i punteggi ottenuti nelle singole sottoscale possono essere convertiti in punteggi T (con media 50 e deviazione standard 10).

Criteri specifici di esclusione sono stati:

- diagnosi accertata e certificata di *handicap* psico-fisici, con connotazione di gravità;
- diagnosi accertata e certificata di malattie invalidanti da un punto di vista motorio.

Infine, per la valutazione del rendimento scolastico, si è proceduto alla raccolta degli esiti valutativi del secondo quadrimestre di tutti i partecipanti, integrati da un profilo comportamentale riepilogativo redatto dai docenti. Per quest'ultimo aspetto, è stato adottato un apposito formulario, volto a valutare: a) la motivazione allo studio; b) l'impegno scolastico; c) il rispetto delle regole; d) l'integrazione nella classe; e) l'interazione con i coetanei; f) l'interazione con gli adulti. A ciascun aspetto comportamentale è stato attribuito dai docenti un giudizio sintetico ("gravemente deficitario", "deficitario", "mediocre", "nella norma", "superiore alla norma"), ulteriormente convertito in una scala numerica da 1 a 5.

4.3 Analisi dei dati

L'analisi statistica è stata effettuata attraverso il *software* SPSS (*Statistical Package per le Scienze Sociali*), versione 20.0 È stata realizzata preliminarmente un'analisi del campione, quindi sono stati eseguiti calcoli statistici descrittivi delle variabili socio-demografiche.

Il confronto tra proporzioni è stato effettuato mediante il test del chi-quadrato. La differenza tra le medie è stata valutata mediante il test t di *Student* per dati non appaiati. Infine, per la correlazione tra il rendimento scolastico globale (variabile dipendente) e l'attività motorio-sportiva (variabile indipendente) è stata effettuata un'analisi di regressione logistica uni e multivariata, tenendo conto di una serie di covariate continue, discrete e dicotomiche. Sono stati considerati statisticamente significativi valori di $p<0.05$.

PARTE III

CAPITOLO QUINTO: RISULTATI

Gli alunni che hanno inizialmente aderito alla ricerca sono stati 523. Completata la raccolta e l'analisi di tutte le schede, 131/523 venivano escluse per incompletezza delle informazioni fornite dagli studenti e/o dai docenti, per un campione totale di 392 soggetti.

5.1 Descrizione del campione di studio

Il campione di studio finale è costituito da 392 soggetti, così distribuiti: 211/392 (53.8%) di sesso maschile e 181/392 (46.2%) di sesso femminile (Fig.1), equamente distribuiti tra le scuole di area urbana (AU; 129/392, 32.9%), area periferica (AP;146/392, 37.2%) e aree a "rischio" (AR; 117/392, 29.8%) (Fig.2).

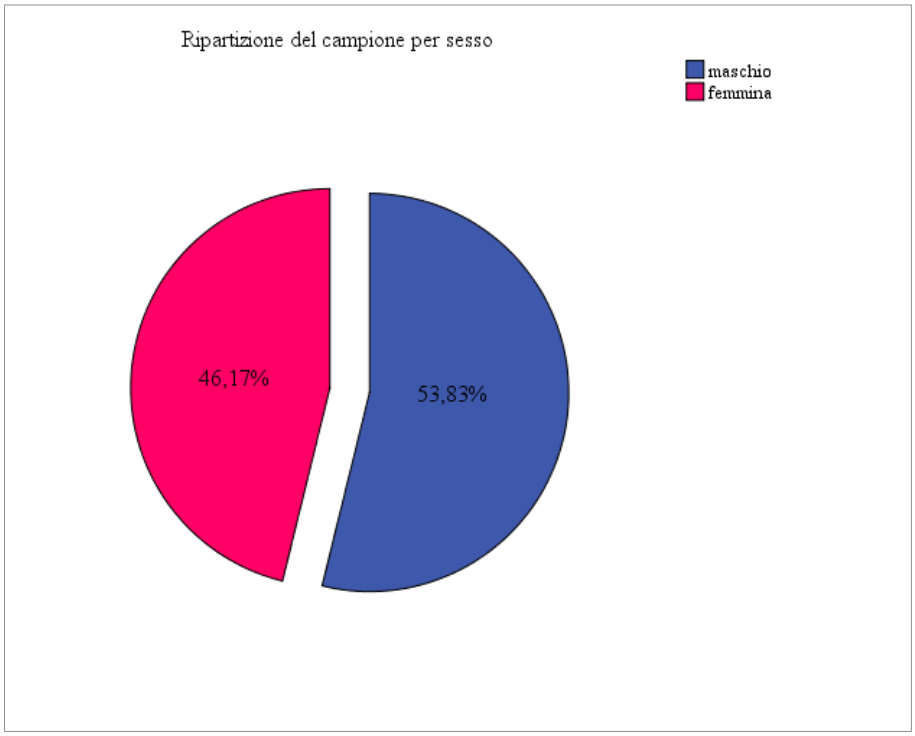

Fig.1 Ripartizione del campione per sesso

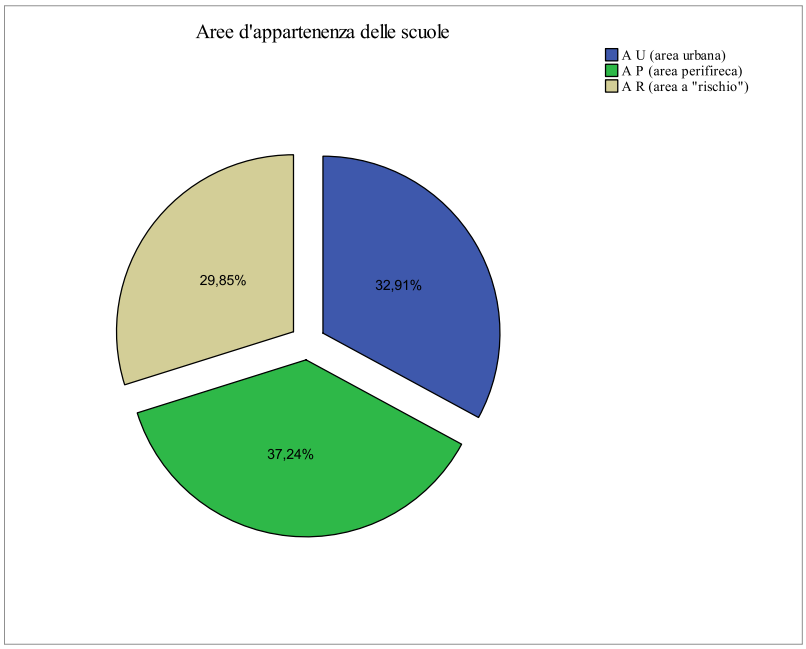

Fig.2 Area d'appartenenza delle scuole

Le caratteristiche demografiche, socio-economiche e fisico-sportive del campione generale e dei sottogruppi per area di appartenenza sono riportate nella Tabella 1.

Tab.1 Caratteristiche generali del campione generale e dei sottogruppi per area di appartenenza

	Intero campione (n=392)	Area Urbana (AU) (n=129)	Area periferica (AP) (n=146)	Area a rischio (AR) (n=117)	p
Età (anni) M±DS *(range)*	12.1±0.75	12.3±0.68	11.8±0.78	12.1±0.64	AU *vs* AP <0.0001; AR *vs* AP <0.005
Sesso *(n-%)*	211 M; 181 F	69 M; 60 F	82 M; 64 F	60 M; 57 F	NS
Stato socio-economico (SES)	25.2±10.8	21.8±8.3	17.5±11.1	18.2±8.5	AU *vs* AP <0.0005; AU *vs* AR<0.0005; AP vs AR NS
Pratica attività motoria/sportiva *(n-%)*	294 (75%)	111 (86%)	109 (74.6%)	74 (63.2%)	AU *vs* AP <0.01; AP *vs* AR <0.05; AU *vs* AR <0.0001

L'età media (±DS) e la mediana di tutti i partecipanti sono pari, rispettivamente, a 12.1 (± 0.8) e 12 anni. In complesso, gli studenti della scuola dell'area periferica sono significativamente più giovani di quelli delle altre due aree.
La frequenza di distribuzione per fasce d'età (10-11, 12 e 13-14 anni), pur evidenziando una maggiore percentuale di soggetti nella fascia d'età intermedia (43.4% dell'intero campione), risulta uniforme in relazione alla pratica dell'attività sportiva (Tabella 2).

Tab. 2 Frequenza di distribuzione dei ragazzi per fasce d'età nell'intero campione

	n. totale ragazzi (n=392)	praticanti sport (n=294)	non praticanti sport (n=98)
10-11 anni *(n-%)*	96 (24.5%)	73 (76%)	23 (24%)
12 anni *(n-%)*	170 (43.4%)	126 (74.1%)	44 (25.9%)
13-14 anni *(n-%)*	126 (32.1%)	95 (75.3%)	31 (24.7%)

La valutazione dello stato socio-economico familiare, quantificato mediante l'indice di Hollingshead, rivela una condizione di maggiore agiatezza tra gli alunni della scuola di area urbana rispetto alle altre due aree (AU *vs* AP *t* 3.61, p <0.0005; AU vs AR *t* 3.34, p <0.0005), queste ultime non statisticamente differenti tra loro (AP vs AR t 0.61, p 0.27). (p>0.5). Inoltre valori medi di SES significativamente più alti si riscontrano tra i praticanti sport rispetto ai non praticanti nell'intero campione (SES praticanti sport 26.2±11.1 vs SES non praticanti sport 21.5±9.9, t 3.93, p<0.5) ma non nelle singole aree.

Dei 392 ragazzi, 294/392 [75%; 172/392 (43.9%) maschi (M) e 122/392 (31.1%) femmine (F)] dichiara di praticare abitualmente almeno una attività sportivo-motoria. Tra i non praticanti vi è una prevalenza maggiore di soggetti di sesso femminile (9.9% M e 15.1% F). Complessivamente, si osserva un *trend* di partecipazione alle attività motorie e sportive progressivamente e significativamente decrescente dall'area urbana a quella periferica ed a quella a rischio. A riprova, la percentuale di soggetti non praticanti alcuna attività motoria proveniente dalle scuole dell'area a "rischio risulta essere significativamente più alta, sia rispetto a quella registrata nell'area periferica (AR *vs* AP χ^2 3.99, p <0.05) sia, soprattutto, rispetto a quella del centro cittadino (AR *vs* AU χ^2 17.1 p < 0.05), senza alcuna differenza di genere.

5.2 Tipo di sport praticato e frequenza di allenamento

La tabella 3 riporta descrittivamente i dati relativi al tipo di attività motorio-sportiva praticata, il tipo di impegno sportivo (competitivo *vs* ludico-ricreativo), la frequenza settimanale degli allenamenti e il numero di anni di pratica sportiva, nell'intero campione e distintamente per area di riferimento e sesso dei partecipanti.

Tab. 3 Attività motorio-sportiva praticata nell'intero campione e nei sottogruppi per area di appartenenza

	Intero campione (n=294)	Area Urbana (AU) (n=111)	Area Periferica (AP) (n=109)	Area a Rischio (AR) (n=74)
Sport individuali n (%)	142 (48.3%)	52 (46.8%)	50 (45.9%)	40 (54.1%)
M – n (%)	58 (48.8%)	22 (42.3%)	22 (44%)	14 (35%)
F – n (%)	84 (59.2%)	30 (57.7%)	28 (56%)	26 (65%)
Sport squadra n (%)	152 (51.7%)	59 (53.2%)	59 (54.1%)	34 (45.9%)
M – n (%)	114 (75%)	39 (66.1%)	46 (77.9%)	29 (85.3%)
F - n(%)	38 (25%)	20 (33.9%)	13 (22.1%)	5 (14.7%)
p	<0.0001	<0.05	<0.0005	<0.00001
Pratica sportiva competitiva n (%)	196 (66.6%)	80 (72.1%)	67 (61.5%)	49 (66.2%)
M – n (%)	129 (65.8%)	51 (63.7%)	46 (68.6%)	32 (65.3%)
F – n (%)	67 (34.2%)	29 (36.3%)	21 (31.4%)	17 (34.7%)
Pratica sportiva ludico-ricreativa n (%)	98 (33.4)	31 (27.9%)	42 (38.5%)	25 (33.8%)
M - n(%)	43 (43.9%)	10 (32.2%)	22 (52.4%)	11 (44%)
F - n(%)	55 (28.1%)	21 (67.8%)	20 (47.6%)	14 (56%)
p	<0.0005	<0.005	<0.05	ns
Esercitazioni settimanali ≤2	130 (44.2%)	42 (37.8%)	45 (41.3%)	43 (58.1%)
M - n(%)	63 (48.5%)	16 (38.1%)	26 (57.8%)	21 (48.8%)
F - n(%)	67 (51.5%)	26 (61.9%)	19 (42.2%)	22 (51.2%)
Esercitazioni settimanali ≥3	164 (55.8%)	69 (62.2%)	64 (58.7%)	31 (41.9%)
M - n(%)	109 (66.5%)	45 (65.2%)	42 (65.6%)	22 (70.9%)
F - n(%)	55 (33.5%)	24 (34.8%)	22 (34.4%)	9 (29.1%)
P	<0.005	<0.005	ns	ns
Pratica attività motoria (anni) (M±DS)	3.3±2.3	3.4±2.4	3.6±2.1	2.6±2.0
M (M±DS)	3.5±2.3	3.9±2.5	3.6±2.1	2.9±2.1
F(M±DS)	2.9±2.1	2.9±2.3	3.6±2.1	2.2±1.8
p	<0.05	<0.05	ns	ns

L'analisi della distribuzione tra sport individuali e sport di squadra non rileva preferenza alcuna tra le due tipologie di attività, né nell'intero campione, né nelle singole aree. Dalla stratificazione del medesimo parametro per sessi, al contrario, emerge una differenza statisticamente significativa tra i due sessi, dal momento che, rispetto alle femmine, una percentuale significativamente più alta di maschi pratica sport di squadra, sia quando il campione viene considerato nel suo insieme (114/172 M *vs* 38/122 F, χ^2 35.28 p <0.05), sia nei sottogruppi per area di appartenenza (AU: 39/61 M vs 20/50 F, χ^2 6.32, p <0.05; AP 46/88 M vs 13/41 F, χ^2 13.3, p <0.05; AR: 29/43 M vs 5/31 F, χ^2 19.1, p <0.05), (Fig. 3).

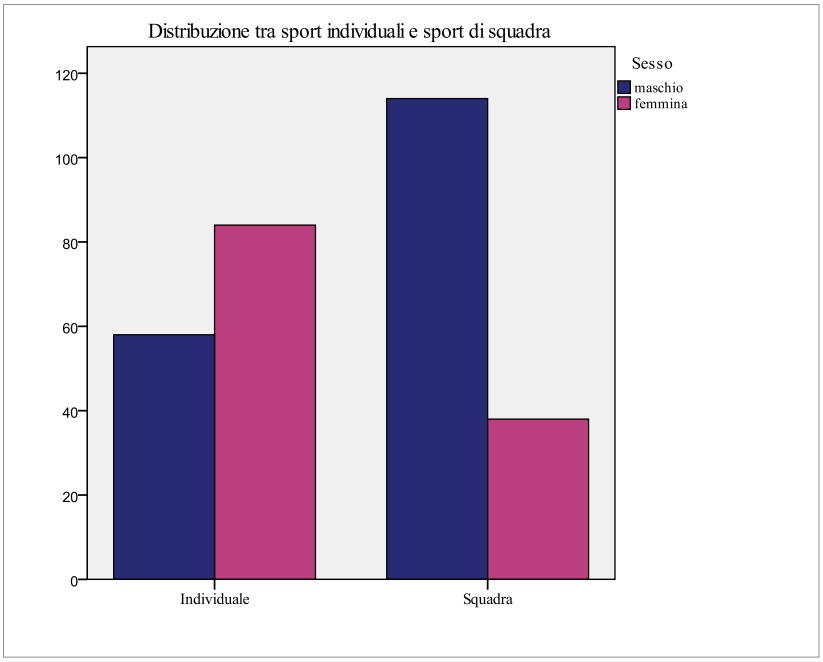

Fig. 3 Distribuzione tra sport individuali e sport di squadra (intero campione)

Relativamente al tipo di impegno, nel campione generale, una percentuale significativamente maggiore di soggetti di sesso maschile pratica attività sportiva a livello competitivo (129/172 M vs 67/122 F, χ^2 12.95, p <0.05). Nell'analisi per sottogruppi, tale differenza è confermata nel sottogruppo AU (51/60 M vs 29/50 F, χ^2 8.95, p 0.05), ma non nei rimanenti due. (Fig. 4) In accordo con tale dato, la percentuale di soggetti di sesso maschile che pratica attività sportiva più intensiva (≥3 esercitazioni settimanali) è significativamente più alta rispetto alle femmine, sia nel campione generale (109/172 M *vs* 55/122 F, χ^2 9.68, p<0.05) (Fig.5) che nel sottogruppo AU

(45/61 M *vs* 24/50 F, χ^2 8.86, p <0.05). Infine, rispetto alle femmine, tanto nel campione generale quanto nel sottogruppo AU, i maschi praticano attività sportiva da un numero di anni significativamente maggiore (campione generale: t=2.26, p <0.05: AU: t=2.24, p<0.05).

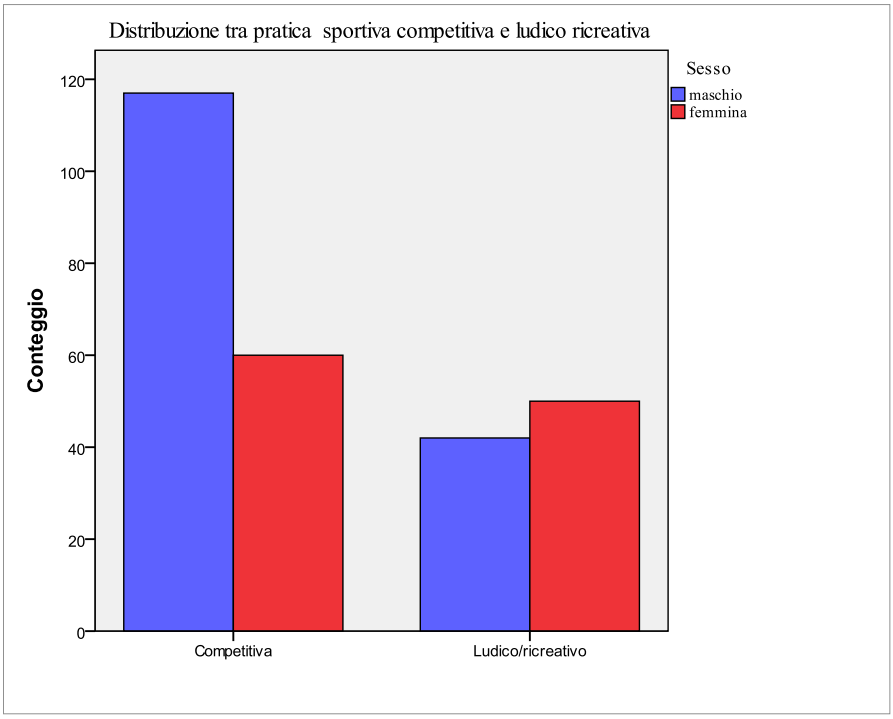

Fig. 4 Suddivisione dell'intero campione tra pratica sportiva competitiva e ludico ricreativa

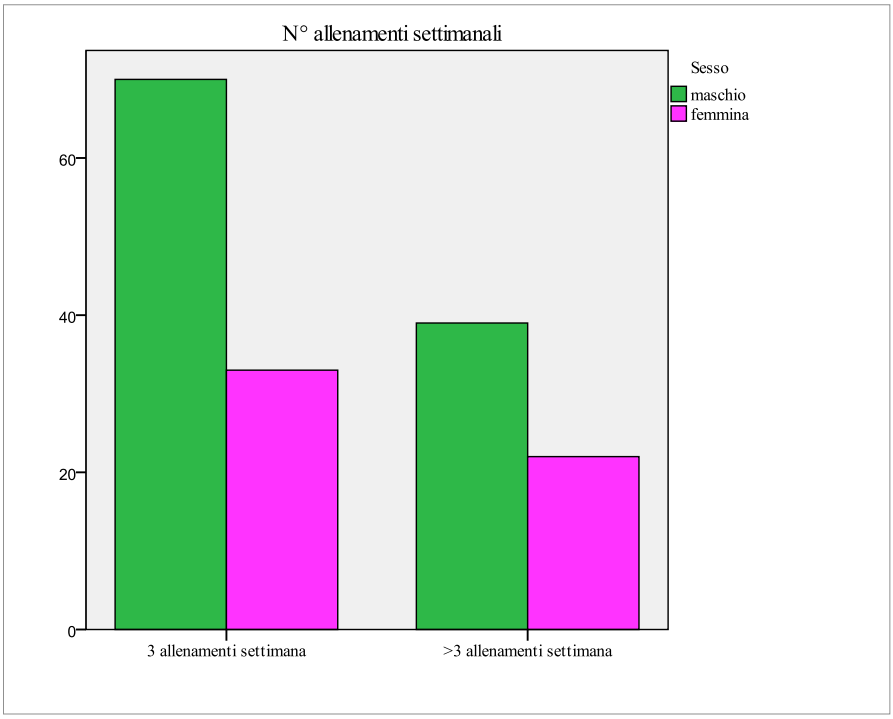

Fig.5 Allenamenti settimanali

Tra gli sport di squadra, il calcio/calcetto risulta la disciplina praticata dal maggiore numero dei ragazzi (71/172 - 41.2%), seguito dalla pallacanestro (17/172 – 9.8%), dal rugby (9/172 – 5.2%), dalla pallavolo (7/172 - 4%), dalla pallanuoto (6/172 – 3.4%), dalla pallamano (2/172 – 1.1%), e dal baseball (1/172 – 0.5%). Tra le ragazze, la pallavolo viene indicata come lo sport di squadra più praticato (27/122 – 22.1%), mentre il calcio/calcetto, il rugby, la pallanuoto e il baseball registrano percentuali molto basse (complessivamente 8/122 - 3.4%). L'attività che tra le ragazze raccoglie il maggior numero di partecipanti risulta essere la danza (31/122 – 25.4%).

Tra le attività individuali, il nuoto è la disciplina più praticata sia tra i maschi (12/172 – 6.9%) che tra le femmine (13/122 – 10.6%), seguito dalla ginnastica artistica ed il parkour, tra i ragazzi il karate, lo judo e altri sport di contatto (18/172 – 10.4%), mentre tra le ragazze il *badminton* (9/122 – 7.3%), e attività in palestra. Complessivamente risibile la percentuale di soggetti dediti ad altri sport di entrambi i sessi. (Fig.6)

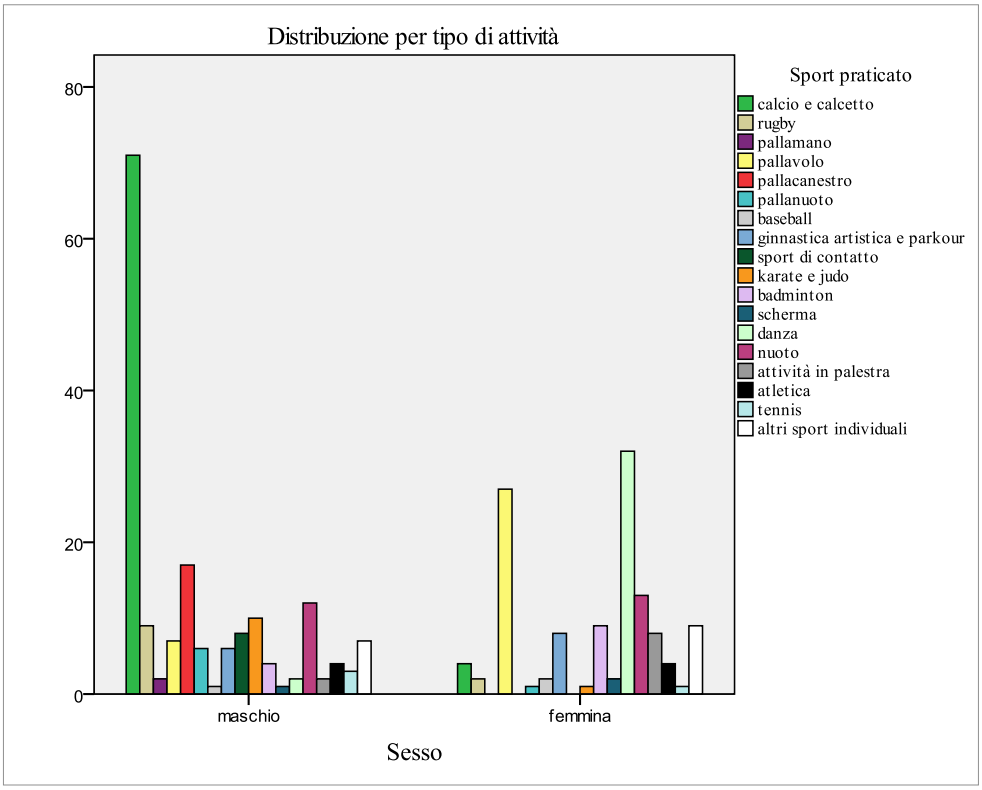

Fig.6 Distribuzione per tipo di attività motorio-sportiva

Da notare che, tra i giovani motoriamente attivi, la maggioranza di essi (211/294, 71.8%) riferisce di avere svolto anche in passato altre attività. Dei ragazzi inattivi, il 66.3% (65/98) ha precedentemente svolto attività motoria, e soltanto 33 ragazzi dichiarano di non aver mai praticato alcuna attività motoria ("sedentari assoluti").

5.3 Ricaduta dell'attività motoria sulla sfera psico-fisica e cognitiva

Al fine di valutare il grado di consapevolezza da parte degli studenti della rilevanza educativa e formativa dell'attività sportivo-motoria e comprendere le motivazioni che li inducono ad impegnarsi nell'attività fisica, sono stati rivolti agli studenti dei quesiti mirati (Allegato 3).

Le risposte fornite al quesito "Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva?" sono riportate in dettaglio nella tabella 4, suddivise per area e sesso.

Tab. 4 Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva?

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
Poco importante	10 (2.6%)	1 (0.8%)	2 (1.4%)	7 (6%)
M	3 (30%)	0	0	3 (42.9%)
F	7 (70%)	1 (0.8%)	2 (1.4%)	4 (57.1%)
Sufficientemente importante	43 (11%)	12 (9.3%)	17 (11.6%)	14 (12%)
M	19 (44.2%)	4 (33.3%)	11 (64.7%)	4 (28.6%)
F	24 (55.8%)	8 (66.7%)	6 (35.3%)	10 (71.4%)
Importante	131 (33.4%)	46 (35.7%)	33 (22.6%)	52 (44.4%)
M	58 (44.3%	22 (47.8%)	15 (45.5%)	21 (40.4%)
F	73 (55.7%)	24 (52.2%)	18 (54.5%)	31 (59.6%)
Molto importante	208 (53.1%)	70 (54.3%)	94 (64.4%)	44 (37.6%)
M	131 (63%)	43 (61.4%)	56 (59.6%)	32 (72.7%)
F	77 (37%)	27 (38.6%)	38 (40.4%)	12 (27.3%)

Complessivamente, analizzando il campione generale, si osserva un progressivo incremento della percentuale di soggetti di sesso maschile procedendo dalla risposta "poco importante" alla risposta "molto importante", e un *trend* esattamente opposto tra le risposte fornite dalle ragazze (χ^2 15.7, $p< 0.05$). L'analisi per sottogruppo dimostra un andamento significativo analogo a quello del campione generale soltanto nel sottogruppo AR, nel quale si registra la percentuale in assoluto più alta di soggetti di sesso maschile e più bassa di soggetti di sesso femminile che attribuisce alla domanda la risposta "molto importante" (χ^2 13.7, $p< 0.05$) (Fig.7)

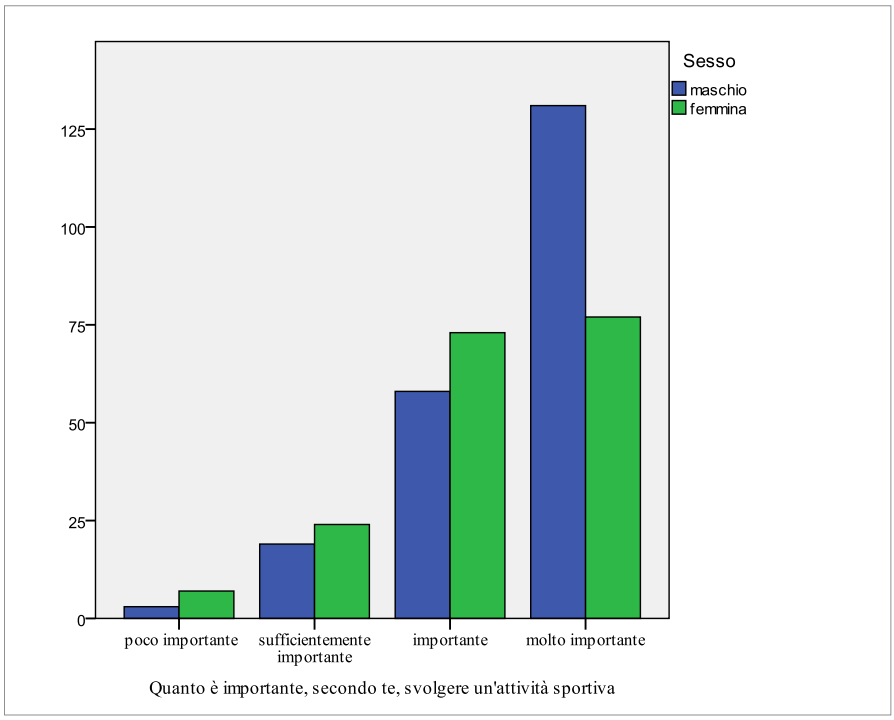

Fig.7 Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva?

La seconda domanda tendeva ad accertare se, nell'opinione dei ragazzi, impegnarsi in un'attività motoria potesse avere delle ricadute positive sugli aspetti fisico, relazionali e comportamentali. Le risposte fornite a questo quesito sono riportate in dettaglio nella Tabella 5, suddivise per area e sesso.

Tab.5 A cosa serve impegnarsi in un'attività motoria

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
Non serve a nulla	8 (2%)	1 (0.8%)	2 (1.4%)	5 (4.3%)
M	3 (0.7%)	0	0	3 (2.6%)
F	5 (1.3%)	1 (0.8%)	2 (1.4%)	2 (1.7%)
Utile per il corpo	56 (14.3%)	15 (11.6%)	22 (15.1%)	19 (16.2%)
M	26 (6.6%)	7 (5.4%)	12 (8.2%)	7 (5.9%)
F	30 (7.7%)	8 (6.2%)	10 (6.8%)	12 (10.2%)
Utile per il corpo ed il comportamento	315 (80.3%)	110 (85.3%)	118 (80.8%)	87 (74.4%)
M	171 (43.6%)	59 (45.7%)	67 (45.9%)	45 (38.5%)
F	144 (36.7%)	51 (39.5%)	51 (34.9%)	42 (38.5%)
Utile per migliorare il comportamento	13 (3.3%)	3 (2.3%)	4 (2.7%)	6 (5.1%)
M	11 (2.8%)	3 (2.3%)	3 (2.1%)	5 (4.3%)
F	2 (0.5%)	0	1 (0.7%)	1 (0.8%)

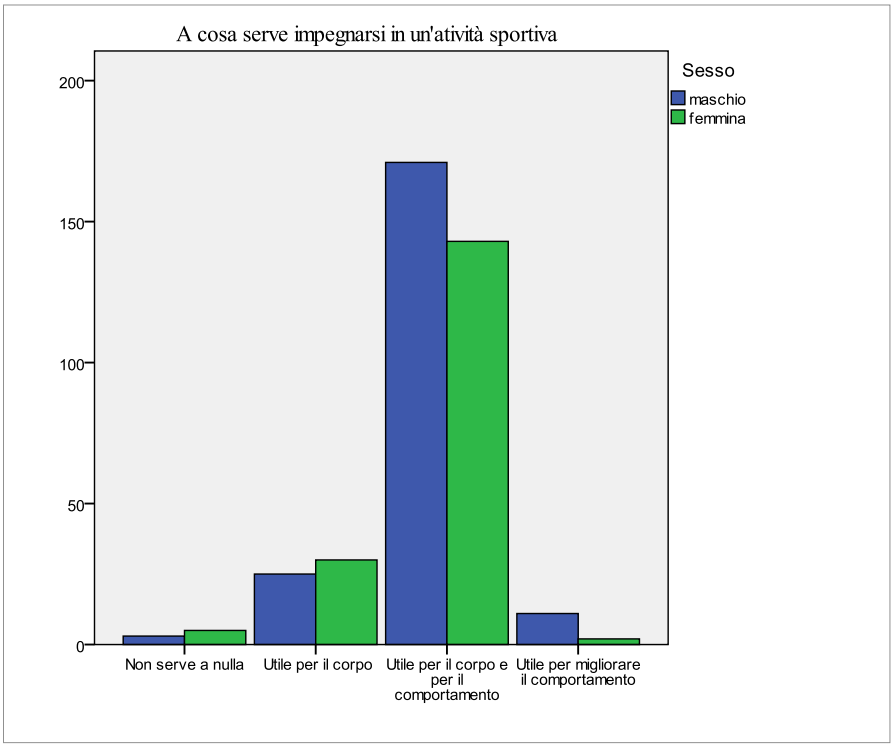

Fig.8 A cosa serve impegnarsi in un'attività sportiva?

Mediamente, l'80% dei ragazzi ritiene che l'impegno in un'attività sportiva possa avere ricadute positive sia sull'aspetto fisico che sul comportamento, senza alcuna differenza, né tra i due sessi né tra le diverse aree considerate (Fig. 8). Analogamente, la maggior parte dei ragazzi ritiene che impegnarsi in un'attività sportiva possa risultare utile per superare problemi comportamentali, ancora una volta senza differenza tra i due generi e/o le aree di provenienza (Tabella 6) (Fig. 9).

Tab. 6 "Secondo te, impegnarsi in un'attività sportiva può aiutare a superare problemi del comportamento"

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
No	43 (11%)	8 (6.2%)	13 (8.9%)	22 (18.8)
M	21 (5.4%)	4 (3.1%)	6 (4.1%)	11 (9.4%)
F	22 (5.6%)	4 (3.1%)	7 (4.8%)	11 (9.4%)
Raramente	59 (15.3%)	14 (10.9%)	29 (19.9%)	16 (14.4%)
M	29 (7.5%)	7 (5.45%)	14 (9.6%)	8 (7.2%)
F	30 (7.8%)	7 (5.45%)	15 (10.3%)	8 (7.2%)
A volte	220 (57%)	78 (60.5%)	85 (58.2%)	57 (51.4%)
M	116 (30.1%)	41 (31.8%)	51 (34.9%)	24 (21.6%)
F	104 (26.9%)	37 (28.7%)	34 (23.3%)	33 (29.7%)
Sempre	70 (18.1%)	29 (22.5%)	19 (13%)	22 (19.8%)
M	45 (11.7%)	17 (13.2%)	11 (7.5%)	17 (15.3%)
F	25 (6.5%)	12 (9.3%)	8 (5.5%)	5 (4.5%)

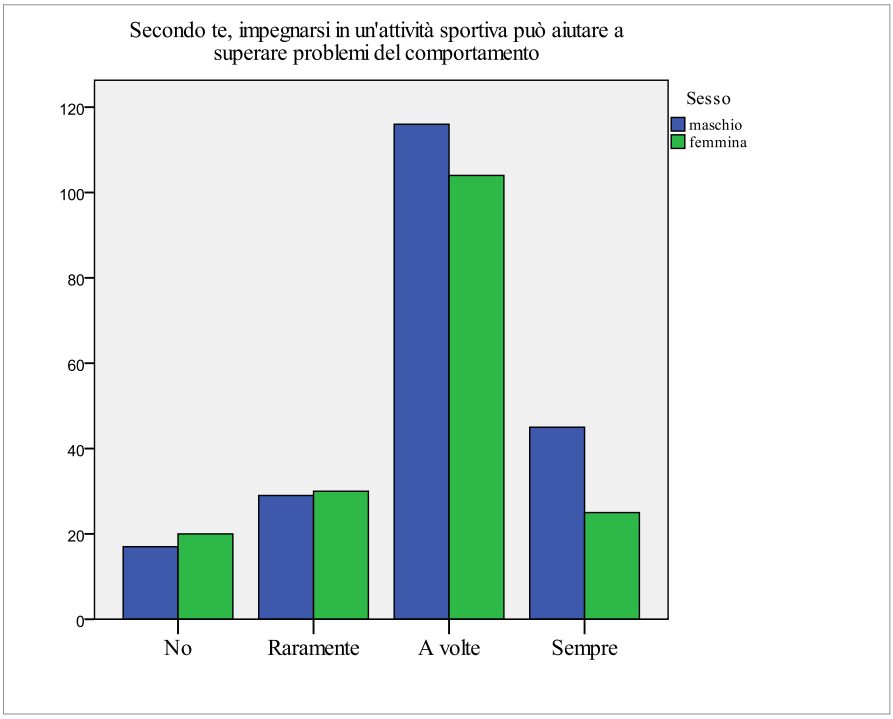

Fig.9 Secondo te, impegnarsi in un'attività sportiva può aiutare a superare problemi del comportamento

Circa il 50% dei ragazzi di entrambi i sessi e delle tre aree ritiene che la pratica di un'attività sportiva possa talvolta avere ricadute sul rendimento scolastico (Tabella 7) (Fig.10), e la rimanente frazione risulta non differentemente distribuita tra coloro che la considerano ininfluente (21.8%) o solo raramente influente (27.1%), pochi quelli che ritengono che possa avere sempre una ricaduta (4.1%).

Tab.7 "Secondo te, praticare un'attività sportiva può avere delle ricadute sul rendimento scolastico?"

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
No	86 (21.9%)	25 (19.5%)	24 (16.4%)	36 (30,8%)
M	36 (9.2%)	9 (7%)	11 (7.5%)	15 (12.8%)
F	50 (12,8%)	16 (12.5%)	13 (8.9%)	21 (17.9%)
Raramente	105 (27.1%)	32 (25%)	41 (28.1%)	32(28.3%)
M	64 (16.5%)	21 (16.4%)	28 (19.2%)	15 (13.3%)
F	41 (10.6%)	11 (8.6%)	13 (8.9%)	17 (15%)
A volte	185 (47.8%)	67 (52.3%)	74 (50.7%)	44 (38.9%)

M	102 (26.4%)	36 (28.1%)	33 (28.1%)	25 (22.1%)
F	83 (21.4%)	31 (24.2%)	41 (22.6%)	19 (16.8%)
Sempre	16 (4.1%)	4 (3.1%)	7 (4.8%)	5 (4.4%)
M	9 (2.3%)	2 (1.55%)	2 (1.4%)	5 (4.4%)
F	7 (1.8%)	2 (1.55%)	5(3.4%)	0

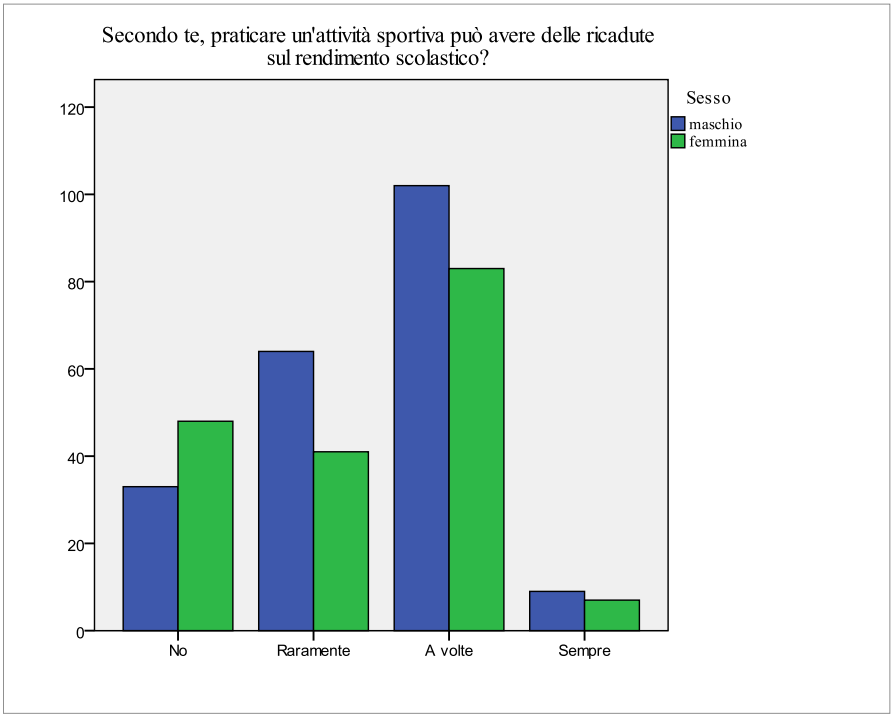

Fig.10 Secondo te, praticare un'attività sportiva può avere delle ricadute sul rendimento scolastico?

Le ultime due domande sono volte a valutare la valenza dell'attività sportiva nei rapporti di socializzazione. Circa la metà degli intervistati ritiene che l'espletamento di un'attività sportiva possa essere utile per allargare le proprie amicizie (Tabella 8) (Fig.11), e, verosimilmente in quest'ottica, i due terzi dei partecipanti (Tabella 9) (Fig.12), considera importante praticare sport e/o attività di gruppo.

Tab. 8 Secondo te, nella pratica di un'attività motoria è più importante il risultato sportivo o la possibilità di allargare le amicizie?

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
Allargare amicizie	184 (46,9%)	54 (41,9%)	72 (49,3%)	58 (49,6%)
M	93 (23,7%)	25 (19,4%)	40 (27,4%)	28 (23,9%)
F	91 (23,2%)	29 (22,5%)	32 (21,9%)	30 (25,6%)
Risultato sportivo	208 (53,1%)	75 (58,1%)	74 (50,7%)	59 (50,4%)
M	118 (30,1%)	44 (34,1%)	42 (28,8%)	32 (27,3%)
F	90 (23%)	31 (24%)	32 (21,9%)	27 (23,1%)

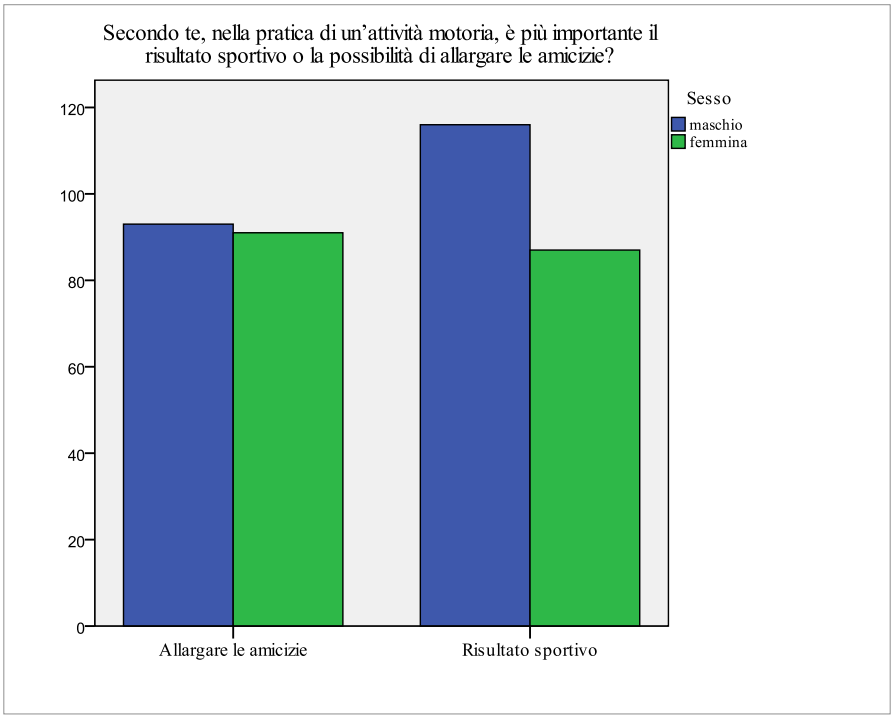

Fig.11 Secondo te, nella pratica di un'attività motoria è più importante il risultato sportivo o la possibilità di allargare le amicizie?

Tab.9 Secondo te è importante praticare un'attività sportiva?

Risposta	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)
da soli	13 (3,3%)	2 (1.6%)	3 (2,1%)	8 (6,8%)
M	5 (1,3%)	1 (0,8%)	0	4 (3,4%)
F	8 (2%)	1(0,8%)	3 (2,1%)	4 (3,4%)
con poche persone	86 (21,9%)	27 (20,9%)	23 (15,8%)	36 (30,8%)
M	48 (12,2%)	18 (13,9%)	14 (9,6%)	16 (13,7%)
F	38 (9,7%)	9 (7%)	9 (6,2%)	20 (17,1%)
con un gruppo più ampio	293 (74,7%)	100 (77,5%)	120 (82,2%)	73 (62,4%)
M	158 (40,3%)	50 (38,75%)	68 (46,6%)	40 (34,2%)
F	135 (34,4%)	50 (38,75%)	52 (35,6%)	33 (28,2%)

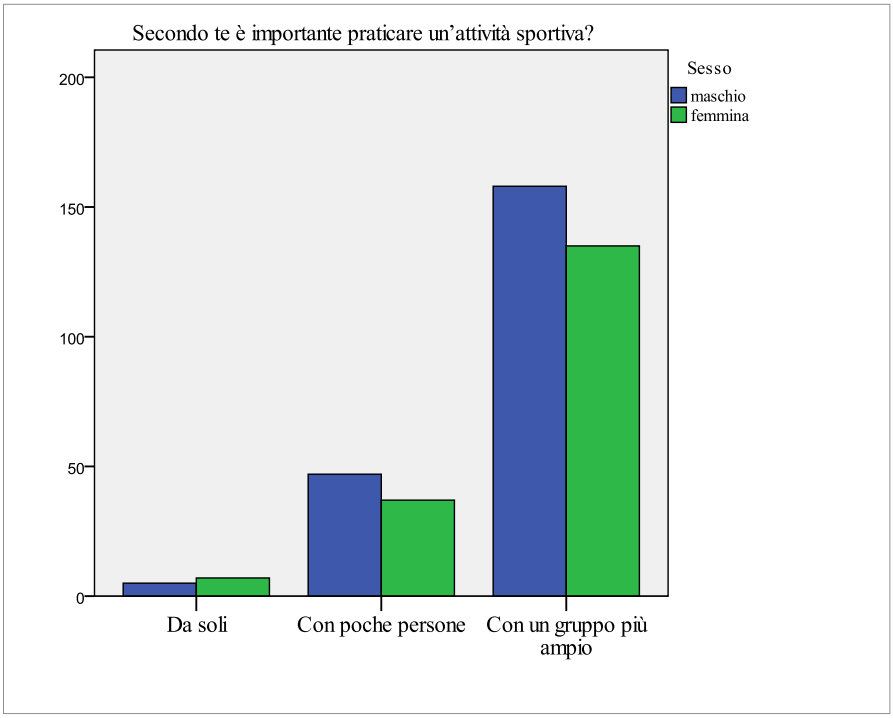

Fig. 12 Secondo te è importante praticare un'attività sportiva da soli o in compagnia?

5.4. Valutazione del benessere scolastico (QBS 8-13)

Al fine di indagare i vari aspetti della vita scolastica ed acquisire la prospettiva soggettiva del ragazzo rispetto al proprio vissuto a scuola, è stato somministrato il questionario di valutazione del benessere (QBS 8-13) (Allegato X1). Le 5 sottoscale del QBS: soddisfazione e riconoscimento (SR); rapporto con gli insegnanti (RI); rapporto con i compagni (RC); atteggiamento emotivo a scuola (AMS); senso di autoefficacia (SA); sono costituite da un numero di *item* diversi, si è proceduto quindi al calcolo del punteggio medio di ogni sottoscala e, attraverso la somma del punteggio medio di tutte le sottoscale è stato ottenuto il punteggio grezzo del benessere scolastico (BS). Infine, è stato interpretato il punteggio grezzo in base alla descrizione data nelle tavole di conversione.

Di seguito sono riportati nel dettaglio i risultati relativi al QBS 8-13, nel campione generale e nei sottogruppi per area di provenienza, stratificati per sesso. Ai fini dell'elaborazione statistica, gli *score* del QBS corrispondenti ai gradi "gravemente deficitario", "deficitario" e "medio-basso" sono stati cumulativamente considerati come "insoddisfacenti", e gli *score* "nella norma" e "superiore alla norma" come "soddisfacenti".

La valutazione del benessere scolastico complessivo non risulta differente tra maschi e femmine, né nell'intero campione (Tabella 10) (Fig. 13), né nelle tre aree considerate (AU Tabella 11; AP Tabella 12; AR Tabella.13). Una percentuale significativamente maggiore di femmine registra uno *score* inferiore alla norma nella sottoscala "soddisfazione e riconoscimento", sia nell'intero campione (M 14.2% *vs* F 40.1%, χ^2 35.5 p <0.0001), sia tra i ragazzi dell'area periferica (M 10% *vs* F 35.9%, χ^2 14.7 p <0.0001) e dell'area a rischio (M 20% *vs* F 63.1%, χ^2 22.5 p <0.0001). Analoga evidenza si rileva per la sottoscala "rapporto con gli insegnanti" (intero campione: M 10% *vs* F 17.1%, χ^2 4.3 p <0.05; AP M 7.3% *vs* F 21.9%, χ^2 6.4 p <0.05; AR M 10% M vs F 17.1% F, χ^2 8.9 p <0.005).

Nell'area urbana, al contrario, non risultano differenze di genere in alcuna delle sottoscale.

Tab.10 QBS 8 – 13 intero campione

	gravemente deficitario	deficitario	medio-basso	nella norma	superiore alla norma
Soddisfazione e riconoscimento	26 (6.6%)	32 (8.2%)	46 (11.7%)	226 (57.7%)	62 (15.8%)
M	3 (0.8%)	9 (2.3%)	18 (4.6%)	145 (37%)	36 (9.2%)
F	23 (5.9%)	23 (5.9%)	28 (7.1%)	81 (20.7%)	26 (6.6%)
Rapporto con gli insegnanti	19 (4.8%)	15 (3.8%)	18 (4.6%)	280(71.4%)	60 (15.3%)
M	4 (1%)	7 (1.8%)	10 (2.6%)	151 (38.5%)	39 (9.9%)
F	15 (3.8%)	8 (2%)	8 (2%)	129 (32.9%)	21 (5.4%)
Rapporto con i compagni	20 (5.1%)	31 (7.9%)	31 (7.9%)	278 (70.9%)	32 (8.2%)
M	12 (3.1%)	17 (4.3%)	18 (4.6%)	150 (38.3%)	14 (3.6%)
F	8 (2%)	14 (3.6%)	13 (3.3%)	128 (32.7%)	18 (4.6%)
Atteggiamento emotivo a scuola	40 (10.2%)	28 (7.1%)	39 (9.9%)	256 (65.3%)	29 (7.4%)
M	14 (3.6%)	22 (5.6%)	13 (3.3%)	142 (36.2%)	20 (5.1%)
F	26 (6.6%)	6 (1.5%)	26(6.6%)	114 (29.1%)	9 (2.3%)
Senso di autoefficacia	13 (3.3%)	22 (5.6%)	59 (15.1%)	257 (65.6%)	41 (10.8%)
M	7 (1.8%)	9 (2.3%)	29 (7.4%)	138 (35.2%)	28 (7.1%)
F	6 (1.5%)	13 (3.3%)	30 (7.7%)	119 (30.4%)	13 (3.3%)
Benessere scolastico	19 (4.8%)	34 (8.6%)	50 (12.8%)	261 (66.6%)	28 (7.1%)
M	9 (2.3%)	17 (4.3%)	22 (5.6%)	148 (37.8%)	15 (3.8%)
F	10 (2.6%)	17 (4.3%)	28 (7.1%)	113 (28.8%)	13 (3.3%)

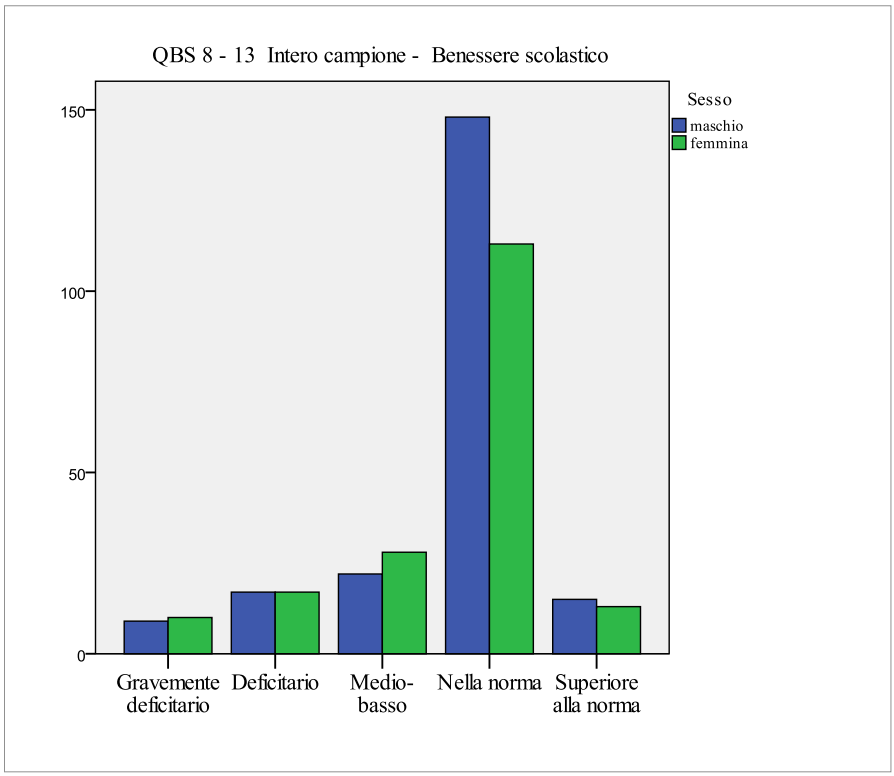

Fig. 13 Benessere scolastico – Intero campione

Tab.11 QBS Area Urbana (n = 129)

	gravemente deficitario	deficitario	medio-basso	nella norma	superiore alla norma
Soddisfazione e riconoscimento	10 (7.8%)	3 (2.9%)	12 (9.3%)	88 (68.2%)	16 (12.4%)
M	1 (0.8%)	2(1.6%)	7 (5.4%)	51 (39.5%)	8 (6.2%)
F	9 (7%)	1(0.8%)	5 (3.9%)	37 (28.7%)	8 (6.2%)
Rapporto con gli insegnanti	8 (6.2%)	2 (1.6%)	8 (6.2%)	92 (71.3%)	19 (14.7%)
M	3 (2.3%)	2 (1.6%)	6 (4.7%)	47 (36.4%)	11 (8.5%)
F	5 (3.9%)	/	2 (1.6%)	45 (34.9%)	8 (6.2%)
Rapporto con i compagni	3 (2.3%)	7 (5.4%)	10 (7.8%)	86 (66.7%)	23 (17.8%)
M	1 (0.8%)	5 (3.9%)	8 (6.2%)	43 (33.3%)	12 (9.3%)
F	2 (1.6%)	2 (1.6%)	2 (1.6%)	43 (33.3%)	11 (8.5%)
Atteggiamento emotivo a scuola	8 (6.2%)	4 (3.1%)	13 (10.1%)	92 (71.3%)	12 (9.3%)
M	4 (3.1%)	4 (3.1%)	4 (3.1%)	47 (36.4%)	10 (7.8%)
F	4 (3.1%)	/	9 (7%)	45 (34.9%)	2 (1.6%)
Senso di autoefficacia	2 (1.6%)	5 (3.9%)	18 (14%)	91 (70.5%)	23 (17.8%)
M	2 (1.6%)	1 (0.8%)	10 (7.8%)	49 (38%)	13 (10.1%)
F	/	4 (3.1%)	8 (6.2%)	42 (33.6%)	7 (5.4%)
Benessere scolatico	5 (3.9%)	6 (4.7%)	15 (11.6%)	88 (68.2%)	6 (4.7%)
M	/	4 (3.1%)	6 (4.7%)	52 (40.3%)	7 (5.4%)
F	5 (3.9%)	2 (1.6%)	9 (7%)	36 (27.9%)	8 (6.2%)

Tab.12 QBS Area Periferica (n.146)

	gravemente deficitario	deficitario	medio-basso	nella norma	superiore alla norma
Soddisfazione e riconoscimento	3 (2.1%)	7 (4.8%)	21 (14.4%)	90 (61.6%)	25(17.1%)
M	1 (0.7%)	1 (0.7%)	6 (4.1%)	60 (41.1%)	14 (9.6%)
F	2 (1.4%)	6 (4.1%)	15 (10.3%)	30 (20.5%)	11 (7.5%)
Rapporto con gli insegnanti	6 (4.1%)	8 (5.5%)	6 (4.1%)	105 (71.9%)	21(14.4%)
M	/	4 (2.7%)	2 (1.4%)	65 (44.5%)	11 (7,5%)
F	6 (4.1%)	4 (2.7%)	4 (2.7%)	40 (27.4%)	10 (6.8%)
Rapporto con i compagni	7 (4.8%)	11 (7.5%)	8 (5.5%)	115 (78.8%)	5(3.4%)
M	4 (2.7%)	5 (3.4%)	4 (2.7%)	69 (47.3%)	/
F	3(2.1%)	6 (4.1%)	4 (2.7%)	46 (31.5%)	5(3.4%)
Atteggiamento emotivo a scuola	19 (13%)	17 (11.6%)	10 (6.8%)	90 (61.6%)	10 (6.8%)
M	8 (5.5%)	16 (11%)	2 (1.4%)	49 (33.6%)	7 (4.8%)
F	11 (7.5%)	1 (0.7%)	8 (5.5%)	41 (28.1%)	3 (2.1%)
Senso di autoefficacia	5 (3.4%)	8 (5.5%)	16 (11%)	100 (68.5%)	17 (11.6%)
M	2 (1.4%)	4 (2.7%)	8 (5.5%)	54 (37%)	14 (9.6%)
F	3 (2.1%)	4 (2.7%)	8 (5.5%)	46 (31.5%)	3 (2.1%)
Benessere scolatico	6 (4.1%)	15 (10.3%)	21 (14.4%)	95 (65.1%)	9 (6.2%)
M	3 (2.1%)	8 (5.5%)	10 (6.8%)	55 (37.7%)	6 (4.1%)
F	3 (2.1%)	7 (4.8%)	11 (7.5%)	40 (27.4%)	3 (2.1%)

Tab.13 QBS 8-13 Area a Rischio (n.117)

	gravemente deficitario	deficitario	medio-basso	nella norma	superiore alla norma
Soddisfazione e riconoscimento	13 (11.1%)	22 (18.8%)	13 (11.1%)	48 (41%)	21 (17.9%)
M	1 (0.9%)	6 (5.1%)	5 (4.3%)	34 (29.1%)	14 (12%)
F	12 (10.3%)	16 (13.7%)	8 (6.8%)	14 (12%)	7 (6%)
Rapporto con gli insegnanti	5 (4.3%)	5 (4.3%)	4 (3.4%)	83 (70.9%)	20(17.1%)
M	1 (0.9%)	1 (0.9%)	2 (1.7%)	39 (33.3%)	17 (14.5%)
F	4 (3.4%)	4 (3.4%)	2 (1.7%)	44 (37.6%)	3 (2.6%)
Rapporto con i compagni	10 (8.5%)	13 (11.1%)	13 (11.1%)	77 (65.8%)	4 (3.4%)
M	7 (6%)	7 (6%)	6 (5.1%)	38 (32.5%)	2 (1.7%)
F	3 (2.6%)	6 (5.1%)	7 (6%)	39 (33.3%)	2 (1.7%)
Atteggiamento emotivo a scuola	13 (11.1%)	7 (6%)	16 (13.7%)	74 (63.2%)	7 (6%)
M	2 (1.7%)	2 (1.7%)	7 (6%)	46 (39.3%)	3 (2.6%)
F	11 (9.4%)	5 (4.3%)	9 (7.7%)	28 (23.9%)	4 (3.4%)
Senso di autoefficacia	6 (5.1%)	9 (7.7%)	25 (21.4%)	66 (56.4%)	11 (9.4%)
M	3 (2.6%)	4 (3.4%)	11 (9.4%)	35 (29.9%)	7 (6%)
F	3 (2.6%)	5 (4.3%)	14 (12%)	31 (26.5%)	4 (3.4%)
Benessere scolastico	8 (6.8%)	13 (11.1%)	14 (12%)	78 (66.7%)	4 (3.4%)
M	6 (5.1%)	5 (4.3%)	6 (5.1%)	41 (35%)	2 (1.7%)
F	2 (1.7%)	8 (6.8%)	8 (6.8%)	37 (31.6%)	2 (1.7%)

Infine, la valutazione del benessere scolastico in relazione alla pratica sportiva (Tabella 14), dimostra come nell'intero campione una percentuale significativamente maggiore di soggetti praticanti attività sportiva abbia uno *score* soddisfacente rispetto ai soggetti sedentari (χ^2 4.78 $p < 0.05$). Tale significatività è, tuttavia, attribuibile esclusivamente ai risultati relativi all'area urbana (χ^2 11.58 $p < 0.05$), dal momento che né nell'area periferica né in quella a rischio si rileva alcuna differenza tra sedentari e praticanti, nel livello di benessere scolastico.

Tab. 14 QBS intero campione e aree di riferimento nei sedentari e nei praticanti sport

	Sedentari	Praticanti sport	*p*
Intero campione (n=392)			
QBS insoddisfacente	34 (34.7%)	69 (23.5%)	*<0.05*
QBS soddisfacente	64 (65.3%)	225 (76.5%)	
AU (n=129)			
QBS insoddisfacente	9 (50%)	17 (15.3%)	*<0.005*
QBS soddisfacente	9 (50%)	94 (94.7%)	
AP (n=146)			
QBS insoddisfacente	11 (29.7%)	31 (28.4%)	*ns*
QBS soddisfacente	26 (70.3%)	78 (71.6%)	
AR (n=117)			
QBS insoddisfacente	14 (32.6%)	21 (28.4%)	*ns*
QBS soddisfacente	29 (67.4%)	53 (71.6%)	

5.5. Valutazione del rendimento scolastico

Il rendimento scolastico è stato valutato tenendo conto degli aspetti comportamentali e dei voti riportati nelle singole discipline. Per entrambe le componenti sono state valutate la media aritmetica: *i)* dello *score* riportato nelle singole sottoscale del comportamento (scala da 1 a 5); *ii)* delle votazioni riportate nei raggruppamenti disciplinari "area linguistica", "area scientifica" e "comunicazione non verbale" (scala da 1 a 10).

La Tabella 15 riporta analiticamente, nel campione totale, per area e per sesso, i risultati relativi ai singoli parametri comportamentali e lo *score* complessivo.

Tab. 15 Punteggi Scala Likert (M±DS) nel campione totale e nelle aree di riferimento

	Intero campione	AU	AP	AR	p
Motivazione all'apprendimento	3.23±1.25	3.03±1.15	3.77±1.13	2.78±1.28	AU vs AP p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
M	3.21±1.26	2.97±1.16	3.74±1.09	2.75±1.33	
F	3.25±1.25	3.10±1.14	3.84±1.18	2.81±1.23	
Impegno	3.33±1.24	3.12±1.31	3.91±0.99	2.72±112	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.005 AP vs AR p<0.0005
M	3.33±1.27	3.17±1.32	3.89±0.98	2.73±1.24	
F	3.22±1.22	3.07±1.3	3.94±1.06	2.70±0.99	
Rispetto delle regole	3.73±1.11	3.59±1.21	4.19 ±0.78	3.32±1.13	AU vs AP p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
M	3.67±1.13	3.49±1.25	4.13±0.76	3.25±1.21	
F	3.81±1.07	3.7±1.16	4.27±0.82	3.40±1.05	
Integrazione nella classe	3.85±1.02	3.74±1.05	4.23±0.77	1.33±0.33	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.005 AP vs AR p<0.0005
M	3.74±1.06	3.65±1.05	4.15±0.78	3.30±1.21	
F	3.87±0.96	3.83±1.04	4.34±0.76	3.37±0.81	
Interazione con i coetanei	3.83±1.0	3.76±0.97	4.25±0.75	3.37±1.1	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.005 AP vs AR p<0.0005
M	3.78±1.04	3.71±0.96	4.17±0.73	3.32±1.28	
F	3.88±0.95	3.82±1.0	4.34±0.76	3.42±0.88	

Interazione con gli adulti	3.791.02	3.71±1.09	4.32±0.71	3.21±0.93	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.005 AP vs AR p<0.0005
M	3.71±1.08	3.64±1.15	4.2±0.76	3.13±1.08	
F	3.88±0.94	3.8±1.02	4.48±0.61	3.30±0.75	
Valutazione complessiva comportamento	3.61±0.95	3.49±0.98	4.11±0.73	3.12±0.86	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
M	7 (1.8%)	3.44±1.0	4.04±0.72	3.09±0.99	
F	2 (0.5%)	3.55±0.97	4.19±0.75	3.16±0.71	

Complessivamente, tanto nelle singole sottoscale quanto nella valutazione complessiva, le votazioni medie risultano significativamente più alte nell'area AP rispetto alle altre due aree, e nell'area AU rispetto all'area AR. In nessuna delle tre aree vi è differenza tra i due sessi.

La valutazione comparativa del comportamento tra sedentari e soggetti praticanti sport (Tabella 16), evidenzia come questi ultimi registrino punteggi medi significativamente più alti, limitatamente al campione generale (t 2.4, $p<0.05$) e all'area AU (t 2.1, $p<0.05$).

Tab. 16 Scala Likert intero campione e aree di riferimento nei sedentari e nei praticanti sport

	Sedentari	Praticanti sport	*p*
Intero campione (n=392)	3.4±0.9	3.7±0.9	*<0.05*
AU (n=129)	3.10±1.02	3.55±0.96	*<0.05*
AP (n=146)	4.03±0.71	4.14±0.74	*ns*
AR (n=117)	3.02±0.76	3.18±0.92	*ns*

Nella Tabella 17 sono riportate le votazioni medie conseguite nei differenti raggruppamenti disciplinari, nel campione generale e nelle singole aree.

Tab. 17 Valutazioni medie (M±DS) complessive e per raggruppamento disciplinare, nel campione totale e nelle aree di riferimento

	Intero campione (n=392)	AU (n=129)	AP (n=146)	AR (n=117)	p
Area linguistica	6.8±1.1	6.9±1	7.2±0.9	6.1±0.9	AU vs AP p<0.05 AU vs AR p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
Area scientifica	6.8±1.0	6.8±1.0	7.2±1.1	6.3±1	AU vs AP p<0.005 AU vs AR p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
Comunicazione non verbale	7.4±0.8	7.3±0.7	7.8±0.8	7.1±0.7	AU vs AP p<0.0005 AP vs AR p<0.0005
Votazione complessiva	7±0.9	7±0.8	7.4±0.9	6.4±0.8	AU vs AP p<0.0005 AU vs AR p<0.0005 AP vs AR p<0.0005

Per quanto riguarda le votazioni medie del rendimento scolastico complessivo o per singolo raggruppamento disciplinare, non vi è differenza tra maschi e femmine dell'intero campione e nelle tre aree. Analogamente a quanto osservato per il comportamento, le votazioni medie risultano significativamente più alte nell'area AP rispetto alle altre due aree, e nell'area AU rispetto all'area AR.

Infine, la comparazione delle votazioni medie complessive, tra sedentari e praticanti sport, dimostra come, nell'intero campione e nell'area AU, i ragazzi praticanti sport abbiano votazioni mediamente più alte rispetto ai sedentari.

Tab. 18 Valutazioni medie (M±DS) complessive nei sedentari e nei praticanti sport

	Sedentari	Praticanti sport	*p*
Intero campione (n=392)	6.7±0.9	7.1±0.9	*<0.005*
AU (n=129)	6.5±0.7	7.1±0.9	*<0.05*
AP (n=146)	7.2±0.9	7.5±0.8	*ns*
AR (n=117)	6.4±0.7	6.5±0.9	*ns*

5.6. Analisi di correlazione tra attività motorio-sportiva e rendimento scolastico

Per valutare l'impatto dell'attività motoria sul rendimento scolastico complessivo, è stata dapprima effettuata un'analisi logistica univariata, assumendo come variabile dipendente il rendimento scolastico, definito adeguato se la media in tutte le discipline si colloca al di sopra della mediana, calcolata nell'intero campione, e come covariate il sesso, la pratica di attività sportive, il tipo di pratica sportiva (competitiva o ludico-ricreativa), il benessere scolastico, e lo stato socio-economico.

Tab. 19 Analisi di regressione logistica univariata

Covariate	Exp(B)	Sig.
Sesso	1,311	0,183
Pratica sport	2,120	0,002*
Sport individuale/squadra	1,279	0,343
Sport competitivo/ludico-ricreativo	1,013	0,958
Benessere scolastico	1,237	0,356
Stato socio-economico (SES)	1,066	0,0001*

Come evidenziato nel riepilogo statistico riportato nella Tabella 19, le variabili che risultano significativamente associate al rendimento scolastico sono la pratica di attività sportiva e lo stato socio-economico. Tali variabili sono state, quindi, valutate

contestualmente in un modello di regressione logistica multivariata, da cui risulta come entrambe rimanessero indipendentemente associate al rendimento scolastico (Tabella 20).

Tab. 20 Analisi di regressione logistica multivariata

		B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
Step 1[a]	pratica.sport	-,528	,253	4,348	1	0,037*	0,590
	Ses	,061	,010	33,865	1	0,0001*	1,062
	Constant	-1,405	,294	22,866	1	0,000	,245

CAPITOLO SESTO: DISCUSSIONE E CONCLUSIONI

6.1 Discussione

In questo studio si è cercato preliminarmente di accertare se la scuola, in quanto luogo di fruizione da parte dei ragazzi di programmi di formazione strutturati su principi scientificamente validi, promuova realmente la "cultura del movimento" e offra la possibilità di raggiungere gli obiettivi minimi raccomandati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, in termini di attività motoria (Epicentro- Il portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica, 2016).

A tal fine, è stato redatto un questionario specifico, volto ad analizzare la consistenza delle infrastrutture ed attrezzature scolastiche, nonché ad individuare le iniziative di carattere sportivo promosse dalle singole istituzioni scolastiche. Complessivamente, la realtà territoriale dove è stata svolta l'indagine è risultata fortemente carente relativamente alle infrastrutture, in quanto i locali dedicati all'attività motoria, quando presenti, risultavano vetusti e/o inidonei. Verosimilmente come conseguenza di ciò, anche l'offerta formativa, in termini di attività extracurriculari, risultava estremamente limitata e, quando espletata, unicamente realizzata per l'impegno e la disponibilità personale dei singoli docenti.

Successivamente, si è proceduto, attraverso idonei questionari, a verificare se esistessero differenze a livello comportamentale e cognitivo, tra studenti che praticano attività motorie e sportive a livello agonistico o ludico-ricreativo e studenti che, non esercitando alcuna attività motoria, conducono una vita sedentaria. A tal fine, è stata valutata la relazione tra attività sportivo-motoria, benessere scolastico, e risultati scolastici, questi ultimi definiti sulla base degli esiti valutativi da parte dei docenti.

La percentuale dei ragazzi che pratica un'attività motoria o sportiva rilevata in questa indagine risulta superiore rispetto alla media nazionale, laddove la significativa differenza tra maschi e femmine, in termini di partecipazione all'attività sportiva, è conforme ai risultati rilevati dall'ISTAT (Cap. 3). Sempre in linea con il dato nazionale è, inoltre, quanto emerso relativamente al più alto coinvolgimento dei soggetti di sesso maschile in attività sportive di squadra, praticate prevalentemente a livello competitivo. Tale evidenza trova riscontro sia nella maggiore intensità degli allenamenti cui si sottopongono i ragazzi, sia nella più alta valenza formativa e salutistica attribuita dagli

stessi all'attività sportivo-motoria in senso lato. Complessivamente, comunque, dall'analisi dei dati non sembrerebbe emergere alcuna differenza di genere nella percezione delle ricadute positive dell'educazione motoria né sulla vita relazionale, né sulle *performance* scolastiche. Quest'ultimo punto merita uno specifico approfondimento; circa la metà dei partecipanti riteneva che l'espletamento di una regolare attività motoria fosse sostanzialmente ininfluente sul proprio rendimento scolastico, dato abbastanza sorprendente alla luce di quanto emerso dalla correlazione tra benessere e rendimento scolastico, da un lato, e pratica dell'attività motoria, dall'altro. Infatti, quasi l'80% dei soggetti che realizzavano un *score* positivo al QBS ricadevano tra i praticanti sport e la comparazione del comportamento scolastico, sulla base della valutazione fornita dai docenti, tra sedentari e soggetti praticanti sport, evidenziava come questi ultimi registrassero punteggi medi significativamente più alti. Analogo risultato emergeva dalla valutazione del rendimento scolastico, dove la media ponderata delle votazioni riportate in tutte le discipline era significativamente più alta tra i praticanti sport, rispetto ai sedentari. Ad ulteriore riprova, l'analisi di regressione logistica multivariata dimostra come la pratica di attività motoria sia, insieme al SES, una condizione indipendentemente associata con migliori *performance* scolastiche. Questi risultati sono in sostanziale accordo con quanto riportato negli ultimi anni dalla letteratura scientifica internazionale, recentemente oggetto di una revisione sistematica (Singh et al, 2012). Secondo gli Autori, nonostante l'eterogeneità metodologica dei diversi studi, gli elementi a supporto di una ricaduta positiva dell'esercizio fisico sul rendimento scolastico sono sufficientemente sostanziati e tali da giustificare un ulteriore approfondimento dell'argomento mediante studi prospettici e longitudinali, che prevedano l'impiego di metodiche standardizzate per la definizione quantitativa dell'impegno fisico e delle *performance* scolastiche.

Come specificato nella parte metodologica della presente trattazione, la campionatura degli studenti è stata realizzata in scuole ricadenti in tre tipologie territoriali specifiche, in particolare, nel centro cittadino, nella periferia urbana e in zone suburbane a densità criminale medio-alta. L'assunto di base a tale scelta risiede nella ipotesi *a priori* di una rilevante differenza socio-culturale ed economica della popolazione residente in tali aree, e nella possibilità che una simile differenza possa influire in maniera determinante sulla partecipazione alle attività motorie e sul

rendimento scolastico complessivo. L'analisi del livello di partecipazione alle attività sportivo-motorie in relazione alle differenti aree ha, di fatto, confermato quanto sopra, evidenziando un progressivo decremento del tasso di partecipazione alle attività sportive procedendo dall'area urbana all'area a rischio, caratterizzate, rispettivamente, dal più alto e dal più basso stato socio-economico, come rilevato mediante calcolo dell'indice di Hollingshead (Hollingshead AB, 1975). Una simile correlazione positiva è intuitivamente imputabile alle più favorevoli condizioni economiche, che, in condizioni di offerta scolastica uniformemente limitata, diventano dirimenti rispetto alla possibilità di accesso ad attività sportive gestite da privati. Non è, tuttavia, da escludere l'ipotesi che, almeno in parte, essa rifletta un più alto livello di sensibilizzazione delle famiglie di provenienza e/o un ruolo di maggiore attenzione delle istituzioni scolastiche alla promozione di stili di vita salutisti.

6.2 Conclusioni

In conclusione, alla luce di quanto emerso dalla presente ricerca, sembrerebbe opportuno promuovere, anche mediante supporti finanziari, specifici interventi, a livello territoriale locale e nazionale, finalizzati ad implementare strategie e metodiche di sensibilizzazione, non soltanto degli studenti, ma anche dei familiari e dei docenti rispetto alle ricadute socio-relazionali e cognitive di una assidua attività motoria. Sul piano prettamente pratico, ciò è concretamente realizzabile attraverso il potenziamento delle attività scolastiche curriculari ed extra-curriculari, la cui fruizione non comporti oneri economici delle famiglie. Al contempo, in considerazione dell'ancora marginale importanza attribuita dalle ragazze all'attività motoria, particolare attenzione andrebbe posta allo sviluppo di iniziative che puntino ad attrarre in maniera specifica il sesso femminile, così colmando l'attuale divario di genere.

6.3 Limiti dello studio

Il carattere cross-sezionale della presente ricerca non ha consentito di valutare longitudinalmente gli effetti di una regolare attività fisica sull'apprendimento e sul rendimento scolastico dei ragazzi. Tuttavia, il disegno dello studio è stato, in certa

misura, obbligato, data la difficoltà incontrata in corso d'opera a raccogliere elementi valutativi relativi alla caratterizzazione iniziale dei soggetti inclusi nello studio.

Un secondo elemento di relativa debolezza dello studio è rappresentato da un bilanciamento non ottimale dei gruppi considerati (praticanti sport vs sedentari), derivante, tuttavia, unicamente dalla consecutività del campione di studio.

6.4 Prospettive future

I risultati della presente ricerca meritano ulteriore approfondimento, attraverso la pianificazione di uno studio longitudinale che:

- preveda l'impiego di misure standardizzate tanto dell'impegno nell'attività fisica, quanto della quantificazione del rendimento scolastico, complessivo e per differenti ambiti disciplinari;
- prenda a riferimento una popolazione scolare ampiamente pre-adolescenziale (6-8 anni), meno soggetta a condizionamenti esterni, che possano influenzare il rendimento scolastico.

CAPITOLO SETTIMO: BIBLIOGRAFIA

7.1 Bibliografia

- Arosio, C. G. (2012, Maggio 04). *Tangos dati statistici.* Tratto da sportgverno: https://www.sportgoverno.it/media/64138/3-datistatistici_tangos_gdl-v7.pdf
- Baroni, C. (2016). *SIEF I.D. Educazione Fisica e ginnastica: inquadramento storico.* Tratto da SIEF: www.sief.eu/la_nostra_storia/baroniinquadramentostorico.pdf
- Bortoli, L. B. (2005, Gennaio). Tratto da Giornale Italiano di Psicologia dello sport, : https://www.researchgate.net/
- Bruner. J.S., (1971). *Prime fasi dello sviluppo cognitivo.* Roma: Armando editore.
- Calcerano, L. C. (2003). *Educazione motoria e sportiva.* Brescia: Editrice La Scuola.
- Cannella, M. G. (2009). *Sport e fascismo.* Milano: Franco Angeli .
- Carraro, A. (2006). *Fondamenti storico epistemologici delle scienze motorie.*
- Casolo, F. (2007). *Lineamenti di teoria e metodologia del movimento umano.* Vita e Pensiero.
- Cei, A. (1998). *Psicologia dello sport.* Bologna: Il Mulino.
- Claparéde, E. (1973). *Psicologia del fanciullo e pedagogia sperimentale.* Firenze: Giunti Barbera.
- Claparéde, E. (1999). *La scuola su misura.* Firenze: La nuova Italia.
- Coscarelli, A. B. (2008, settembre). *rivistewe.* Tratto da rivisteweb psicologia sociale n. 3, settembre-dicembre 2008: https://www.rivisteweb.it/download/article/10.1482/28379
- Dal Passo, F. (2003). *Storia della scuola italiana.* Tratto da Sapienza Università di Roma: www.lettere.uniroma1.it/.../5.%20storia%20...
- Dassie, R. (2013). I diritti umani e lo sport. *Kor Europa*, 1 - 12.
- Dellabiancia, M. (1990). Storia dell'Educazione Fisica in Italia dall'Unità alla Conferenza Nazionale sulla scuola. *Didattica del Movimento (luglio - ottobre)*.

- Dellabiancia, M. (2015). *Linee di pedagogia e di epistemologia dell'educazione fisica.* Tratto da www.dellabiancia.it
- Di Bernardo, M. (1984). *Storia dell'educazione fisica e sportiva. Indirizzi fondamentali.* Roma: Studium.
- Di Donato, M. (1998). *Storia dell'educazione fisica e sportiva.* Roma : Studium.
- Di Donato, M. (2004). *Cenni storici sulla "ginnastica" e sull'"educazione fisica" in Italia dal XIX alla metà del XX secolo.*
- Enrile, E. I. (1979). *Gli aspetti del movimento in educazione fisica.* Roma: Società Stampa Sportva.
- Enrile, E. I. (1979). *I principi fondamentali dell'educazione fisica.* Roma: Società Stampa Sportiva.
- Fabrizio, F. (s.d.). *Istruzione Lombardia.* Tratto da http://www.istruzione.lombardia.gov.it/wp-content/uploads/2013/05/sport-fascista.pdf
- Fortini, M. (2000). *ISTAT Linee guida metodologiche per rilevazioni statistiche Nozioni metodologiche di base e pratiche consigliate per rilevazioni statistiche.* Tratto da ISTAT : www3.istat.it/strumenti/metodi/lineeguida.pdf
- Giovannini D., S. L. (2002). *Psicologia dello sport.* Roma: Carocci.
- Giugni, G. (1974). *Presupposti teoretici dell'educazione fisica.* Torino: Società Editrice Internazionale (SEI).
- Gottin, M. (2012). *Azioni, promuovere l'attività fisica per una vita in salute.* Tratto da Azioni: http://www.azioniperunavitainsalute.it/Raccomandaz_Oms
- Le Boulch, J. (1990). *Sport educativo.* Roma: Armando Editore.
- Le Boulch, J.(1975). *Verso una scienza del movimento umano.* Roma: Armando Editore.
- Le Boulch, J. (2009). *Lo sport nella scuola. Psicocinetica e apprendimento motorio.* Roma: Armando Editore.

- Leone, L. (2006). La promozione dello sport in ambito internazionale ed europeo, *Rivista telematica WWW.giustiziasportiva.it*, 27 - 46.
- Maietta, A. (2016). *Lineamenti di diritto dello sport.* Torino: G. Giappichelli
- Marchiani, G. (2016). *Selene centro studi* . Tratto da Selene centro studi : www.selenecentrostudi.it
- Montessori, M. (1970). *La scoperta del bambino.* Milano: Garzanti.
- Pepe, M. (1975). *Lineamenti di storia dell'educazione fisica e dello sport.* Torino: Tirrenia.
- Perrotta. (2006).
- Reitano, F. (2012). *sief.eu rivista.* Tratto da Società italiana educazione fisica: http://www.sief.eu/rivista/2012_1_ginnastica_militare/reitano.pdf.
- Rossi, G. (1994). *La rilevazione del SES in due contesti culturali italiani.* Tratto da Germano Rossi.: http://www.germanorossi.it/pubb/C35_1994_Rossi.PDF
- Sant'Agostino. (1989). *La dottrina cristiana, cur. Alici L.* Roma: Paoline.
- Sebastiani, R. (2006 - 08). *vegajournal.* Tratto da vegajournal "Periodico di cultura, didattica e formazione universitaria": www.vegajournal.org › Home › Archivio › 2006 08 - Anno II Numero 2
- Segnini, D. (2014, Maggio 22). *Daniele Segnini.* Tratto da Daniele Segnini: http://www.danielesegnini.it
- Singh, A. U. (2012). Physical Activity and Performance at School: A Systematic Review of the Literature Includinga Methodological Quality Assessment Arch. *Archives of pediatrics & adolescent medicine, 166*, 49-55.
- Tobia, M. (2015). *QBS 8-13 Questionario per la valutazione del benessere scolastico e identificazione dei fattori di rischio.* Trento: Erickson.
- Togni, F. (2011). La "breve parentesi" della riforma Gentile del 1923 nell'educazione fisica. *Educazione fisica e sportiva*, 1-15.
- Tognon, J. (2006). l'unione europea e lo sport. *giustizia sportiva.it*, 4 - 26.

- Ulmann. (2004). *Nel mito di Olimpia, a cura di Gabriella Aleandri.* Roma: Armando editore.
- Ulmann, J. (1973). *Ginnastica, educazione fisica e sport dall'antichità ad oggi.* Roma: Armando editore.
- Valentini, M. P. (2016). Attività motoria come'farmaco'per lo sviluppo della personalità in età evolutiva: revisione della letteratura.

7.2 Siti web e documenti da siti web

- Storia dell'Educazione Fisica in Italia dall'Unità alla Conferenza Nazionale sulla Scuola . (1990, luglio/ottobre). *Didattica del movimento*.
- *Giustizia Sportiva (anno secondo n.3).* (2006). Tratto da Giustizia Sportiva: www.giustiziasportiva.it/
- *Stili di vita dei bambini Italiani.* (2012). Tratto da Save the Children.: http://www.savethechildren.it/ IT/Tool/Press/Single?id_press=495
- *Educazione fisica e sport a scuola in Europa.* (2013, marzo). Tratto da EACEA-Europa.eu: http://eacea.ec.europa.eu/education/eurydice
- *Special Eurobarometer 412 sport and physical activity.* (2014). Tratto da Special Eurobarometer 412 / Wave EB80.2 – TNS Opinion & Social: http://ec.europa.eu/public_opinion/index_en.ht
- *Europarlamento.Eu.* (2014, maggio 21). Tratto da Europa.eu: http://www.europarl.europa.eu
- *portale salute.gov.* (2014, gennaio 7). Tratto da Ministero della salute: http://www.salute.gov.it
- *ICSSPE International Council of Sport Science and Physical Education*. (2014). Tratto da International Council of Sport Science and Physical Education: https://www.icsspe.org/
- *Epicentro Il portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica.* (2016, ottobre 17). Tratto da Centro nazionale per la prevenzione delle malattie e la promozione della salute dell'Istituto superiore di sanità: http://www.epicentro.iss.it/problemi/attivita_fisica/fisica.asp

– *Il sito delle scienze motorie*. (2017). Tratto da Il sito delle scienze motorie a cura di Lestini, G: http://motricitascuola.altervista.org/attivita motoria/scuola.html?

7.3 Riferimenti normativi

– legge 7 luglio 1878 N° 4442 - *Gazzetta Ufficiale del Regno d'Italia 15 luglio1878.*
– Legge 26 dicembre 1909, n. 805 / 5899 N ° 805 - *Gazzetta Ufficiale del Regno d'Italia, 8 gennaio 1910 n. 5*.
– Legge 1 luglio 1940 n. 899 - *Gazzetta Ufficiale del Regno d'Italia, 25 luglio 1940, n. 173.*
– D.P.R. del 14 giugno 1955 n. 503 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - Serie Generale- 27-6-1955, n.146.*
– Legge 7 Febbraio 1958, n. 88 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - Serie Generale, 6-3-1958*, *n.57*
– Legge 31 dicembre 1962, n.1859 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - Serie Generale 30-1-1963*. *n. 27*
– D.M. 9 febbraio 1979 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 20 febbraio 1979, n. 50.*
– D.M. 26 agosto 1981 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 16 settembre 1981, n. 218.*
– D.P.R. 1° ottobre 1982, n. 908 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 9 dicembre 1982, n.337.*
– D.P.R. 12 febbraio 1985, n. 104 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 29 marzo 1985, n. 76.*
– Legge n. 148 del 1990 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana,* 14 giugno 1990, *n. 138*.
– D.M. 3 giugno 1991 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - Serie Generale 15-6-1991, n.139*.
– Circ. 9 febbraio 1996, n. 67 - *MIUR prot. 402/A6. Italia.*
– Decreto Legislativo 8 maggio 1998, n. 178 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 8 giugno1998, n. 131.*

- Legge delega n. 53 del 28 marzo 2003 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 2 aprile 2003, n. 77*.
- Decreto Legislativo 19 febbraio 2004, n. 59 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 2 Marzo 2004*, *n. 51*.
- Decreto Legislativo 17 ottobre 2005 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 4 novembre 2005, n. 257*.
- D.P.R. 20 marzo 2009, n. 89 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 15 Luglio 2009, n.162*.
- Nota Prot. 4273, 4 agosto 2009 - *MIUR Direzione Generale per lo studente, l'integrazione, la partecipazione e la comunicazione Ufficio primo Roma, 4 agosto 2009.*
- DPR 15 marzo 2010 nn. 87, 88, 89 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana, 15 giugno 2010, n. 137 - supp. ord. n. 128.*
- Legge 13 luglio 2015, n. 107 - *Gazzetta Ufficiale della Repubblica Italiana - Serie Generale, 15-7-2015 n.162*.
- Carta europea dello sport del 1992 - *Gazzetta Ufficiale C 44 del 19.2.1992*.
- Manifesto europeo sui giovani e lo sport del 1995 - *Risoluzione n.1/1995 del Consiglio d'Europa*.
- Misure contro il doping - Gazzetta ufficiale n. C 098 del 09/04/1999. *Gazzetta ufficiale n. C 098 del 09/04/1999 pag. 0291* .
- Anno europeo dell'educazione attraverso lo sport 2004 - *Risoluzione n.291/2003 del Consiglio d'Europa*.
- Libro bianco sullo sport 11 luglio 2007 - *Comunicazione n.391/2007 del Consiglio d'Europa*.
- Raccomandazione del Consiglio sulla promozione trasversale ai settori dell'attività fisica salutare (2013) - *Gazzetta ufficiale dell'Unione europea 04/12/2013 C 354/1*.
- *Segretariato generale del consiglio.* 6 novembre 2014 Consilium europa: register.consilium.europa.eu
- Istruzione, gioventù, cultura e sport 3349ª - *Sessione del Consiglio 25 novembre 2014, n. 3349*

CAPITOLO OTTAVO: ALLEGATI

ALLEGATO N.1

Departamento de Psicología y antropología
Universidad de Extremadura
Badajoz-Cáceres

Al Dirigente Scolastico dell'Istituto Comprensivo

Il sottoscritto Prof. Dr. D. **Florencio Vincente Castro** dell'Università di Extremadura – Spagna -, chiede alla S.V. che la **PROF.SSA ROSSELLA MOLETI** dottoranda presso questa Università - Corso di Dottorato di Ricerca in Psicologia (P035), sia autorizzata a condurre, presso la vostra istituzione scolastica, la ricerca: ***"ATTIVITÀ MOTORIA E SPORTIVA: ricadute sul comportamento e sull'apprendimento in ragazzi di età compresa tra 10 e 14 anni a Messina"***, il cui scopo è quello di determinare se le differenze comportamentali e di rendimento scolastico siano riconducibili alla pratica di attività sportive e se esiste un rapporto con il tipo di sport praticato.

Nello specifico si chiede di potere:

- somministrare, agli alunni delle classi della scuola secondaria di primo grado, un questionario relativo alle attività sportive praticate e un test di rilevazione della situazione scolastica;
- raccogliere, garantendo l'anonimato degli alunni coinvolti, le valutazioni quadrimestrali;
- raccogliere, attraverso un questionario da sottoporre agli insegnanti di educazione fisica, dati relativi a:
  - attrezzature ed impianti sportivi di cui è dotata la scuola;
  - attività sportive proposte agli alunni in orario scolastico ed extrascolastico;
- avere copia del rapporto di autovalutazione della scuola per quanto concerne i seguenti dati:

- popolazione scolastica;
- territorio e capitale sociale;
- risorse economiche e materiali;
- risorse professionali;
- caratteristiche del territorio in cui è ubicata la scuola.

Di tutto questo la ringrazio vivamente

Badajoz (Spagna) 5 gennaio 2016

UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA Y ANTROPOLOGIA

Florencio Vicente Castro

ALLEGATO N. 2

Soggetto _____

Età_____ Sesso: □ Maschio □ Femmina Nazionalità: □ italiana □ straniera

LIVELLO SOCIOECONOMICO E CULTURALE DELLA FAMIGLIA

PADRE *(Titolo di studio più elevato posseduto)*

☐ 1 - Scuola Elementare

☐ 2 - Scuola Media Inferiore

☐ 3 - 2/3 anni di Scuole Superiori

☐ 4 - Scuola Media Superiore *(diploma maturità)*

☐ 5 - Qualche anno di Università

☐ 6 - Laurea

☐ 7 - Corsi/Specializzazione post-Università

Professione

☐ 1 - Lavoro manuale non specializzato

☐ 2 - Lavoro manuale specializzato *(Artigiani, operai specializzati, agricoltori)*; professioni qualificate nelle attività commerciali e nei servizi *(attività ricettive e ristorazione; servizi:sanitari, sociali, culturali)*; personale di truppa delle forze armate

☐ 3 - Impiegati, tec. riparatori e impiantisti, sottufficiali forze armate e pubblica sicurezza

☐ 4 - Professioni intellettuali, scientifiche e di elevata specializzazione *(liberi professionisti, lavoratori dipendenti con mansioni direttive, docenti scuola)*

☐ 5 -Imprenditori e amministratori di medie e grandi imprese, magistrati, docenti universitari, ufficiali forze armate e pubblica sicurezza

☐ Disoccupato

MADRE *(Titolo di studio più elevato posseduto)*

☐ 1 - Scuola Elementare

☐ 2 - Scuola Media Inferiore

☐ 3 - 2/3 anni di Scuole Superiori

☐ 4 - Scuola Media Superiore

☐ 5 - Qualche anno di Università

☐ 6 - Laurea

☐ 7 - Corsi/Specializzazione post-Università

Professione

☐ 1 - Lavoro manuale non specializzato

☐ 2 - Lavoro manuale specializzato *(Artigiani, operai specializzati, agricoltori)*; professioni qualificate nelle attività commerciali e nei servizi *(attività ricettive e ristorazione; servizi:sanitari, sociali, culturali)*; personale di truppa delle forze armate

☐ 3 - Impiegati, tec. riparatori e impiantisti, sottufficiali forze armate e pubblica sicurezza

☐ 4 - Professioni intellettuali, scientifiche e di elevata specializzazione *(liberi professionisti, lavoratori dipendenti con mansioni direttive, docenti scuola)*

☐ 5 - Imprenditori e amministratori di medie e grandi imprese, magistrati, docenti universitari, ufficiali forze armate e pubblica sicurezza.

☐ Disoccupata ☐ Casalinga

1. Abitazione: □ appartamento popolare □ appartamento in periferia □ appartamento in zona residenziale □ casa indipendente □ villetta a schiera □ villa

2. Hai una camera tutta per te? □ si □ no

Se no, con chi la dividi: □ fratelli/sorelle □ nonni/altri componenti della famiglia □ genitori

3. Hai spazi esterni dove giocare? □ si □ no

Se si, quale: □ cortile □ terrazzo □ giardino □ parco pubblico

4. Come sono i rapporti con tuo padre? (Segna una sola risposta)

□ Intensi □ Soddisfacenti □ Superficiali □ Difficili

5. Come sono i rapporti con tua madre? (Segna una sola risposta)

□ Intensi □ Soddisfacenti □ Superficiali □ Difficili

6. Attività svolte abitualmente nel tempo libero durante la settimana

Tipo di attività	mai	poche volte a settimana	tutti i giorni
Televisione			
Sport			
Internet			

Lettura			
Musica			
Attività artistiche			
Cinema			

ALLEGATO N.3

Pratichi uno sport? SI NO

Quale? _____

Pratichi danza? _____ che tipo? _____

Da quanti anni pratichi attività motorie? _____

Le pratichi □ a livello competitivo □ ludico/ricreativo

Ti alleni con una società? □ si □ no

Ti alleni di pomeriggio con un professore della scuola? □ si □ no

Quante volte alla settimana ti alleni? 2 3 4 o più

Hai praticato più di uno sport? □ si □ no

Hai scelto tu l'attività da praticare? □ si □ no

Ti hanno consigliato: □ i genitori □ gli amici □ gli insegnanti

Quanto è importante, secondo te, svolgere un'attività sportiva?

□ poco importante □ sufficientemente importante □importante □molto importante

A cosa serve, secondo te, impegnarsi in un'attività motoria?

□ non serve a nulla □ è utile per il corpo □ è utile per il corpo ed il comportamento □ è utile per migliorare il comportamento

Secondo te, praticare un'attività sportiva, può avere delle ricadute sul rendimento a scuola? □ no □ raramente □ a volte, □ sempre

Secondo te, impegnarsi in un'attività sportiva può aiutare a superare problemi di comportamento? □ no □ raramente □ a volte □ sempre

Secondo te, è importante praticare un'attività sportiva da soli o in compagnia? □ da soli □ con poche persone □ con un gruppo più ampio

Secondo te, nella pratica di attività motorie è più importante:

□ il risultato sportivo □ la possibilità di ampliare le amicizie

ALLEGATO N.4

Allegato 2 – QBS-R

Leggi attentamente le frasi e poi fai una crocetta su «Non vero», «Abbastanza vero» oppure «Verissimo» a seconda di come la pensi.
Non ci sono risposte giuste o sbagliate, ci interessa quello che pensi tu!

	Item			
1	Sono soddisfatto/a dei risultati scolastici che ottengo	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
2	Sono capace di pensare in fretta	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
3	Vado male in un compito scolastico solamente quando è troppo difficile	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
4	Ai miei compagni piace lavorare con me	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
5	Credo di essere un ragazzo sveglio/una ragazza sveglia	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
6	Sono tranquillo/a prima di una verifica o un'interrogazione	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
7	Di fronte agli ostacoli non mi tiro indietro	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
8	Quando sbaglio credo di essere meno intelligente dei miei compagni	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
9	Sono agitato/a quando so di non aver fatto bene un compito	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
10	In classe ho molti amici	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
11	Mi sento a mio agio con i miei insegnanti	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
12	Mi sento in colpa quando non riesco a fare bene un compito	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
13	Vado bene nei compiti scolastici solo quando qualcuno mi aiuta	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
14	Ho tanta immaginazione	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo

Allegato 2 – QBS-R

	Item			
15	I miei insegnanti mi sanno convincere a impegnarmi al massimo	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
16	Di solito ho delle buone idee	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
17	In classe mi sento accettato/a	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
18	Mi fido dei miei insegnanti	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
19	I miei genitori sono contenti di come vado a scuola	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
20	I miei insegnanti mi aiutano se non capisco qualcosa	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
21	Con i miei compagni mi diverto	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
22	Mi vergogno a parlare davanti a tutta la classe	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
23	I miei genitori credono che nello studio mi impegni al massimo	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
24	Posso parlare con i miei insegnanti delle mie preoccupazioni e difficoltà	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
25	I miei insegnanti sono contenti di come vado a scuola	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
26	Imparo cose nuove con facilità	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo
27	Dei miei compagni mi posso fidare	Non vero	Abbastanza vero	Verissimo

Grazie mille!

ALLEGATO N.5

DOCENTI EDUCAZIONE FISICA

INFRASTRUTTURE E ATTREZZATURE

La scuola è dotata di palestra e/o campi di gioco?

N° impianti disponibili _____ Quali sono le condizioni degli impianti?

scarse	sufficienti	buone	ottime

Gli impianti sono dotati di attrezzature?

_____

PARTECIPAZIONE DEGLI STUDENTI ALLE ATTIVITÀ SPORTIVE

Nella scuola è stato costituito il centro sportivo scolastico?

Quali sport vengono praticati nelle ore aggiuntive di avviamento alla pratica sportiva?

_____

La scuola promuove la partecipazione a manifestazioni sportive? Quali

_____

La scuola organizza manifestazioni sportive?

_____

Gli studenti partecipano spontaneamente alle manifestazioni?

Gli studenti mostrano interesse per le attività proposte?

Nella scuola operano società o associazioni sportive?

Le società o associazioni sportive propongono le attività agli studenti della scuola?

Agli studenti con difficoltà economiche società o associazioni sportive propongono agevolazioni?