

ODG

N. 106

Implementare in maniera strutturata ed efficace nelle scuole piemontesi 'The Daily Mile intervention', il programma che promuove, attraverso l'attività fisica quotidiana in ambito scolastico, il benessere psico-fisico fin dalla più giovane età

Presentato da:

RAVETTI DOMENICO (primo firmatario) 23/10/2019, SARNO DIEGO 23/10/2019, GIACCONE MARIO 24/10/2019, VALLE DANIELE 24/10/2019, AVETTA ALBERTO 24/10/2019, MAGLIANO SILVIO 24/10/2019, SALIZZONI MAURO 24/10/2019, CANALIS MONICA 04/11/2019, MARELLO MAURIZIO 29/12/2020

Richiesta trattazione in aula

Presentato in data 25/10/2019

*Al Presidente del
Consiglio regionale
del Piemonte*

ORDINE DEL GIORNO

*ai sensi dell'articolo 18, comma 4, dello Statuto e
dell'articolo 103 del Regolamento interno,*

OGGETTO: *Implementare in maniera strutturata ed efficace nelle scuole piemontesi "The Daily Mile intervention", il programma che promuove, attraverso l'attività fisica quotidiana in ambito scolastico, il benessere psico-fisico fin dalla più giovane età.*

Il Consiglio regionale del Piemonte,

premesso che

- la Regione Piemonte, come sancito dall'articolo 6 dello Statuto regionale, promuove la valorizzazione del paesaggio e delle bellezze naturali, al fine di assicurarne a tutti la fruizione; ai sensi dell'articolo 9, la Regione promuove e tutela il diritto alla salute delle persone e della comunità; infine, ai sensi dell'articolo 14, la Regione garantisce e promuove per tutti il diritto allo studio, volto ad assicurare maggiori opportunità personali di crescita culturale e civile, rimuovendo gli ostacoli che ne limitano l'accesso;
- il Piano regionale di prevenzione (PRP) 2014-2019, che si basa sulle indicazioni contenute nel Piano nazionale di prevenzione 2014-2018, è un documento che fissa obiettivi, strategie e azioni per la promozione della salute e la prevenzione delle malattie, sulla base dello stato di salute della popolazione piemontese. Tale Piano, che è considerato un LEA (livello essenziale di assistenza), è costituito da 10 programmi di intervento, tra cui figura il numero 1 denominato *"Guadagnare Salute Piemonte – Scuole che promuovono salute"*;
- tale programma stabilisce che *"per una stabile e produttiva politica di promozione della salute nel setting scolastico, elemento basilare per la programmazione della prevenzione, l'elemento*

decisivo è rappresentato da una solida strategia integrata tra le politiche pubbliche dell'istruzione e della sanità." . La Regione Piemonte (Assessorati all'Istruzione e Sanità) e l'Ufficio Scolastico Regionale cooperano a tal fine grazie al Protocollo d'Intesa 2017/2020, adottato con DGR n. 73- 6265 del 2017, che *"mira a garantire la qualità delle azioni di promozione della salute, riconducendole ad un quadro unitario coordinato sia con la programmazione sanitaria nazionale e regionale, sia con i programmi ministeriali dell'istruzione"* . A tal riguardo, si sottolinea come le ASL del Piemonte, con la rete dei referenti per la promozione della salute, lavorino da anni per proporre alle scuole progetti omogenei di interventi su tematiche di salute considerate prioritarie, garantendo prodotti validati a livello nazionale e in alcuni casi internazionale, sui quali gli operatori hanno ricevuto una formazione accreditata;

premessi, altresì, che

- *"The Daily Mile!"* è una pratica che, nata da un'iniziativa di una scuola scozzese, si è rapidamente diffusa fuori dai confini del Regno Unito, accolta con successo in molti paesi europei (Olanda, Belgio, Francia, Spagna, etc.) ed extra europei, come ad esempio gli USA e il Canada. Attualmente sono oltre 2 milioni i bambini iscritti all'iniziativa e circa 10 mila le scuole e gli asili partecipanti al progetto. In Italia sono ancora pochissime le realtà scolastiche aderenti, alcune presenti anche nella nostra regione. Da ultimo, in provincia di Alessandria è in partenza (novembre e dicembre 2019) il progetto denominato *"Nordic Walking Passion - Un miglio al giorno"* - patrocinato, tra gli altri soggetti, dall'ASL di Alessandria, dal CSEN di Alessandria e dalla Federazione Italiana Medici Pediatri - rivolto ai docenti che intendano coinvolgere le proprie classi nella lotta alla sedentarietà attraverso il movimento quotidiano. I docenti saranno preparati alla gestione del gruppo in cammino e all'attuazione pratica del progetto. È prevista la supervisione periodica di un formatore con il compito di aggiornare docenti e ragazzi sulle novità didattiche e sportive, assistendoli nella percorrenza del Miglio quotidiano con avvicinamento a pratiche differenti di cammino;
- nelle scuole che partecipano al progetto, si prevede, infatti, che le classi (a rotazione) accompagnate da insegnanti abilitati escano dall'edificio scolastico per muoversi o correre per circa 15 minuti ogni giorno, in un momento della giornata scelto dall'insegnante. In questo lasso di tempo, la maggior parte degli alunni percorre all'incirca un miglio (1,5 km) e proprio da qui nasce il nome *"The Daily Mile!"*. Tale attività non necessita di alcuna

attrezzatura specifica ma soltanto di un abbigliamento comodo per passeggiare e per le scuole dell'infanzia è ovviamente previsto un programma particolare relativamente alle percorrenze, in considerazione dell'età dei bambini;

- l'obiettivo di "*The Daily Mile!*" è quello di migliorare la salute fisica, sociale, emotiva, mentale e il benessere generale dei bambini e dei ragazzi, indipendentemente dalla loro età, dalle loro capacità e circostanze personali. È un concetto semplice ma molto efficace, che tutte le scuole possono mettere in atto. Il suo impatto è notevole perché, come ampiamente dimostrato, migliora la forma fisica (cambia in meglio la composizione corporea, aiuta a raggiungere e mantenere un peso salutare, contribuisce a sviluppare l'equilibrio generale e le capacità grosso e fino motorie), ma anche i livelli di concentrazione, l'umore, il comportamento e, quindi, il benessere generale;

sottolineato, inoltre, che

- durante tale attività - che si configura non solo come attività motoria ma anche come *outdoor education* in grado di sviluppare nei bambini e nei ragazzi le capacità di riflessione e apprendimento - l'insegnante può veicolare contenuti relativi alla natura e alla ciclicità delle stagioni, stimolare l'osservazione del territorio e delle sue caratteristiche, promuovendo il rispetto e *veicolando* informazioni che siano da stimolo per atteggiamenti positivi e corretti *ecologicamente parlando*. In tal modo, le giovani generazioni possono prendere parte ad una attività quotidiana che consente loro di vivere appieno, anche in ambiente scolastico, le diverse condizioni meteorologiche, le stagioni e la natura nel suo complesso;

rilevato come

- le esperienze maturate nei paesi sopra ricordati abbiano già fatto registrare effetti positivi rilevanti (dopo almeno 8 mesi di intervento) quali, in particolare, una diminuzione del comportamento sedentario (circa 18 minuti al giorno), un miglioramento nella composizione corporea e nei livelli di *fitness*, nonché il miglioramento della convivenza a scuola e la creazione di nuove e positive dinamiche di collaborazione e di accettazione nei *gruppi-classe*, anche in riferimento all'inclusione di soggetti con problematiche emotive

comportamentali come Asperger, AHDH o altri disagi relazionali dovuti, ad esempio, alla presenza di diverse etnie e culture;

- altri benefici da sottolineare: una maggiore consapevolezza nei bambini e ragazzi della loro salute e dell'importanza di prendersene cura; il miglioramento dell'autostima e della soddisfazione personale;

preso atto che

- una ricerca recentissima condotta dall'Università di Torino (l'articolo dal titolo "*The Daily Mile: 15 Minutes Running Improves the Physical Fitness of Italian Primary School Children*" è stato pubblicato lo scorso 15 ottobre) ha studiato l'efficacia e la fattibilità di *The Daily Mile intervention* in Italia, nello specifico in alcune scuole elementari (bambini di età compresa tra 6 e 9 anni). I principali risultati dello studio sono stati che la partecipazione al programma durante le giornate scolastiche ha avuto un impatto positivo sulle funzioni fisiche e che il programma ha dato prova di fattibilità, sicurezza e accettabilità nel contesto italiano. L'attività è stata, infatti, implementata con successo tre volte alla settimana in media. Nessun evento avverso o incidente si è verificato durante le attività. Inoltre, sebbene non sia stato possibile valutare i bambini disabili, lo studio ha dimostrato che il *Daily Mile* può essere un'attività inclusiva per tutti. I bambini trascorrono molto tempo della loro giornata a scuola e *The Daily Mile intervention* potrebbe essere, quindi, un programma semplice e promettente per promuovere uno stile di vita sano fin dalla più giovane età;

ricordato che

- le linee guida internazionali sull'attività fisica raccomandano che i bambini trascorrano almeno 60 minuti al giorno di attività fisica di intensità da moderata a vigorosa (MVPA). Tuttavia, circa il 60% dei bambini nei paesi occidentali non soddisfa queste linee guida: un recente studio condotto in otto paesi europei ha mostrato che solo il 9% delle bambine e il 26% dei bambini è fisicamente attivo. Inoltre, la prevalenza di obesità e sovrappeso tra i bambini europei (di età compresa tra 6 e 9 anni) varia dal 18,4% al 49% in entrambi i sessi. In Italia, le tendenze sono ancora più allarmanti; nel 2016, circa il 30,6% dei bambini

italiani dai 6 ai 10 anni è stato classificato come obeso o in sovrappeso, presentando un livello inferiore di MVPA rispetto ad altri bambini europei;

ritenuto che

- promuovere, anche nell'ambiente scolastico, opportunità per aumentare l'attività fisica sia un elemento importante per la promozione della salute, poiché può contribuire a prevenire e/o ridurre l'incidenza di sovrappeso, obesità e malattie croniche in età adulta;
- il contesto scolastico costituisca un ambiente favorevole per promuovere molte forme di attività fisica e per prevenire il sovrappeso nell'infanzia e nell'adolescenza. L'alfabetizzazione fisica e sanitaria a scuola, già a partire dalla più tenera età, può, infatti, aiutare a promuovere in maniera efficace uno stile di vita sano e attivo per tutta la vita, componenti essenziali per creare una società più attiva;

ritenuto, pertanto, che

- iniziative come quella denominata "*The Daily Mile!*" - volte a promuovere il movimento e l'attività all'aria aperta come parte integrante della giornata scolastica - possano rientrare a pieno titolo, per tutte le motivazioni sopra riportate, tra le azioni/misure del Programma "*Guadagnare Salute Piemonte - Scuole che promuovono salute*" del Piano regionale di prevenzione;

IMPEGNA

la Giunta regionale e l'Assessore competente in materia

ad attivarsi, in collaborazione con le ASL piemontesi e in raccordo con l'Ufficio Scolastico Regionale - ciascuno per quanto di propria competenza - affinché *The Daily Mile intervention*, il programma che promuove, attraverso l'attività fisica quotidiana in ambito scolastico, il benessere psico-fisico fin dalla più giovane età, possa essere implementato in maniera strutturata ed efficace nelle scuole piemontesi, a partire dalle scuole dell'infanzia.

Torino, 23 ottobre 2019