



## Convegno in Festa - Comunità attive... un bilancio per rilanciare!

Manta (CN), 9-10 settembre 2022

### ABSTRACT per il POSTER



#### **“Scuola in cammino”**

#### **1. Responsabile e gruppo di progetto / ente di provenienza:**

- Milena Vettorello Medico-Medicina dello Sport ASL Biella  
✉ milena.vettorello@aslbi.piemonte.it
- Elisa Pollero insegnante presso la Scuola Primaria di Mottalciata, I.C. di Cossato (Bi)  
✉ elisa.pollero@iccossato.edu.it

#### **2. Parole chiave del progetto (max 5):** *attività fisica, inclusione, equità, mobilità e cittadinanza attiva*

#### **3. Perché è nato il progetto? In quale contesto?**

*Dal 2015, con l'attivazione dei Gruppi di Cammino, l'ASLBI s'impegna a contrastare la sedentarietà promuovendo l'attività fisica e uno stile di vita attivo al fine di migliorare la qualità della vita e contrastare l'insorgenza di malattie esercizio-sensibili.*

*La pandemia da Covid-19 da marzo 2020 ha imposto l'isolamento sociale con un aumento notevole della sedentarietà sia in ambito familiare che scolastico. Con la ripresa delle attività nel settembre 2021 le attività erano vincolate dal distanziamento sociale e dalla mancanza di strutture adeguate a svolgere attività motoria a scuola.*

*Per tali ragioni è nata la collaborazione tra ASL e Scuole del territorio biellese con la finalità di realizzare un intervento mirato di promozione dell'attività fisica nel setting scolastico, che coinvolgesse studenti e docenti.*

*L'idea di proporre nelle scuole biellesi il progetto “Scuola in cammino” si riallaccia al progetto nazionale “Scuole in cammino” proposto dall'Associazione “Rete dei cammini” che da anni sostiene la funzione formativa, educativa e sociale della riscoperta e della pratica dei cammini storici italiani.*

*Il progetto si cala in un contesto favorevole in quanto le scuole degli Istituti interessati si trovano in zone poco trafficate e dalle quali è subito possibile iniziare l'attività di cammino. Nella maggior parte dei comuni del territorio sono tracciati e ben segnalati da cartellonistica i sentieri del progetto “Salute in cammino”.*

*Punto di forza del progetto è la gratuità e la semplicità di realizzazione che lo rendono fruibile a tutte le scuole interessate nel rispetto dell'equità.*

#### **4. Quali collaborazioni? Quali alleanze?**

*Dipartimento di Prevenzione- Medicina dello Sport ASL Biella  
Ufficio Scolastico Provinciale ambito di Biella  
I.C. Cossato (per il progetto pilota), I.C. Pray, I.C. Vigliano Biellese, I.C. Cavaglià, Liceo Scientifico Avogadro di Biella, I.C. Mongrando, I. C. Brusnengo  
Associazione Rete dei cammini*

#### **5. Quali destinatari?**

*Insegnanti e studenti di scuola dell'infanzia, primaria, secondaria di primo e secondo grado*



## 6. Quali obiettivi?

- *Costruzione di percorsi esperienziali per la promozione del benessere a scuola con strumenti e modalità innovative, incentivando il movimento e l'attività fisica all'aria aperta come parte integrante della giornata scolastica, contrastando sedentarietà e malattie esercizio-sensibili;*
- *cura delle relazioni all'interno del gruppo classe includendo tutti gli studenti in base alle proprie capacità e risorse.*
- *diffusione nella comunità scolastica di informazioni, conoscenze ed esperienze di stili di vita sani;*
- *incoraggiamento all'esercizio della cittadinanza attiva ed educazione alla conoscenza ed al rispetto dell'ambiente.*

## 7. Quale metodologia?

*Corso di formazione per "Insegnanti walking leader": lezioni frontali e attività pratica della corretta tecnica del cammino e ulteriore parte specifica legata alla didattica in cammino. Attività con le classi: brainstorming, sviluppo delle life skills, tutoring e learning by doing.*

## 8. Quali azioni-attività?

*Il progetto "Scuola in cammino" prevede:*

*Parte teorica (4 ORE): lezioni frontali con l'esposizione da parte degli esperti di aspetti tecnici della camminata, strumenti e strategie per l'organizzazione, conduzione e gestione di un gruppo di cammino adattato alla classe.*

*Parte pratica (3 ore): esercitazione attraverso un'uscita di gruppo.*

*Parte sperimentale (da settembre a giugno): creazione del gruppo di cammino con la classe a stesura di una relazione dell'esperienza svolta.*

*Gli insegnanti formati al ruolo di Walking Leader sono in grado di utilizzare il cammino come nuova possibilità educativa che favorisce:*

- *la scoperta e la cura del patrimonio ambientale, culturale e naturale, nel suo presente, nella sua storia.*
- *lo sviluppo del senso di benessere, salute, inclusione, accoglienza, consapevolezza e cittadinanza attiva;*
- *la pratica di un nuovo "turismo di apprendimento" e di prossimità, rispettoso del territorio e dell'ambiente, con mobilità dolce e sostenibile.*

## 9. Quale valutazione? Quali risultati?

*Monitoraggio del numero di classi che adottano il progetto*

*Raccolta delle relazioni prodotte dai docenti coinvolti e dei questionari di gradimento compilati da docenti e alunni*

## 10. Come è stato promosso/comunicato il progetto e i suoi risultati?

*Pubblicazione nel catalogo dell'offerta formativa per le scuole*

*promozione del progetto sul sito istituzionale ASL biella e relative pagine social*

## 11. Link (a video, pagine

*Video promozionale del*

*facebook...)*

*progetto ( link e qr code scansionabile)*



*Watch Video*

<https://youtu.be/r10UCcPIb3w>

<https://www.retecamminifrancigeni.eu/>