“Tempi e Spazi a scuola e in città: bambini in movimento ”

CITY - Children In The city. Growing up in activated space, progetto europeo

SINTESI DEGLI INTERVENTI E ABSTRACT ALLEGATI

A cura di Raffaela Mulato

Sabato 21 settembre 2013

ore 15,00 Inaugurazione dell'OFC Arena arrampicata polo scolastico di Via dei Mille

ore 16,30 Tavola Rotonda Convento di San Francesco, Conegliano

"Tempi e Spazi a scuola e in città: bambini in movimento "

CITY - Children In The city. Growing up in activated space, progetto europeo

con Giacomo Toffol, pediatra, Cinzia Mion, psicopedagogista, Stephan Riegger, esperto scienze motorie e pedagogia, Paolo Giordano, architetto, Michela Possamai, Dirigente Scolastico, Ufficio Scolastico Regionale del Veneto e Docente IUSVE, Cristina De Stefano, psicomotricista, modera Raffaela Mulato, Moving School 21

Promotori: IC 3 Conegliano, Associazione onlus Moving School 21, Comune di Conegliano

Programma

15,00 – Giardini in gioco: inaugurazione dell'arena arrampicata OFC, presso il polo scolastico di Via dei Mille IC3 Conegliano

15,45 – Trasferimento al Convento di San Francesco

16,30 - Accoglienza partecipanti

16,45 - Saluti delle autorità: Floriano Zambon, Sindaco di Conegliano, Claudio Toppan, Assessore, Dirigente Scolastico IC 3 Conegliano, Giovanni Gallo, ULSS 9, promotore della rete Lasciamo il segno (da confermare), USR Veneto Direzione Generale

17,00 – Video / foto flash progetto locale Moving school 21 "Mille in Movimento" e progetto europeo "CITY – growing up in activated spaces"

17, 15 – Tavola rotonda

18,45 - Discussione

Target: dirigenti scolastici, insegnanti, genitori, agenzie educative, ULSS, pediatri, tecnici, responsabili enti locali, abitanti

Per i bambini: Lo spazio esterno del Convento di San Francesco è stato attrezzato per stimolare azioni di gioco e movimento, a cura dell'Associazione Moving School 21. Conduttori: Nerina Romano, Silvia Vedovelli, Lora Zanarini, Margherita Garzya

Partner progetto europeo: collegamento skype con i partner spagnoli; partecipa alla tavola rotonda il prof. Stephan Riegger, coordinatore scientifico del progetto per il team berlinese

Organizzazione: Emanuela Franzin, Josette Tamponi, Angiola Marchiori (referenti progetto MIM)

INAUGURAZIONE DELL'OFC – ARENA polo scolastico di Via dei Mille 21 settembre 2013

GIOCHI IN MOVIMENTO CONVENTO di SAN FRANCESCO 21 settembre 2013

PREMESSA

Città poco accessibili negano il diritto dei bambini di crescere sani, sicuri e autonomi. Spazio e movimento sono fattori chiave per sviluppare competenze motorie e cognitive, per sviluppare apprendimenti significativi, per favorire la partecipazione e la cittadinanza attiva.

"Nei paesi dell'Unione europea, circa il 70-80 % della popolazione abita in ambiente urbano dove circa il 70-80 % dei bambini e giovani troveranno o non troveranno buone condizioni evolutive a seconda che esso sia stato concepito tenendo conto o meno di loro".

Forme e funzioni della città, a partire dagli anni cinquanta, hanno influito sulla vita dei suoi abitanti, modificandola profondamente. Urbanisti e architetti hanno progettato città, quartieri, infrastrutture pensati per adulti, lavoratori, per lo più automuniti, alimentando il traffico motorizzato e privato. In questo processo di scelte e trasformazioni urbane le esigenze di bambini e ragazzi e i loro diritti a un ambiente di vita sano e a una mobilità autonoma e sicura sono stati ignorati. Aree per il gioco e il movimento sono state circoscritte, recintate; gli spazi ancora liberi sono stati attrezzati per soddisfare i bisogni degli adulti.

Esperienze di laboratori con i cinque sensi ci hanno fatto capire che gli orizzonti sensoriali dei bambini si sono drasticamente ridotti. L'azione di annusare, toccare, assaggiare significa per molti di loro entrare in universi sconosciuti, affascinanti e divertenti, ma non riconoscibili, cui non sanno dare un nome. Analogamente, toccando con le mani o camminando attraverso percorsi ricoperti da materiali diversi, i bambini non riescono a identificare facilmente se si tratti di ghiaia fine, batuffoli di lana, foglie secche… I bambini stanno perdendo i sensi? Se così è, come possono scoprire il proprio corpo, se non sanno dare un nome alle sensazioni che provano; come possono conoscere e dare un nome al "corpo del mondo"? Essere fuori del proprio corpo significa essere fuori dalla propria cultura, non avere strumenti per conoscerla ed esserne parte attiva. Come "liberare i bambini" dai vincoli di protezione che impediscono loro di imparare facendo, di muoversi in autonomia senza l'accompagnamento adulto?

La mancanza di esperienze attive e in autonomia nello spazio aperto comportano effetti negativi sulla salute e sulla sicurezza dei bambini: disturbi nello sviluppo psicofisico; diminuzione delle esperienze sociali e sensoriali; sovrappeso/obesità in aumento (38% dei bambini italiani) e patologie correlate; mancanza di coordinazione; mancanza di concentrazione; iperattività motoria. Sono in aumento gli infortuni a scuola nella fascia infantile: 1 su 2 accade al Nord secondo dati statistici INAIL riferiti all'anno scolastico 2007-08. Nel 2010 gli infortuni a scuola hanno coinvolto 98.429 studenti (nel 2009 erano 92.060). Cadute, urto di ostacoli, colpiti da altri bambini, sono, secondo i dati INAIL, le cause più ricorrenti degli infortuni, facilmente correlabili al mancato sviluppo di competenze motorie e di percezione di pericoli e relativi rischi.

Secondo una ricerca di Gavin Sandercock, cardiologo dell'università di Essex, in dieci anni la forza delle braccia dei bambini è scesa del 26% . Studi svolti in Germania hanno visto ridursi nel tempo le capacità di saltare, di stare in equilibrio, di correre. Queste carenze nello sviluppo rendono indispensabili provvedimenti eccezionali e costosi da parte delle autorità e delle aziende della salute.

Il progetto CITY, nato come esigenza di riflessione a 3 anni dall'avvio del progetto "I mille in Movimento" per la riqualificazione degli spazi scolastici e del quartiere, ha come sfondo l'idea di una scuola in movimento (Moving School 21 – Scuola in Movimento dopo Agenda 21 locale): richiama un'immagine concreta, che ha a che fare con la fisicità, dei corpi e degli spazi che li ospitano, ma è anche metafora: significa " mettere in movimento le risorse intellettuali e creative per riflettere e promuovere una scuola e una città sana, con tempi e spazi che ci permettano di stare bene".

Nella pratica didattica diventa dunque fondamentale prestare attenzione ai modi di organizzare e dare forma all'ambiente di apprendimento (ambiente inteso come spazio e come contesto di stimoli per l'interazione), che dovrebbe offrire ai bambini opportunità per indagare, pensare ed esprimere le proprie idee attraverso una varietà di codici diversi.
Il curriculum implicito è importante tanto quello esplicito: questo si esplica ad esempio nell'organizzazione degli spazi e nelle occasioni di esperienze sensoriali, emotive, cognitive che essi possono offrire, che richiedono un'attenta regia educativa, capace di coniugare forme di apprendimento formale ed informale, gioco e didattica. Si tratta di uscire dallo 'spazio aula' e di ampliare i confini dell'ambiente educativo al cortile scolastico, al quartiere, alla città.
Il campo di azione nel quale si vuole agire è l'innovazione nella didattica, nell'organizzazione del tempo scuola, nelle relazioni con il territorio. Un tentativo di dare risposta a bisogni educativi plurali, in un percorso condiviso e partecipato con tutti gli attori che contribuiscono o possono contribuire a "fare la scuola e la città".

La tavola rotonda è parte delle iniziative pubbliche inserite nel Progetto Europeo Comenius *CITY Growing up in activated spaces* coordinato dall'IC 3 "Brustolon" - scuola dell'infanzia e scuola primaria di Via dei Mille, nido "Zamboni" e scuola primaria di Rua di Feletto in collaborazione con l'Associazione Moving School 21 come momento di cittadinanza attiva per promuovere i diritti dei bambini di giocare, crescere, muoversi in autonomia e sicurezza, imparare a scuola e in città.

Scopo della tavola rotonda

Costruire un "decalogo" e un'agenda per una città amica delle bambine e dei bambini che si possano tradurre in azioni concrete relative a:

1. utilizzo ottimale degli spazi della scuola interni ed esterni, anche in connessione al quartiere/città;
2. trasformazione degli spazi (qualità, sostenibilità);
3. ben-essere a scuola (e in città);
4. relazioni tra movimento/salute/apprendimento;
5. sviluppo di competenze sociali;
6. rendimento scolastico;
7. rapporti con il territorio (ente locale, istituzioni, associazioni, abitanti)

DOMANDE PREPARATORIE

Esiste una relazione tra lo spazio dell'educazione e lo spazio fisico della scuola, della città?

Com'è la qualità della vita dei bambini?

Come "liberare i bambini" dai vincoli di protezione che impediscono loro di imparare facendo, di muoversi in autonomia senza l'accompagnamento adulto?

È possibile fare della scuola e della città ambienti educativi capaci di sviluppare competenze sociali, favorire l'integrazione e cittadinanza attiva?

Qual è il rapporto tra spazio, salute, movimento e apprendimento?

Come fare rete tra scuola e territorio?

Il lavoro di rete può favorire forme di apprendimento organizzativo e professionale?

Come progettare azioni di sostenibilità in contesto scolastico e urbano?

Come promuovere l'interazione tra istituzioni e cittadinanza a scala locale?

Come favorire la mobilità urbana dei bambini e l'accessibilità agli spazi pubblici?

A quali requisiti dovrebbero rispondere gli spazi scolastici e gli spazi pubblici urbani per favorire movimento, interazione, socialità, creatività, …?

Autocostruzione come opportunità per migliorare la città in modo partecipato?

Interventi di apertura

L'assessore Claudio Toppan porta i saluti dell'Amministrazione Comunale di Conegliano. Segnala come, agli inizi del suo percorso di amministratore locale, l'attenzione nei confronti dell'ambiente urbano fosse piuttosto limitata; ricorda 22 biciclette gialle in avvio del servizio comunale di byke sharing, con poche piste ciclabili in una città a misura di automobile, una condizione che accomuna Conegliano alla maggior parte delle città grandi e piccole in Italia. Oggi la sensibilità è più diffusa e condivisa: il ruolo dell'ente locale è strategico per promuovere una mobilità sostenibile e facilitare gli spostamenti urbani con mezzi alternativi all'auto. Per raggiungere questo risultato occorre ampliare la rete di piste ciclabili, pedonalizzare il centro storico, aumentare la frequenza dei mezzi pubblici, temi sui quali l'assessore Toppan intende proseguire il proprio impegno. L'adesione al progetto I Mille in Movimento è significativo e coerente rispetto agli obiettivi di sostenibilità e promozione della qualità della vita nella città.

Il dirigente scolastico Maurizio Puppin, rientrato dalla città di Boston dopo un'esperienza pluriennale tra Inghilterra e Stati Uniti, racconta l'esperienza familiare del proprio figlio, che risulta emblematica e ben fotografa la situazione esistente: paradossalmente ciò che era possibile e normale a Boston ora non lo è più nel proprio comune di residenza. La metropoli mostra una realtà molto più avanzata e offre la possibilità di andare a scuola in autonomia in bicicletta; qui il sistema della mobilità e la scarsa sicurezza spingono ad accompagnare i propri figli in auto, nonostante, nel suo caso, non faccia parte della sua "cultura" e sensibilità. Anche le città piccole e medie negano a bambini, ma anche a tutti i cittadini, la libertà di movimento. Puppin sottolinea 4 aspetti importanti sui quali occorre impegnarsi, che riguarda tanto i cittadini quanto gli amministratori e le istituzioni del territorio, scuola inclusa:

- Riappropriarsi del territorio
- Vivere la città e i suoi spazi pubblici
- Favorire il movimento e la scelta libera sul come muoversi
- Avere cura del proprio ambiente di vita.

L'Assessore Giorgio Comuzzi, da cicloturista e amministratore, sottolinea l'importanza di pensare e realizzare una mobilità sostenibile nel proprio territorio: gli effetti positivi non sono soltanto per i cittadini, ma anche per il crescente numero di appassionati di turismo che amano la mobilità dolce. Esistono molte opportunità che finora non abbiamo saputo cogliere e che "chiedono" di essere valorizzate. Molto importante è intervenire in sinergia con le scuole, per sviluppare il movimento e rendere i bambini competenti e autonomi. L'amministrazione comunale di San Pietro di Feletto si è impegnata e continua a farlo. Ha promosso e sostenuto l'attivazione di percorsi casa scuola, con la partecipazione attiva delle insegnanti della scuola primaria ed in collaborazione con la ULSS 9. Nella scuola primaria di Rua, nell'ambito del progetto Moving school 21 – scuola in movimento, è stata installata l'arrampicata orizzontale OFC grazie al contributo del Comune e al lavoro volontario delle famiglie. La possibilità di confrontarsi anche con esperienze europee ha arricchito gli spunti e le idee che possono tradursi in proposte nell'ambito locale.

In apertura dei lavori viene proiettato un breve video curato da Raffaela Mulato - Associazione Moving School 21, dove si segnalano gli effetti dell'assenza di movimento dei bambini (difficoltà motorie, mancanza

di equilibrio, scarsa autonomia) e le risposte possibili che possono essere intraprese dentro e fuori la scuola. Il video ripercorre in breve anche le tappe del progetto partecipato “I Mille in Movimento”, volto a modificare e migliorare gli spazi esterni della scuola e a praticare attività quotidiane di movimento, esplorazione, creazione, gioco, con i bambini. Si tratta di interventi innovativi, co-progettati con bambini, insegnanti, esperti e realizzati in autocostruzione con l’aiuto di volontari: dai confini giocabili tra nido e infanzia, che hanno moltiplicato e facilitato le interazioni e le attività “ponte”, ai percorsi sensoriali, all’arena – arrampicata orizzontale, inaugurata nel pomeriggio, che si configura come spazio multifunzionale (all’esterno si arrampica, all’interno è luogo adatto per performance, musica, lettura, …). L’uso dell’arrampicata da parte dei bambini, anche i grandi del nido, ha evidenziato fin dalla fase di approccio e prima sperimentazione, benefici già percepiti sulla postura e l’equilibrio dei bambini.

Tra gli esiti positivi dell’esperienza pluriennale va segnalata l’apertura della scuola al quartiere, la partecipazione degli abitanti ai momenti di festa e alle manifestazioni volte alla diffusione e conoscenza delle attività in corso (mostre, workshop, indagine sulla qualità della vita del quartiere di Via dei Mille), che ha sviluppato e consolidato il senso di appartenenza e di “comunità”. La scuola viene ora percepita come un catalizzatore e promotore sociale della vita degli abitanti del quartiere.

Il progetto europeo CITY, coordinato dall’IC 3 Conegliano, sta realizzando in particolare attività di osservazione e monitoraggio per capire che cosa è cambiato e può cambiare nei bambini, nell’organizzazione del tempo scuola, nei rapporti della scuola con il territorio attivando progetti come “I Mille in Movimento”.

Una prima riflessione, centrale nello sviluppo della tavola rotonda, riguarda la seguente domanda: come si fa tradurre un buon progetto nella pratica quotidiana? Come si può fare in modo che non si disperdano idee, azioni, esperienze, energie che dimostrano che il cambiamento è possibile e che vengano condivise nuove competenze anche con chi non ha partecipato al progetto? Vi sono ostacoli “dentro la scuola” che occorre affrontare e superare, ad esempio integrando nel POF le pratiche educative che si dimostrano efficaci e programmando l’azione educativa e didattica per sviluppare competenze, come richiesto dalle nuove indicazioni nazionali per le scuole dell’infanzia e primarie. Vi sono ostacoli “fuori della scuola”, che riguardano le politiche delle amministrazioni locali, rispetto alle scuole (manutenzione e gestione degli spazi) e al territorio (mobilità, accessibilità, spazi pubblici, aree gioco, …). Vi sono comportamenti e stili di vita che richiamano all’assunzione di responsabilità: ciascuno di noi può influire in maniera positiva o negativa sul soddisfacimento dei bisogni e sui diritti dei bambini.

Viene sottolineata la necessità e l’urgenza di rimuovere tali ostacoli che impediscono ai bambini di crescere e di essere autonomi, di imparare, di sviluppare i sensi “anestetizzati” da una vita troppo organizzata e guidata dagli adulti.

I relatori vengono invitati a concludere il proprio intervento con una raccomandazione / consiglio per fare della scuola e della città ambienti di apprendimento e di vita di qualità.

Tavola rotonda

La tavola rotonda si apre con l’intervento della dott.ssa Michela Possamai, Dirigente scolastico, docente IUSVE, in servizio presso l’Ufficio Scolastico Regionale, dove si occupa in particolare di diritto allo studio, istruzione, salute. Richiama alcuni temi strategici che richiedono alleanze strategiche tra istituzioni e territorio, per costruire una governance capace di rispondere ai bisogni in modo efficace, dove un sindaco, un assessore, una scuola, “investono del proprio”.

Usa la metafora del “bambino cipolla” di Daniel Pennac, di cui parla nel suo libro “Diario di scuola”: *“In classe entra una cipolla: svariati strati di magone, paura, preoccupazione, rancore, rabbia, desideri insoddisfatti, rinunce furibonde accumulate su un substrato di passato disonorevole, di presente minaccioso, di futuro precluso".* Un bambino, corpo in divenire con la famiglia nello zaino, vive in classe l’indicativo presente della nostra lezione: noi siamo chiamati a tenere conto. Non dobbiamo dimenticare che un anno di scuola di un bambino è l’eternità in un barattolo.

Il *modello di governance* nel territorio e nella scuola deve creare un ambiente favorevole all’apprendimento dentro e fuori la scuola e prendersene cura. Stile di vita e livelli di apprendimento dipendono dall’ambiente (SPAZIO – APPRENDIMENTO – CRESCITA), come viene sottolineato anche dall’Organizzazione Mondiale della Sanità.

Possamai ricorda il suo ruolo di dirigente scolastico e la sua determinazione nel proporre e sostenere il progetto di Conegliano fin dal 2007. Determinazione partita dalla percezione di fastidio nel vedere, dalla finestra del proprio ufficio, la fila di auto “fin dentro la scuola” per accompagnare i bambini e da una conseguente domanda: “Cosa si può fare per rendere più vivibile l’ambiente scolastico?”.

Vengono raccomandati, per la salute dei bambini, 45’ di attività fisica quotidiana: famiglie e scuola devono farsene carico. Ai tempi della scuola 2.0 occorre coniugare TIC e pennello, curare corpo e mente insieme. Viene richiamato l’articolo 3 della Costituzione:

“È compito della Repubblica rimuovere gli ostacoli di ordine economico e sociale, che, limitando di fatto la libertà e l'eguaglianza dei cittadini, impediscono il pieno sviluppo della persona umana e l'effettiva partecipazione di tutti i lavoratori all'organizzazione politica, economica e sociale del Paese.”

Anche l’urbanistica delle nostre città va ripensata, restituendo agli spazi pubblici il valore di *bene comune* (cfr urbanista Pier Luigi Cervellati, tra i primi a progettare la pedonalizzazione nel centro storico di Bologna).

Nella prospettiva di una governance condivisa, è importante assumere un’ottica di *comunità*, allargando la partecipazione degli abitanti sia nella definizione del problema sia nell’identificare le risposte, attraverso la *progettazione partecipata*: è in questo modo che si pratica la cittadinanza attiva e si superano logiche autoreferenziali e individualistiche. I Mille in Movimento hanno messo in relazione scuola, quartiere e città, attivato forme di cooperazione che hanno permesso di realizzare interventi molto significativi con risorse scarse. Se la scuola funziona bene, funziona bene anche la città.

L’intervento si chiude con la dichiarazione di impegno della direzione USR in sinergia con la Regione Veneto in tema di Salute: si sta lavorando per attivare azioni strategiche sulla mobilità sostenibile, la partecipazione, la peer education. Si tratta di un investimento professionale per portare nelle scuole del Veneto le esperienze e le buone pratiche, tra queste il progetto Moving School 21.

Vengono infine ricordati i fondi stanziati di recente per l’edilizia scolastica sostenibile, che dovrebbe diventare prassi negli interventi delle scuole esistenti e di quelle di nuova realizzazione.

La raccomandazione: promuovere un modello di governance che sviluppi il senso di comunità e stabilisca alleanze tra le istituzioni del territorio; promuovere la progettazione partecipata come strumento di cittadinanza attiva; far conoscere le buone pratiche per una loro diffusione sul territorio locale e regionale.

La moderatrice Raffaela Mulato, ringraziando per il significativo intervento che ha toccato temi di grande rilevanza rispetto ai quesiti posti in premessa della tavola rotonda e per il suo personale impegno fin dall'avvio, sottolinea che il progetto "I Mille in Movimento"- Moving School 21 ha proseguito il proprio cammino e ottenuto risultati importanti grazie al lavoro quotidiano, alla passione, alla motivazione delle insegnanti referenti (Franzin, Marchiori, Tamponi), nonostante il tourn-over annuale di dirigenti scolastici e le resistenze incontrate, che hanno saputo tenere duro e superare ostacoli interni ed esterni alla scuola.

Invita ad intervenire Cristina de Stefano, psicomotricista formata alla scuola di Aucouturier, riprendendo il tema della relazione tra movimento ben-essere e apprendimento: quanto i bambini sono liberi di giocare ed esprimersi attraverso il corpo? Hanno perso le emozioni e "i sensi"?

De Stefano ricorda come, nella psicomotricità, Bernard Aucouturier focalizzi l'attenzione sulla espressività motoria, considerando il bambino nella sua globalità.

L'apprendimento avviene attraverso il corpo, un'evidenza che non sempre è al centro dell'azione educativa. Molti bambini presentano problemi di iperattività, goffaggine, rigidità, spesso etichettati come disturbi del comportamento, patologie: sintomi di "malattie" da curare e non segnali analizzare e osservare con cura per conoscere la loro realtà e il loro vissuto. Etichette improprie, diagnosi sbagliate dettate dal fatto che non si prendono in considerazione i bambini per ciò che sono.

Il gioco libero dei bambini quasi non esiste più, pur costituendo una condizione essenziale per la loro crescita. Nel gioco vengono coinvolti i sensi, le emozioni, vengono create regole, si risolvono problemi, si vivono situazioni di conflitto e si mettono in atto strategie per la loro risoluzione…

I bambini hanno diritto di crescere, la qualità della relazione è al centro del loro sviluppo. Occorre lasciare più spazio alla libertà e alla spontaneità. I bambini hanno bisogno di una boccata d'aria, che non può limitarsi al tempo della pausa, della ricreazione. Una boccata d'aria diventa lunga se si fa scuola non solo nell'aula, ma anche in cortile, nell'ambiente esterno e nella città, se si fanno le cose con piacere e non per obbligo o per necessità.

Se si favorisce il contatto con l'ambiente e con la natura, i bambini imparano ad amarla, a prendersene cura, ad osservare, a sperimentare, attraverso un rapporto concreto, libero, spontaneo e creativo. Cita a questo proposito le esperienze delle "scuole del bosco", diffuse in Danimarca e Germania, raccontate da Carla Hannaford (L'esperienza del cuore bambino), dove ampio spazio viene lasciato all'inventiva dei bambini, al gioco libero, alla loro creatività, progettualità, cooperazione.

La raccomandazione: restituire ai bambini il diritto al gioco, ampliare il tempo trascorso all'aperto, favorire il rapporto con gli elementi naturali, ricordare che fare le cose con piacere aiuta a imparare a pensare.

L'intervento di De Stefano stimola una riflessione sulla corporeità dei bambini e sulla qualità della relazione, sull'importanza dell'ambiente e della libertà di ciascuno. Siamo tutti chiamati ad occuparcene: la scuola, le agenzie della salute, l'ente locale, le famiglie. I diritti dei bambini vengono negati anche in famiglia, anche da madri e padri che amano i propri figli, ma proprio per questo sviluppano un senso di iper-protezione che limita il loro raggio d'azione e di esperienza.

Su questi temi interviene Cinzia Mion, psicopedagogista, che, precorrendo i tempi, avvia fin dal 1974 proprio a Conegliano corsi di formazione e laboratori di psicomotricità con André Lapierre, scontrandosi spesso con un ambiente professionale che faticava a comprenderne la portata innovativa e la lungimiranza.

"Come siamo arrivati a questo punto?" A dimenticarci non di *avere* un corpo, ma di *essere* un corpo? Oggi ci troviamo di fronte a due situazioni che stanno agli antipodi: da un lato la negazione/annullamento del corpo, dall'altro il super investimento narcisistico sul corpo. Sono le facce della stessa medaglia: il corpo nascosto o il corpo esibito sono espressione di uno squilibrio che condiziona il nostro stare al mondo e il nostro rapporto con noi stessi e con gli altri.

1. È un problema di *deriva sociale* che riguarda noi tutti: occorre combattere l'indifferenza e la noncuranza, occorre prestare attenzione alla *cura*, in ogni campo (di sé, degli altri, dell'ambiente).
2. È un problema di *frenesia del vivere*, dove tempi e spazi si comprimono anche per la nostra inerzia e adattamento passivo. Siamo ammalati di frettolosità, in costante ricerca di scorciatoie, con l'affanno quotidiano di rincorrere qualche cosa.
   A scuola i docenti non hanno ancora elaborato il lutto per la perdita del *programma* e sembrano poco propensi a praticare la didattica del fare, in coerenza con le indicazioni nazionali e internazionali (lavorare per competenze). Le neuroscienze dimostrano che nei processi di apprendimento e nella relazione sono fondamentali i neuroni a specchio: siamo tutti programmati per essere interattivi!
   In famiglia i tempi sono sempre più ristretti. Nell'economia dei tempi l'adulto tende a fare tutto al posto del bambino. Quando cresce? Quando si potrà misurare con le cose del mondo?
   Dobbiamo interrogarci su qual è il nostro rapporto con la vita, che appare "consumistico", e con l'impegno, in ogni campo, dal familiare al sociale.
3. E' un problema di *mancanza di autonomia*: i bambini sono colpiti da sindrome da mancanza di autonomia, si arriva all'assurdo di dare il biberon ben oltre i tempi pediatrici a bambini già grandi, per evitare la masticazione.
4. È un problema di *mancanza di responsabilizzazione*, da bambini fino all'attività adulta. La troppa presenza materna inibisce il desiderio di esplorazione, la dinamica di attaccamento-separazione è condizionata dalla relazione tra genitore e bambino: coviamo i nostri figli e impediamo loro di crescere.

Lavorare per favorire l'autonomia dei bambini, ha a che fare con il corpo e il movimento, ma anche con lo sviluppo di competenze trasversali che favoriscono l'autonomia di giudizio, la possibilità di mettersi in gioco, di misurarsi con gli altri e con l'ambiente. Solo così si può alimentare la motivazione all'apprendimento, che si fonda sulla curiosità e sul desiderio non tanto di conoscere, quanto di *essere competente.*

La raccomandazione: riflettere e stringere i ranghi, costruire un *patto di responsabilità educativa*, fondato sulla coerenza tra "dichiarato" ed "effettivo". Coinvolgere le persone, i bambini, gli abitanti, recuperare la dimensione sociale della vita; la progettazione partecipata è un "motore" generativo di capitale sociale, in primis per riconquistare il senso del bene comune.

L'intervento di Cinzia Mion è uno stimolo forte che ci fa riflettere a tutto campo, come persone, come professionisti, come genitori, come comunità: un appello all'assunzione di responsabilità di ciascuno, un invito agli insegnanti a "non licenziarsi dentro" e a non rinunciare ad essere professionisti riflessivi, una esortazione a pensare al modo in cui stiamo nel mondo, a dare un senso alle nostre azioni tanto nell'ambito famigliare quanto in quello professionale e sociale.

Il nostro agire quotidiano è condizionato dall'ambiente in cui viviamo, inteso anche come ambiente fisico, che tanto incide sulla nostra salute e il nostro benessere. Al dottor Giacomo Toffol, pediatra di comunità e membro dell'ACP – Associazione Culturale dei Pediatri, che con Laura Todesco e Laura Reali ha pubblicato il libro "Inquinamento e Salute dei Bambini. Cosa c'è da sapere, cosa c'è da fare", chiediamo lo "stato di salute dei bambini e del nostro ambiente urbano" e che cosa possiamo fare per migliorarlo.

Toffol pone l'accento sui comportamenti e gli stili di vita: sono necessari e importanti gli interventi per rendere la città sana, accessibile, sicura, ma è altrettanto importante assumersi la responsabilità dei propri comportamenti e scegliere di conseguenza: "per fare una piazza basta rinunciare al proprio posto macchina". La soluzione sta quindi, prima di tutto, dentro le nostre scelte individuali e collettive.

Muoversi vuol dire stare bene. La sedentarietà, l'assenza di movimento, costituisce un fattore di rischio per tutti, in particolare per i bambini, che non si muovono più. In Italia sono più del 32% i bambini obesi o sovrappeso con conseguenze pesanti sulla loro salute presente e futura. I problemi li creiamo noi, con i nostri comportamenti. Basterebbe andare a scuola a piedi per garantire quell'attività fisica quotidiana raccomandata dall'OMS per stare in salute.

È stata promossa e condotta nell'ULSS 8 un'indagine sulla mobilità scolastica, e il dato relativo ai percorsi casa scuola a piedi e in bici è ancora troppo basso, anche nei piccoli centri, anche laddove non ci sono ostacoli insormontabili del traffico. Oggi vanno a piedi nelle scuole campionate il 30% dei bambini, una percentuale inversa rispetto a quella dei loro genitori (70%). Solo per il trasporto di questi bambini ogni settimana si muovono 5.837 automobili. Tutte queste automobili in circolazione aumentano l'inquinamento atmosferico, che è uno dei fattori di rischio più importanti per la nostra salute. Lo stesso abitacolo delle auto costituisce un fattore di rischio. I genitori pensano di proteggere i loro figli, ma di fatto li espongono ad ulteriori rischi per la loro salute. Non va meglio per l'interno degli edifici, dove l'aria può essere inquinata da 10 a 50 volte di più rispetto a quella esterna.

La raccomandazione: proseguire e incentivare iniziative come il pedibus in tutte le scuole, restituendo ai bambini le possibilità di movimento, sensibilizzare le famiglie e le scuole per incrementare il numero di bambini che vanno a scuola a piedi. Usare bene i propri diritti, incluso il diritto di voto, prestando attenzione ai programmi di chi ci governa: occorre ridurre il numero di auto in circolazione e rendere le strade percorribili senza rischi a piedi o in bicicletta. (l'intervento completo del dott. Toffol è riportato in allegato)

Il punto di vista del pediatra ha posto in evidenza 3 questioni: un problema di salute, visto l'accertato aumento delle patologie anche gravi diffuse in età infantile, che richiede misure e interventi urgenti a favore del movimento e dell'autonomia dei bambini; l'assunzione di responsabilità nei comportamenti e negli stili di vita delle famiglie; il problema del traffico e dell'inquinamento nell'ambiente urbano, inclusi gli ambienti indoor.
Come si progettano e come si dovrebbero progettare scuole, spazi pubblici a misura di bambini, ovvero a misura di tutti? Lo chiediamo a Paolo Giordano, architetto.

La città è lo specchio dei suoi abitanti. Le nostre città sono invece la rappresentazione di alcune categorie di abitanti: le categorie più forti. Quelle in grado di determinare e imporre le decisioni.

Anche nella migliore delle ipotesi il parametro che ispira il progettista, con curiosa assonanza con le problematiche legate alla tolleranza degli inquinanti, è il maschio - adulto - produttivo. Le categorie deboli, i bambini o le donne, sono invisibili mentre dovrebbero essere presi in considerazione come indicatori ambientali della qualità della vita urbana. Una città che va bene per i bambini o le donne è una citta che va bene per tutti, sicuramente è una città che va bene anche per gli adulti mentre non è vero il contrario.

Occorre quindi immaginare la città… " rifiutando una interpretazione di tipo educativo o semplicemente di supporto ai bambini, *operando* fin dall'inizio con una motivazione politica: operare per una nuova filosofia di governo della città assumendo i bambini come parametri e come garanti delle necessità di tutti i cittadini. Non quindi un maggior impegno per aumentare le risorse e i servizi a favore dell'infanzia, ma per una città diversa e migliore per tutti, in modo che anche i bambini possano vivere un'esperienza da cittadini, autonomi e partecipanti. " (F. Tonucci – CNR)

Non è solo una questione tecnica: è prima di tutto una questione di scelta politica. Occorre pensare ad una città diversa e migliore per tutti, realizzata con la partecipazione dei suoi abitanti. Il governo della città è fatto di scelte urbanistiche, ma anche di strumenti per la gestione quali il *bilancio sociale* e il *bilancio di genere*. Significa condividere con i cittadini obiettivi, priorità, scelte, azioni concrete e rendicontare su quanto realizzato.

Cambiando di scala anche le scuole italiane, salvo poche eccezioni, sono progettate in funzione degli adulti. Siano essi coloro i quali le costruiscono, le mantengono o ci lavorano (e già sarebbe un notevole passo avanti). L'aspetto economico, la normativa, l'estetica, concorrono a separare sempre di più l'"edificio contenitore" dall'attenzione e la cura verso il bambino "contenuto". Ambienti con pochi stimoli, che risentono di un modello rigido e normativo che non ha alcuna ragione d'essere. Vorremmo scuole dove ogni cosa, ogni elemento, ogni funzione è pensata per i bambini: spazi flessibili usati in modo flessibile, in cui i bambini sono davvero protagonisti del proprio apprendimento.

Essere protagonisti significa anche assumere gradi sempre più elevati di autonomia e indipendenza. Parole che sembrano ormai dei tabù nella nostra società sempre più omologata. Dobbiamo iniziare a interrogarci sui guasti dell'iper-protezione, alimentata dalle paure dei genitori (che paradossalmente contribuiscono ad aumentare i rischi per i loro figli), ma presente nelle attuali normative che, più che i bambini, tende a tutelare chi ne ha la responsabilità, sul piano familiare e sociale.

Le resistenze di alcune burocrazie, incontrate in progetti partecipati come quello di Conegliano, soprattutto nella fase realizzativa, indicano come sia necessario un salto "culturale" nella progettazione e nella gestione degli spazi scolastici e pubblici. Si arriva al paradosso di ostacolare interventi di autocostruzione perché fuori standard dai comodi standard commerciali (e quindi ritenute, sulla carta, pericolose) quando vi sono scuole che presentano nella loro struttura fattori di pericolo reale per i bambini.

La raccomandazione: progettare e gestire gli spazi scolastici e urbani in modo tale da rispondere ai bisogni delle persone cui sono destinati, tenendo conto dei loro bisogni e delle loro proposte, e non in funzione di chi li gestisce.

L'architetto Giordano ci porta, ancora una volta, a riflettere: esiste un problema culturale, un approccio tecnico poco orientato alla qualità dell'ambiente urbano, dello spazio pubblico, degli edifici scolastici, una mancanza di lungimiranza politica. Ma le esperienze realizzate, anche a Conegliano, dimostrano che è possibile intervenire in modo diverso, con la partecipazione diretta dei bambini, risorsa preziosa che può contribuire a progettare per poter stare bene.

Al professor Stephan Riegger, già docente alla Humboldt Università di Berlino, presidente di Berlinbewegt e.V. e promotore del modello Moving School 21, chiediamo un contributo per capire come mettere insieme punti di vista diversi ma integrati, come mettere in movimento le scuole e il loro rapporto con il territorio.

Dalle nostre esperienze di ricerca azione e da studi scientifici si rilevano nei bambini competenze motorie deficitarie. È dimostrata la relazione tra movimento e apprendimento: ciò che passa attraverso il corpo diventa conoscenza. Cosa manca? Il passaggio all'azione, agendo da professionisti riflessivi. Manca la ricaduta dei risultati della scienza e delle buone pratiche nella quotidianità. L'ente locale non affronta in modo adeguato il tema degli spazi pubblici, dei giochi e di come possono essere concepiti.

"Chi fa la scuola? Cosa possono fare gli insegnanti?"

La prima domanda richiama la responsabilità di chi, con diversi ruoli e funzioni, contribuisce alla erogazione e alla qualità del servizio: ente locale, scuola, ULSS, MIUR, famiglie, … E' evidente che niente si può fare da soli, molto si può fare attraverso il lavoro di rete, ciascuno con le proprie competenze e ruoli.

Va riconosciuto alle scuole un ruolo centrale e strategico per la comunità locale, è pertanto indispensabile che l'ente locale scelga di orientare i propri interventi -di manutenzione, di gestione, di progettazione- alla qualità e al miglioramento degli spazi scolastici e urbani e dei servizi. Tale scelta politica va declinata, nella definizione degli interventi, con la partecipazione di tutti gli stakeholder interessati: insegnanti, bambini, famiglie, comunità.

La seconda domanda riguarda il ruolo della scuola: come istituzione e come luogo dell'azione educativa capace di promuovere alleanze con il territorio, necessarie per generare cambiamento.

Scuola sana. La scuola deve promuovere la salute, la sicurezza, l'apprendimento e il rendimento scolastico: dalla cura dell'ambiente, alle metodologie di insegnamento/apprendimento. L'evoluzione del concetto di salute ha rovesciato la prospettiva nella definizione dei problemi e della loro soluzione. La domanda chiave è: "come fanno le persone a mantenersi in salute"? La salute è un sistema dinamico, che può essere fortemente influenzato a seconda che vengano sviluppati o meno i fattori "favorenti", piuttosto che i detrattori, secondo i principi della saluto genesi. Secondo l'OMS la nostra salute dipende per il 75% da fattori socio-economici e stili di vita (50%) e dallo stato e condizioni dell'ambiente (20-30%).

La scuola può, e deve, organizzarsi e sviluppare la propria azione educativa e didattica a partire da questo dato. Introdurre il movimento quotidiano è una priorità per tutti, in particolare nei nidi e nelle scuole da 1 a 10 anni. Esistono le buone pratiche come quelle messe in atto dal polo scolastico di Via dei Mille a Conegliano, che sta costruendo un profilo di scuola in movimento, come le scuole di Berlino e Lleida partner del progetto europeo "CITY – Children In The citY. Growing up in activated spaces": insegnamento in movimento, sviluppo del corpo, capacità di concentrarsi ed equilibrio, cooperazione e interazione sociale.

MIM (Mille In Movimento) 0-10 è un progetto di grande valore, poiché promuove lo sviluppo del bambino dal nido alla primaria, agendo, in primis, sugli spazi: + movimento + interazione + creatività + salute +

competenze + apprendimento. Si tratta di una risorsa che non va dispersa ma consolidata, anche come esempio di rapporto tra Scuola & Comunità, Partecipazione e Cittadinanza attiva.

Ieri, al tempo in cui noi eravamo bambini, 3 o 4 ore di movimento al giorno erano la norma. Oggi i tempi sono drasticamente ridotti, si sono quasi azzerati, come abbiamo riscontrato in tutti gli interventi che mi hanno preceduto. Oggi Moving school 21 propone un programma di 2 ore di movimento quotidiano, attraverso la camminata casa scuola casa, l'introduzione di attività in movimento dentro la scuola (pause e lezioni in movimento, attrezzature che favoriscono il movimento).

Ci sono altri temi che vanno affrontati e che richiedono risposte con il necessario contributo degli enti locali che ne hanno competenza: la qualità degli spazi interni delle scuole. Il comfort ambientale incide in misura rilevante sulla qualità dell'insegnamento/rendimento: dalla luminosità all'acustica (il rimbombo spinge ad alzare la voce, chi sta in fondo all'aula sente male e questo influisce sull'attenzione); dall'organizzazione degli spazi aula/laboratori all'ergonomia negli arredi.

Abbiamo dimostrato che il cambiamento è possibile, ora occorre fare in modo che diventi prassi quotidiana. È lo stesso processo che stiamo cercando di sviluppare a Berlino: è tempo di scelte politiche che vadano in questa direzione, e che facilitino l'azione delle scuole, attraverso il riconoscimento, la validazione e l'implementazione di quanto realizzato.

La raccomandazione: rispondere in modo efficace alla domanda che ogni istituzione, ma anche comunità, famiglia, persona, deve porsi: "cosa posso fare per stare in buona salute e mettere gli altri nelle stesse condizioni"?

IL "DECALOGO" DELLE RACCOMANDAZIONI E DELLE AZIONI EMERSO DALLA TAVOLA ROTONDA

RACCOMANDAZIONI DEI RELATORI

Raccomandazione 1: promuovere un modello di governance che sviluppi il senso di comunità e stabilisca alleanze tra le istituzioni del territorio; promuovere la progettazione partecipata come strumento di cittadinanza attiva; far conoscere le buone pratiche per una loro diffusione sul territorio locale e regionale.

Raccomandazione 2: restituire ai bambini il diritto al gioco, ampliare il tempo trascorso all'aperto, favorire il rapporto con gli elementi naturali, ricordare che fare le cose con piacere aiuta a imparare a pensare.

Raccomandazione 3: riflettere e stringere i ranghi, costruire un *patto di responsabilità educativa*, fondato sulla coerenza tra "dichiarato" ed "effettivo". Coinvolgere le persone, i bambini, gli abitanti, recuperare la dimensione sociale della vita; la progettazione partecipata è un "motore" generativo di capitale sociale, in primis per riconquistare il senso del bene comune.

Raccomandazione 4: proseguire e incentivare iniziative come il pedibus in tutte le scuole, restituendo ai bambini le possibilità di movimento, sensibilizzare le famiglie e le scuole per incrementare il numero di bambini che vanno a scuola a piedi. Usare bene i propri diritti, incluso il diritto di voto, prestando attenzione ai programmi di chi ci governa: occorre ridurre il numero di auto in circolazione e rendere le strade percorribili senza rischi a piedi o in bicicletta.

Raccomandazione 5: progettare e gestire gli spazi scolastici e urbani in modo tale da rispondere ai bisogni delle persone cui sono destinati, tenendo conto dei loro bisogni e delle loro proposte, e non in funzione di chi li gestisce.

Raccomandazione 6: rispondere in modo efficace alla domanda che ogni istituzione, ma anche comunità, famiglia, persona, deve porsi: "cosa posso fare per stare in buona salute e mettere gli altri nelle stesse condizioni"?

DALLE RACCOMANDAZIONI ALL'AZIONE: AGENDA PER UNA SCUOLA E UNA CITTÀ AMICHE DELLE BAMBINE E DEI BAMBINI

Appello all'ente locale:

dichiarazione: "noi siamo un comune in favore della città accessibile a misura di tutti, della camminata casa scuola, della fruibilità degli spazi pubblici, …"

per questo ci impegniamo a:

favorire la partecipazione dei bambini, ad ascoltarli e a prendere in considerazione le loro proposte

creare un sistema di mobilità sostenibile con percorsi pedonali e ciclabili che permettano ai bambini e agli abitanti di tutti i quartieri di muoversi in sicurezza

favorire la fruizione dei mezzi pubblici, anche con agevolazioni per la fascia degli under 18

promuovere e realizzare i percorsi casa scuola in sicurezza a piedi e in bicicletta

ascoltare i problemi e trovare le migliori soluzioni per migliorare l'accessibilità attorno alle scuole e negli interventi di manutenzione e gestione degli spazi scolastici interni ed esterni

migliorare la qualità dei cortili scolastici, affinché diventino ambienti stimolanti per il movimento, il gioco, il contatto con gli elementi naturali

favorire e sostenere le scuole che si prendono cura assieme alle famiglie dei cortili scolastici e degli spazi pubblici e verdi dei quartieri anche attraverso la trasformazione partecipata di tali spazi

favorire l'accesso e la fruizione degli spazi verdi urbani e di quartiere

adeguare gli edifici scolastici secondo i criteri della bioarchitettura e del risparmio energetico

Appello alla Scuola:

dichiarazione: "noi siamo una scuola in movimento che intende promuovere il ben-essere e la salute a scuola e in città, restituendo ai bambini il diritto di crescere sani"

Per questo ci impegniamo a:

prendere in considerazione i bambini nella loro totalità

promuovere il gioco e il movimento quotidiano a scuola

utilizzare gli spazi interni della scuola in modo ottimale e flessibile

organizzare il tempo scuola tenendo conto dei ritmi di apprendimento dei bambini (ritmizzazione dell'orario)

utilizzare gli spazi interni ed esterni, dal cortile alla città, come ambienti di apprendimento in cui svolgere l'azione educativa e didattica

promuovere e realizzare i percorsi casa scuola a piedi e in bicicletta

innovare la pratica educativa e didattica attraverso metodi e strumenti di azione e progettazione partecipata

creare forme di alleanza con l'ente locale, ULSS, famiglie e altri soggetti del territorio per condividere un patto educativo di comunità

Appello alle Famiglie

Dichiarazione: “noi genitori siamo consapevoli che la famiglia è la più importante agenzia educativa per la formazione della personalità dei nostri figli, della centralità del nostro ruolo nello sviluppo sociale”

Per questo ci impegniamo a:

condividere con la scuola gli obiettivi educativi dei nostri figli

rispettare le esigenze dei bambini e favorire il gioco libero

non sovraccaricare i bambini e non programmare i loro tempi del gioco

prenderci il tempo per la cura dei nostri figli e per stare all’aria aperta ogni giorno

favorire lo sviluppo delle potenzialità dei bambini senza proiettare i nostri desideri

favorire esperienze e attività quotidiane per l’acquisizione di una sempre maggiore autonomia

ALLEGATO

Tempi e Spazi a scuola e in città: bambini in movimento

contributi scritti dei relatori

Il punto di vista della psicomotricista

E' tramite l'azione e il piacere che il bambino scopre e conquista il mondo.

Se osserviamo un bambino già dai primi giorni di vita ci accorgiamo che ha un modo tutto suo di muoversi, di spostarsi, di agire.
I suoi gesti, la sua mimica, le sue intonazioni di voce, le sue espressioni e più tardi le sue parole, sono del tutto uniche e personali.

Il bambino non gioca per imparare … ma impara attraverso il gioco.

Attraverso il movimento, l'azione, il gioco spontaneo e la senso motricità che il bambino esplora, scopre e conquista il mondo, un mondo fatto di oggetti, spazi, persone e relazioni.
Nel movimento il bambino esprime le sue emozioni, la sua vita affettiva più profonda e il suo mondo fantasmatico.

Il prof. B. Aucouturier che è fondatore della PPA ha creato il concetto di "espressività motoria" per definire il modo del tutto originale che ogni bambino ha nell'essere al mondo e nell'essere sé stesso.
Ognuno di noi ha un peculiare modo di muoversi di manifestare le proprie emozioni, di reagire alle stimolazioni.
Il bambino deve essere inteso come una persona considerata globalmente nella sua corporeità intelligenza e affettività tra loro profondamente interagenti. Un bambino agisce in modo completo non settoriale.

Il corpo quindi è emozione: mimica, modificazioni posturali, gesti, manifestazione neurovegetative (rossore, pallore, accelerazione cardiaca, respiratoria, sudore…)modificazioni della voce, sono tutte reazioni corporee; a tutto ciò sono associati sentimenti ed emozioni che determinano i livelli di motivazione del soggetto determinando la sua predisposizione ad agire o rimanere passivo.

Quando parliamo di psicomotricità, e purtroppo in molti ambiti si utilizza questo termine perché di moda, parliamo del piacere del movimento e non di acquisizione di abilità sul piano motorio.
Parliamo di espressività motoria, non di esercizio fisico.
Nella spontaneità del gioco e dell'agire il bambino ci porta ciò che ha… ciò che prova… che vive e che sente nella sua originalità di essere al mondo.

La sua espressività racconta di sé, corre, si dondola, salta, sperimenta l'equilibrio e il disequilibrio, rotola, si arrampica, rincorre, interagisce condivide…vive conflitti; impara a conoscere se stesso i propri limiti, ad affrontare le paure che lo coinvolgono, impara a mediare, a stare con gli altri.
Un agire che è carico di emozioni a volte piacevoli a volte meno piacevoli.
Le azioni del corpo, il movimento e il gioco spontaneo incidono sul piano sensoriale ed emotivo.
La spontaneità del bambino e il piacere che egli prova nel gioco e nelle azioni favoriscono uno sviluppo psicofisico armonioso. Nel piacere il bambino attiva la motivazione al movimento, alla scoperta, alla conoscenza, all'interazione.

Il piacere del movimento così inteso regala al bambino la sensazione e il sentimento di sé stesso nel percorso di costruzione di un'immagine positiva di se stesso.

Il modo di dirsi di ogni bambino va accolto!!!

Sempre più spesso in questi anni mi trovo ad accompagnare bambini nel loro processo di crescita perché etichettati come iperattivi o inibiti, bambini tesi che hanno paura a viversi in ambito senso motorio.
Siamo passati purtroppo da un'interazione giocosa di movimento agito, possiamo dire in modo tri-dimensionale (vi ricordate il vecchio gioco della campana, un due tre stella o le belle statuine giochi in cui

abbiamo imparato a coordinare la nostra vista e il nostro corpo, abbiamo imparato a rispettare il turno, abbiamo imparato a rispettare il tempo dell'altro e ad avere pazienza, abbiamo imparato a prestare attenzione e ad organizzarci abbiamo imparato il rispetto delle regole e nella discussione delle regole abbiamo imparato a risolvere i conflitti) ad un livello bi-dimensionale esclusivo dove i bambini interagiscono per molte ore con computer, game boys e cellulari.
E' vero siamo ormai nell'era digitale e credo che sia formidabile e stupefacente il modo in cui i bambini apprendono l'utilizzo di questi strumenti, ma non dimentichiamo che questo mondo è fatto di relazioni di momenti di confronto di scambio di collaborazione e cooperazione e tutto ciò non l'ho si può apprendere da una "macchina"

Ci dobbiamo chiedere perché? Perché al giorno d'oggi sempre più spesso ci si rivolge a specialisti quando un bambino si muove "troppo" o troppo poco, perché non mantiene tempi di attenzione adeguati, perché si distrae, perché troppo impulsivo, perché il suo cammino e la sua postura sono goffi, rigidi….

Il gioco è una comunione di sensi ed emozioni e terreno fertile per ogni apprendimento pensate che più dell' 80% del nostro sistema nervoso è coinvolto nell'elaborazione e organizzazione degli input sensoriali che ricaviamo dal nostro corpo e dal mondo intorno a noi.
I bambini che dispongono di un ambiente naturale ricco di stimoli e hanno la possibilità di esplorarlo sono molto fortunati.

Provate a permettere a un bambino di esplorare il vostro volto con tutti i sensi: è stupefacente, anche se probabilmente vi riempirà di bava… eliminate le cose troppo strutturate, tirate fuori pentole e padelle e misurini, sgomberate il pavimento e rotolatevi con loro, saltate sul letto, arrampicatevi sul divano. Giocate con loro a fare le poltiglie quando siete al mare o in campagna, lasciate che si sporchi…l'esperienza vissuta nel piacere è salute per il cervello.

Qualche anno fa ho avuto il piacere di partecipare a un seminario condotto da Carla Hannoford biologa e insegnante riconosciuta a livello internazionale che ha scritto diversi libri tra cui " Risvegliare il cuore bambino"di cui mi piacerebbe leggervi un breve racconto…

Un punto di partenza c'è e si traduce in:
saper accogliere, ascoltare, accompagnare, far vivere le esperienze motorie in assoluta serenità, senza paure, senza troppi timori… lasciare che il bambino possa sperimentarsi nell'agire… senza avere troppe aspettative perché se il bambino si vive e si sperimenta nel piacere diventerà sicuramente un adulto sereno, sano e capace.

Domani è domenica che fate…

Cristina De Stefano, psicomotricista

Il punto di vista del pediatra

L' obiettivo di tutte le persone che si occupano di infanzia è che i bambini crescano sani sia fisicamente sia mentalmente.

Per ottenere questo sono fondamentali due cose: che ai bambini sia concessa autonomia, e che possano muoversi.

Solo la possibilità di avere un movimento autonomo infatti, e quindi la possibilità di esplorare e di interagire con il mondo che li circonda, permette ai bambini di aumentare la propria autostima e di acquisire un corretto equilibrio psicologico.

E' inoltre risaputo e affermato anche dall' Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che per il loro benessere i ragazzi dovrebbero effettuare giornalmente almeno un ora di attività fisica di moderata intensità, quale ad esempio camminare o andare in bicicletta.[1] Ciò permette di prevenire un importante fattore di rischio di patologia, quale l'obesità, e di altre importanti patologie come l'osteoporosi e le malattie cardiocircolatorie.

La situazione dei bambini italiani da questo punto di vista è catastrofica: i dati raccolti dalla rilevazione "okkio alla salute" , sostenuta dal ministero della salute italiano, e relativi ad un campione di più di 50.000 bambini di età compresa tra 8 e 9 anni (terza elementare) dimostrano infatti che il 32,8 % di loro è in situazione di sovrappeso o di obesità franca (10.6%). [2]

In Veneto questi valori sono rispettivamente 21 e 7 %. [3]

Sempre da questa rilevazione si vede che la media dei bambini italiani fa attività fisica per non più di due ore alla settimana, e pochi di loro si muovono attivamente anche solo per andare e tornare a scuola.

I dati preliminari di uno studio effettuato dall' Associazione Culturale Pediatri Asolo in collaborazione con l' Azienda Ulss 8 (Asolo) su più di 1.000 studenti di tre scuole elementari dei comuni di Castello di Godego, Loria e Trevignano dimostrano come solo il 31 % di loro vada o torni da scuola a piedi o in bicicletta, contro una percentuale del 70 % riportata dai loro genitori.

Ciò significa che solo per il trasporto di questi bambini ogni settimana si muovono 5.837 automobili.

Tutte queste automobili in circolazione aumentano l'inquinamento atmosferico, che è uno dei fattori di rischio più importanti per la nostra salute.

In tutte le zone intensamente abitate, come si può considerare quasi tutto il Veneto, si stima che circa il 50% delle sostanze inquinanti dell'aria siano emesse dai motori delle automobili, e noi sappiamo bene, anche se purtroppo sembriamo ricordarcelo solo in alcune giornate invernali leggendo i titoli dei giornali che parlano di PM 10, come nella nostra zona il livello medio di inquinamento atmosferico superi abbondantemente sia i valori consigliati dall' OMS sia quelli molto più elevati stabiliti dalla legislazione vigente.

---

[1] Children's Health And The Environment In Europe: A Baseline Assessment,
ENHIS (European Environment and Health Information System) Oms 2007.
[2] http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/pdf/OKkio%20alla%20SALUTE%20sintesi%202012_finale.pdf
[3] http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/reportregionali2010/OKkio_Salute_Veneto.pdf

Gli effetti di questo inquinamento sono molto gravi.

L'esposizione costante o frequente ad aria inquinata può infatti provocare le seguenti conseguenze: riduzione e alterazione dello sviluppo del polmone, peggioramento dell'asma, segni precoci di arteriosclerosi, rischio di tumore. [4]

E nemmeno all'interno delle automobili o degli edifici possiamo sentirci al sicuro, anzi !

E' infatti dimostrato come l'aria all' interno degli abitacoli delle nostre auto sia più inquinata di quella esterna (rendendo così inutile la giustificazione dei genitori dei nostri bambini, e cioè che il loro trasporto in auto serve per proteggerli dallo smog). [5]

E lo stesso vale per l'aria presente all' interno degli edifici, che può essere da 10 a 50 volte più inquinata di quella esterna. [6]

Ciò è dovuto in parte all' effetto intrappolamento dell' aria esterna e dei suoi inquinanti, ed in parte alla presenza di sostanze inquinanti proprie degli edifici e delle attività che in essi si svolgono.

Tra questi ultimi inquinanti ricordiamo il fumo di sigaretta, le sostanze usate per i trattamenti delle plastiche (bisfenolo, ftalati), i Composti Organici Volatili (VOC) che derivano da colle, vernici, solventi, materiale da costruzione, arredi…i ritardanti di fiamma ed altri preservanti del legno e dei materiali. I policlorobifenili (PCB) utilizzati come fluidi dielettrici (per limitare il flusso di corrente, per esempio nei trasformatori) e come additivi per antiparassitari, ritardanti di fiamma, isolanti, vernici, i prodotti per la pulizia della casa.

Per porre rimedio a questa situazione, e rendere migliore la salute dei bambini, è importante restituire loro la possibilità di movimento, e nel contempo ridurre la quantità di automobili in circolazione. Per fare questo dobbiamo insistere nell' attivazione soprattutto in vicinanza delle scuole di spazi liberi da automobili, con percorsi pedonali e ciclabili. E' altrettanto importante continuare a promuovere i pedibus, che si sono dimostrati in grado di incrementare il numero dei bambini che si muove a piedi.[7]

Giacomo Toffol, pediatra

---

[4] G.Toffol, L.Reali, L.Todesco Inquinamento e salute dei bambini. Pensiero scientifico editore, Roma 2010

[5] In-car Air Pollution: the Hidden Threat to Automobile Drivers: An assessment of the air quality inside automobile passenger compartments. International Center for Technology Assessment, 2000

[6] A comparison of indoor and outdoor concentrations of hazardous air pollutants. Inside IAQ, EPA/600/N-98/002 Spring/Summer 1998:1-7.

[7] G.Toffol ***Incidenti stradali e movimento dei bambini italiani.*** Un problema risolvibile. R&P 2012;28:103-8