



Una scuola in movimento ***Percorso educativo di promozione alla mobilità attiva***

Premessa: il movimento fisico svolto quotidianamente e in modo sistematico, favorisce la salute fisica e mentale e riduce molti fattori di rischio che favoriscono l'obesità, le scogliosi, le patologie cardio-vascolari.

La mobilità attiva, e in particolare l'uso competente della bicicletta come mezzo principale e quotidiano per il Bike to School (B2S) e il tempo libero, generano ricadute positive sulla salute individuale, ma anche sulla qualità della vita collettiva, riducendo le emissioni inquinanti, l'emissione di Co2, il traffico veicolare, l'incidentalità, il senso di insicurezza, aumentando il grado di autonomia degli studenti, la cittadinanza attiva, il benessere sociale e la vitalità dei paesi.

Obiettivo del percorso educativo: incentivare il movimento fisico quotidiano in aula e nel tragitto casa scuola promuovendo le seguenti azioni:

- **“Stretching in classe”** inserendo all'interno della didattica l'esperienza educativa di esercizi di stretching per contrastare gli effetti della sedentarietà e ridurre i problemi dovuti a una prolungata posizione, spesso scorretta, nei banchi scolastici.
- **Iniziative volte a favorire la possibilità di percorrere il tragitto casa -scuola in sicurezza in bicicletta /e o a piedi** Si intende indurre un cambiamento nelle abitudini di spostamento quotidiano della popolazione studentesca e del personale scolastico, verso la mobilità attiva e a basso impatto, in particolare la ciclo-mobilità, e sollecitare parallelamente le amministrazioni (dell'istituto di istruzione, dei comuni ed altri enti locali) ad investire a favore della sicurezza e della infrastrutturazione per rendere possibile tale modalità sostenibile di trasporto.

In linea con il modello della rete Scuole che Promuovono Salute (SPS), l'obiettivo è di sostenere la scuola nell'assunzione di titolarità dei programmi educativi attraverso il supporto tecnico scientifico degli operatori di ATS-Montagna e del progetto “Una Valle ciclabile”

In ogni singola realtà scolastica, partendo dall'analisi del contesto, gli operatori supportano i docenti nella co-progettazione e nella realizzazione di alcune specifiche azioni per l'implementazione e sviluppo del percorso educativo.

Destinatari

- studenti scuole primarie e secondarie di primo grado
- operatori scolastici
- genitori

Fasi

- a) formazione docenti
- b) co-progettazione, con definizione delle modalità specifiche di sviluppo e realizzazione del percorso educativo in ogni istituto comprensivo
- c) sostegno nella realizzazione del percorso da parte del progetto 'una Valle ciclabile' e di ATS-Montagna:
 - ✓ ulteriore momento di formazione specifica docenti (ove richiesta)
 - ✓ materiale didattico e informativo
 - ✓ presenza di un educatore ambientale nei laboratori esperienziali e ludici previsti nel percorso educativo

SCHEDA PRESENTAZIONE FORMAZIONE DOCENTI

Destinatari: docenti scuola primaria e secondaria di primo grado

Obiettivo: Condividere strumenti e contenuti teorico/pratici per cooprogettare azioni volte a promuovere la mobilità attiva in ogni istituto

Sede: - **Polo Formativo ATS Breno-**
Palazzo degli Uffici, Piazza degli Alpini, 5
primo piano (a fianco Ufficio INPS).

Durata: 5 ore (2 sessioni)

DATA	TEMATICHE	OPERATORI
Giovedì 20 ottobre 2022 Dalle 16.00 alle 18.30	Mobilità sostenibile: alcune premesse, l'uso competente della bicicletta come mezzo per il Bike to School (B2S) e il tempo libero. Presentazione del progetto 'Una Valle ciclabile' e della proposta di realizzare interventi di promozione del B2S nelle scuole.	Federico del Prete Presidente Legambici Lombardia Marco Bigatti Esperto Promotore Mobilità Ciclistica del Progetto "Una Valle Ciclabile" Stefania Bellesi Responsabile Promozione salute ATS-Montagna
Giovedì 27 ottobre 2022 Dalle 16.00 alle 18.30	Dalla teoria alla pratica: Valore del Progetto all'interno del modello della rete SPS. Buone pratiche: piedibus, merenda sana, bicibus, strade scolastiche, zona 30. Condivisione esperienze e prime proposte di azioni da realizzare per l'implementazione del percorso didattico.	Stefania Bellesi Responsabile Promozione salute ATS-Montagna Marco Bigatti Esperto Promotore Mobilità Ciclistica del Progetto "Una Valle Ciclabile"