



unibz

Ministero dell'Istruzione  
Ufficio Scolastico Regionale per le Marche

# PROGETTO PE4MOVE

L'Educazione Fisica per la promozione dell'attività motoria e sportiva  
degli studenti nel tempo extrascolastico

unibz

Ministero dell'Istruzione  
Ufficio Scolastico Regionale per le Marche

## Le Raccomandazioni per l'AF

### WHO GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY AND SEDENTARY BEHAVIOUR



> Vigorous-intensity aerobic activities, as well as those that strengthen muscle and bone, should be incorporated at least 3 days a week.  
Strong recommendation, moderate certainty evidence

It is recommended that:

> Children and adolescents should do at least an average of 60 minutes per day of moderate-to vigorous-intensity, mostly aerobic, physical activity, across the week.  
Strong recommendation, moderate certainty evidence



#### LIMIT

the amount of time spent being sedentary, particularly recreational screen time.



WHO, 2020

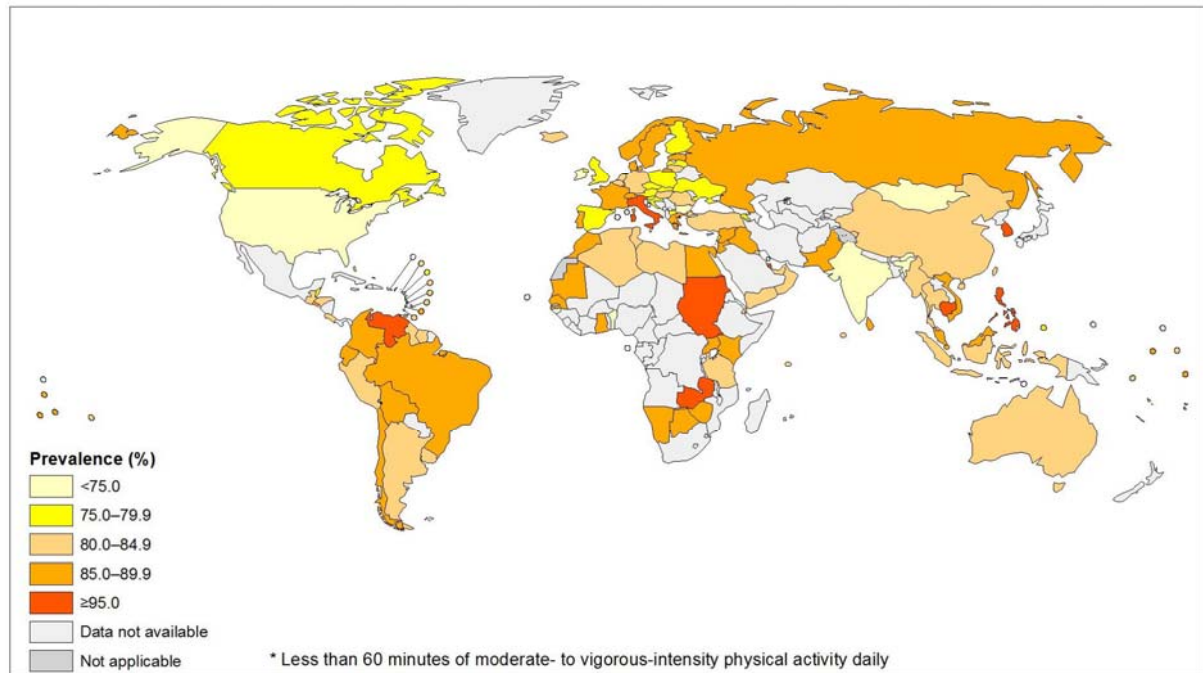
[<https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>]



World Health Organization

WHO, 2015

### Prevalence of physical inactivity\* among school going adolescents, ages 11–17 Both sexes



## L'inattività fisica costa cara! [\[https://cebr.com/reports/the-costs-of-inactivity-in-europe/\]](https://cebr.com/reports/the-costs-of-inactivity-in-europe/)



### The direct and indirect costs of inactivity in the EU-28 exceed €80 billion per year

• The economic calculations in this report seek to quantify some of the ways in which inactivity is impairing the economic potential of European individuals and societies. Nevertheless, it is clear these economic calculations are just a small part of the human and social costs we are currently living with as a result of inactivity.

• With these caveats, physical inactivity is estimated to have cost €80.4 billion across Europe in 2012, through the channel of these four major NCDs and indirect costs of mood and anxiety disorders.

• Of the four major NCDs considered in this study, coronary heart disease (CHD) is by far the biggest contributor to the cost of inactivity in Europe, amounting to almost €23.5 billion in 2012. 6.0% of European CHD prevalence is estimated to be attributable to inactivity. It is a costly disease – both in terms of treatment and morbidity and mortality.

• Type II diabetes is the next most significant disease where physical inactivity imposes costs to the economies of Europe. The greater prevalence of diabetes across the region (relative to the other NCDs examined), the total economic cost burden on Europe is estimated at €13.9 billion in 2012. If all Europeans met their recommended guidelines for physical activity, the total economic cost burden on Europe is estimated to be €13.9 billion in 2012.

• Colorectal cancers are attributable to inactivity. However, due to the lower prevalence of colorectal cancer in Europe, the total economic cost burden to Europe is lower – estimated at €4.4 billion in 2012.

• Physical disorders (mood and anxiety disorders) are an estimated €11.3 billion in 2012.

Estimated PAFs for disorders related to physical inactivity, and total cost of inactivity-related disorders to Europe, 2012



Source: Lee et al., (2012), WHO, OECD, Eurostat, IDA, EUCAN, Cebr analysis

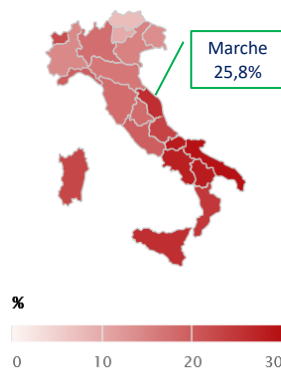
Note: Discussion of Europe on this slide refers to the EU-28. All monetary figures are expressed in current (2012) prices at market exchange rates.

1 adulto su 4 in Europa è insufficientemente fisicamente attivo, così come lo sono 4 su 5 adolescenti. Si stima che nel 2012 l'inattività fisica in Europa abbia sia costato di 80,4 miliardi di €.

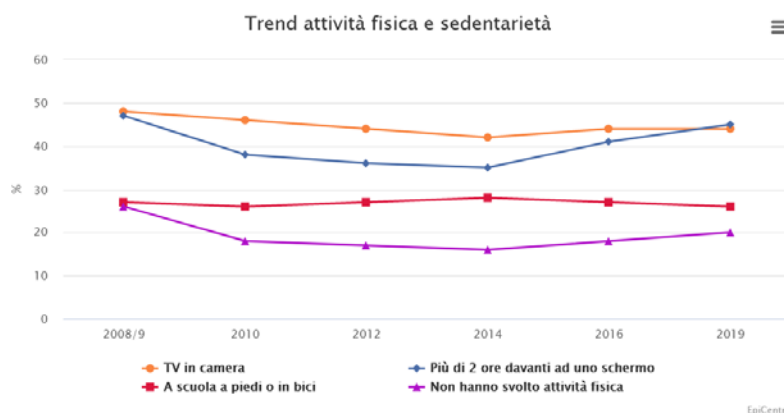
## Indagine OKkio alla SALUTE, 2019

Bambini che non hanno svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine

indagine 2019



EpiCentro



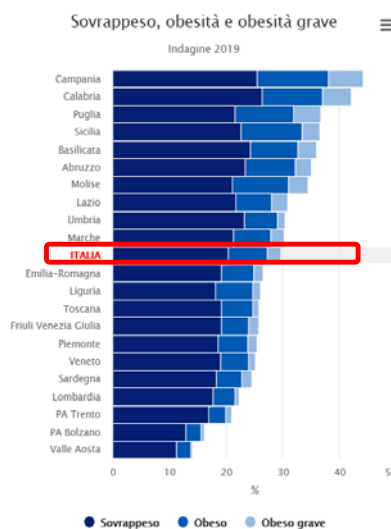
[www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-dati](http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-dati)

## Una conseguenza dell'inattività

✓ 50.000 bambini

✓ 3<sup>a</sup> Primaria

OKkio alla Salute (2019)



[www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-dati](http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/indagine-2019-dati)

## Un'altra conseguenza

### FitBack

The European Network for  
the Support of Development  
of Systems for Monitoring  
Physical Fitness of Children  
and Adolescents  
<http://fitback.kividev.si/en-us/>

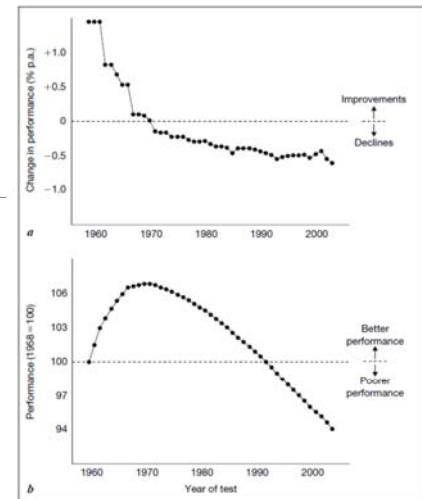
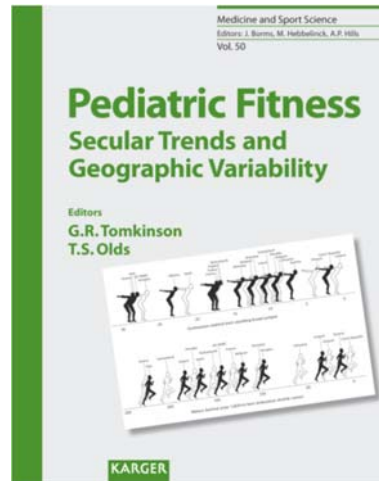


Fig. 3. Global time-related patterns of (a) change and (b) performance in pediatric aerobic performance between 1958 and 2002. In (a), higher values (i.e. those greater than zero) indicate improvements in performance, while in (b), higher values (i.e. those greater than 100) indicate better performance.

#### Discussion

Using data on over 25 million 6- to 19-year-olds from 27 countries tested between 1958 and 2003, this study showed that aerobic performances have declined precipitously over the past three decades. Secular changes were remarkably similar for boys and girls, for children and adolescents, and for countries of different economic status, and reasonably similar for different geographical regions.

## E ancora un'altra: il Drop Out sportivo

Il **45%** dei bambini di 10 anni pratica sport, a 18 anni solo il **26-30%** partecipa ancora a sport organizzati.

In Italia: 11-14 anni: **56,0%** (2018) → **50,4%** (2019)  
15-17 anni: **48,5%** (2018) → **32,7%** (2019)

- Il declino della partecipazione sportiva giovanile inizia a **13 anni** e continua fino alla tarda adolescenza (**17-18 anni**).
- Studi recenti dimostrano che sebbene la scelta di lasciare si concretizzi più avanti, disinteresse, disaffezione e voglia di smettere iniziano già intorno ai 10 anni.
- Le **ragazze** mostrano una tendenza maggiore al drop out e in età più giovane rispetto ai maschi.





# La storia di due pandemie

## A tale of two pandemics

[Hall et al, 2020]

## Sedentarism Pandemic COVID-19 Pandemic



Contents lists available at ScienceDirect  
Progress in Cardiovascular Diseases  
journal homepage: www.elsevier.com/locate/yhdc

### Commentary

A tale of two pandemics: How will COVID-19 and the physical inactivity and sedentary behavior affect on

As noted at the outset of this commentary, the lasting effects of the COVID-19 pandemic will not be fully realized for some time. Given the change in daily life for people around the world as a result of COVID-19, we hypothesize this health crisis has the potential to further impact and accelerate the physical inactivity/sedentary behavior pandemic we have been confronted with, and failing to address, for a number of years. Many opportunities to be physically active have been suspended, including outpatient cardiac rehabilitation, school-based physical education and athletic programs, fitness centers and public parks; the infrastructure to be physically active, which was not being utilized by a majority of the global population prior to COVID-19,<sup>8</sup> has been significantly diminished.

The question must be asked – is COVID-19 making the world move even less than before? Given the significant blow COVID-19 has is yes, the next question becomes will these increased SB persist and become the new societal norms? We are not aware of any available liter-

To this point, we have discussed the potential detrimental impacts of the COVID-19 pandemic on PA behaviors and SB. It is important to note that we may also be at risk for a vicious cycle where current and potentially accelerated PI patterns and sedentary behaviors may worsen the impact of future pandemics. Not surprisingly, individuals infected with

## ... ma guardate qui

www.nature.com/scientificreports

### scientific reports

OPEN

## Physical activity and screen time of children and adolescents before and during the COVID-19 lockdown in Germany: a natural experiment

Steffen C. E. Schmidt<sup>1,2,3</sup>, Bastian Anedda<sup>1</sup>, Alexander Burchartz<sup>1</sup>, Ana Eichsteller<sup>1</sup>, Simon Kolb<sup>1</sup>, Carina Nigg<sup>1</sup>, Claudia Niessner<sup>1</sup>, Doris Oriwol<sup>1,2</sup>, Annette Worth<sup>1</sup> & Alexander Woll<sup>1</sup>

The impact of COVID-19 on social life has been drastic and global. However, the different numbers of cases and different actions in different countries have been leading to various interesting yet unexplored effects on human behavior. In the present study, we compare the physical activity and recreational screen time of a representative sample of 17114- to 17-year-olds before and during the strictest time of the first COVID-19 lockdown in Germany. We found that sports activity declined whereas recreational screen time increased. However, a substantial increase in habitual physical activities leads to an overall increase in physical activity among children and adolescents in Germany. The effects differ in size but not in their direction between age groups and are stable for boys and girls. We conclude from this natural experiment that physical activity among children and adolescents is highly context-driven and mutual and does not act as a functional opposite to recreational screen time.

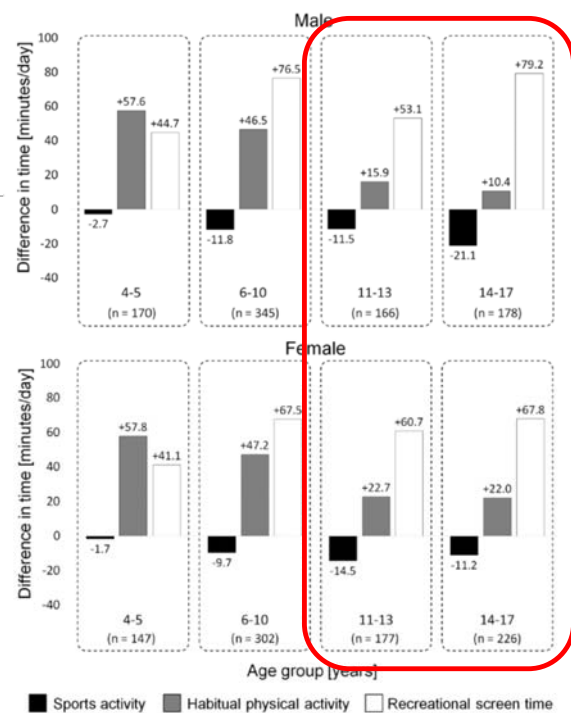


Figure 1. Differences for total amount of sports, habitual physical activity, and recreational screen time among youth in Germany pre and peri the COVID-19 lockdown (MoMo study).

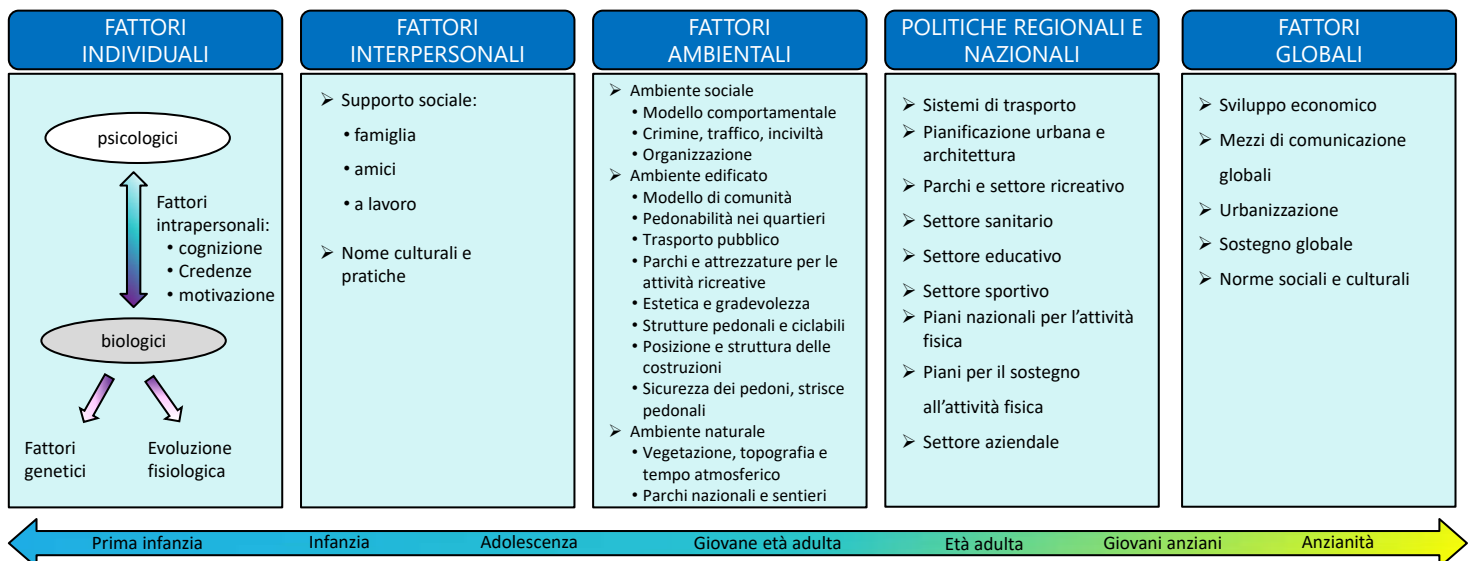
## Cosa possiamo fare come Comunità di EF?

### TRANSFORMATIVE PRACTICES IN PE

- *Move fast*
- *Digital technologies*
- *Role model*
- ***We must be relevant, now!***

[AIESEP, 2020]

## Il Modello Socio-Ecologico di AF di Bauman et al. (2012)

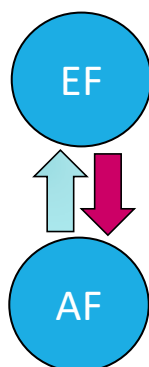


[Bauman et al., 2012]

# Il Progetto IMPACT [\[www.impactpe.eu\]](http://www.impactpe.eu)

## Identificare e Motivare i giovani che maggiormente necessitano di praticare Attività Fisica

- ✓ Progetto Europeo (2017-2019)
- ✓ Formazione a distanza degli insegnanti
- ✓ Raccolta dati con gli studenti



## Partecipanti e strumenti

- ✓ Oltre 14.000 studenti di età tra i 10 e i 18 anni di Francia, Grecia, Italia (**n=2199**), Regno Unito, Spagna, Turchia (46,8% maschi)
- ✓ 189 insegnanti di EF (**Italia n=31**)
- ✓ Raccolta dati con questionari e accelerometri

## Alcuni risultati

Ore a settimana di  
 AF fuori dalla scuola:

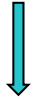


Crescendo diventano  
 più inattivi

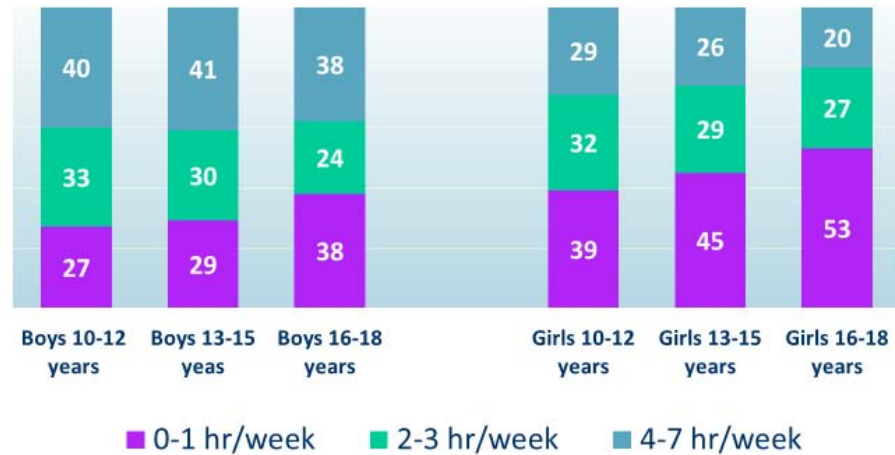
	Età					
	10-12 %tot		13-15 %tot		16-18 %tot	
Nessuna	7.0	} 34.5%	13.2	} 38.6%	<u>18,7</u>	} 46.3%
0.5 ore/settimana	9.9		10.7		<u>10.8</u>	
1 ore/settimana	17.6		14.7		<u>16.8</u>	
2-3 ore/settimana	32.3		28.5		25.7	
4-6 ore/settimana	20.5		20.4		16.7	
7 ore/settimana	12.7	→	12.5	→	11.3	

## Alcuni risultati

Ore a settimana di AF  
fuori dalla scuola:



Le ragazze sono più  
inattive dei ragazzi in  
tutte le fasce di età



## Le opinioni dei docenti

### Formazione:

- ✓ «Formazione utile a riflettere sulla mia figura e sul mio ruolo»
- ✓ «contenuti interessanti perché mi hanno aiutato a ripensare al mio modo di lavorare»
- ✓ «ho apprezzato molto la parte teorica del corso, molti spunti e stimoli»
- ✓ «ho preso tanti spunti, soprattutto il mio approccio verso le difficoltà dei ragazzi»

### Strategie e strumenti:

- ✓ «l'anno prossimo proverò ad applicare le strategie suggerite»
- ✓ «bello lo strumento per i ragazzi per l'automonitoraggio, veloce e moderno»
- ✓ «strumenti interessanti e utili per migliorare la didattica»

### Risultati percepiti:

- ✓ «i ragazzi sono stati molti coinvolti dalle mie proposte»
- ✓ «molti riscontri positivi da ragazzi e genitori»
- ✓ «tutti i miei studenti hanno aumentato le ore di AF nell'extra scuola»





## Le opinioni dei docenti

### Strategie:

- ✓ «difficile capire se i dati ricevuti sono reali»

### Strumenti:

- ✓ «tempi stretti e fatica a raccogliere i dati dei ragazzi»
- ✓ «un po' lunghi i questionari»
- ✓ «questionari un po' difficili per le medie»
- ✓ «un po' pesante la parte dei questionari che occupavano molto tempo»

### Tempistiche:

- ✓ «sarebbe bene averlo inserito nella programmazione ad inizio anno»



## Le opinioni dei docenti

### Ricerca-Azione:

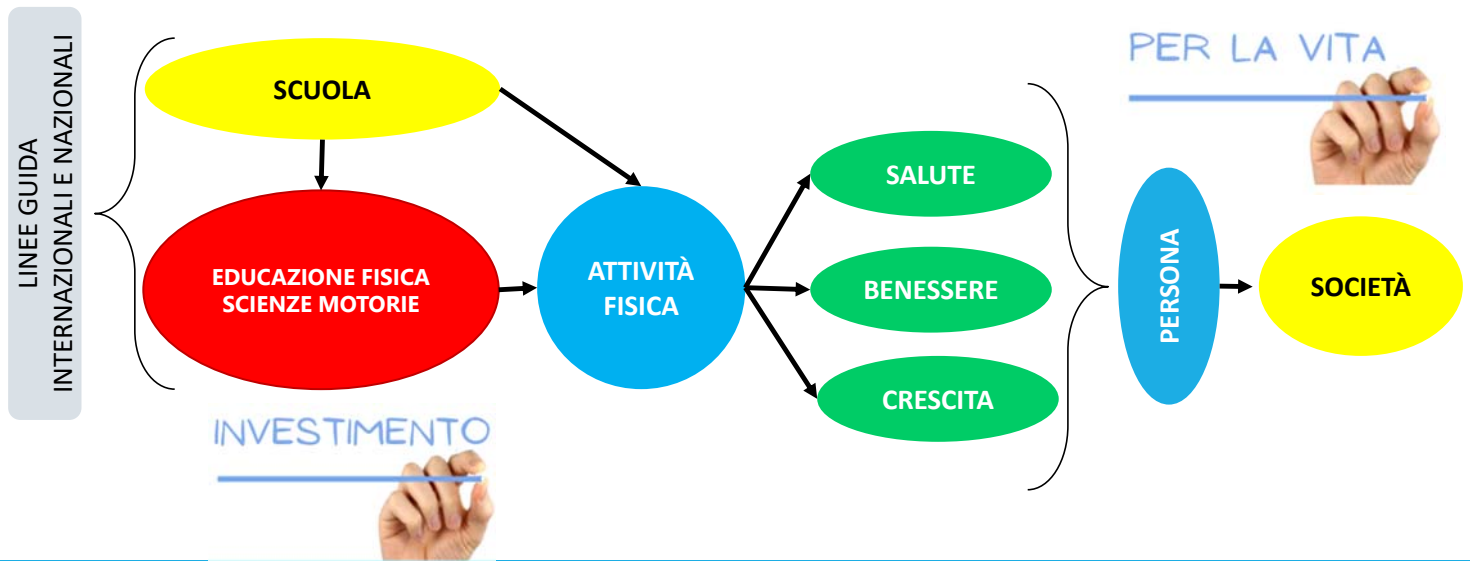
- ✓ «abbiamo fatto tante cose, forse la difficoltà di fare tutte queste cose nelle due ore settimanali»
- ✓ «interessante ma non sono riuscita ad applicarlo quest'anno»

### Ostacoli non IMPACT-dipendenti:

- ✓ «nelle scuole ci vorrebbero più spazi attrezzati»
- ✓ «l'ostacolo che incontro è la considerazione per la nostra materia da parte dei colleghi di altre discipline .. se i ragazzi fanno troppo sport si lamentano»



## La promozione dell'attività fisica e sportiva e della *physical literacy*



## Finalità

- **formare i docenti** riguardo la promozione dell'attività fisica e della *physical literacy* tra gli studenti
- **monitorare** i livelli di attività fisica e la fitness degli studenti
- **valutare a breve, medio e lungo termine l'efficacia dell'intervento di formazione in studenti e docenti**

In coerenza con il Piano Regionale USR

*"Scuole che promuovono corretti stili di vita, la salute e lo sport nelle Marche"*


## Metodo

---

- **I docenti che parteciperanno al progetto saranno suddivisi** (dal gruppo di lavoro UniBz eUSR) **in due gruppi:**
  - ✓ gruppo «A»
  - ✓ gruppo «B»
- A **tutti i docenti** verrà offerta la **stessa formazione**, ma in tempi diversi
  - ✓ gruppo «A» → a.s. 2021-22
  - ✓ gruppo «B» → a.s. 2022-23
- **Monitoraggi e test** saranno fatti, per entrambi i gruppi, nell'**a.s. 2021-22**

## Attività di formazione per i docenti

---

- 
- ✓ **Webinar iniziale**, per le **istruzioni** su test e monitoraggio prima dell'inizio della scuola settembre 2021 (gruppo «A» e gruppo «B»)
  - ✓ **4 webinar teorici**, a partire dal mese di Ottobre (gruppo «A» 2021, gruppo «B» 2022)
  - ✓ **4 incontri di laboratorio** in gruppi di **20-25 docenti** ciascuno partire dal mese di Ottobre (gruppo «A» 2021, gruppo «B» 2022)
  - ✓ **Focus group finale**, al termine delle attività (gruppo «A» Maggio 2022, gruppo «B» Maggio 2023)

## Attività di formazione per i docenti

---

### Contenuti:

- ✓ Principali **teorie e modelli per promuovere l'AF extrascolastica** degli studenti attraverso **l'insegnamento dell'EF/SMS** (*processi relativi alla motivazione, al comportamento, al piacere e al divertimento coinvolti nella pratica di AF*)
- ✓ **Strategie didattiche**, basate sulle evidenze scientifiche, per aumentare i **livelli di attività fisica** e promuovere la **physical literacy** negli studenti
- ✓ Esempi di **applicazioni pratiche adattate al contesto** delle scuole secondarie della regione Marche, derivanti anche dall'esperienza del progetto IMPACT
- ✓ Idee per la creazione di una solida **rete professionale** tra docenti, docenti e ricercatori nell'**ambito dell'EF/SMS**

## Privacy e norme etiche

---

### ➤ I dati saranno:

- ✓ raccolti in forma **pseudo-anonima** tramite un **codice alfa-numerico\***
- ✓ raccolti e trattati dal team di ricerca dell'Università di Bolzano guidato dal Prof. Attilio Carraro\*
- ✓ divulgati soltanto in **forma aggregata\***

\*Dlgs n. 101/2018, UE 2016/679

- **Lo studio è stato approvato dal Comitato Etico della Libera Università di Bolzano**

## Privacy e norme etiche (docenti)

---

- **Codice alfanumerico assegnato ad ogni docente:**
  - ✓ **la corrispondenza** fra docente e codice alfa-numerico assegnata è conosciuta **solo dal gruppo USR**, che però non vede le risposte ai questionari
  - ✓ il codice serve per **mettere in serie** questionari e test
- **I docenti riceveranno il dettaglio dell'informativa nella nota per l'adesione**

## Privacy e norme etiche (studenti)

---

- **Codice alfanumerico per ogni alunno:**
  - ✓ **corrispondenza** fra alunno e codice alfa-numerico assegnata è conosciuta **solo dal docente**, che però non vede le risposte ai questionari
  - ✓ il codice serve per **mettere in serie** questionari e test
- **Le scuole dovranno acquisire, a settembre 2021, il consenso informato degli alunni/genitori:**
  - ✓ alle scuole verrà fornito il **dettaglio dell'informativa** nella nota per l'adesione
  - ✓ gli alunni per i quali non verrà dato il consenso **non** compileranno i questionari ed i risultati dei loro test **non** saranno inviati



## Attività con i docenti

---

**I docenti (gruppo «A» e gruppo «B») dovranno, a settembre 2021 e a maggio 2022:**

- ✓ compilare online dei **questionari**
- ✓ **guidare gli studenti nella compilazione** online dei loro questionari\*

\* I questionari per gli studenti:

- andranno compilati a scuola, sotto la supervisione del docente
- il tempo richiesto è un'ora di lezione

## Attività con i docenti

---

**I docenti (gruppo «A» e gruppo «B») dovranno:**

- ✓ effettuare **tre test motori** per la valutazione della fitness degli studenti ed **inserire i risultati** sulla piattaforma, a settembre 2021 e a maggio 2022

\* é previsto un supporto tecnico per i docenti ([pe4move.italia@gmail.com](mailto:pe4move.italia@gmail.com))

\* per quanti lo desiderano, la raccolta dei dati (questionari e test) potrà proseguire anche nell'a.s. 2022-23

## Attività con i docenti

---

**Tutti i docenti saranno invitati ad applicare durante le loro lezioni, le strategie, le metodologie e i contenuti appresi**

gruppo «**A**» → **a.s. 2021/22**

gruppo «**B**» → **a.s. 2022/23**

## Attività con gli studenti

---

**Gli studenti (gruppo A e gruppo B) saranno chiamati, a settembre 2021 e a maggio 2022 a:**

- ✓ compilare online una batteria di **questionari**
- ✓ svolgere **tre test** motori per la valutazione della fitness
- ✓ **indossare un ActiGraph\*** per una settimana

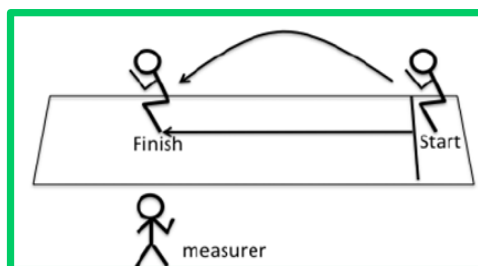
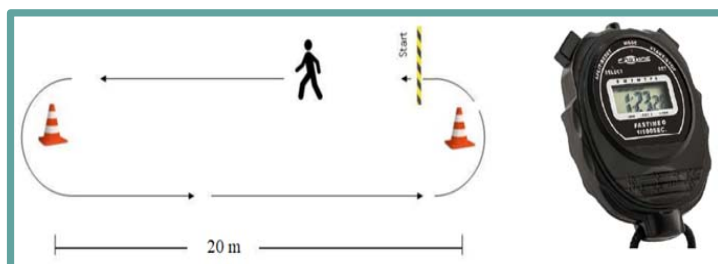
\* un gruppo ristretto su base volontaria

\* l'effettuazione dei test e l'uso degli Actigraph saranno in coerenza con le misure di tutela sanitaria vigente

## Test per la valutazione della fitness

- ✓ Test dei 6 minuti di cammino
- ✓ Salto in lungo da fermo
- ✓ Handgrip test\*
- ✓ ActiGraph\* (BZ)

\* saranno forniti alle scuole dal gruppo UniBZ-USR Marche



## Adesioni al progetto



- Numero **docenti** coinvolti → **libero**
- Numero **classi** coinvolte → **almeno 3 classi** per docente, possibilmente di annualità diverse

<b>Scuole con docenti titolari di cattedra</b>	Adesione con i nominativi dei docenti e il numero delle classi coinvolte
<b>Scuole senza docenti titolari di cattedra</b>	Adesione e successiva indicazione dei docenti e il numero delle classi coinvolte
<b>Docenti senza sede definitiva</b> <b>Docenti con contratto a tempo DETERMINATO</b>	Adesione individuale e successiva adesione formale della scuola, quando assegnata, con indicazione del numero delle classi coinvolte

# Tempi

Maggio 2021	Adesione scuole - docenti	
Giugno 2021	Suddivisione dei docenti in gruppo A e gruppo B (random)	
	Gruppo A	Gruppo B
Settembre 2021 (prima dell'inizio della scuola)	Webinar informativo per questionari e test Compilazione del questionario docenti	
Settembre 2021	Acquisizione consenso informato studenti Somministrazione questionari alunni Effettuazione test e caricamento dei risultati	
A partire da Ottobre 2021	4 webinar di formazione Laboratori didattici (in gruppi di 20-25 docenti)	
Ottobre 2021 - Maggio 2022	Applicazione strategie, metodologie e contenuti appresi nella formazione	
Maggio 2022	Compilazione del questionario docenti Somministrazione questionari Effettuazione Test e inserimento dei risultati	
Maggio 2022	Focus Group finale	
A partire da Settembre 2022		4 webinar di formazione Laboratori didattici (in gruppi di 20-25 docenti)
Ottobre 2022 - Maggio 2023		Applicazione strategie, metodologie e contenuti appresi nella formazione
Maggio 2023		Focus Group finale
A partire da Settembre 2022, divulgazione dei risultati del progetto, con diverse modalità		



# Dentro e Fuori

Attilio Carraro ed Erica Gobbi

## Il progetto IMPACT

Promuovere l'attività fisica ed educare al movimento è oggi di fondamentale importanza per almeno due ragioni: non abbiamo mai avuto tante evidenze scientifiche sui benefici della pratica regolare di attività fisica e non c'è mai stato un numero così grande di persone, in particolare di giovani, sedentari.

Moltissimi documenti ci confermano che l'attività fisica è uno strumento privilegiato per lo sviluppo (fisico, cognitivo, sociale e culturale), che rappresenta uno dei principali agenti di socializzazione, che esercita una funzione fondamentale nella prevenzione di molte malattie croniche e che, in generale, è un elemento chiave per garantire una buona qualità di vita a tutti gli individui, incluse le persone con bisogni speciali. Nel Libro Bianco sullo Sport (European Commission, 2007), la Commissione Europea ha riconosciuto quanto il tempo dedicato all'Educazione Fisica e alle attività sportive extra-curricolari sia vitale per l'istruzione e la salute dei giovani, ricordando che le principali linee guida raccomandano che i bambini e gli adolescenti sino ai 18 anni d'età svolgano almeno 60 minuti al giorno di attività fisica, di intensità da moderata a vigorosa.

Nonostante l'attività fisica sia un basilare produttore/indicatore di salute e di benessere, la partecipazione ad attività fisiche e sportive diminuisce drasticamente man mano che i bambini crescono, diventano adolescenti ed entrano nell'età adulta. I comportamenti sedentari rappresentano un

grande pericolo individuale e sociale e sono la causa diretta e indiretta di numerose comorbidità a livello fisico, metabolico e psicologico, sia durante la gioventù, sia in età adulta. Per contrastare questa tendenza, sono necessarie azioni di salute pubblica, fortemente richiamate anche nelle linee guida europee per l'attività fisica (European Union, 2008), in cui la scuola gioca un ruolo determinante. Si stima che circa l'80% dei bambini in età scolare svolga attività fisica o sport solo nel contesto scolastico: l'Educazione Fisica si configura perciò come un momento chiave per mettere in atto strategie che incoraggino i ragazzi ad adottare uno stile di vita attivo.

Il progetto IMPACT - Identifying and Motivating youth who mostly need Physical ACTivity (Individuare e motivare i giovani che necessitano maggiormente di praticare attività fisica), supportato dal programma Erasmus + SPORT, finanziato dall'Unione Europea, vuole rispondere a questa emergenza educativa con un'azione internazionale volta a migliorare lo stile di vita degli studenti, enfatizzando il ruolo della lezione e degli insegnanti di Educazione Fisica. La finalità del progetto è sviluppare azioni e politiche rivolte soprattutto agli studenti sedentari e a coloro che vivono in condizioni di svantaggio (ad esempio migranti, giovani in condizioni di disagio sociale, con disabilità, ...), supportando azioni efficaci da parte della scuola e dei docenti di Educazione Fisica in particolare.

IMPACT coinvolge ricercatori, insegnanti e stakeholder di sei paesi europei: Francia, Grecia, Inghilterra, Italia, Spagna e Turchia. Tra le istituzioni coinvolte vi sono: l'Università della Tessaglia, l'Università di Grenoble les Alpes, l'Università autonoma di Barcellona, la Hacettepe University di Ankara, le Università di Birmingham e di Padova, i ministeri dell'istruzione di Grecia e Turchia, l'ufficio per l'istruzione della regione francese Auvergne e Rhône-Alpes e tre associazioni di insegnanti di Educazione Fisica, l'EUPEA (European Physical Education Association), l'Associazione Tedesca DSLV e la Capdi & LSM. Il Progetto IMPACT ha quattro obiettivi principali:

1. fornire agli insegnanti di Educazione Fisica e ai responsabili delle policy educative, strumenti che facilitino l'identificazione degli studenti inattivi all'interno delle classi scolastiche, nonché l'identificazione di scuole con bassi livelli di attività fisica (vuole offrire quindi un sistema di monitoraggio su base europea);
2. fornire linee guida e materiale didattico per aiutare gli insegnanti di Educazione Fisica a motivare gli studenti inattivi a diventare fisicamente attivi;
3. creare una rete europea di insegnanti con esperienza nella promozione dell'attività fisica che collaboreranno con ricercatori e stakeholder per promuovere stili di vita attivi attraverso l'Educazione Fisica;

4. fornire risultati sull'efficacia di questi interventi, nella scuola e al di fuori dalla scuola.

Gli strumenti e il materiale didattico verranno sviluppati in sette lingue (francese, greco, inglese, italiano, spagnolo, tedesco e turco) e saranno di libera consultazione. Gli insegnanti saranno coinvolti in un percorso di formazione a distanza che mira a fornire strumenti e competenze per sviluppare un'atmosfera inclusiva durante le lezioni di Educazione Fisica, accogliendo i bisogni degli alunni con diverse esperienze e abilità sportive, diversità di genere, background culturale ed etnia. Particolare enfasi sarà data agli strumenti per identificare gli ostacoli alla pratica incontrati dagli studenti appartenenti a gruppi sociali vulnerabili e alle strategie da adottare per superare queste barriere. Ciò è particolarmente importante per i paesi dell'Europa meridionale, coinvolti nel progetto, che negli ultimi anni sono stati duramente colpiti dalla crisi finanziaria e dall'aumento del numero di persone rifugiate.

Al progetto, che si concluderà alla fine del 2019, parteciperanno 12.000 ragazzi. Ogni nazione coinvolgerà circa 2.000 studenti dagli 11 ai 18 anni e 50 insegnanti di Educazione Fisica (2 classi per docente). Attualmente alcune scuole italiane sono impegnate nella validazione nella nostra lingua dei questionari che verranno utilizzati nelle fasi di intervento, mentre

nel prossimo anno scolastico gli insegnanti e le loro classi saranno coinvolti nell'attuazione del progetto. Alcuni insegnanti di Educazione Fisica in tutta Italia hanno già espresso il loro interesse alla partecipazione, se

altri fossero interessati a collaborare ad IMPACT sono invitati a contattare il team di ricerca all'indirizzo [impact@bio.unipd.it](mailto:impact@bio.unipd.it) (per maggiori informazioni è possibile consultare il sito [www.impactpe.eu](http://www.impactpe.eu)).

## BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

Butt J, Weinberg, R.S., Breckon, J.D., & Claytor, R.P. (2001). Adolescent physical activity participation and motivational determinants across gender, age, and race. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(8), 1074-1083.

Carraro, A. & Gobbi, E. (2016). *Muoversi per star bene. Una guida introduttiva all'attività fisica*. Roma: Carocci.

European Commission, (2007). *White paper on Sport*. [http://www.msmt.cz/uploads/Areas\\_of\\_work/sport\\_and\\_youth/Bila\\_kniha\\_sport\\_eng.pdf](http://www.msmt.cz/uploads/Areas_of_work/sport_and_youth/Bila_kniha_sport_eng.pdf)

European Union, (2008). *EU Physical Activity Guidelines Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity*. [http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy\\_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/policy_documents/eu-physical-activity-guidelines-2008_en.pdf)

Maselli, M., Ward, P., Gobbi, E., & Carraro, A. (2018). Promoting physical activity among university students: a systematic review of controlled trials. *American Journal of Health Promotion*. DOI: 10.1177/0890117117753798.

Tremblay, M.S., LeBlanc, A.G., Kho, M.E., Saunders, T.J., Larouche, R., Colly, R.C., Goldfield, G., & Gorber S.C. (2011). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 8: 98 doi: 10.1186/1479-5868-8-98.

Woods, C.B., Tannehill, D., Quinlan, A., Moyna, N., & Walsh J. (2010). *Children's Sport Participation and Physical Activity Study (CSPPA). Research Report No 1. School of Health and Human Performance*. Dublin City University and Irish Sports Council, Dublin. <https://www4.dcu.ie/shhp/downloads/CSPPA.pdf>



Il gruppo IMPACT nel meeting svolto a Trikala in Grecia a Marzo 2017