



Licei San Luigi
San Donà di Piave (VE)

ANALISI DATI DEL PROGETTO DI ISTITUTO:
IL GIRO D'ITALIA A PIEDI

Prof.ssa Anna de Vivo



Motivazioni del progetto

Con questo progetto, nella mia qualità di insegnante di Scienze Motorie, ho inteso spronare i ragazzi alla pratica dell'attività fisica.

Dal momento che il mondo della scuola sta vivendo un momento di *stand by* a causa della pandemia, l'attività fisica diventa uno strumento importante volto alla salvaguardia della salute, sia fisica che psichica.

Dopo l'obbligata quarantena, confinati in casa, abbiamo imparato a godere di una nuova libertà, spesso manifestatasi tramite una semplice camminata all'aria aperta. Abbiamo così riscoperto il valore delle piccole cose, dal silenzio delle strade ai paesaggi della natura.

Oggi, come mai prima d'ora, ci accorgiamo di quanto lo stile di vita attivo possa portarci una nuova consapevolezza del nostro corpo.

Il movimento ci fa sentire vivi. Il movimento è vita.



Lo scenario italiano

Nel 2017-2018 sono stati circa 5 milioni e 30 mila i ragazzi di 3-17 anni che hanno praticato nel tempo libero uno o più sport (59,4% della popolazione di riferimento). Il 52,5% lo faceva con continuità e il 6,9% saltuariamente.

Il 17,1% dei ragazzi, pur non praticando una disciplina sportiva, svolge un'attività fisica come passeggiare per almeno due km, nuotare, andare in bicicletta o altro.

I bambini e i ragazzi che non praticano alcuno sport o attività fisica nel tempo libero sono, invece, 1 milione e 925 mila. Quest'ultimo dato rappresenta il 22,7% della popolazione di 3-17 anni. Tale quota è particolarmente elevata tra i bambini la cui età è compresa tra i 3 e i 5 anni (46,1%).

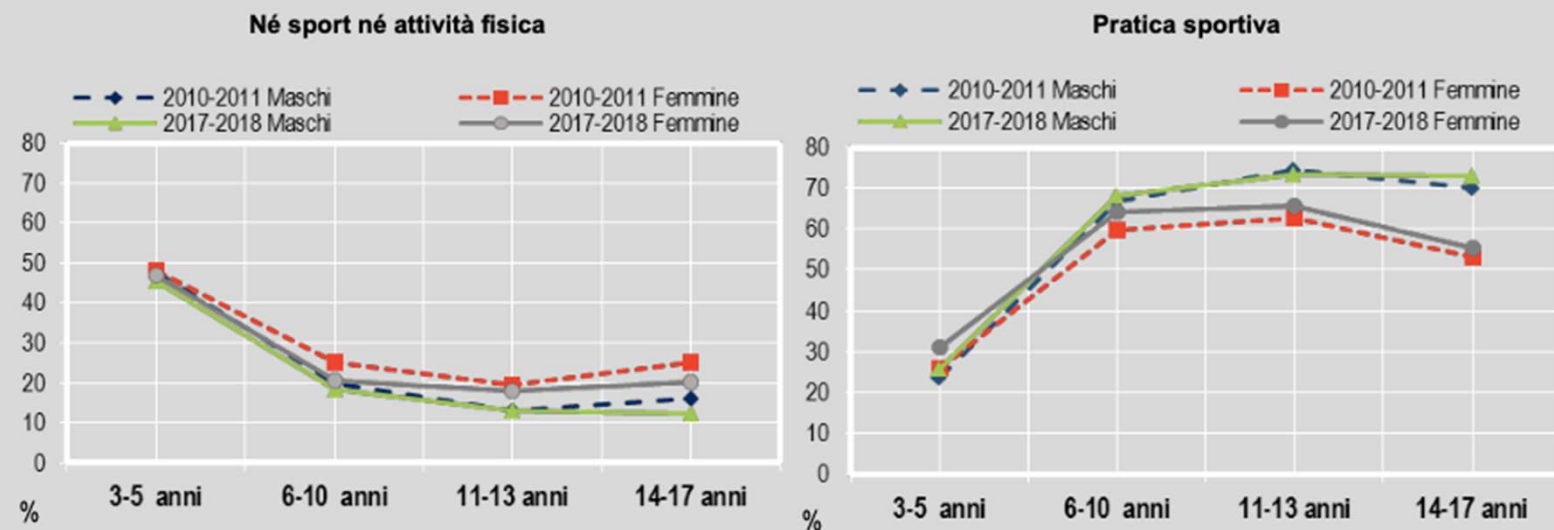
Nel tempo la pratica sportiva, soprattutto quella di tipo continuativo che è passata dal 47,1% del 2010-2011 al 52,5% del 2017-2018, ha coinvolto sempre un maggior numero di persone.

Fonte Istat, report 29 ottobre 2019

Lo scenario italiano

L'aumento della pratica sportiva ha interessato in misura più marcata le ragazze, specialmente quelle della fascia 3-10 anni (si veda la figura).

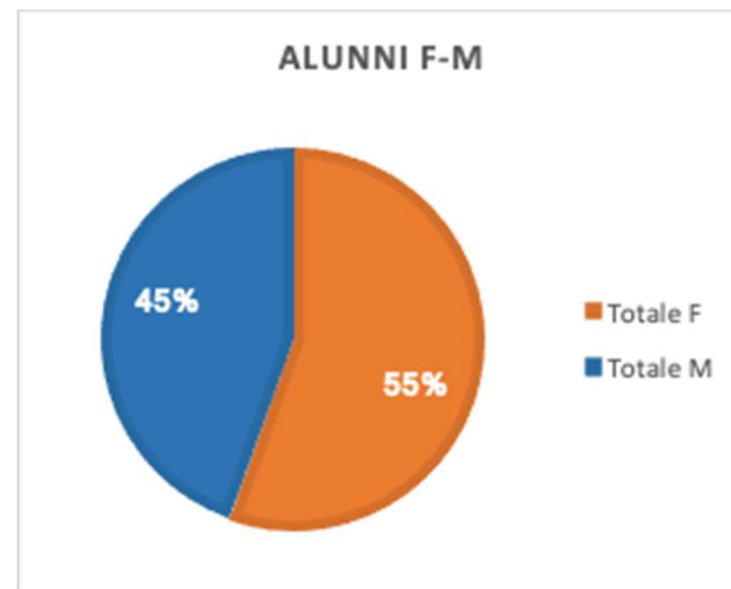
FIGURA 2. BAMBINI E ADOLESCENTI DI 3-17 ANNI PER PRATICA SPORTIVA, GENERE E CLASSE DI ETÀ
Media 2010-2011 e 2017-2018, valori percentuali



Caratteristiche dei partecipanti

Il progetto è stato proposto a tutte le classi del Liceo «San Luigi», dalla prima fino alla quinta.

Classe	Totale alunni
IA	14
IB	19
IC	18
IIA	10
IIB	11
IIC	20
IIIA	19
IIIB	6
IIIC	21
IVA	19
IVB	6
IVC	19
VA	16
VB	12
VC	10



ALUNNI F-M	
Totale F	Totale M
122	98

Totale partecipanti	Totale non partecipanti
167	53
Non partecipanti F	Non partecipanti M
12	36

Modalità di rilevazione

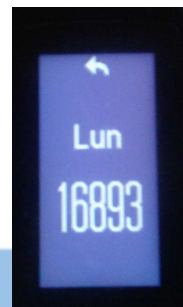
Settimanalmente, ogni allievo aveva il compito di mandare alla docente via mail il resoconto dei passi e dei chilometri percorsi.

Per tale monitoraggio, sono state utilizzate varie applicazioni dello smartphone:

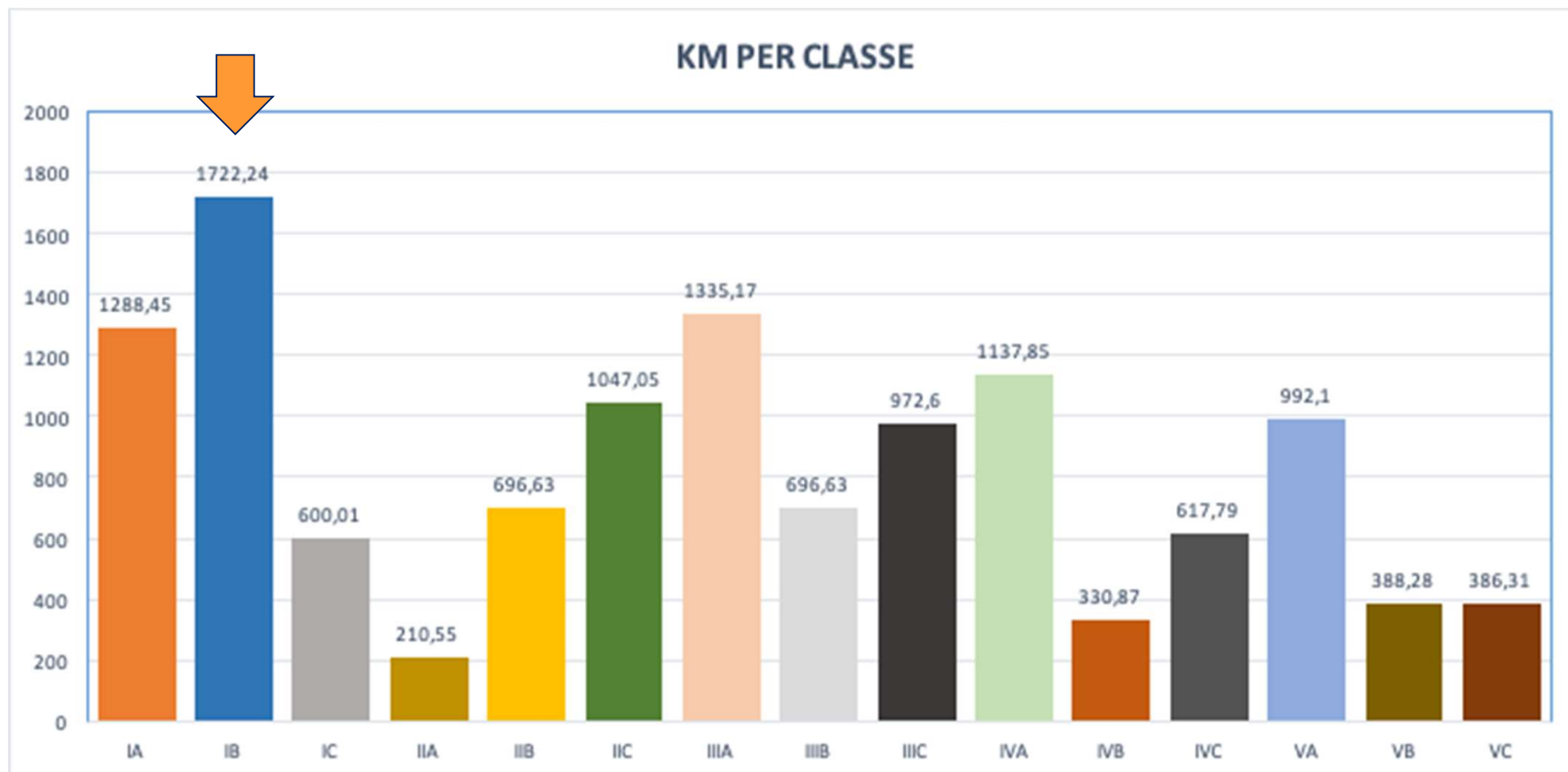
- Accupedo
- App Salute

Mentre gli orologi sportivi più utilizzati appartengono a:

- Garmin
- Polar
- Iwatch



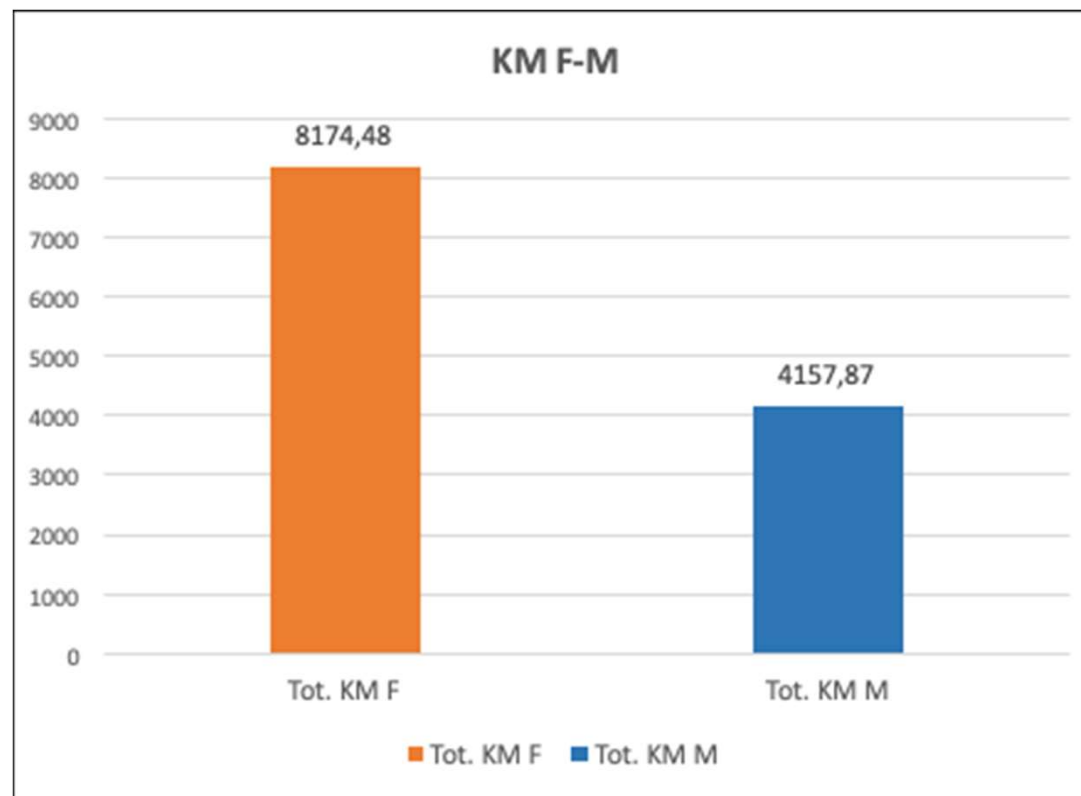
Risultati



Risultati

È emerso che le femmine hanno percorso quasi il doppio dei km rispetto ai coetanei maschi.

KM F-M	
Tot. KM F	Tot. KM M
8174,48	4157,87
Totale KM F-M	
12332,35	





Risultati

Nelle seguenti tabelle vengono riportati i dati settimanali e il numero totale dei km per le femmine e i maschi che hanno percorso più strada.

Classe	Sesso	07-13/12	14-20/12	21-27/12	28-03/01	04-10/01	TOTALE
IB	F	57,48	60,76	61,02	63,36	72,97	315,59
IB	F	53,5	60,77	60,77	60,77	45,5	281,31
IA	F	24,57	47,76	62,14	61,47	53,03	248,97

Classe	Sesso	07-13/12	14-20/12	21-27/12	28-03/01	04-10/01	TOTALE
VA	M	41,1	52,9	48,4	56,1	62,7	261,2
IIIB	M	49,8	52,6	43,3	49,7	9,3	204,7
IIIA	M	30,1	32,9	37,1	35,7	37,8	173,6



Conclusioni

- Le femmine del Liceo «San Luigi», di età compresa tra i 14 e i 19 anni, appaiono più attive dei coetanei maschi.
- La partecipazione generale al progetto è stata minore per quanto riguarda la categoria maschile.
- La classe del liceo scientifico sportivo risulta quella che ha percorso più strada in assoluto.
- Gli alunni di età compresa tra i 17 e i 19 anni appaiono meno attivi rispetto agli alunni più piccoli.



Discussione

Dall'ultimo report Istat sembra che le ragazze siano meno interessate sia alla pratica sportiva che all'attività fisica, ma risulta anche crescente la percentuale delle femmine attive.

Attraverso questo piccolo progetto abbiamo potuto constatare che le femmine sono state più attive e più costanti nella camminata/nella corsa rispetto ai maschi nella situazione di pandemia.

Sorge spontanea la seguente domanda:

Dal momento che i maschi appaiono più interessati e coinvolti in attività sportive in situazione di normalità, l'attuale pandemia e l'impossibilità di praticare attività sportiva (es. calcio) potrebbe aver influito sulla motivazione alla pratica di attività fisica (es. camminare)?

Appare evidente la necessità di promuovere e sensibilizzare maggiormente i giovani alla pratica di attività fisica.

Oltre ad aver fatto virtualmente il giro d'Italia, gli studenti del Liceo «San Luigi»...
sono arrivati a Capo Nord e sono tornati indietro!

A map of Europe with a red dotted line tracing a path. The path starts in Italy, goes north through Germany, Poland, and Scandinavia to Capo Nord in Norway. It then loops back south through the Baltic states, Central Europe, and back to Italy. The line is labeled 'PARTENZA - ARRIVO' at the starting point in Italy.[illegible]