

Progetto di ricerca:

Livelli di attività fisica e sviluppo motorio secondo il modello ecologico in età evolutiva. Apprendimento e sviluppo di competenze motorie e fattori correlati.

Parole-chiave: *competenze motorie; didattica; infanzia; livelli di attività fisica; obesità infantile; osservatorio regionale; percezione di competenza; preadolescente; scuola; svantaggio socio-culturale; successo scolastico; sviluppo motorio.*

La promozione dell'attività fisica tra i bambini ed i giovani è una priorità per la sanità pubblica (Public Health England, 2014). Praticare livelli adeguati di attività fisica quotidiana è una condizione necessaria allo sviluppo di capacità cognitive, motorie e sociali, nonché alla salute di sistemi ed apparati in età infantile e giovanile.

La promozione dell'attività fisica in contesti educativi, formali ed informali, gli interventi metodologici ed organizzativi, intersettoriali e multifattoriali e le azioni di sorveglianza/monitoraggio, contribuiscono allo sviluppo efficace del processo educativo in età evolutiva e a contrastare il fenomeno dell'inattività fisica.

I bambini ed i preadolescenti, normodotati e BES (bisogni educativi speciali), trascorrono la maggior parte della giornata a scuola ed hanno con un carico scolastico che si protrae in orario pomeridiano; ciò può significare meno tempo da dedicare all'educazione fisica e al gioco attivo, sebbene evidenze scientifiche recenti dimostrino che praticare più attività fisica può favorire una migliore prestazione scolastica e lo sviluppo di fattori psico-sociali.

Il seguente progetto di ricerca triennale si svolgerà presso il corso di laurea in *Scienze delle attività motorie e sportive* dell'Università degli studi di **Foggia** – Laboratorio di Didattica delle attività motorie - nell'ambito del settore scientifico-disciplinare M-EDF/01 – Metodi e didattiche delle attività motorie.

Lo studio si propone di valutare gli effetti di metodologie didattiche ed organizzative dell'attività fisica scolastica curriculare ed extracurriculare a livello motorio, psicologico e sociale, compresi gli effetti sul rendimento scolastico ed interesserà un ampio campione di bambini e giovani rappresentativi di differenti classi socio-culturali.

Lo studio si svilupperà in un triennio secondo il seguente crono-programma.

Primo anno: a) analisi delle evidenze scientifiche e delle buone prassi attraverso i più noti motori di ricerca e banche dati specifiche; b) individuazione del campione di adolescenti residenti nella regione Puglia, normodotati, BES, classi sociali svantaggiate; c) valutazione antropometrica, motoria e dei fattori correlati; d) struttura del sito internet finalizzato alla raccolta-dati ed alla documentazione; e) formazione di genitori, insegnanti e dirigenti scolastici.

Secondo anno: a) formazione dei genitori e degli insegnanti delle scuole coinvolte; b) interventi metodologico-educativi secondo modelli didattici ed organizzativi sperimentali; c) valutazione antropometrica, motoria e dei fattori correlati.

Terzo anno: a) attuazione di interventi metodologico-educativi sperimentali; b) formazione dei genitori e degli insegnanti delle scuole coinvolte; c) valutazione antropometrica, motoria e dei fattori correlati.

Durante il triennio sarà gestito il sito internet per assicurare l'archiviazione e la documentazione dei dati rilevati ed elaborati-interpretati.

Lo studio prevede (a) analisi trasversali e longitudinali sui determinanti socio-culturali dell'attività fisica, (b) valutazione e monitoraggio dei livelli di attività fisica e di sviluppo motorio dei bambini (6-10 anni) e dei ragazzi (11-13 anni), in relazione alle variabili individuali e socio-culturali (T_0 , T_1 , T_2).

La ricerca analizzerà, altresì, (c) gli effetti di interventi metodologici ed organizzativi sperimentali, da attuarsi nella scuola e nell'extrascuola, finalizzati alla promozione dell'attività fisica quotidiana, allo

sviluppo dei fattori della prestazione motoria, di alcuni costrutti psicologici ed all'analisi delle relazioni con i risultati scolastici.

Risultati attesi: la borsa di studio dovrà consentire l'attuazione del progetto triennale per evidenziare gli effetti dell'attività fisica e dell'esperienza motoria sui fattori organici, psicologici e sociali di bambini e ragazzi, normodotati e con bisogni educativi speciali, attraverso buone prassi metodologico-didattiche ed organizzative del tempo-scuola, generalizzabili sull'intero territorio regionale pugliese.

Gli studi da effettuarsi dovranno consentire la replicabilità delle buone prassi anche per le istituzioni non direttamente coinvolte.

Le più recenti evidenze scientifiche, infatti, confermano che la scuola è la sede privilegiata per attuare programmi educativi di intervento, promozione dell'attività motoria durante l'età evolutiva, prevenzione del sovrappeso e dell'obesità infantile e giovanile, aumento dei livelli di attività fisica quotidiana, tempo d'impegno motorio durante le lezioni di educazione fisica. Tali programmi dovrebbero avere come centro promotore la scuola, anche se prevedono interventi precedenti e/o successivi all'orario scolastico (modalità di effettuare il percorso casa-scuola-casa, intervalli durante le attività curriculari; attività motorie prima dell'inizio delle attività didattiche ed al termine; attività sportive nel post-scuola), attraverso il coinvolgimento di istituzioni e strutture di comunità, associazioni di volontariato, strutture e organizzazioni sportive.

È stato dimostrato come le abitudini motorie apprese durante l'infanzia e l'età giovanile tendano ad influenzare positivamente le abitudini in età adulta.

I punti di forza del presente studio riguardano: l'applicazione di metodologie didattiche ed organizzative sperimentali e la valutazione degli effetti sulle variabili individuate; l'impatto socio-culturale; lo sviluppo del processo formativo per genitori ed insegnanti; l'avvio di un osservatorio regionale sull'attività fisica per la salute e l'educazione.

Lo studio è multicentrico e si svolgerà sull'intero territorio regionale pugliese, in accordo ed in continuità con precedenti azioni d'indirizzo già intraprese ed attuate negli anni precedenti dagli assessorati allo sport, sanità, pubblica istruzione.

Progetto di ricerca:

Determinanti socio-culturali e promozione della salute attraverso l'attività fisica nell'adolescenza. Effetti di interventi metodologici ed organizzativi sperimentali sui processi di apprendimento delle competenze motorie, l'evoluzione e lo sviluppo motorio.

Parole-chiave: adolescenza; attività fisica; competenze motorie; metodologie didattiche sperimentali; osservatorio regionale; prevenzione; scuola; sport per tutti.

L'adolescenza è la tappa evolutiva che precede l'età adulta propriamente detta e costituisce una fase di crescita e sviluppo in cui la persona esprime abitudini, modelli culturali, comportamenti ed atteggiamenti acquisiti nel periodo di crescita precedente e che si ampliano, si generalizzano e si consolidano nelle età successive. Un ruolo centrale, in tal senso, assumono i contesti in cui si attuano esperienze di attività motorie, al fine di orientare l'adolescente verso stili di vita attivi e di cambiamento delle condotte non salutari.

Le abitudini sedentarie limitano i benefici dell'attività fisica e sportiva e l'evoluzione del processo educativo integrale dell'adolescente. I dati degli studi di sorveglianza, mondiali, europei e nazionali (Who,2014;2015; HBSC,2015;CEBR,2015; HEPA 2014-2017) avvertono che gli adolescenti italiani sono tra i più sedentari d'Europa e che non rispettano le linee guida e le raccomandazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità e di altri Organismi sovranazionali. L'inattività fisica è maggiore tra le femmine ed è più diffusa tra le classi sociali svantaggiate a livello economico e socio-culturale.

La Puglia è tra le regioni d'Italia in cui i bassi livelli di attività fisica quotidiana degli adolescenti (14-18 anni), sollecitano l'adozione di misure preventive ed anche di orientamento delle buone prassi, intersettoriali e sostenibili, nei contesti scolastici ed extrascolastici. Conseguentemente, ridotti livelli di attività fisica quotidiana, limitate esperienze motorie e scorrette abitudini alimentari durante l'adolescenza, costituiscono motivo di grande preoccupazione per la sanità pubblica per la possibile insorgenza di patologie in età adulta, l'aumento delle spese socio-sanitarie e per il concreto sviluppo del processo di formazione del giovane adulto.

Il seguente progetto di ricerca triennale si svolgerà presso il corso di laurea in *Scienze delle attività motorie e sportive* dell'Università degli studi di **Foggia** – Laboratorio di Didattica delle attività motorie - nell'ambito del settore scientifico-disciplinare M-EDF/01 – Metodi e didattiche delle attività motorie.

Lo studio si propone di valutare gli effetti di metodologie didattiche ed organizzative sperimentali dell'attività fisica curriculare ed extracurriculare – anche attraverso l'applicazione di tecnologie - a livello motorio, psicologico e sociale e gli effetti sul rendimento scolastico coinvolgendo un ampio campione di adolescenti.

Lo studio si svilupperà in un triennio secondo il seguente crono-programma.

Primo anno: a) analisi delle evidenze scientifiche e delle buone prassi attraverso i più noti motori di ricerca e banche dati specifiche; b) individuazione del campione di adolescenti residenti nella regione Puglia, normodotati, BES, classi sociali svantaggiate; c) valutazione antropometrica, motoria e dei fattori correlati anche attraverso l'applicazione tecnologica; d) attuazione di metodologie didattiche sperimentali attraverso l'utilizzo di tecnologie informatiche e multimediali per la promozione dell'attività fisica ed il monitoraggio di livelli e prestazioni fisiche individuali.

Secondo e Terzo anno: a) formazione dei genitori e degli insegnanti delle scuole coinvolte; b) interventi metodologico-educativi sperimentali; c) valutazione antropometrica, motoria e dei fattori correlati.

Lo studio prevede (a) analisi trasversali e longitudinali sui determinanti socio-culturali dell'attività fisica, (b) valutazione e monitoraggio dei livelli di attività fisica e di sviluppo motorio degli adolescenti (14-18 anni), in relazione alle variabili individuali e socio-culturali (T₀, T₁, T₂).

Gli adolescenti dovrebbero svolgere almeno 60 minuti, ogni giorno, di attività moderata o intensa, per migliorare la composizione corporea e la distribuzione della massa grassa e per un adeguato sviluppo dell'efficienza fisica (Who, 2010; HEPA,2013;2014-17). Le linee guida, desunte da studi e ricerche, sono cambiate negli anni ed hanno evidenziato sia i rapporti *dose-risposta* dell'attività fisica e gli adattamenti dell'organismo a differenti quantità di attività fisiche sia la *tipologia* di attività per i giovani.

L'educazione fisica scolastica ed extrascolastica, il trasporto attivo e la mobilità sostenibile possono contribuire a rispettare le raccomandazioni internazionali.

L'educazione fisica a scuola offre un contributo ineludibile per aumentare la consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica per sviluppare la salute individuale in tutte le sue espressioni (HEPA-*Health-Enhancing Physical Activity*; Parlamento Europeo,2013; 2014-17) e le scuole possono facilmente ed efficacemente attuare processi ed azioni di promozione dell'attività fisica. Una conseguenza della riduzione dei livelli di attività fisica è il declino delle prestazioni motorie (Tomkinson et al, 2007; Ekelund et al.,2012) che contribuisce a ridurre gli effetti preventivi e protettivi dell'attività fisica, esponendo l'individuo a varie patologie.

I punti di forza del presente studio riguardano: l'applicazione di metodologie didattiche ed organizzative sperimentali e la valutazione degli effetti sulle variabili individuate; l'utilizzo e la sperimentazione delle tecnologie per la promozione e la valutazione dell'attività fisica e lo sviluppo del processo formativo per genitori ed insegnanti; l'avvio di un osservatorio regionale sull'attività fisica per la salute e l'educazione dell'adolescente.

Lo studio è multicentrico e si svolgerà sull'intero territorio regionale pugliese, anche in accordo con le azioni intraprese da altre agenzie formative, al fine di strutturare e consolidare un sistema di sorveglianza territoriale inerente i livelli di attività fisica ed i determinanti di salute correlati.

Sintesi della richiesta

2 Ricercatori a tempo determinato			
Unità	Tipologia di ruolo	Costo annuale	Costo triennale
1	Ricercatore a tempo determinato (tipo A)	48.853,79	146.561,37
1	Ricercatore a tempo determinato (tipo A)	48.853,79	146.561,37
Totale			293.122,74

Distinti saluti e ringraziamenti

Foggia 23 Maggio 2016

Prof. Dario Colella

