



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI BARI  
ALDO MORO

Dipartimento di  
Scienze Mediche di Base, Neuroscienze ed Organi di Senso

Corso di Studio in Scienze e Tecniche dello Sport

*Prof. Francesco Fischetti*

## PROGETTO DI RICERCA TRIENNALE

aa. aa. 2016-2017 / 2017-2018 / 2018-2019

### TITOLO

*“Strategie metodologiche e didattiche per l’implementazione e mantenimento della partecipazione alla pratica sportiva nelle varie fasce di età e nei diversi generi nella popolazione pugliese. Studio triennale sugli effetti di adeguati apprendimenti sportivi finalizzati a migliorare lo sviluppo sociale e il benessere nelle popolazioni campione.”*

La ricerca è orientata allo studio e progettazione di nuovi sistemi per attivare una pratica sportiva diffusa, continuativa ed eco-compatibili, dimostrandone l’efficacia sul piano motorio e della fidelizzazione e capace di mobilitare partecipazione attiva e più equa nel territorio regionale. Lo studio si inserisce nell’ambito delle linee di ricerca sulle popolazioni ipodinamiche. Dati Istat 2011 indicano che del 32,1% della popolazione praticante solo il 21,9% è dedito alla pratica sportiva continuativa; per Eurobarter 2010 i praticanti regolari sono il 29%, la Puglia si attesta al 20,7%. La distribuzione della pratica motorio-sportiva per età, genere è a sfavore del genere femminile (nel 2011 il 25,9% F.-38,6% M.), discontinua per le fasce di età il cui accesso risulta limitato (adulti, anziani e svantaggio socio-economico). La ricerca mira alla creazione di procedure istituzionali nell’ambito regionale di buone pratiche in un settore ben specifico e spesso trascurato quale il rapporto tra “sport, stili di vita e dinamiche sociali”, ed intende sperimentare, in vari contesti e fasce di età, metodologie innovative e didattiche che aumentino l’interesse verso la pratica sportiva, riducano il drammatico fenomeno dell’abbandono della pratica e suggerire azioni, se pure in modalità sperimentale, funzionali alle politiche ed alle norme territoriali in materia di sport, ambiente, turismo e benessere collettivo.

Il progetto prevede 3 fasi così suddivise.

La **prima fase** della durata di mesi 12 dall’avvio del progetto è finalizzata all’**analisi del contesto** ed allo studio delle attuali metodologie legate alla didattica ed alla diffusione dei più comuni sport ed attività sportive, ivi compreso le problematiche legate alla inattività fisico-sportiva; nella stessa fase si procederà al campionamento, reclutamento e misurazione inizialmente di un campione rappresentativo della popolazione pugliese stratificato per praticanti popolazioni inattive. Nella stessa fase saranno discriminati gruppi praticanti “green sport” rispetto a praticanti “sport tradizionali” per fasce di età, genere e contesto sociale e per matrici ambientali, grado di fidelizzazione e contesti di apprendimento.

La **seconda fase**, della durata di 18 mesi a seguire la prima, prevede l’applicazione-somministrazione di modelli di allenamento distinti tra “traditional” e “low impact” in contesti prevalentemente ecosostenibili fortemente legati al contesto ambientale e culturale del territorio pugliese ed alle sue condizioni di potenziale sviluppo turistico ed ambientale. Verranno osservati, valutati e classificati statisticamente gli apprendimenti e le modificazioni comportamentali e motorio/sportive dei campioni osservati in chiave sia individuale che collettiva per comprendere anche i comportamenti sociali (collettivi e di gruppo) che la pratica sportiva induce.



La **terza fase**, della durata di 6 mesi, sarà dedicata al completamento del data base e analisi dei dati con rilascio di report conclusivi e definizione di linee guide per lo sviluppo e la pratica di attività sportive "consapevoli" e scientificamente supportate da una metodologia e da una didattica adeguata alla promozione. Le tre fasi seguiranno un approccio ed una valutazione interdisciplinare basata sulla "policy analysis", comprendenti aspetti di sicurezza, costi, benefici, efficacia, valutazioni e misure dell'effettivo miglioramento della qualità della vita.

L'obiettivo della ricerca è di valutare l'efficacia funzionale (physical fitness) e la validità sociale delle attività sportive, prevalentemente a basso impatto fisico, ad alta fidelizzazione, praticabili in ambienti naturali o ecosostenibili "eco-city". Lo studio prevede l'analisi delle interazioni di variabili secondo 4 cluster: 1) abilità e competenze motorio-sportive; 2) attività sportive in ambiente in ambiente urbano "eco-city"; 3) popolazioni: genere, età e bisogni speciali; 4) habitat: contesti diversificati, sentieri rurali, battigia lungo costa ecc.. Tra gli effetti negativi dell'urbanizzazione sulla pratica sportiva e sul livello della physical fitness, emerge la riduzione di attività come il walking e il cycling, negli ultimi decenni un decremento dal 20,2% al 12,1%.

Sul piano metodologico saranno formulati programmi di training sportivi ad intensità medio-bassa, ad alta componente di apprendimento "facility learning" e fidelizzazione (continuità della pratica) da diffondere attraverso le agenzie formative, anche con canali di marketing. I risultati della ricerca potranno inoltre produrre indicazioni per l'aggiornamento periodico dei piani strategici in materia di sport ed educazione sportiva e saranno inoltre codificati e standardizzati strumenti di ricerca, attualmente inesistenti e motivati da istanze scientifiche nazionali ed internazionali, per lo studio della correlazione tra i fattori presenti nella relazione tra percezione/adesione (compliance) all'attività sportiva e la qualità del territorio.

#### Tabella riepilogativa dei costi

#### N° 2 Ricercatori a Tempo Determinato (con impegno a tempo pieno) secondo costi MIUR

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
Finanziamento richiesto Totale			293.122,74

Prof. Francesco Fischetti