

► BREVE STORIA DI “UN MIGLIO AL GIORNO”.

IL PROGETTO HA PRESO AVVIO DAL NOSTRO I.C. NEL 2017, SI ISPIRAVA AL DAILY MILE , UN'ESPERIENZA SCOZZESE CHE CONSISTE NEL FAR PERCORRERE UN MIGLIO AL GIORNO A PASSO VELOCE INTORNO ALLA SCUOLA , UN'ESPERIENZA NATA PER CONTRASTARE LA SEDENTARIETÀ.

IL PROGETTO È CRESCIUTO, VALIDATO E SVILUPPATO DALL'ASL TO4, È STATO DIVULGATO ALLE SCUOLE DEL TERRITORIO COME BUONA PRATICA.

E' STATO PRESENTATO A QUATTRO REGIONI ITALIANE CHE LO HANNO SPERIMENTATO, ANCHE LA DENOMINAZIONE È CAMBIATA E ORA A LIVELLO ITALIANO VIENE INDICATO COME **MUOVINSIEME**.

IL MIGLIORE UNA BUONA PRATICA PER IL CONTRASTO ALLA SEDENTARIETÀ E ALL'OBESITÀ'.

Una buona pratica per il contrasto alla sedentarietà e all'obesità (è stato pubblicato sul sito della ASL TO 4 il Report alla sorveglianza sanitaria di " OKKIO alla salute" indagine 2019 riportante soprattutto la realtà della nostra ASL TO 4. "OKKIO alla salute" è un sistema di sorveglianza nazionale promosso dal Ministero della Salute, coordinato dall'Istituto Superiore di sanità , in collaborazione con tutte le Regioni ed il Ministero della salute, affinché si possano monitorare, fra l'altro, gli stili di vita, le abitudini alimentari, il fenomeno del sovrappeso ed obesità, nella classe di età degli otto anni, che frequentano la IIIa della scuola primaria .I dettagli potranno essere visionati leggendo il Report.

Si allega anche il collegamento per consultare/scaricare il Report regionale relativo allo studio internazionale denominato HBSC (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute in ragazzi di età scolare) che ha lo scopo di fotografare e monitorare la salute degli adolescenti italiani di 11, 13 e 15 anni e costituire un supporto per l'orientamento delle politiche di educazione e promozione della salute in questa fascia di età.

I dati che emergono dallo studio effettuato nel 2018 riguardano principalmente gli stili di vita, le abitudini alimentari, stato nutrizionale, le dipendenze, il contesto familiare e scolastico, sport e tempo libero utili per i professionisti della sanità per comprendere fenomeni e comportamenti correlati con la salute nella popolazione pre-adolescente e adolescente.

E' uno studio internazionale utile anche per monitorare i cambiamenti con possibili risvolti sulla salute delle fasce di età di 11,13,15 anni.

Okkio alla salute: https://www.aslto4.piemonte.it/progettoSalute_espanso.asp?N=1864

HBSC https://www.aslto4.piemonte.it/progettoSalute_espanso.asp?N=186

E' UN PROGETTO DI INCLUSIONE.

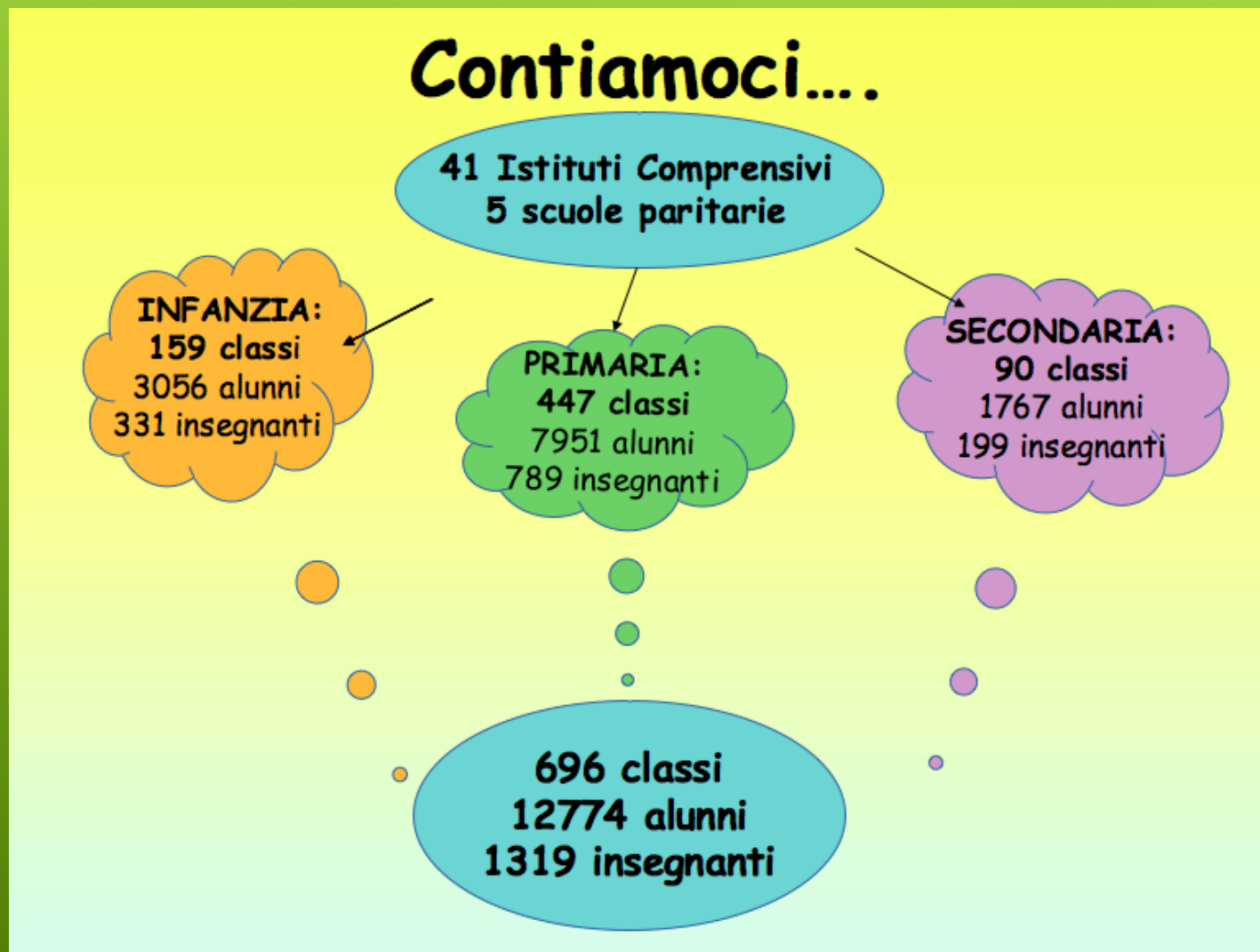
E' UNA BUONA PRATICA DI OUTDOOR EDUCATION.

E' UN METODO DI INSEGNAMENTO TRASFERSALE A TUTTE LE DISCIPLINE ATTRAVERSO UN PROCESSO DI RICERCA-AZIONE.

E' UN PROGETTO DI COMUNITA' E TERRITORIO.

TUTTO IL PERCORSO SVOLTO E' CONSULTABILE ATTRAVERSO IL CENTRO
DI DOCUMENTAZIONE "DORS PIEMONTE ALLA VOCE "PRO.SA".

IL PROGETTO HA AVUTO UN'AMPIA DIFFUSIONE TERRITORIALE.



**Distretto di Chivasso
-S.Mauro**

1. IC Brandizzo
2. IC Castiglione
3. IC Cosola-Chivasso
4. IC Dasso-Chivasso
5. IC Gassino
6. IC Montanaro
7. IC S.Mauro I
8. IC Verolengo
9. Paritaria Bimboporto

**Distretto di Settimo
T.se**

1. IC Leinì
2. DD Leinì
3. IC Mappano
4. IC San Benigno
5. IC Settimo I
6. IC Settimo II
7. IC Settimo III
8. IC Settimo IV
9. IC Volpiano
10. Inf. S.Vincenzo de Paoli Settimo

Distretto di Ivrea

1. IC Azeglio
2. IC Caluso
3. IC Ivrea I
4. IC Ivrea II
5. IC Pavone
6. IC S.Giorgio C.se
7. IC Vistrorio
8. Paritaria Orio C.se
9. Inf. Culla dei Sogni Ivrea
10. Inf. Il Mondo di Camelot Banchette

Distretto di Ciriè

1. IC Balangero
2. IC Borgaro
3. IC Caselle
4. IC Ceres
5. IC Ciriè I
6. IC Ciriè II
7. IC Corio
8. IC Fiano
9. IC Lanzo
10. IC Nole
11. IC S.Maurizio C.se

Distretto di Cuornè

1. IC Castellamonte
2. IC Cuornè
3. IC Favria
4. IC Forno
5. IC Valperga
6. Asilo Regina M.Cristina Agliè
7. Inf. M.Ausiliatrice Ognianico

85, 5%

degli Istituti
Comprensivi
del territorio

DI SEGUITO TROVATE IL LINK DEL PADLET CREATO DA UNA
NOSTRA COLLEGA INSEGNANTE SU CUI
PUBBLICARE/VISIONARE CONTENUTI INERENTI AL
PROGETTO: “ UN MIGLIO AL GIORNO INTORNO ALLA
SCUOLA”.

PADLET MIGLIO

https://padlet.com/alessia_pastore/progetto-un-miglio-al-giorno-9c0rde43znbt34nh

UN MIGLIO AL GIORNO VERSO LA SPERIMENTAZIONE DEL PROGETTO MUOVINSIEME.



IL
PROGETTO

LA
SPERIMENTAZIONE

COME
ATTIVARLO

<https://www.muovinsieme.dors.it/>