

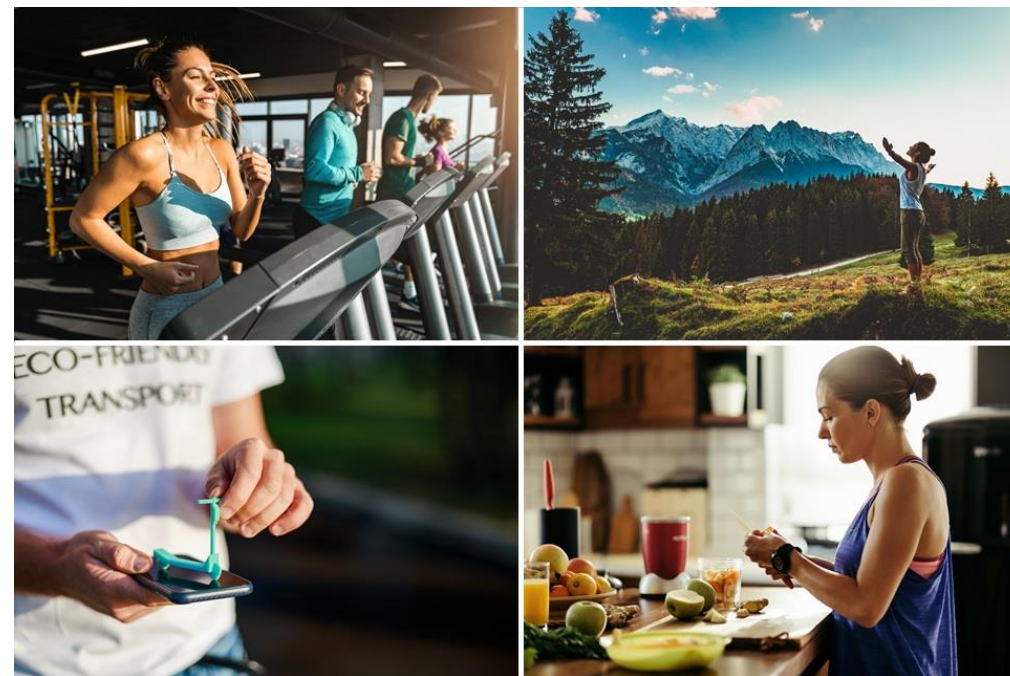


Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING



# MODULO 5

---

## SMART SPORT CITIES



## **SEGMENTO 6**

**Attività fisica, spazi esterni e socialità**

# Non solo smart cities

La promozione della salute e del benessere non tocca solo le grandi città ma è un tema che può essere promosso e sviluppato anche a livello di quartiere o di città di dimensioni più ridotte.

Al di là dell'attività agonistica promossa a vario livello dalle società sportive, esistono opportunità rivolte alle famiglie, agli anziani, ai disabili che permettono una valorizzazione delle risorse disponibili in prossimità delle nostre abitazioni

Le possibilità di promuovere l'attività fisica in città è legata non solo alla conformazione urbanistica ma anche alla volontà di creare occasioni di fruizione dello spazio.

I due fattori che possono contribuire a questa interazione sono:

- le caratteristiche della struttura urbana
- le relazioni sociali

Citeremo alcuni esempi, auspicando che la lista possa essere integrata da iniziative locali innovative

# Esempi pratici

**Pedibus** – Il pedibus o pedibus è una forma di trasporto scolastico per gli alunni delle elementari e medie inferiori che vengono accompagnati a piedi a scuola da adulti con le stesse modalità (percorsi, fermate) dello scuolabus. In pratica, i bambini, anziché prendere l'autobus o lo scuolabus, alla fermata si aggregano ad una comitiva guidata da alcuni addetti giungendo fino a scuola, e compiendo il percorso inverso ritornando a casa (Fonte: Wikipedia) . Il pedibus abitua i bambini ad effettuare il percorso casa scuola piedi, a conoscere le strade e a socializzare con gli altri compagni.

**I percorsi vita** - I “percorsi vita” sono circuiti di allenamento all’aperto. Hanno lunghezza, difficoltà e numero di esercizi variabili, ma sono tutti accomunati dall’idea che anche con pochi attrezzi – molti dei quali in legno – si possa fare stretching e migliorare forza, resistenza, agilità e mobilità. il primo percorso vita fu ideato in Svizzera nel 1968, quando un gruppo sportivo di Zurigo realizzò un circuito di allenamento nel bosco, usando tronchi e rami per costruire le diverse stazioni di allenamento, e approcciò la società assicurativa Vita in cerca di uno sponsor che ne contribuisse al mantenimento. Vita accettò e ancora oggi a occuparsi dei percorsi vita svizzeri è Zurich, la compagnia assicurativa a cui fa capo Vita. L’accesso ai percorsi vita è gratuito.

**Il progetto Gate** – Prende avvio nel 2018 il Progetto europeo GATE – Granting Accessible Tourism for Everyone con l’obiettivo di rendere il turismo sempre più inclusivo consentendo ad un numero crescente di persone di immergersi nella natura, al di là degli ostacoli ambientali, fisici e linguistici.. GATE si sviluppa nel territorio alpino e prealpino, un’area dall’immenso valore naturale, paesaggistico, geologico che in parte è anche riconosciuta come Patrimonio Mondiale UNESCO

# Pedibus



# Percorsi vita



# Progetto Gate



## Parco Rossi Santorso (VI)

- giardino dotato di un sistema di comunicazione integrato e multisensoriale.
- mappa tattile parlante e visiva che offre informazioni sul luogo,
- audio guida multimediale con 19 racconti audio video che narrano la natura, la storia e i segreti del giardino storico.
- contenuti in italiano, inglese e lingua dei segni
- in preparazione un reality game interattivo



# Sport e socialità

L'attività sportiva è da sempre sinonimo di socialità, di spirito di squadra, di ambito in cui prendono vita relazioni sociali fondamentali.

Basti pensare al ruolo svolto dal ballo per le generazioni più anziane, una forma di esercizio fisico che si può mantenere attivo per tutta la vita e che nelle piccole comunità è stato spesso la forma principale di socializzazione.

Molte quindi sono le occasioni per abbinare l'attività fisica ad uno scopo sociale. Basti pensare a un gruppo di volontari inglesi che ha scelto di utilizzare dei percorsi di allenamento vicini a case dove abitano anziani soli, in modo da consegnare giornali e medicinali intanto che si allenano.

Lo sport negli ultimi ha ulteriormente sviluppato una sensibilità nei confronti delle tematiche sociali che ha visto atleti, società sportive e semplici sportivi sostenere cause sociali, abbinando l'attività fisica con il contributo attivo alla soluzione di un problema sociale.

# Le maratone solidali

Negli ultimi abbiamo assistito alla diffusione di eventi in cui attraverso una gara sportiva si raccoglievano fondi per una causa sociale.

Ad esempio Avon promuove da vent'anni le Avon Running, evento riservato alle donne a cui partecipano sia principianti che atlete con l'obiettivo di raccogliere, tramite le iscrizioni, fondi destinati alla lotta contro il tumore al seno. La gara si svolge su due percorsi di 5 o di 10 Km. e conta migliaia di partecipanti. Queste iniziative coinvolgono anche altre discipline: dal ciclismo ai tornei di basket 3 contro 3.

Non va inoltre dimenticato, ad esempio, l'impegno delle squadre nazionali cantanti o la partecipazione pro bono di singoli atleti ad eventi a supporto di cause sociali.

In tutti questi contesti lo sport diventa un potente strumento di comunicazione, di inclusione sociale e di partecipazione. Un'opportunità che lascia spazio ad ulteriori evoluzioni e alla creazione di nuove iniziative.

# Una bella storia

È una delle storie più straordinarie e commoventi nel dramma globale del coronavirus. Un nonnino inglese di 99 anni, veterano di guerra, è riuscito a raccogliere in pochi giorni l'enorme cifra di due milioni di sterline da donare alla sanità britannica nell'emergenza della pandemia. Ma come ha fatto?

L'ex capitano Tom Moore, che vive nel paesino inglese di Marston Moreteyne (circa 60 km a nord di Londra), compierà 100 anni il 30 aprile. Di recente si è rotto l'anca, il servizio sanitario nazionale britannico (Nhs) lo ha curato e ora è in piedi grazie a un deambulatore.

Il vecchio "capitano Moore" era così grato ai medici che lo hanno rimesso in piedi che ha deciso di dare il suo piccolo contributo nella lotta al coronavirus e così, con l'aiuto dei suoi familiari, ha lanciato una colletta online per sdebitarsi, promettendo in cambio di fare, grazie a un piccolo deambulatore che lo sorregge, cento volte il giro del suo giardino (25 metri) entro il 30 aprile, il giorno che compirà 100 anni appunto.

Ma il suo coraggio e la sua generosità hanno conquistato così tanti britannici online (quasi 100 mila) che le donazioni hanno già raggiunto l'incredibile cifra di 2 milioni di sterline in pochi giorni.

# Camminare fa bene alla salute...di tutti



La raccolta fondi ha raggiunto la straordinaria cifra di **33 milioni** di sterline



Il 17 luglio 2020 la Regina Elisabetta II ha conferito il titolo di cavaliere a Tom Moore



# Esercizio 6

Tra le esperienze di contributi dello sport a cause sociali che conosci, quale ti ha colpito di più e perché?

Sul tuo territorio esiste l'attività pedibus per l'accompagnamento scolastico?  
Se sì descrivi quali

Sul tuo territorio ci sono spazi che potrebbero ospitare progetti vita?  
Se sì descrivi quali

Ti piacerebbe mettere in atto una di queste idee sul tuo territorio?  
Proponi un'iniziativa che attraverso lo sport supporti una causa sociale

# **Parole Chiave**

**Urbanistica**

**Relazioni  
sociali**

**Maratone  
solidali**

**Percorsi vita**

**Pedibus**

**Progetto Gate**

**Ballo**

**Avon Running**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING

