



**A.S.L. TO5**

Azienda Sanitaria Locale  
di Carmagnola, Chieri, Moncalieri e Nichelino



**PREVENZIONE  
PIEMONTE**

**“MUOVINSIEME. UN MIGLIO AL GIORNO INTORNO ALLA SCUOLA”**

## **Dossier Strumenti Utili**

IN COLLABORAZIONE CON ASL TO5



**A.S.L. TO5**

Azienda Sanitaria Locale  
di Carmagnola, Chieri, Moncalieri e Nichelino



**PREVENZIONE  
PIEMONTE**

## FAC-SIMILE LETTERA INFORMATIVA PER I GENITORI

- *Modificabile secondo le esigenze specifiche dell'Istituto/Plesso*
- *Su carta intestata Istituto Scolastico*

Gentili Genitori,

nella scuola è in corso un progetto denominato “Muovinsieme. Un miglio al giorno intorno alla scuola.”, proposto dal Dipartimento di Prevenzione dell’ASL TO5. Il progetto mira a promuovere il movimento e l’attività all’aria aperta come parte integrante della giornata a scuola, contrastando l’obesità e la sedentarietà. Alcuni giorni in orario scolastico, le classi aderenti al progetto, accompagnate dagli insegnanti, usciranno dall’edificio scolastico per coprire la distanza di un miglio (circa 1600 metri) a passo sostenibile dal gruppo classe. In caso di maltempo tale da impedire l’uscita, l’attività di movimento verrà eventualmente svolta in luogo riparato. La durata dell’uscita sarà di circa 15-20 minuti, sicuramente non incidente sull’intera giornata passata a scuola dagli studenti e dedicata alla didattica, ma favorente un maggior benessere e concentrazione. Gli studi dimostrano che i benefici sugli studenti sono innegabili: camminare/correre un miglio al giorno migliora l’apprendimento scolastico, allontanando l’ansia, la noia, la demotivazione. Il progetto prevede un monitoraggio dell’attività periodico. L’iniziativa verrà attuata nel pieno rispetto delle esigenze del/la bambino/a, in tranquillità e totale sicurezza. Tutti i dati saranno raccolti mantenendo la riservatezza.

Il Dirigente Scolastico

- *Se necessario per gestire le autorizzazioni delle famiglie, inserire un modulo di consenso per le uscite relative al progetto*



**A.S.L. TO5**  
Azienda Sanitaria Locale  
di Carmagnola, Chieri, Moncalieri e Nichelino



**“MUOVINSIEME. UN MIGLIO AL GIORNO INTORNO ALLA SCUOLA”**

## SCHEDA DI MONITORAGGIO

**Istituto Comprensivo:** Istituto Comprensivo di Cambiano

**Comune:** Cambiano

**Plesso:** Scuola Primaria Giacomo Grosso

**Anno Scolastico** 2023/2024

### Fotografia della partecipazione al progetto:

(è possibile inserire righe se necessario)

CLASSE	n. STUDENTI	n. INSEGNANTI COINVOLTI	n. USCITE SETTIMANALI
1A	22	3	1 o 2
1B	19	2	1 o 2
2A	22	2	1 o 2
2B	23	2	non svolte
3C	17	3	1 o 2

### Collaborazioni attivate (Comune, Associazioni, genitori, ...)

Nessuna collaborazione attivata, ma sono stati presi contatti con l'amministrazione Comunale per collaborazioni future con le associazioni di volontariato.

#### 1. Il progetto è stato uno strumento di inclusione?

(dare un valore da 1 a 10, dove 1 equivale a "per nulla" e 5 a "totalmente")

1	2	3	4	5
				X



Se sì, raccontate brevemente le esperienze in corso

Camminare insieme è un'esperienza estremamente inclusiva. Il progetto ha

permesso di attivare pratiche di peer education e di inclusione tra classi diverse (i grandi “tutor-camminatori” per i piccoli”).

2. Il progetto ha reso possibile la collaborazione e l’integrazione tra docenti e le diverse discipline?

(dare un valore da 1 a 10, dove 1 equivale a “per nulla” e 5 a “totalmente”)

1	2	3	4	5
				x

Se sì, raccontate brevemente alcuni esempi delle esperienze in corso Sì, le insegnanti hanno progettato diverse attività interdisciplinari come:

- esplorazione del territorio: edifici,luoghi e servizi della città
- osservazione di elementi naturali
- percorsi sportivi
- educazione civica: comportamento del pedone, comportamento stradale e conoscenza segnaletica stradale

3. Descrivete eventuali difficoltà incontrate (logistiche, organizzative, relazionali, ...)

Le principali difficoltà incontrate: concordare l’orario di compresenza con gli insegnanti per garantire il rapporto numerico di sicurezza durante le uscite.

4. Il progetto ha permesso di aumentare l’attenzione e la concentrazione dei ragazzi durante le attività didattiche in classe?

(dare un valore da 1 a 10, dove 1 equivale a “per nulla” e 5 a “totalmente”)

1	2	3	4	5
			x	

5. Il progetto ha permesso di favorire l’interazione tra gli studenti della classe?

(dare un valore da 1 a 10, dove 1 equivale a “per nulla” e 5 a “totalmente”)

1	2	3	4	5
				x



6. Il progetto ha manifestato l’interesse degli studenti alle uscite e alle attività programmate?

(dare un valore da 1 a 10, dove 1 equivale a “per nulla” e 5 a “totalmente”)

1	2	3	4	5
				x

7. Quali competenze sono migliorate negli studenti attraverso questo progetto? Autocontrollo, rispetto delle regole, interazione e collaborazione tra pari, applicazione pratica delle conoscenze.

8. Potete descrivere la vostra esperienza di docenti all'interno del progetto? Dalla descrizione iniziale del progetto ci si aspettava l'avvio della formazione nei primi mesi dell'anno scolastico con supporto operativo per la progettazione e la realizzazione delle uscite. Ad aprile, dopo i due incontri di formazione, ci siamo messe in gioco con le nostre risorse personali attivando cooperazione tra colleghi e buone pratiche di didattica outdoor.

La seguente scheda è da inviare ogni 6 mesi per la rendicontazione delle attività all'indirizzo [promozionedellasalute@aslto5.piemonte.it](mailto:promozionedellasalute@aslto5.piemonte.it) (entro il 30 giugno ed entro il 31 dicembre di ogni anno solare).