



DIRITTI A SCUOLA!

PER DORSI PIU' CURATI



RETE SPS -
SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE
2025-26

Alunni Classi V Scuola Primaria

Ambito strategico di intervento	Miglioramento dell'ambiente fisico e organizzativo
Focus di intervento	Miglioramento dell'ambiente sociale e promozione di clima e relazioni positive; Promozione di uno stile di vita attivo e contrasto alla sedentarietà.
Descrizione	Rivolto alle classi quinte primarie (4 Istituti con il coinvolgimento fino a 10 classi per ciascun istituto) per promuovere l'attività fisica come mezzo terapeutico di un adeguato trofismo muscolare ed identificare precocemente i paramorfismi e dismorfismi della colonna. Le posture assunte nelle ore di studio possono essere determinanti per stabilire un atteggiamento paramorfo, al quale concorrono fattori costituzionali e fattori accidentali, come la viziatura di atteggiamenti abitudinari. Se nel passato la responsabilità esclusiva di queste alterazioni veniva attribuita alla postura sedentaria durante le ore di studio, oggi si ritiene che proprio la scuola possa giocare un ruolo cruciale nella diffusione di politiche educative orientate alla prevenzione e promozione della salute. L'intervento viene offerto alle classi quinte della scuola primaria in quanto è proprio quella l'età in cui matura lo sviluppo statico del soggetto e cominciano a comparire le alterazioni posturali anche su base psico-relazionale.
La pratica raccomandata si articola nelle seguenti macroaree di intervento	<ul style="list-style-type: none"> - Insegnare le basi di una corretta postura nella sedentarietà della vita scolastica. - Promuovere in classe le pause attive o altre forme di attività fisica, al fine di aumentare il trofismo muscolare ed evitare così che muscoli ipotonicici possano facilmente cedere alla stanchezza quando vengono mantenute a lungo posizioni viziate - Valutazione della postura (previo consenso dei genitori)
Le attività previste sono:	<p>L'intervento è strutturato con le seguenti attività:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Incontro (90 minuti) tra i medici dello sport della ASL Roma 2, genitori e docenti per la sensibilizzazione e la rilevazione dei bisogni sulle tematiche del progetto. Durante l'incontro verrà illustrata anche la fase di valutazione (con adesione volontaria da parte dei genitori mediante consenso). - Incontro in aula (90 minuti) con I Medici dello Sport Asl Roma 2, durante il quale saranno trasferiti ai bambini contenuti teorici e pratici sulla promozione dell'attività fisica, sulla corretta postura e si promuoveranno, mediante materiale informativo, semplici esercizi da svolgere in classe per il rinforzo muscolare paravertebrale. - Valutazione: Il medico Specialista in Medicina dello Sport effettua nelle classi selezionate, su base volontaria e previo consenso genitoriale, la valutazione della postura e dell'appoggio plantare, valutazione di pertinenza medico sportiva, per individuare eventuali criticità già presenti (paramorfismi); le famiglie riceveranno un'informativa sull'esito della valutazione e materiale di comunicazione sulla corretta postura.
Target	bambini e comunità dei genitori di bambini appartenenti alle classi V della scuola primaria.
Numero di ore di formazione per i docenti	1 incontro di 90 minuti con genitori e docenti; 1 incontro di 90 minuti in classe con i bambini.
Risorse on-line	https://www.regione.lazio.it/enti/salute/scuole-promuovono-salute https://www.spsretelazio.it