



## Torna «Sportissima»

«Sportissima» è un evento dedicato all'attività fisica moderata promosso dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport. Si svolgerà domenica 12 settembre 2010 in sei località del Canton Ticino: Bellinzona (Piscina comunale), Biasca (Pista di ghiaccio), Capriasca (Centro sportivo Capriasca e Val Colla-Tesserete), Ligornetto (Oratorio), Lugano (Area Cornaredo e Lido), Tenero-Contra (Centro sportivo nazionale della gioventù).

Gratuita e non competitiva, la manifestazione s'indirizza a tutta la popolazione del Cantone, bambini e ragazzi compresi. Perché non organizzare quindi una gita di classe a «Sportissima»? Ad inizio anno scolastico per gli studenti potrebbe essere senz'altro un'ottima occasione per socializzare con i compagni di classe in un ambiente diverso da quello abituale e per creare un sano spirito di

gruppo svolgendo un po' di esercizio fisico tutti insieme! Interessante opportunità anche per il docente per conoscere i propri allievi al di fuori delle mura di un'aula o di un'infrastruttura sportiva scolastica, di vivere insieme a loro una giornata divertente ed emozionante facendo loro scoprire e provare nuove discipline sportive.

Tutti coloro che svolgeranno almeno trenta minuti di attività fisica in uno dei percorsi «Sportissima» saranno premiati con una colorata borraccia in alluminio. Vi aspettiamo numerosi... anche «Sportissima» può essere, per un giorno, una scuola di vita! ■

[www.ti.ch/sportissima](http://www.ti.ch/sportissima)



## 20 minuti di movimento scolastico

«Scuola in movimento» è un programma di promozione delle attività fisiche e sportive istituito dall'Ufficio federale dello sport UFSPO. L'obiettivo è di stimolare le allieve e gli allievi a muoversi almeno 20 minuti ogni giorno. L'UFSPO ha pubblicato una dispensa esplicativa del modello svizzero della scuola in movimento. Si rivolge a dirigenti scolastici, docenti, genitori e spiega quali elementi contraddistinguono una scuola in movimento e come si deve procedere per attuarla nella pratica. L'offerta di programmi di promozione delle attività fisiche per la salute si è diversificata negli ultimi anni. Tuttavia, solo una minima parte di scuole li integra sistematica-

mente nel loro curriculum quotidiano. Ciò ha svariati motivi: da un lato, c'è sicuramente l'impegno aggiuntivo che richiede l'implementazione di queste attività; dall'altro, domina l'opinione che la scuola debba concentrarsi sull'insegnamento e non dedicarsi alla promozione del movimento. La pubblicazione dimostra come entrambi gli obiettivi possono coesistere ed indica le procedure da seguire. Ordinanze all'indirizzo:

[www.ufspo.ch](http://www.ufspo.ch)



Tutto,  
ma veramente tutto  
per lo sport,  
il gioco  
ed il tempo libero.



alder + eisenhut  
turngeräte sportsgear service