

INIZIATIVA A PREMI	
PROPOSTA	1 Km al giorno Educational
AREE DI INTERVENTO	• La protezione e tutela dell'ambiente • La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita
BREVE DESCRIZIONE	Iniziativa regionale di promozione di stili di vita attivi, che persegue i seguenti obiettivi: • Favorire il movimento degli studenti a scuola; • Ridurre la sedentarietà nei ragazzi dagli 11 ai 19 anni; • Stimolare l'apprendimento e la salute dei ragazzi; • Migliorare il clima e le motivazioni della classe. Le classi partecipanti si impegnano a camminare per 1 km almeno una volta al giorno, per più giorni possibili, durante l'attività curricolare, per un periodo che va dal 1 Novembre al 30 Aprile dell'anno scolastico. Queste pause attive sono da considerarsi come veri e propri strumenti didattici e sono momenti orientati al miglioramento della consapevolezza del corpo e delle percezioni, del proprio livello di attivazione fisiologica e dello stato emotivo. L'obiettivo di queste attività sarà dunque quello di riattivare la capacità attentiva e stimolare la memoria, scaricare la tensione muscolare, ridurre e gestire gli stati d'ansia, aumentare l'autostima, migliorare il clima di classe e sviluppare l'empatia. L'iniziativa prevede anche l'elaborazione da parte delle singole classi di un elaborato, frutto delle discussioni fatte in classe con l'insegnante sui benefici dell'attività fisica e del movimento: la classe potrà divertirsi nel creare video, immagini, disegni, canzoni, slogan, cartelloni dove indicare i motivi per essere attivi e in movimento. Ci sarà anche la possibilità di coinvolgere dei "simpatizzanti", coinvolgendo familiari, amici, insegnanti, ecc. che si impegneranno a loro volta a mantenersi attivi per l'intera durata del concorso. Al termine dell'iniziativa, le classi che avranno praticato il km, anche se non ogni giorno ma costantemente per tutta la durata del concorso e avranno inviato l'elaborato, parteciperanno all'estrazione delle classi vincitrici.
DESTINATARI	• Scuole Secondarie di I° e II° grado
MODALITA' DI REALIZZAZIONE	Per partecipare all'iniziativa è necessario iscrivere le classi a partire da Settembre ed entro Dicembre, inviare mensilmente i Calendari di Classe con i chilometri percorsi al referente dell'iniziativa della propria Ulss e inviare gli elaborati prodotti dai ragazzi e gli eventuali Contratti Simpatizzante entro il termine prestabilito.
PER SAPERNE DI PIU'	Regione del Veneto – 1 Km al giorno Educational: https://www.regione.veneto.it/web/sanita/educational
REFERENTE	Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare e Veterinaria Dorsoduro, 3494/a 30123 Venezia Tel. 041 279 1665-1661-1505 E-mail: PrevenzioneAlimentareVeterinaria@regione.veneto.it