



XXV Congresso Nazionale
Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale

REGALIAMO FUTURO

12 - 14 Settembre 2013

Hotel Sheraton Nicolaus, Bari

LA BORSA DELLE
BUONE AZIONI



*Francesco Pastore
Pier Carlo Salari*

OBIETTIVI DEL PROGETTO

- Stimolare i bambini al movimento con un approccio ludico, a scapito delle attività sedentarie.
- Trasmettere il concetto che il movimento promuove benessere psico-fisico.
- Sensibilizzare i bambini al fatto che ogni attività comporta un dispendio energetico differente.
- Insegnare i fondamenti della corretta nutrizione e soprattutto del comportamento responsabile a tavola, operando le sostituzioni opportune degli alimenti e adattando i pasti in relazione al proprio livello di attività.
- Trasmettere valori di lealtà e rispetto nella pratica di attività ludico-sportive.
- Stimolare la fantasia per inventare nuovi giochi dinamici da fare con gli altri.

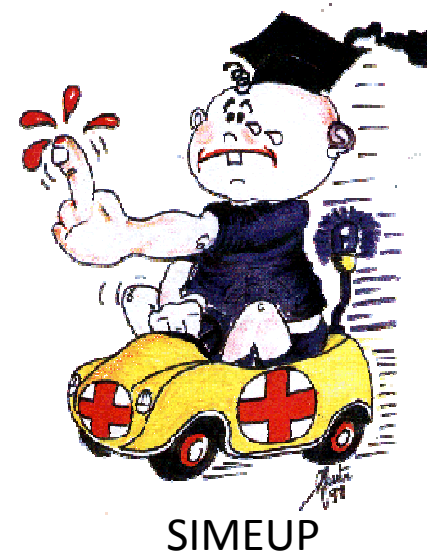
“KIT” a disposizione di ogni classe



LA BORSA DELLE BUONE AZIONI

IL BAMBINO E LO SPORT: TRA AGONISMO E PREVENZIONE

A cura di Francesco Pastore



SIMEUP



Concorso per le scuole **AZIONE, CIAK...SI GIOCA!**





Concorso per le scuole
AZIONE, CIAK...SI GIOCA!

**Raccontaci
come giocavano
i tuoi genitori, gli zii
e i nonni e presentaci
un prototipo
per giocare insieme**

I numeri

- Sono stati arruolati 308 bambini di scuola materna e 486 bambini dai 6 ai 9 anni nelle scuole d'infanzia e primarie di Martina Franca.
- La scelta della Puglia non è casuale in quanto in questa regione il sovrappeso in età pediatrica ha importanti risvolti epidemiologico-sanitari.



Questionario Test di Ingresso



LA BORSA DELLE BUONE AZIONI Indagine conoscitiva su alimentazione e movimento

Ciao Bambini, troverete qui di seguito alcune domande sulle vostre conoscenze, abitudini e curiosità in tema di alimentazione e movimento. Esprimete i vostri pensieri con la massima libertà, in quanto non ci sono risposte giuste o sbagliate: il questionario è rigorosamente anonimo e a esclusivo scopo di indagine.



1

Qual è il primo pensiero che ti viene in mente pensando al cibo?

2

Come ti senti prima di cominciare a mangiare?... E dopo?



3

Di solito con chi mangi...

DA SOLO

SEMPRE CON UN GENITORE O LO STESSO FAMILIARE (QUALE) _____

CON CHI CAPITA

CON TUTTA LA FAMIGLIA ...e a tavola di solito

PARLI CON CHI TI STA ACCANTO

STAI IN SILENZIO E PENSI SOLO A MANGIARE

GUARDI/ASCOLTI TELEVISIONE O RADIO

ALTRO _____



4

Ti è mai capitato di mangiare da solo? Come ti sei sentito?



5

Pensa a una tua giornata normale (per esempio quella di ieri) e scrivi quello che di solito mangi:

Fai colazione? SI NO

Fai merenda al mattino? SI NO
e cosa mangi? _____

Cosa mangi a pranzo? _____

Fai merenda al pomeriggio? SI NO
e cosa mangi? _____

Cosa mangi a cena? _____



7

Scrivi il tuo peso _____ la tua altezza _____ e i disegni qui sotto, indica con lettera (se sei COME TI VEDI _____ COME VORRESTI ESSERE _____

Indica con la lettera il personaggio che meglio e con il numero chi meglio rappresenta



Questionario realizzato da: FRODO
Questo indagine rientra nel progetto "La Borsa delle Buone Azioni"
Copyright © 2012



2

Svolgi attività motoria o sportiva?

SI (CHE TIPO E QUANTE ORE A SETTIMANA)

NO



4

Giochi all'aria aperta? SI NO

Con chi giochi?

DA SOLO

CON ALTRI BAMBINI

CON ADULTI

Quale gioco preferisci?

Quando sei in casa come passi il tempo?

I risultati - 1

- A mano a mano che crescono, i bambini rivelano una maggiore sensibilità ai sapori, dovuta proprio alla maggiore conoscenza che i bambini acquisiscono del cibo, andando anche ad affinare il gusto e ad avere delle preferenze.
- Infatti 6 bambini su 10, in entrambi i gruppi, ammettono di voler provare nuovi sapori, senza alcuna differenza tra il dolce e il salato.

I risultati - 2

- 4 bambini su 10 ammettono, soprattutto quelli in età scolare, di tenere accesa la Tv mentre si è a tavola.
- Positivo il riscontro sull'abitudine alla prima colazione, che è saltata solo dal 6% dei bambini, dato molto lontano da alcuni valori (anche 20%) ritrovati in altre indagini.



I risultati - 3

- Differenza netta invece tra i due gruppi di età per quanto riguarda la preoccupazione percepita dai genitori.
- In età prescolare ci si preoccupa di una insufficiente o scarsa alimentazione, mentre in età prescolare aumenta il timore opposto ovvero di una alimentazione eccessiva.

***Dieta = sacrificio
e non modello comportamentale***

I risultati - 4

- Il 94% dei bambini di scuola materna afferma di giocare all'aria aperta ma la percentuale si riduce dell'8% nei bambini di scuola elementare.
- 2 bambini su 3 dichiarano di fare almeno un'ora di sport a settimana.
- Altrettanti però ammettono di trascorrere il tempo libero davanti alla Tv o videogiochi.



E poi....

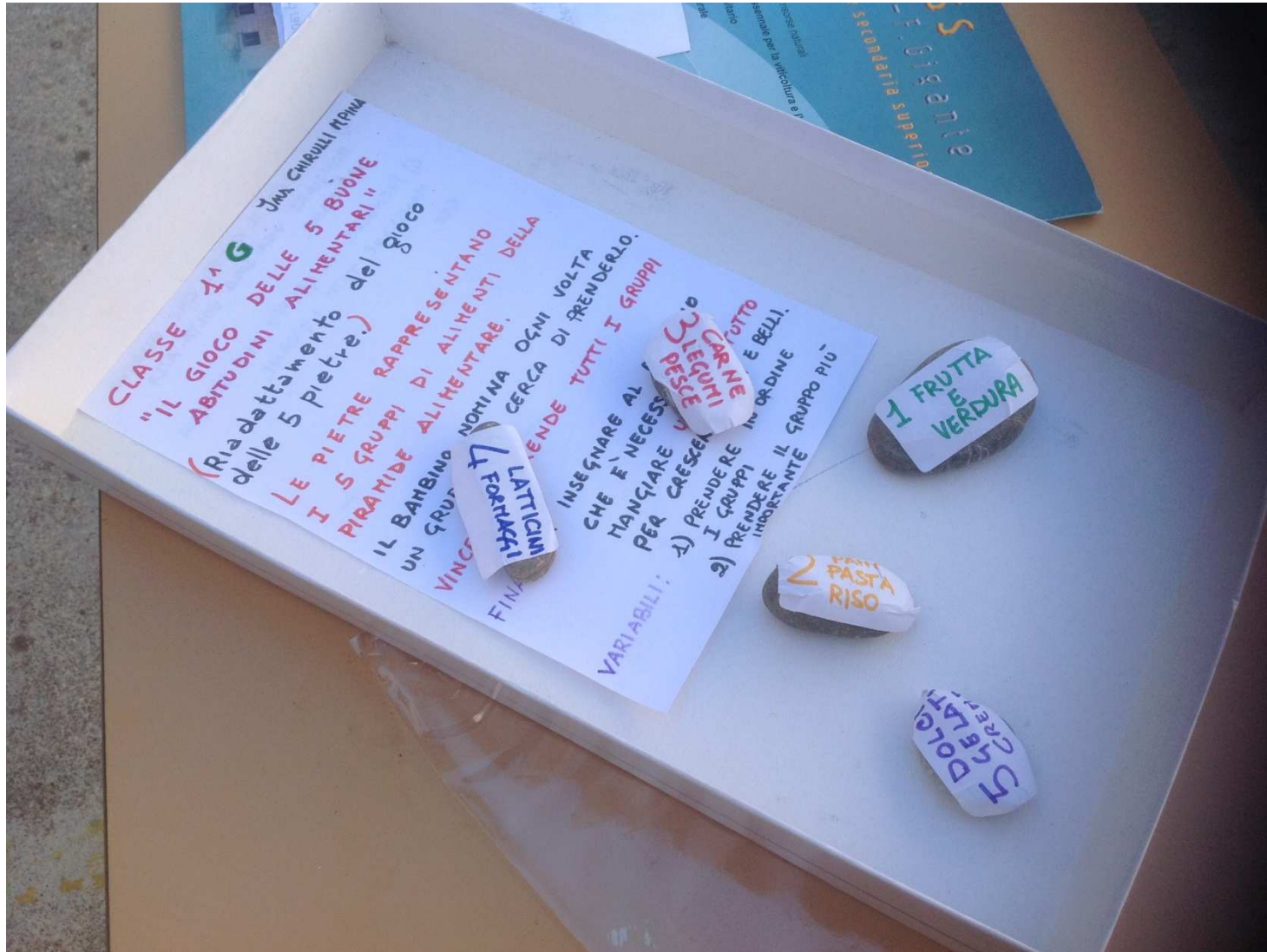


Incontri con genitori e bambini , in cui sono stati chiariti i principi basilari di una corretta alimentazione e di un corretto stile di vita che non può prescindere dall'attività fisica.

La festa finale...



I giochi di un tempo...







Alimentazione sana...



A km.0....







Conclusioni - 1

- Il progetto si è dimostrato un mezzo molto efficace per fare una fotografia precisa delle abitudini alimentari e degli stili di vita dei bambini dai 4 ai 9 anni.
- Si propone perciò di dar seguito al progetto in altre parti d'Italia, utilizzando gli stessi strumenti e la stessa modalità organizzativa, in modo da raccogliere nuovi dati.

Conclusioni - 2

- Il confronto tra diverse aree geografiche servirà ad identificare obiettivi, strategie comunicative, mezzi e contenuti per un approccio all'educazione alimentare sempre più a misura di bambino, valorizzando inoltre le tradizioni culturali e culinarie di ciascuna realtà locale.





XXV Congresso Nazionale
Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale

REGALIAMO FUTURO

12 - 14 Settembre 2013

Hotel Sheraton Nicolaus, Bari

Grazie !!

LA BORSA DELLE BUONE AZIONI

NETW GPS RK
Genitori • Pediatra • Scuola

