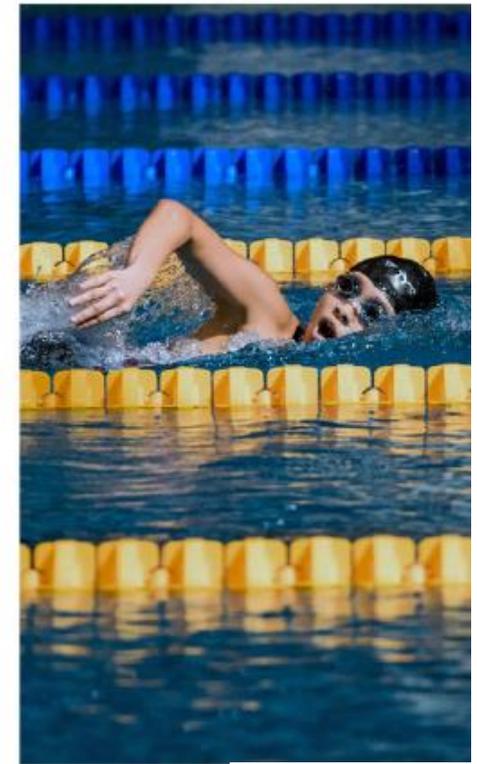


MINORI e ATTIVITA' FISICO-SPORTIVA

di Giorgio Pasetto



AREA
Liberal

Per approfondire visita conibambini.openpolis.it
Dati, analisi e visualizzazioni liberamente utilizzabili per promuovere
un dibattito informato sulla condizione dei minori in Italia.

È noto come l'emergenza Covid **abbia inciso sulle opportunità educative dei più giovani**, con la necessità di dover seguire le lezioni da remoto. Se lo strumento della didattica a distanza ha perlomeno offerto una possibilità alternativa, soprattutto nelle settimane di chiusura totale, non sono mancati i disagi per bambini e famiglie. Dalla **carezza di connessioni veloci in molte parti del paese** alla **necessità di condividere i dispositivi con genitori e fratelli**, specie nei nuclei più numerosi.

Nel parlare comune, sport e attività fisica vengono solitamente relegate, pensando ad esempio all'ambito scolastico, al rango di materie non essenziali. Una visione ristretta, che è stata superata dalla letteratura scientifica e dalle linee guida a livello internazionale.

Lo sport incide sullo sviluppo fisico, psicologico e sociale del bambino. Contribuisce ad una **crescita sana ed equilibrata**, ma anche alla possibilità di **instaurare relazioni con i coetanei e gli adulti, in un contesto di gioco**. Contesto che permette di apprendere valori come il **rispetto delle regole e degli avversari, la lealtà verso i compagni e la squadra, la dedizione personale**. L'attività sportiva può essere il veicolo attraverso cui trasmettere questi insegnamenti e per migliorare la consapevolezza di sé e del proprio corpo.

18,6% dei giovani tra 6 e 24 anni non praticava nessuno sport o attività fisica prima della pandemia.

Nel 2019, quindi **già prima delle chiusure causate dal Covid, quasi un giovane su 5 era sedentario**. Oltre il 18%, tra i bambini di 6-10 anni e gli adolescenti di 15-17 anni. Quasi il 16% nella fascia 11-14 anni. Oltre il 40% tra i più piccoli, i bambini di 3-5 anni.

Si tratta di **dati che in realtà rappresentavano un miglioramento rispetto agli anni precedenti**. Tra i ragazzi in età scolare, **il calo dei sedentari si rileva soprattutto nelle fasce 6-10 e 11-14**. Rispetto al 2015, la percentuale di minori che non praticano nessuna attività fisica è scesa di 2,7 punti tra i primi e di 5 punti tra i secondi. Anche tra i 15-17enni si rileva una riduzione netta della sedentarietà nell'arco del decennio, ma negli ultimi 3 anni la tendenza al calo sembra essersi interrotta.

La pandemia è quindi intervenuta in un contesto dove la sedentarietà tra i minori si stava riducendo. È ancora presto per stimare con precisione l'effetto dell'emergenza su questo fronte. Ma il nuovo scenario ha sicuramente reso più difficile non solo l'apprendimento in classe, ma anche la possibilità di fare sport per bambini e ragazzi. Una fascia d'età per cui, rispetto alle altre, è più frequente svolgere attività fisica in strutture chiuse e sono spesso più frequenti gli sport di squadra.

“La pratica all'aperto, indipendentemente dal fatto che si tratti o meno di luoghi attrezzati, aumenta al crescere dell'età, con livelli più alti a partire dai 35 anni, mentre i bambini e i giovani praticano più spesso in impianti sportivi al chiuso.”

- Istat, La pratica sportiva in Italia (2017)

Tra i bambini e ragazzi è più frequente fare sport in ambienti e contesti strutturati, anche se le discipline praticate variano anche in base all'età e al genere. Tra i più piccoli (3-10 anni) il nuoto è uno dei più praticati: il primo tra le bambine (48,7% di chi fa sport) e il secondo tra i bambini (39,4%), a poca distanza dal calcio (43,7%). Nell'infanzia gli sport acquatici sono molto più diffusi rispetto agli adulti, dove restano comunque la terza disciplina più menzionata (in media lo pratica il 21,1% delle persone che fanno sport).

Tra gli **adolescenti maschi** (11-19 anni) si conferma la prevalenza del **calcio** (58,4%), del **nuoto** (18,9%, in calo rispetto al 39,4% rilevato a 3-10 anni), seguiti da **pallacanestro**, **ginnastica** e **arti marziali** (tutti attorno al 10% circa). Tra le **adolescenti** i più citati sono **danza** (28%), **ginnastica** (25,1%), **nuoto** (al terzo posto con il 23,2% dei praticanti, in calo rispetto al 48,7% della fascia 3-10 anni) e **atletica leggera**, **footing** e **jogging** (10,7%).

45,4% delle ragazze tra 6 e 24 anni fa sport in modo continuativo. Tra i maschi della stessa età la quota sale al 58,5%.

Accanto a bambini e ragazzi che fanno sport con continuità, **una quota non irrilevante di giovani - attorno a 1 su 5 - non pratica alcuna attività**. La sedentarietà comporta rischi per la salute, specialmente laddove associata ad altri stili di vita poco sani, ad esempio per quanto riguarda l'alimentazione (**ministero della salute, 2019**), con conseguente sovrappeso ed obesità. Al contrario, **fare movimento fin dall'infanzia e acquisire uno stile di vita attivo, è essenziale per una crescita sana**.

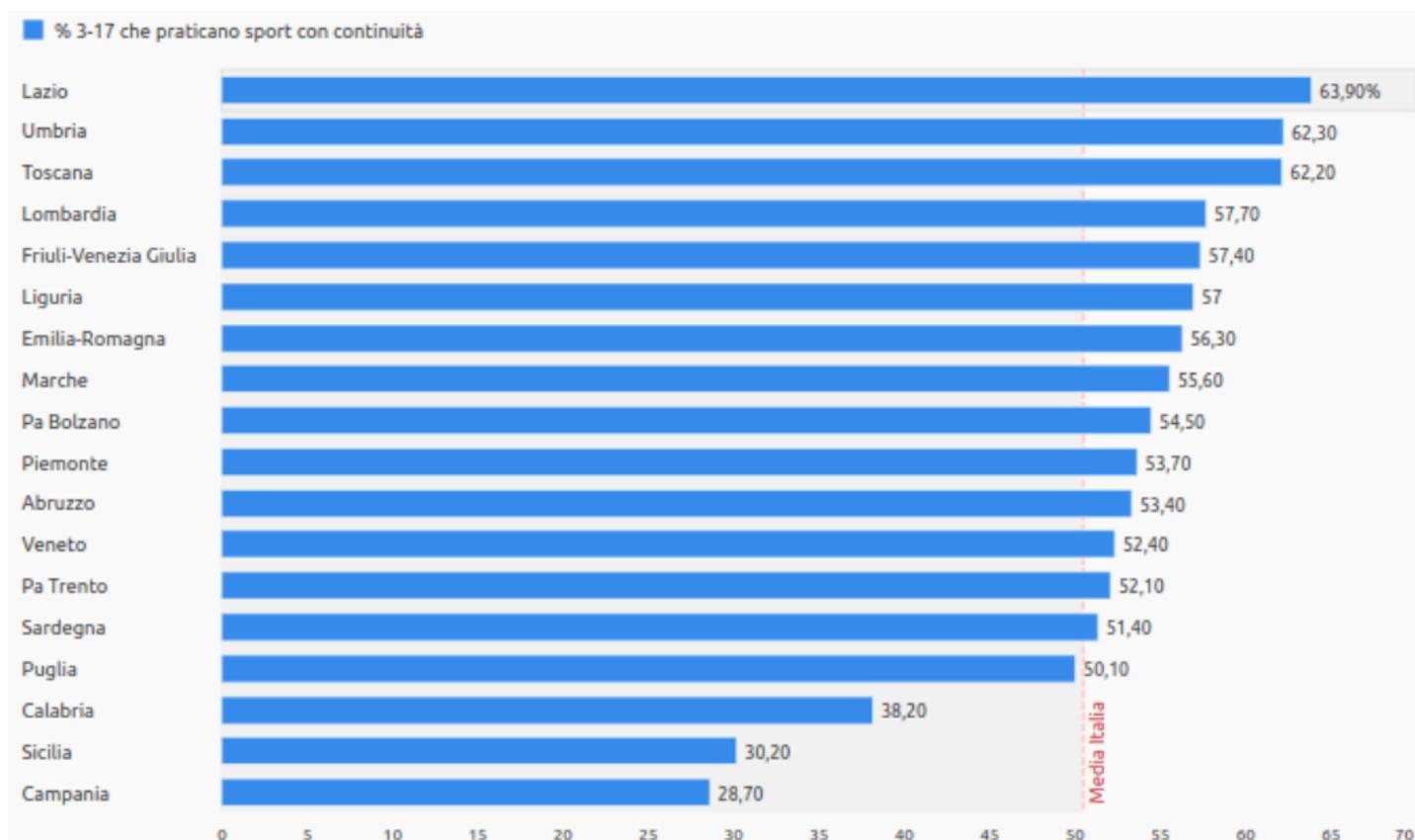
“Physical activity is important across all ages. Active play and recreation is important for early childhood as well as for healthy growth and development in children and adolescents. Quality physical education and supportive school environments can provide physical and health literacy for long-lasting healthy, active lifestyles.”

- Oms, Global action plan on physical activity 2018–2030 (2018)

Ma quali sono le motivazioni che portano bambini e ragazzi a non praticare alcuno sport? Sulla sedentarietà possono incidere numerosi fattori, che spesso cambiano anche in base all'età del minore.

Tra i più piccoli, nella fascia 3-5 anni, il motivo indicato più spesso per la mancata pratica sportiva è l'età del bambino. Nelle altre classi di età, l'inattività viene ricondotta a una mancanza di tempo e interesse. Tali risposte crescono all'aumentare dell'età del bambino. Ma non sono infrequenti anche cause legate alla condizione economica del nucleo familiare. Queste riguardano il 20% dei ragazzi tra 11 e 17 anni e quasi il 30% dei bambini tra 6 e 10 anni.

Altra causa non irrilevante è quella legata alla mancanza di impianti o la scomodità degli orari di apertura (circa un decimo delle risposte dai 6 anni in su). La disomogeneità dell'offerta sul territorio di servizi sportivi e impianti, ci conduce all'importanza di **valutare soprattutto in chiave locale le differenze nell'accesso alla pratica sportiva.**



FONTE: elaborazione openpolis - Con i Bambini su dati Istat per Gruppo Crc

Si tratta di dati precedenti l'emergenza Covid, ma già in grado di indicare **alcune tendenze significative**. Purtroppo è ipotizzabile che oggi **tra gli ostacoli allo svolgimento dell'attività sportiva ve ne siano almeno due indipendenti dalla volontà del minore e della sua famiglia**. In primo luogo, la **condizione economica** del nucleo d'origine può essere uno dei fattori che incidono. In questo senso, il fatto che le regioni agli ultimi posti per pratica sportiva continuativa tra i minori siano Calabria, Campania e Sicilia fa riflettere. Si tratta delle regioni dove, in base alle rilevazioni censuarie, si registrava la **quota più elevata di famiglie in potenziale disagio**.

“L'attitudine alla pratica sportiva non è omogenea nelle diverse regioni del paese anche, verosimilmente, per una differente disponibilità di strutture organizzate.”

- Istat, La pratica sportiva in Italia (2017)

L'offerta di aree sportive all'aperto nelle città

15,2% dei ragazzi tra 11 e 14 anni fa sport in spazi all'aperto attrezzati (contro una media del 24,8% sull'intera popolazione).

Infatti, è comune tra chi pratica sport indicare tra i luoghi di attività soprattutto gli **impianti al chiuso** (58,7%). Ma tale **quota è molto più elevata nelle fasce d'età più giovani**: oltre il 70% dei praticanti adolescenti (11-17 anni), il 78,5% nella fascia 6-10 anni e oltre l'84% tra i giovanissimi (3-5 anni) fa sport in impianti al chiuso.

Per avere un termine di paragone, la percentuale tra gli over 55 scende attorno al 40%. Ciò comporta che, rispetto al resto della popolazione, le restrizioni abbiano probabilmente avuto un impatto maggiore sulle abitudini di bambini e ragazzi.

È ancora presto per poter disporre di dati aggiornati sulla pratica sportiva dei più giovani, dopo il Covid. Un dato già acquisito però è che le **aree dove fare sport all'aperto sono divenute essenziali in quest'emergenza, anche per la pericolosità di farlo in ambienti chiusi**. Cioè proprio i luoghi che ragazze e ragazzi, prima della pandemia, frequentavano più spesso.

Tali ragioni spingono ad interrogarsi sulla possibilità dei territori di rispondere a questa nuova esigenza, valutando **quanta offerta di aree sportive all'aperto sia presente sul territorio nazionale**. In particolare nelle città e nelle aree urbane più dense, dove la presenza di questi spazi, e in generale di verde pubblico, è spesso l'unica alternativa possibile per fare sport all'aperto in modo sicuro.

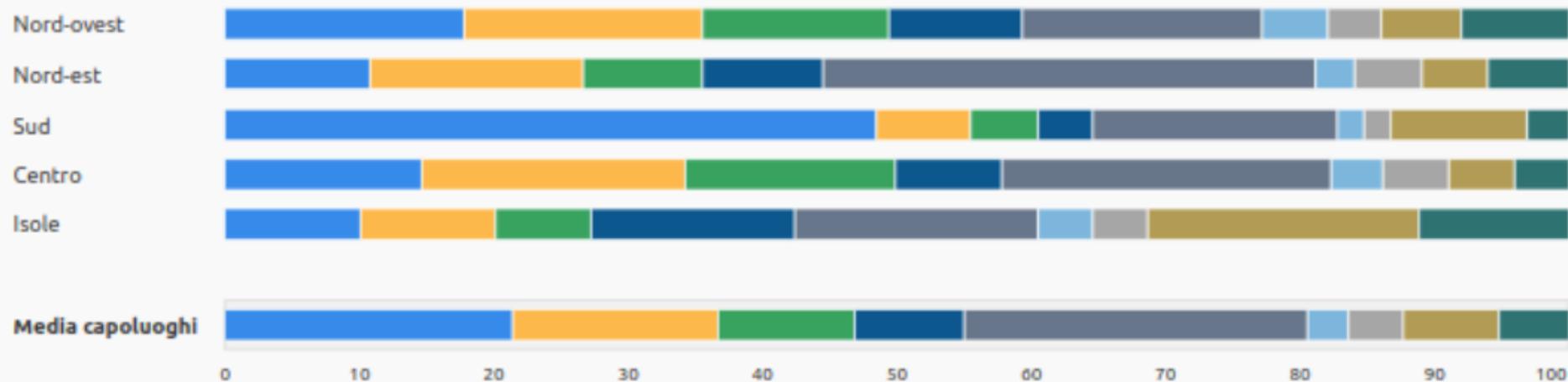
La presenza sul territorio di aree sportive all'aperto

Composizione percentuale del verde urbano nei comuni capoluogo, per area geografica (2019)

Media capoluoghi

■ 21% ■ 15% ■ 10% ■ 8% ■ 25% ■ 3% ■ 4% ■ 7% ■ 5%

■ Verde storico vincolato ■ Grandi parchi urbani ■ Verde attrezzato
■ Aree di arredo urbano ■ Forestazione urbana e aree boschive ■ Giardini scolastici
■ Aree sportive all'aperto ■ Verde incolto ■ Altro (zoo, cimiteri, orti etc.)



FONTE: elaborazione openpolis - Con i Bambini su dati Istat

Ma in termini assoluti, **di quanta parte del territorio delle città parliamo?** Nei capoluoghi di provincia italiani oltre 24 milioni di metri quadri sono occupati da aree sportive all'aperto. Rispetto ai 2,7 milioni di bambini e ragazzi con meno di 18 anni che vivono nelle città capoluogo, parliamo di **circa 9 metri quadri a minore**. Anche in questo caso, è forte la variabilità tra le aree del paese. **Nei capoluoghi del nord-est si raggiunge il dato più elevato (19,9 metri quadri per minore)**. Quelli del centro Italia si trovano poco sotto la media nazionale, con 8,2 mq. **Più lontane le città del nord-ovest (6,8 mq), quelle delle isole (5,3) e quelle del sud continentale (4,8).**

24,4 milioni di mq di aree sportive all'aperto nei capoluoghi italiani.

In altri termini, **nelle città del nord-est si trova il 18% dei minori e quasi il 40% delle aree sportive all'aperto presenti nei capoluoghi italiani**. In quelle del sud il 19% dei minori e solo il 10% delle aree sportive all'aperto. Rapporto sfavorevole anche per le città del nord-ovest (24% dei minori, 18% delle aree sportive) e per quelle delle isole (11%, 7%), mentre maggiormente equilibrato al centro (28% dei minori, 26% delle aree sportive).

Nelle città del mezzogiorno meno aree sportive all'aperto per minore

Aree sportive all'aperto nei capoluoghi italiani, in metri quadrati per minori residenti (2019)

● 0-10 ● 11-20 ● 21-30 ● 31-40 ● >40



Prendendo i singoli comuni, **spiccano infatti soprattutto 3 città, di cui 2 nell'Italia nord-orientale**: Ferrara (65,3 mq di aree sportive all'aperto per residenti sotto i 18 anni), Oristano (61,8) e Pordenone (59,6). Seguono, sempre con oltre 40 mq per minore, Rovigo (49,6), Piacenza (46,0) e Ravenna (45,2).

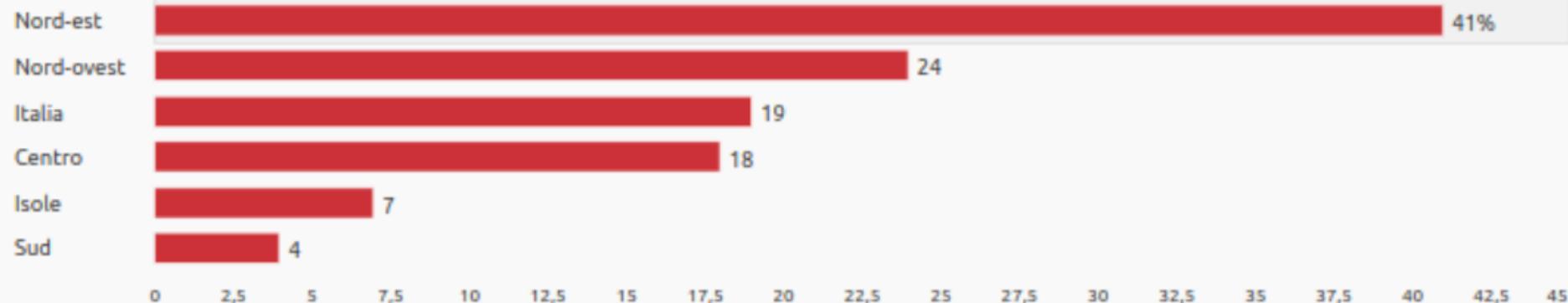
In Italia quasi il 20% dei capoluoghi dispone di oltre 30 mq di aree sportive per minore, al sud solo il 4%

Percentuale di capoluoghi per macroarea dove i metri quadri di aree sportive all'aperto per minore superano i 30 mq (2019)

Nord-est

■ 41%

■ % capoluoghi che superano i 30 mq per minore



La presenza di strutture sportive nelle scuole

“Lo sport e il movimento fisico sono fondamentali per la ripartenza. Le limitazioni e l'inattività fanno preoccupare per le ripercussioni sul benessere fisico e psicologico dei minorenni italiani. (...) Anche le opportunità che forniva la scuola con le ore di educazione motoria si sono ridotte a causa della pandemia.”

- **Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza, 6 aprile 2021**

Secondo l'Oms, l'attività fisica aiuta a prevenire tumori, malattie cardiovascolari e depressione.

L'attività svolta in orario scolastico può rappresentare quindi per molti giovani una delle poche occasioni per praticare uno sport. È anche per questo motivo che l'educazione fisica è considerata a pieno titolo una disciplina didattica. Essa infatti è **prevista dall'offerta formativa di tutti i sistemi scolastici dell'Ue**, come rilevato dalle analisi di Eurydice.

40,8% gli edifici scolastici con palestra o piscina in Italia.

“Le strutture edilizie costituiscono elemento fondamentale e integrante del sistema scolastico. Obiettivo della presente legge è assicurare a tali strutture uno sviluppo qualitativo e una collocazione sul territorio adeguati alla costante evoluzione delle dinamiche formative, culturali, economiche e sociali. La programmazione degli interventi (...) deve garantire (...) la disponibilità da parte di ogni scuola di palestre e impianti sportivi di base.”

- legge 23/1996, Norme per l'edilizia scolastica

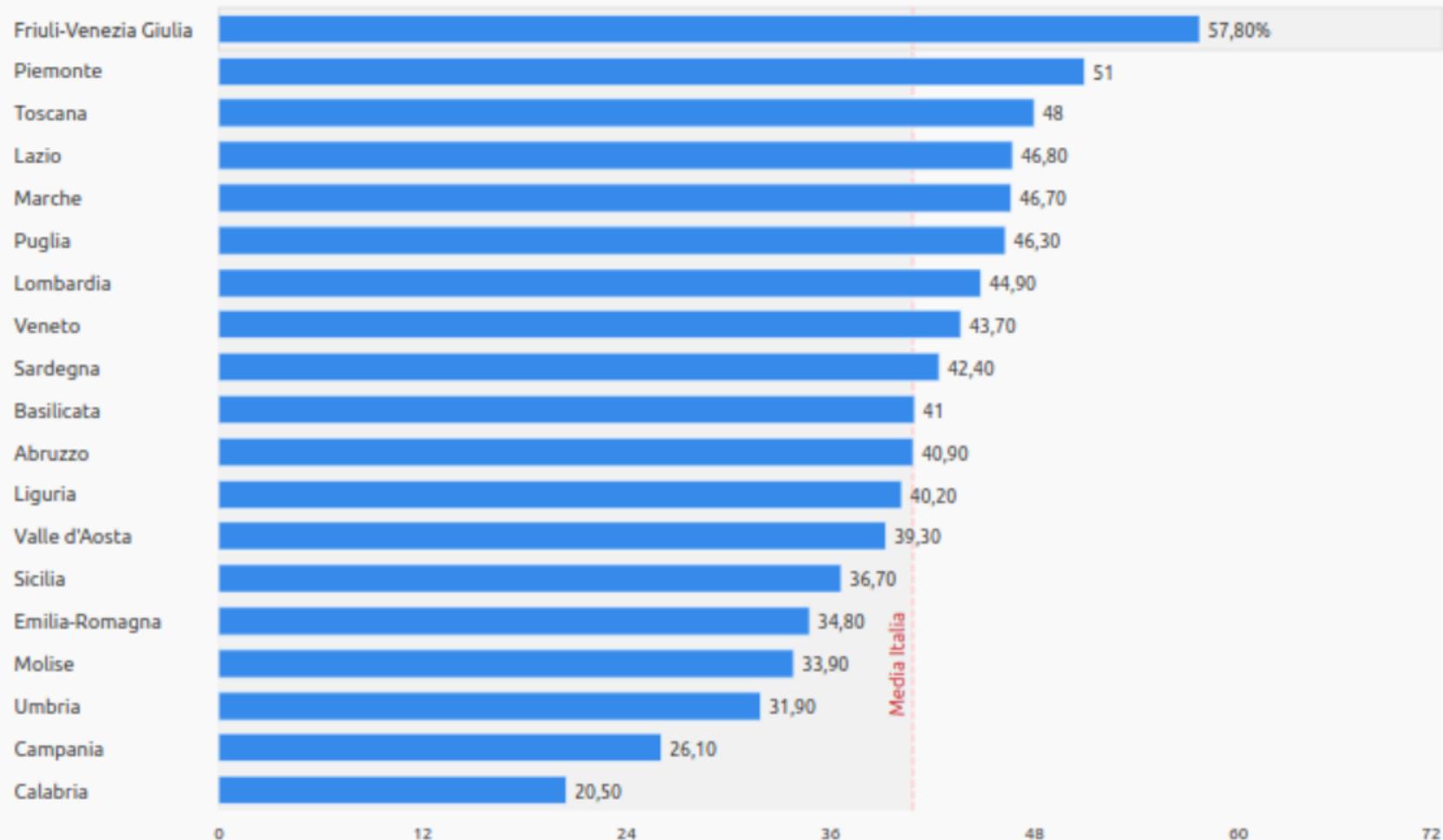
Ma quante sono le scuole italiane dotate di palestra o piscina? Secondo i dati raccolti dal ministero dell'istruzione meno della metà. Infatti dei circa 40mila edifici statali presenti del nostro paese, poco più di 16mila possiedono strutture dedicate allo sport.

A livello regionale, solo in due casi gli istituti scolastici dotati di strutture sportive sono più del 50%. Si tratta del **Friuli Venezia Giulia** dove a fronte di circa 1.000 scuole presenti quasi 600 sono dotate di palestre (il 57,8%) e del **Piemonte** dove invece le scuole con palestra sono circa 1.600 su un totale di oltre 3.000 (il 51%). Al terzo posto c'è la **Toscana** con il 48%. Agli ultimi posti, con meno di 3 edifici scolastici dotati di impianti su 10, troviamo invece **Calabria** (20,5%) e **Campania** (26,1%).

Friuli e Piemonte sono le uniche regioni in cui il numero di scuole con strutture sportive supera il 50%.

È interessante notare che le due regioni che presentano la percentuale più bassa di palestre nelle scuole - **Calabria e Campania** - siano anche tra quelle con il **minor numero di ragazzi e ragazze che praticano sport con continuità**. Questo aspetto però non riguarda solo il sud. Infatti anche tre regioni nel nord Italia si trovano al di sotto della media nazionale. Si tratta della **Valle d'Aosta** (39,3%), dell'**Emilia Romagna** (34,8%) e della **Liguria** (40,2%). Allo stesso tempo, possiamo osservare come alcune regioni del meridione abbiano dati superiori. Tra queste, **l'Abruzzo** (40,9%), la **Basilicata** (41%), la **Sardegna** (42,4%) e la **Puglia** (46,3%).

■ % edifici con palestra/piscina

**DA SAPERE**

Il dato indica quanti edifici scolastici hanno una palestra o una piscina annessa. Ciò non significa che gli alunni che frequentano le altre scuole non abbiano accesso alla palestra, in altri istituti o in impianti sportivi del territorio. Non sono disponibili i dati per il Trentino Alto Adige.

Le 15 province con più palestre nelle scuole

Percentuale di edifici scolastici che hanno una palestra o una piscina (2018)

Tra le 10 province con meno palestre, 9 si trovano nel mezzogiorno.

Pordenone
■ 65,10%

■ % edifici scolastici con palestra piscina

