



ALIMENTAZIONE, AMBIENTE E SPORT: PAGANICA RUGBY AVVIA PROGETTO NELLE SCUOLE DI SAN DEMETRIO E ROCCA DI MEZZO

14 Febbraio 2020 

SAN DEMETRIO NE' VESTINI – Educazione a una sana alimentazione, ma anche all'ambiente e allo sport.

Sono questi i propositi del progetto "In.forma", siglato dall'istituto comprensivo scolastico San Demetrio-Rocca di Mezzo e la Polisportiva Paganica Rugby, società della palla ovale abruzzese che milita nel campionato nazionale di Serie B e da sempre attiva sul territorio in ambito sociale.

Il progetto verrà realizzato a partire da questo anno scolastico e per i successivi due all'interno delle scuole medie dell'istituto comprensivo, che abbraccia comunità popolate a est e sud dell'Aquila come quelle di San Demetrio ne' Vestini e Rocca di Mezzo (L'Aquila).

"In.forma" nasce dalla volontà di sensibilizzare i giovanissimi del territorio e le loro famiglie, informando e stimolando comportamenti corretti ai fini del loro benessere psico-fisico.

Questa necessità emerge dall'analisi di cambiamenti e comportamenti noti da parte dei più piccoli: la diffusione sempre più pervasiva delle nuove tecnologie contribuisce a ridurre le occasioni per la socializzazione spontanea, provocando anche un forte aumento della sedentarietà.

A questo si aggiunge il consumo sempre più massiccio di "cibo spazzatura" e di bevande gasate ad elevato contenuto di zuccheri.

I rischi psico-fisici sono presto detti: rischio di obesità, scarso livello di autostima, bassa propensione alla socializzazione, mancanza di stimoli personali.

Il progetto consiste in lezioni frontali, attività in palestra, uscite sul territorio e attività sul campo. Le tematiche che verranno affrontate sono l'alimentazione, l'attività motoria e il gioco del rugby (sono previste giornate sul campo sportivo "Enrico Iovenitti" del Paganica Rugby), e la conoscenza del territorio, attraverso visite guidate presso siti di interesse storico, artistico, paesaggistico e culturale.

Per la realizzazione delle attività progettuali ci sarà la collaborazione di associazioni, professionisti dell'ambiente e dell'alimentazione, operatori economici, turistici e aziende



agricole. È prevista infine una piccola pubblicazione con I risultati ottenuti.

Il percorso triennale è già partito, con l'incontro di ragazzi e ragazze con professionisti nel campo della dietologia. *(m. fo.)*