



REGIONE DEL VENETO



1KM AL GIORNO EDUCATIONAL

PRESENTAZIONE DELL'INIZIATIVA E INDICAZIONI OPERATIVE PER LE CLASSI

Iniziativa a cura di:
Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria -
Regione del Veneto
Ufficio Scolastico Regionale per il Veneto
Ufficio Ambito Territoriale di Verona

COS'E'?

1 KM AL GIORNO EDUCATIONAL è un'iniziativa che **promuove stili di vita attivi e salutari** e richiede di camminare per 1 km almeno una volta al giorno.

QUALI SONO I SUOI OBIETTIVI?

- ✓ Favorire il movimento degli studenti a scuola
- ✓ Ridurre la sedentarietà nei ragazzi da 11 a 19 anni
- ✓ Stimolare l'apprendimento e la salute
- ✓ Migliorare il clima e le motivazioni della classe



A CHI E' RIVOLTA?

A tutte le classi delle scuole secondarie di I° e II° grado.

COSA E' NECESSARIO FARE PER PARTECIPARE?

- Mantenersi attivi nel periodo che va dal 1 novembre al 30 aprile dell'a.s. in corso
- Compilare il **modulo di iscrizione online** (uno per ogni classe) reperibile al sito www.muoversidipiu.it



COSA BISOGNA FARE?

Dal 1 novembre al 30 aprile le classi partecipanti si impegnano a camminare per 1 km per più giorni possibili, durante qualsiasi momento disponibile nell'attività curricolare. Ogni mese deve essere compilato il **Calendario di classe per monitorare l'attività svolta.**



CALENDARIO DI CLASSE
"1 KM AL GIORNO EDUCATIONAL"

Edizione 2021/2022



Scuola _____

Classe _____ Sez. _____

Città _____ Prov. _____

Indirizzo _____ CAP _____

Tel. _____ E-mail _____

Mese _____

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

Totale km percorsi questo mese: _____

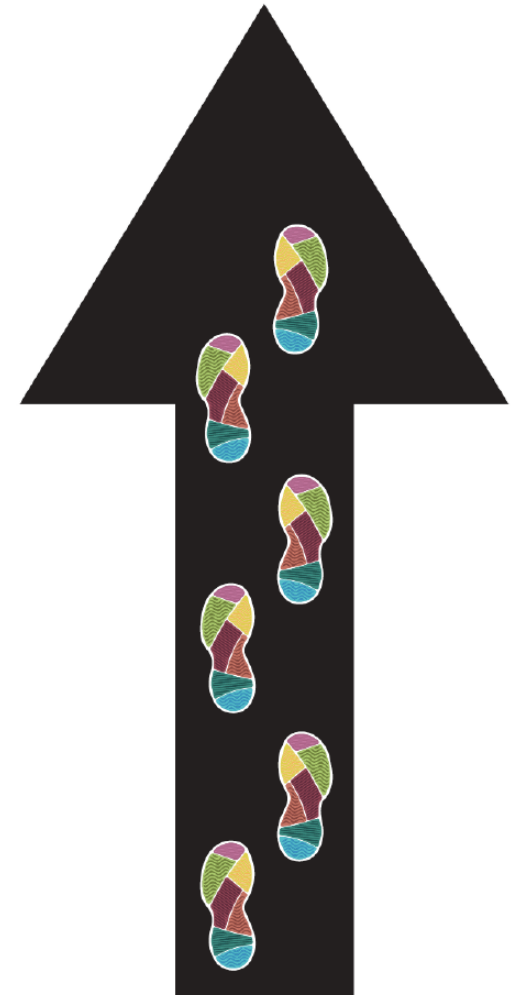
Totale km percorsi dal 1 novembre 2021 al 30 aprile 2022*: _____

*Da compilare ed inviare al termine dell'iniziativa, entro il 5 maggio 2022

Firma dell'insegnante referente _____

CREAZIONE DEL PERCORSO

Per camminare in sicurezza è richiesto di indentificare all'interno del territorio della scuola un percorso della lunghezza di 1 km accessibile a tutti gli studenti. Per segnalare il percorso di consiglia di utilizzare i cartelli presenti nel sito www.muoversidipiu.it



I SIMPATIZZANTI

Ci sarà anche la **possibilità di coinvolgere dei “simpatizzanti”**: ogni studente partecipante potrà coinvolgere un familiare, un amico o un insegnante il quale si impegnerà ad essere attivo e a camminare per almeno un 1 km al giorno per l'intera durata dell'iniziativa.

Il coinvolgimento dei simpatizzanti è facoltativo. Sarà cura dell'insegnante referente raccogliere gli eventuali **Contratti simpatizzanti** e inviarli all'indirizzo muoversi@aulss9.veneto.it



CONTRATTO SIMPATIZZANTE
“1 KM AL GIORNO EDUCATIONAL”

Edizione 2021/2022



Nome e Cognome _____

coinvolto dallo studente _____

che frequenta la Scuola _____ Classe: _____ Sez. _____

nel ruolo di (amico, genitore, fratello/sorella, zio/zia, ecc.) _____

ha deciso di essere attivo camminando 1 km al giorno dal 1 novembre 2021 al 30 aprile 2022.

Luogo e data _____

Firma simpatizzante _____

Firma studente _____

ELABORATI DELLE CLASSI

L'iniziativa prevede anche **l'elaborazione da parte delle singole classi di un prodotto** (disegni, video, canzoni, slogan ecc.) frutto delle discussioni fatte in classe con l'insegnante sui benefici dell'attività fisica.

L'invio dei materiali e degli elaborati prodotti è obbligatorio per partecipare alla premiazione finale.



INVIO DELLE SCHEDE E DEGLI ELABORATI

Per confermare che la classe è attiva, sarà cura dell'insegnante referente inviare:

- Copia del **Calendario di classe**, scannerizzato o fotografato, con indicato il totale dei chilometri percorsi

entro il giorno 5 di ogni mese

- Il **prodotto elaborato dalla classe**
entro il giorno 5 febbraio

I materiali sopra descritti devono essere inviati all'indirizzo muoversi@aulss9.veneto.it



PREMIAZIONE

Prevista per il 31 maggio.

- **I° PREMIO REGIONALE:** a ciascun alunno della classe estratta come vincitrice.
- **Premio regionale simpatizzante:** per un simpatizzante estratto a sorte tra quelli che iscritti all'iniziativa.
- **Premio KM più numerosi:** alla classe che durante tutta la durata dell'iniziativa avrà accumulato il numero più alto di Km percorsi.
- **Premio istituto con più classi iscritte:** alla scuola con il più alto numero di classi iscritte all'iniziativa.
- **Presente di partecipazione,** assegnato a tutti gli alunni che saranno rimasti attivi per tutta la durata dell'iniziativa.



Per informazioni

Sito Internet:

www.muoversidipiu.it

Indirizzo e-mail:

muoversi@aulss9.veneto.it

