ACTIVEFORHEALTH.EU



D2.3
Work package 2 – Results of the Pilot Actions

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Rapporto sulle azioni del pilota

Il programma EHLA Active Day rappresenta l'attuazione pratica del progetto europeo Healthy Lifestyle Actions (Azioni per uno stile di vita sano). Basandosi sulle linee guida condivise di EHLA, i partner nei Paesi Bassi, in Italia e in Turchia hanno sviluppato e implementato tre distinti interventi nazionali, ciascuno adattato alle esigenze locali, al contesto educativo e alle opportunità esistenti.

Sebbene gli approcci fossero diversi, condividevano obiettivi e principi di attuazione comuni. Complessivamente, gli interventi hanno raggiunto più di 3.100 bambini e coinvolto scuole, insegnanti, allenatori, famiglie e organizzazioni locali nella promozione dell'attività fisica e di stili di vita più sani.

Questo documento 4.1 presenta lo sviluppo, l'implementazione e la valutazione del programma EHLA Active Day. Riunisce le esperienze e i risultati dei tre paesi partecipanti, individua le lezioni apprese e le migliori pratiche trasferibili e fornisce raccomandazioni per future implementazioni.

Il rapporto dimostra come un quadro europeo condiviso possa essere tradotto in azioni concrete a livello locale, contribuendo al contempo all'obiettivo più ampio dell'EHLA di rendere l'attività fisica una parte naturale e inclusiva della vita

Deliverable D4.1 – Report of results of the awareness programme

Deliverable Number	D4.1	**Lead Beneficiary**	4 - SportDrenthe
Deliverable Name	Report of results of the awareness programme		
Type	R — Document, report	**Dissemination Level**	PU - Public
Due Date (month)	24	**Work Package No**	WP4

Description
Online document in English summarising the main results achieved during the awareness campaign, from the design of the programme, the organisation of the activities to the monitoring and evaluation of the impact of the activities to achieve the project's objectives. The report will highlight most relevant activities and target actors that have participated. 40 pages. Available on the project's website for free. Data will be collected through the app, and the organisers of the events who will provide a short summary of the event and results. Periodically, this information will be uploaded on the project's website as part of the dissemination activities and highlight the engagement of stakeholders.

quotidiana.

Sommario

01	Introduction	01
02	From Guidelines to National Practice	06
03	National Implementation	08
04	Results	14
05	Lessons Learned	23
06	Best Practices	25
07	Conclusions	27
08	Recommendations	29
09	Appendices	36

ID progetto: 101184145 EHLA:Stile di vita sano europeoAzioni

1. Introduzione

1.1 Premesse della giornata attiva EHLA

L'Alleanza europea per uno stile di vita sano (EHLA) ha lanciato il progetto EHLA Active Day per incoraggiare stili di vita più attivi fisicamente tra bambini e ragazzi in tutta Europa. Il progetto è stato sviluppato in risposta alla crescente preoccupazione per la sedentarietà e al calo dei livelli di attività fisica quotidiana tra i bambini in età scolare.

Grazie al supporto del programma Erasmus+ Sport, l'EHLA Active Day ha riunito partner provenienti da Paesi Bassi e Italia.,Il progetto ha coinvolto Turchia e Irlanda per esplorare come scuole e comunità locali possano creare ambienti che incoraggino naturalmente il movimento durante la giornata. Invece di promuovere lezioni isolate di educazione fisica, il progetto si è concentrato sull'integrazione dell'attività fisica nelle routine quotidiane attraverso approcci innovativi, pratici e pertinenti al contesto locale.

Ciascun paese partecipante ha progettato e realizzato il proprio intervento sulla base di un quadro europeo condiviso, adattando al contempo le attività ai contesti nazionali, ai sistemi educativi e alle buone prassi esistenti. Ciò ha permesso al consorzio di valutare diverse strategie di implementazione, lavorando al contempo verso obiettivi di progetto comuni.

1.2 Obiettivi del progetto

L'EHLA Active Day è stato sviluppato attorno a tre obiettivi principali:

- Promuovere l'attività fisica in tutta Europa attraverso la sperimentazione e l'implementazione di approcci innovativi che incoraggino le persone a muoversi di più nella vita quotidiana.
- Rafforzare una comunità europea che riconosca l'attività fisica come un importante fattore che contribuisce a stili di vita più sani e a una maggiore inclusione sociale, contribuendo a ridurre le barriere sociali, economiche, di genere e legate alla disabilità.

- Stimolare lo scambio di conoscenze e la cooperazione tra organizzazioni, professionisti e parti interessate attraverso la condivisione di esperienze, buone pratiche e strategie di implementazione concrete.

Questi obiettivi hanno costituito il fondamento comune per tutte le attività svolte nell'ambito del progetto e hanno fornito il quadro di riferimento per la valutazione degli interventi nazionali.

1.3 Perché è stato sviluppato questo progetto

In tutta Europa, l'inattività fisica e la sedentarietà tra i bambini sono diventate una crescente preoccupazione per la salute pubblica. Le scuole offrono un'opportunità unica per incoraggiare sane abitudini di movimento, poiché raggiungono quasi tutti i bambini quotidianamente.

Il progetto EHLA Active Day è stato sviluppato per esplorare come l'attività fisica possa diventare parte integrante della vita scolastica quotidiana, anziché essere limitata alle sole lezioni di educazione fisica. Basandosi sulle linee guida EHLA, il consorzio ha tradotto un quadro di riferimento europeo condiviso in un programma pilota pratico.

La linea guida EHLA è stata sviluppata nell'ambito del progetto, basandosi su diverse linee guida europee preesistenti. Essa fornisce la base comune per la progettazione e l'attuazione dei progetti pilota nazionali. Ciascun paese partecipante ha successivamente sviluppato e implementato un proprio intervento nazionale, adattato al proprio contesto educativo e al contempo contribuendo agli obiettivi comuni del progetto.

1.4 Partner del consorzio

L'EHLA ACTIVE DAY ha riunito organizzazioni provenienti da Paesi Bassi, Italia, Turchia e Irlanda, ognuna delle quali ha contribuito al progetto con la propria esperienza e il proprio contesto locale.

Sebbene tutti i partner abbiano lavorato seguendo le stesse linee guida EHLA e condividendo obiettivi comuni, ogni paese ha ideato e attuato un intervento nazionale differente. Questo approccio ha permesso al consorzio di valutare molteplici strategie di implementazione, scambiare esperienze durante tutto il progetto e individuare le migliori pratiche che possano supportare future iniziative di promozione dell'attività fisica in tutta Europa.

Il consorzio era composto da Spor Istanbul (Turchia), SportDrenthe (Paesi Bassi), Kinetic Analysis (Paesi Bassi), UISP Sportpertutti (Italia) e Surpass Sport Systems (Irlanda). Il progetto è stato cofinanziato dall'Unione Europea.

2. Dalle linee guida alla prassi nazionale

2.1 Dalle linee guida condivise a un quadro comune

Il progetto EHLA Active Day è nato da una visione europea condivisa. Invece di chiedere a ogni paese di svolgere esattamente le stesse attività, le Linee guida EHLA hanno assegnato a tutti i partner gli stessi obiettivi e sufficiente libertà di scegliere un approccio adatto al proprio paese. Il progetto si è articolato attorno a tre obiettivi principali:

- promuovere l'attività fisica attraverso idee nuove e pratiche;
- costruire una comunità europea che consideri l'attività fisica una parte importante di uno stile di vita sano e inclusivo;
- per incoraggiare la cooperazione e la condivisione delle conoscenze tra organizzazioni e professionisti.

Per tradurre questi obiettivi in pratica, i partner hanno concordato su diversi principi condivisi. Il progetto doveva essere sviluppato in collaborazione con le scuole, integrarsi nelle normali attività scolastiche, essere sufficientemente flessibile per adattarsi a diversi sistemi educativi e concentrarsi su cambiamenti a lungo termine anziché su attività isolate. Un altro principio importante era che il progetto dovesse supportare gli insegnanti, non creare loro ulteriore carico di lavoro.

Questi principi sono diventati il punto di partenza per tutti gli interventi nazionali.

2.2 Dalle linee guida alla prassi nazionale

Il passo successivo è stato quello di tradurre le Linee guida europee in un programma pilota pratico. Invece di sviluppare un programma fisso, i partner hanno concordato un processo condiviso che ogni paese avrebbe dovuto seguire.

Questo processo ha incluso l'individuazione dei bisogni locali, la selezione di attività idonee, la preparazione delle scuole all'attuazione, la sperimentazione degli interventi e la condivisione delle esperienze durante tutto il progetto.

Sebbene il processo fosse lo stesso per tutti i partner, ogni paese ha sviluppato un proprio intervento basato sulle esigenze e sulle opportunità locali.

2.3 Imparare insieme

Nel corso del progetto, i partner si sono scambiati regolarmente esperienze, discusso le sfide e imparato dalle reciproche modalità di attuazione. Incontri internazionali e visite in loco hanno offerto l'opportunità di condividere idee, riflettere sui progressi compiuti e migliorare gli interventi nazionali.

Anziché sviluppare un unico programma identico, il progetto ha dimostrato che diversi approcci nazionali possono contribuire con successo al raggiungimento degli stessi obiettivi europei.

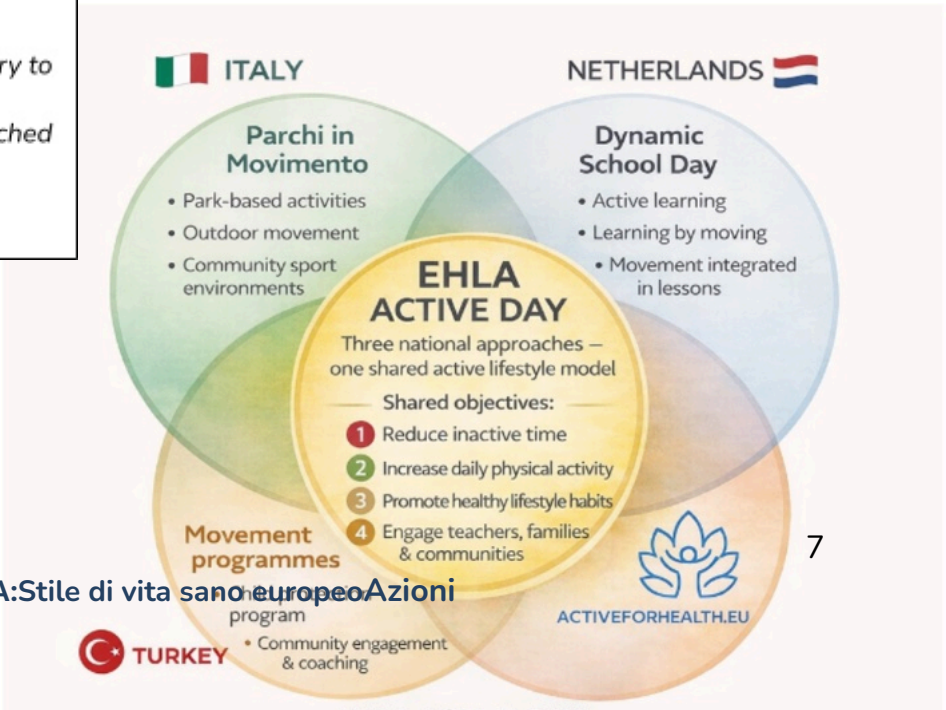
Questo equilibrio tra una visione condivisa e la flessibilità locale è diventato il punto di forza principale dell'EHLA Active Day.

Shared European Framework

✔ *Common objectives*

✔ *Shared principles*

This approach allowed every country to work towards the same objectives while using methods that best matched their own situation.



3. Attuazione a livello nazionale

Dopo aver elaborato il quadro di riferimento europeo condiviso, il consorzio ha tradotto le linee guida in interventi nazionali concreti.

Questo capitolo descrive come si è svolto questo processo nei tre paesi partecipanti.



TIMELINE

Il progetto EHLA Active Day ha seguito un quadro di riferimento europeo condiviso, consentendo al contempo a ciascun paese di sviluppare un intervento che meglio si adattasse al proprio sistema educativo e al contesto locale.

Sebbene le attività differissero tra Paesi Bassi, Italia e Turchia, tutti i partner hanno seguito lo stesso processo di implementazione: dalla pianificazione e dal coinvolgimento delle parti interessate all'attuazione, alla valutazione e alla condivisione delle conoscenze.

L'infografica qui sopra offre una panoramica di questo percorso. Le sezioni seguenti descrivono brevemente come ciascun paese ha tradotto il quadro europeo in prassi nazionale.

3.1 Costruire gli interventi nazionali

A seguito dello sviluppo delle Linee guida EHLA e del quadro pilota congiunto, i partner del consorzio hanno collaborato attraverso una serie di incontri online per tradurre gli obiettivi condivisi in interventi nazionali concreti. Questi incontri hanno offerto l'opportunità di scambiare idee, discutere le sfide di implementazione e adattare il progetto alle esigenze locali, mantenendo al contempo una visione europea condivisa.

A supporto di questo processo, sono state organizzate visite internazionali in Turchia (marzo 2026) e in Italia (aprile 2026). Queste visite hanno contribuito a rafforzare la collaborazione, a coinvolgere le parti interessate locali e a collegare il quadro europeo con le pratiche locali. Visitando scuole, centri sportivi, comuni e partner della comunità, il consorzio ha acquisito una migliore comprensione di ciascun contesto nazionale e ha individuato opportunità per migliorare ulteriormente l'attuazione prima dell'avvio ufficiale dei progetti pilota.

3.2 Visite internazionali in loco

Turchia

La visita in Turchia si è concentrata sulla preparazione del programma nazionale di doposcuola organizzato da Spor Istanbul. Sono stati visitati diversi centri sportivi e si sono tenuti incontri con i coordinatori locali del progetto e le parti interessate. Un aspetto fondamentale della visita è stata la presentazione del Programma di protezione dell'infanzia, sviluppato da una psicologa la cui ricerca ha costituito il fondamento scientifico di questo intervento.

Anziché concentrarsi esclusivamente sull'incremento dell'attività fisica, l'approccio turco mirava a combinare la partecipazione sportiva con temi quali lo sviluppo personale, il benessere e le competenze per la vita. Durante la visita, il piano di attuazione è stato ulteriormente perfezionato e sono state discusse raccomandazioni pratiche a supporto del lancio di successo del programma.

Italia

La visita a Verona si è concentrata sull'implementazione del progetto Parchi in Movimento, coordinato dall'UISP in stretta collaborazione con il Comune di Verona. Sono stati organizzati incontri con i coordinatori del progetto, i formatori e i rappresentanti comunali, seguiti da visite ai parchi pubblici in cui si svolgono le attività.

Una delle osservazioni più significative è stata l'impatto sociale del programma. Introducendo i bambini alle attività all'aperto durante l'orario scolastico, questi sono stati incoraggiati a tornare nei parchi insieme a genitori, nonni, fratelli e sorelle. In questo modo, l'attività fisica è diventata più di una semplice attività scolastica; ha anche rafforzato l'interazione familiare, il coinvolgimento nella comunità e l'utilizzo degli spazi pubblici.


İSTANBUL
BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİ



3.3 Interventi nazionali

A seguito della fase preparatoria e delle visite internazionali in loco, ciascun partner ha implementato il proprio intervento nazionale sulla base del quadro europeo condiviso. Sebbene gli interventi differissero per contenuto e contesto, tutti miravano a incoraggiare i bambini a praticare più attività fisica e a sviluppare sane abitudini di vita, in modo da adattarsi al contesto locale.

Paesi Bassi

L'intervento olandese si è concentrato sulla Giornata Scolastica Dinamica, utilizzando l'apprendimento attivo come metodo pratico per integrare il movimento nell'educazione quotidiana. Gli insegnanti hanno ricevuto una formazione sui principi dell'apprendimento attivo e hanno implementato il Beweegbox nelle loro classi.

Quattro scuole primarie hanno partecipato al progetto pilota, coinvolgendo oltre 900 bambini di età compresa tra i 4 e i 12 anni, tra cui 80 bambini con bisogni educativi speciali.

Durante l'intero processo di implementazione, le scuole hanno ricevuto un supporto continuo da Assen Sportstad e SportDrenthe.

Italia

L'iniziativa italiana "Parchi in Movimento" ha introdotto i bambini ad attività fisiche che potevano essere facilmente proseguite nei parchi pubblici anche al di fuori dell'orario scolastico. Lavorando a stretto contatto con il Comune di Verona, scuole e allenatori locali hanno incoraggiato i bambini a esplorare diverse modalità di attività fisica all'aria aperta.

Oltre ad aumentare l'attività fisica, il programma ha promosso la partecipazione delle famiglie e un maggiore coinvolgimento della comunità.

Più di 600 bambini sono stati coinvolti in questo programma.

Turchia

L'intervento turco ha combinato attività sportive extrascolastiche con il Programma di protezione dell'infanzia, organizzato da Spor Istanbul presso il complesso sportivo Kartal Hasan Doğan. Il programma ha coinvolto 676 bambini durante il quinto trimestre e 808 bambini durante il sesto trimestre.

Le attività non solo hanno incrementato l'attività fisica, ma hanno anche rafforzato il benessere, lo sviluppo personale e le competenze di vita attraverso lo sport.

Sebbene ciascun intervento rispecchiasse le priorità nazionali e le opportunità locali, nel loro insieme hanno dimostrato come un quadro di riferimento europeo possa essere tradotto con successo in diversi approcci pratici, pur lavorando verso gli stessi obiettivi comuni.

3.4 Metodologia di valutazione

Per valutare l'implementazione e l'impatto del programma EHLA Active Day, è stato sviluppato un quadro di valutazione condiviso per tutti i paesi partecipanti. Sono stati creati tre questionari per raccogliere il feedback dei principali gruppi di stakeholder: bambini, insegnanti/allenatori e genitori. L'insieme di queste prospettive ha fornito un'ampia comprensione dell'implementazione e dell'impatto percepito dei diversi interventi nazionali.

Sebbene tutti i partner abbiano utilizzato lo stesso quadro di valutazione, ciascun paese si è concentrato sul gruppo di portatori di interesse più rilevante per il proprio intervento.

I Paesi Bassi hanno raccolto il feedback di tutti e tre i gruppi di stakeholder e hanno introdotto un'ulteriore valutazione dinamica degli alunni, che consente ai bambini di riflettere sulle proprie esperienze attraverso il movimento anziché tramite un questionario tradizionale.

L'Italia si è concentrata principalmente su insegnanti e allenatori, fornendo preziosi spunti sull'implementazione pratica di Parchi in Movimento e sulla fattibilità delle attività di apprendimento all'aperto.

In Turchia, il programma si è concentrato principalmente sui genitori, rispecchiando la forte enfasi del Programma di protezione dell'infanzia sul benessere, il coinvolgimento familiare e le sane abitudini di vita. Le valutazioni dei coach sono previste al termine del programma.

Nel loro insieme, questi metodi di valutazione complementari hanno fornito un quadro completo del progetto EHLA Active Day nei tre paesi partecipanti.

4. Risultati della giornata attiva EHLA

4. Risultati della giornata EHLA Active: un'introduzione:

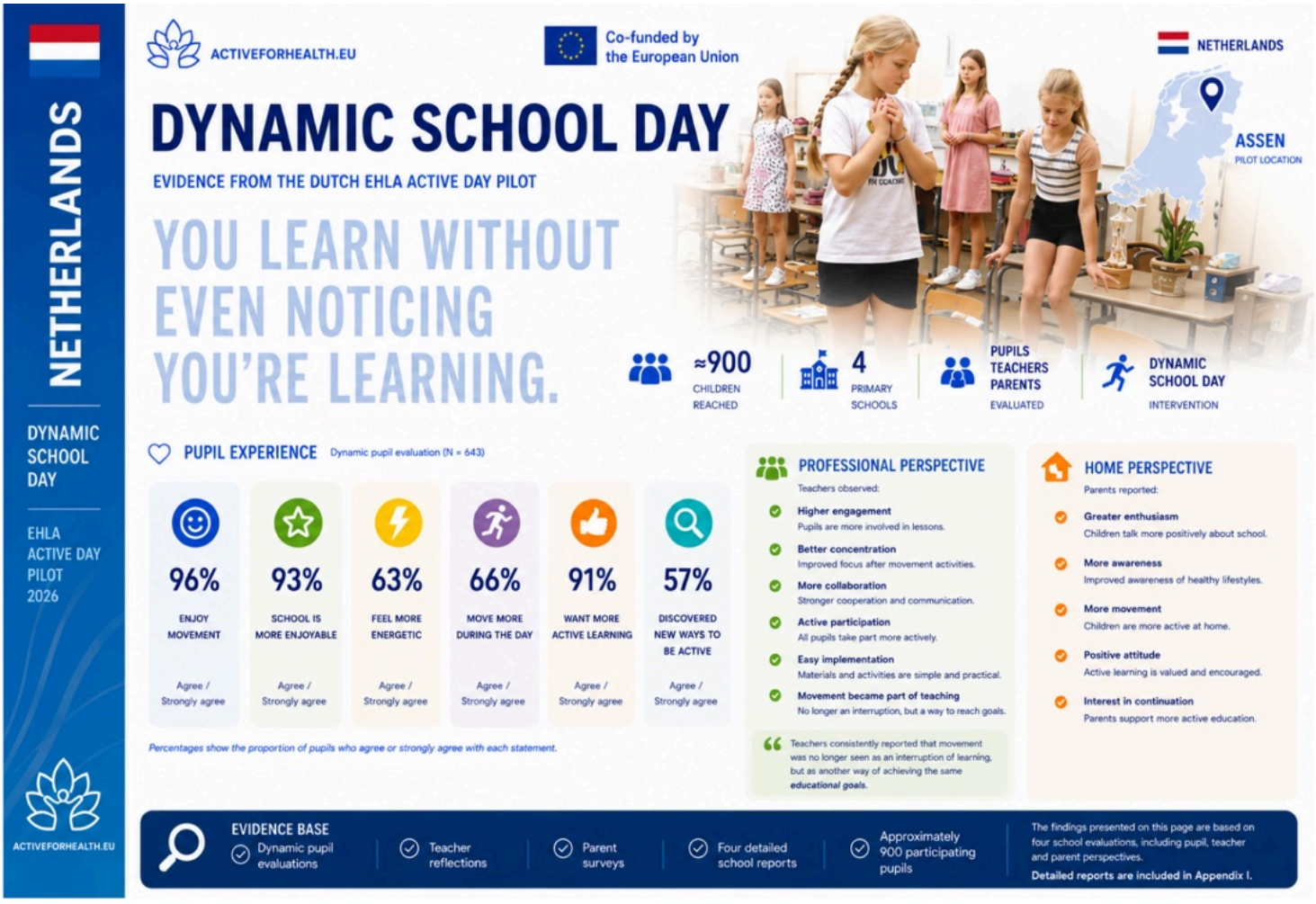
In seguito all'implementazione del progetto pilota EHLA Active Day, il consorzio ha valutato il programma nei Paesi Bassi, in Italia e in Turchia. Complessivamente, il progetto ha raggiunto oltre 3.100 bambini attraverso tre interventi nazionali complementari, che hanno coinvolto scuole, comuni, organizzazioni sportive e una vasta gamma di soggetti interessati a livello locale.

Sebbene ciascun paese abbia attuato un intervento diverso, tutte le attività si sono basate sullo stesso quadro europeo e su obiettivi condivisi. Le sezioni seguenti presentano i risultati nazionali, per poi evidenziare i principali risultati emersi a livello di consorzio.

4.1 Paesi Bassi



I Paesi Bassi hanno implementato il programma EHLA Active Day attraverso la Giornata Scolastica Dinamica, utilizzando l'apprendimento attivo e il Beweegbox per integrare il movimento nell'educazione quotidiana. Quattro scuole primarie hanno partecipato al progetto pilota. Per valutare il programma, sono stati raccolti i feedback di alunni, insegnanti e genitori, fornendo il set di dati più completo all'interno del consorzio.



Interpretazione dei risultati

L'approccio olandese si è concentrato sull'integrazione del movimento nell'educazione quotidiana piuttosto che sull'organizzazione di attività sportive

aggiuntive. La ragione principale di questa scelta è stata l'inclusività: ogni bambino va a scuola, mentre non tutti i bambini partecipano a

pratica sport organizzato o cresce in un ambiente in cui l'attività fisica è incoraggiata. Integrando il movimento nella giornata scolastica, il programma si proponeva di raggiungere tutti i bambini e aiutarli a vivere l'attività fisica in modo positivo e piacevole.

Il progetto pilota ha dimostrato che l'apprendimento attivo può diventare parte integrante e naturale dell'insegnamento. Gli insegnanti hanno riferito che la formazione e il Beweegbox hanno fornito loro strumenti pratici e la sicurezza necessaria per introdurre il movimento nelle loro lezioni. Anziché creare ulteriore carico di lavoro, molti insegnanti hanno riscontrato che l'apprendimento attivo è un metodo efficace per aumentare il coinvolgimento degli alunni, migliorare la concentrazione e creare un'atmosfera di classe più positiva.

Le valutazioni degli alunni hanno rispecchiato questa esperienza positiva. I bambini hanno apprezzato l'apprendimento attraverso il movimento e hanno descritto la scuola come più piacevole quando l'apprendimento attivo era incluso. Un alunno ha riassunto perfettamente l'esperienza:

"Si impara senza nemmeno accorgersene."

Questa citazione coglie il punto di forza principale dell'intervento olandese. Il movimento non era fine a se stesso, ma è diventato un modo naturale per favorire l'apprendimento, la partecipazione e il divertimento a scuola.

Anche i genitori hanno risposto positivamente. Molti hanno riferito che i loro figli parlavano con entusiasmo delle attività svolte a casa e mostravano maggiore interesse per l'attività fisica al di fuori della scuola. Ciò suggerisce che le esperienze positive durante la giornata scolastica possono incoraggiare uno stile di vita più attivo anche al di fuori dell'aula.

Sebbene durante il progetto pilota siano stati introdotti temi legati a uno stile di vita sano, come l'alimentazione, l'idratazione e il benessere, l'intervento olandese si è concentrato principalmente sullo sviluppo dell'apprendimento attivo e della Giornata Scolastica Dinamica. Il consorzio ritiene che una futura implementazione potrebbe rafforzare ulteriormente questo approccio integrando in modo più esplicito l'educazione a uno stile di vita sano insieme al movimento.

Prove a sostegno

I risultati presentati in questo capitolo si basano sulla valutazione nazionale olandese, che comprende valutazioni dinamiche degli alunni, questionari per gli insegnanti e sondaggi tra i genitori. Nell'Appendice I sono inclusi quattro rapporti dettagliati sulle singole scuole, che forniscono una panoramica più completa del processo di implementazione e dei risultati della valutazione a livello scolastico.

4.2 Italia

Il progetto pilota italiano si è basato su un'iniziativa comunitaria già esistente, anziché introdurre un nuovo programma all'interno delle scuole. Attraverso il programma Parchi in Movimento, l'EHLA Active Day ha ampliato una rete consolidata di attività fisica all'aperto, coinvolgendo specificamente le scuole primarie e i bambini piccoli.

Il progetto ha creato un ponte tra la scuola e la comunità. I bambini hanno inizialmente sperimentato le attività durante l'orario scolastico e sono stati successivamente incoraggiati a partecipare con le loro famiglie al programma nei parchi pubblici durante il tempo libero. In questo modo, l'EHLA Active Day ha esteso l'attività fisica oltre l'aula e ha rafforzato il legame tra scuole, famiglie e comunità locali.

Per valutare questo approccio, l'Italia si è concentrata principalmente sulla raccolta di feedback da parte di insegnanti e allenatori responsabili dello svolgimento delle attività. Le loro riflessioni forniscono preziose informazioni sulla fattibilità, sul valore educativo e sul potenziale a lungo termine dell'integrazione delle scuole nei programmi di attività fisica a livello comunitario.




ITALY
EHLA ACTIVE DAY PILOT 2026
ACTIVEFORHEALTH.EU
Co-funded by the European Union
EHLA ACTIVE DAY
EVIDENCE FROM THE ITALIAN PILOT
≈749 CHILDREN REACHED
4 PRIMARY SCHOOLS
11 TEACHERS & COACHES EVALUATED
2 PARKS & COMMUNITY INITIATIVES INVOLVED
ITALY
VERONA
PILOT LOCATION
PARCHI IN MOVIMENTO
TEACHER & COACH EVALUATION
Teacher & coach evaluation (N = 11)
100% TEACHERS CONSIDERED THE PROGRAMME VALUABLE. Agree / Strongly agree
91% CHILDREN ACTIVELY PARTICIPATED IN THE ACTIVITIES. Agree / Strongly agree
100% OUTDOOR LEARNING CREATED A POSITIVE ATMOSPHERE. Agree / Strongly agree
91% THE PROGRAMME STRENGTHENED LINKS WITH FAMILIES. Agree / Strongly agree
82% ACTIVITIES WERE EASY TO ORGANISE AND IMPLEMENT. Agree / Strongly agree
91% TEACHERS WOULD RECOMMEND CONTINUING THE PROGRAMME. Agree / Strongly agree
Percentages show the proportion of teachers & coaches who agree or strongly agree with each statement.
PROFESSIONAL PERSPECTIVE
Teachers and coaches reported that:
Children were highly motivated and enthusiastic.
Outdoor environments increased engagement and participation.
Public parks became meaningful and inspiring learning environments.
Schools connected more closely with local communities.
Families were more involved and participated in activities outside school hours.
The combination of movement, nature and community makes this programme unique and very impactful.
– Teacher, Verona
COMMUNITY IMPACT
The Italian pilot created a strong bridge between school and community:
Children discovered activities through school.
Families joined during the summer programme in the parks.
Active lifestyles are promoted beyond the classroom.
Local partnerships are strengthened.
Existing community programmes became more visible through schools.
Sustainable and accessible opportunities for all.
EVIDENCE BASE
Teacher & coach evaluations
Site visit observations
Project dissemination & social media
Local communication materials
Community programme documentation
The findings presented on this page are based on teacher & coach evaluations and additional project materials in Italy.
Supporting documents are included in Appendix II.

Interpretazione dei risultati

L'intervento italiano ha dimostrato come un'iniziativa comunitaria già esistente possa essere arricchita con successo coinvolgendo scuole e famiglie. Anziché sviluppare un programma completamente nuovo, l'EHLA Active Day ha rafforzato un concetto locale già di successo, creando legami più solidi tra istruzione, organizzazioni comunitarie e spazi pubblici.

Insegnanti e allenatori hanno costantemente riferito che le attività all'aperto motivavano i bambini a partecipare con entusiasmo. L'ambiente del parco creava un'atmosfera rilassata e inclusiva in cui i bambini erano incoraggiati a muoversi, cooperare e divertirsi facendo attività fisica insieme. Svolgere attività al di fuori del tradizionale

L'ambiente scolastico ha inoltre offerto opportunità di apprendimento esperienziale e una maggiore interazione sociale.

Uno dei risultati più significativi del progetto pilota italiano è stato il legame tra la partecipazione scolastica e il coinvolgimento delle famiglie. I bambini che avevano scoperto le attività a scuola sono stati incoraggiati a tornare nei parchi con genitori, fratelli e amici durante il programma estivo. Questo dimostra come le scuole possano fungere da efficace canale di accesso per promuovere la partecipazione, per tutta la vita, all'attività fisica di comunità.

Le valutazioni degli insegnanti e degli allenatori hanno inoltre indicato che il programma era facile da organizzare, ben accolto dai partecipanti e altamente adatto all'implementazione a livello locale. Gli intervistati hanno apprezzato in particolare la combinazione di movimento, benessere e interazione sociale in spazi pubblici accessibili.

A differenza dell'intervento olandese, incentrato principalmente sull'integrazione del movimento nell'educazione quotidiana, il progetto pilota italiano ha posto l'accento sulla partecipazione della comunità e sulla creazione di opportunità sostenibili per le famiglie di rimanere fisicamente attive anche al di fuori dell'orario scolastico. Insieme, questi approcci complementari dimostrano la flessibilità del modello EHLA Active Day in diversi contesti nazionali.

Risorse del programma

I risultati presentati in questo capitolo si basano principalmente sui moduli di valutazione compilati da insegnanti e formatori al termine delle attività di implementazione. Ulteriori dati sono stati raccolti attraverso la diffusione del progetto, la documentazione sui social media e i materiali di comunicazione locali del programma Parchi in Movimento. Queste fonti illustrano sia il processo di implementazione sia il forte coinvolgimento della comunità raggiunto durante il progetto pilota italiano.

4.3 Turchia

L'intervento turco è stato realizzato attraverso i programmi scolastici sportivi già esistenti di Spor Istanbul presso il complesso sportivo Kartal Hasan Doğan. Il programma ha raggiunto 676 bambini durante il quinto trimestre e 808 bambini durante il sesto trimestre, offrendo loro l'opportunità di partecipare a diverse attività sportive e fisiche.

Un elemento distintivo dell'approccio turco è stata la combinazione dell'attività fisica con la cultura sportiva e l'educazione ai valori. Schede educative, attività ludiche, medaglie e materiali motivazionali sono stati utilizzati per affrontare temi come il rispetto, la responsabilità, l'amicizia, il fair play, le scelte salutari e lo sviluppo personale. In questo modo, lo sport è stato utilizzato non solo per incoraggiare i bambini a essere fisicamente attivi, ma anche come ambiente per l'educazione sociale, emotiva e allo stile di vita.

La valutazione finale si è concentrata principalmente sul feedback dei genitori. Sono state raccolte in totale 36 risposte valide da parte dei genitori. Poiché il tasso di risposta è stato relativamente basso (2,5%), i risultati dovrebbero essere interpretati come un'indicazione delle esperienze delle famiglie che hanno risposto, piuttosto che come rappresentativi di tutti i bambini partecipanti al programma.

Prove a sostegno

I risultati presentati in questo capitolo si basano sul Rapporto finale delle Giornate di Attività Sportiva EHLA in Turchia e sul sondaggio condotto tra i genitori tra giugno e settembre 2026. Il rapporto nazionale fornisce ulteriori dettagli per disciplina sportiva e fascia d'età, insieme alla documentazione relativa ai materiali didattici e al processo di implementazione.



Interpretazione dei risultati

L'intervento turco dimostra come lo sport possa essere utilizzato come contesto per molto più della semplice attività fisica. Integrando il movimento con l'educazione ai valori, lo sviluppo socio-emotivo e i temi di uno stile di vita sano, il programma ha creato un approccio in cui lo sviluppo fisico e quello personale sono stati affrontati congiuntamente.

In generale, i genitori hanno percepito uno sviluppo positivo nei loro figli. Nei nove ambiti di sviluppo comportamentale e del carattere, il tasso complessivo di risposte positive è stato del 78,7%. I risultati più significativi sono stati riscontrati per la fiducia in se stessi e il coraggio (86,1%), il rispetto delle regole (86,1%), l'empatia e la tolleranza (83,3%) e l'amicizia e il lavoro di squadra (80,6%). Questi risultati suggeriscono che gli aspetti sociali ed emotivi del programma sono stati particolarmente evidenti per i genitori.

Punteggi inferiori sono stati registrati per il rispetto e l'onestà (72,2%) e per le abitudini relative a sonno, alimentazione e igiene (69,4%). Quest'ultimo dato è particolarmente rilevante nel contesto dell'educazione a uno stile di vita sano, poiché questi comportamenti sono fortemente influenzati dalle routine al di fuori dell'ambito sportivo. Ciò suggerisce che l'educazione a uno stile di vita sano potrebbe risultare ancora più efficace quando bambini, allenatori e genitori sono maggiormente coinvolti.

La valutazione ha inoltre fornito informazioni sull'attività fisica settimanale dei bambini. È emerso che i bambini svolgevano attività fisica per almeno 30 minuti ad intensità moderata-alta, in media 3,6 giorni a settimana. Complessivamente, il 77,8% era attivo almeno tre giorni a settimana, mentre il 27,8% raggiungeva cinque o più giorni di attività. Questi risultati sottolineano l'importante contributo dello sport organizzato, dimostrando al contempo che anche le opportunità di praticare attività fisica al di fuori delle sessioni organizzate rimangono preziose.

Sono state osservate differenze anche tra le diverse discipline sportive e le fasce d'età. Tuttavia, molti di questi sottogruppi comprendevano solo un numero limitato di partecipanti. Questi risultati dovrebbero pertanto essere considerati come utili indicazioni per lo sviluppo di programmi futuri, piuttosto che come conclusioni definitive su specifici sport o fasce d'età.

Nel complesso, il progetto pilota turco aggiunge una dimensione importante all'approccio EHLA Active Day. Mentre il progetto pilota olandese si è concentrato sull'integrazione del movimento nell'apprendimento quotidiano e quello italiano ha collegato le scuole ad attività all'aperto e di comunità, la Turchia ha dimostrato come lo sport organizzato possa essere combinato con valori, benessere e competenze per la vita, con un conseguente aumento della fiducia in sé stessi, elemento chiave per uno stile di vita sano e sostenibile.

Nel loro insieme, questi approcci illustrano la flessibilità del quadro condiviso EHLA in diversi contesti nazionali.

5. Lezioni apprese

I tre interventi nazionali hanno fornito preziose indicazioni su cosa favorisca un'attività fisica sostenibile tra i bambini. Le seguenti lezioni evidenziano i principi principali emersi dal progetto e che possono guidare le future implementazioni.

5.1 Integrare il movimento nella vita quotidiana

In tutti e tre i paesi, le scuole sono rimaste un punto di partenza importante, ma la lezione più ampia va oltre il contesto scolastico stesso. L'EHLA ha dimostrato che l'attività fisica ha il maggior potenziale di impatto duraturo quando è connessa alle routine e agli ambienti quotidiani dei bambini.

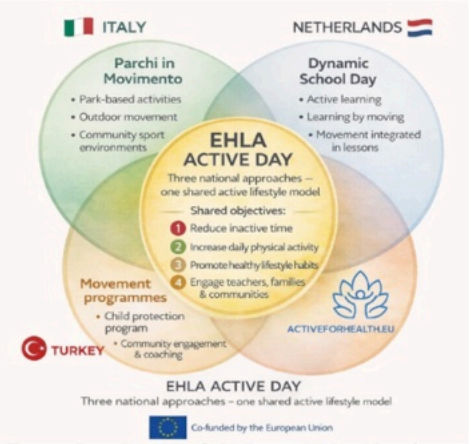
Le attività isolate non raggiungono tutti i bambini. I bambini che ricevono scarso incoraggiamento, supporto o accesso all'attività fisica nel loro ambiente familiare rischiano in particolare di non essere inclusi. Integrando il movimento nella vita quotidiana, ad esempio a scuola, l'approccio diventa molto più inclusivo, perché la scuola è uno dei pochi luoghi che raggiunge quasi tutti i bambini.

La lezione fondamentale è quindi quella di non considerare gli approcci di successo come progetti pilota temporanei o iniziative isolate. Il movimento dovrebbe integrarsi nella vita quotidiana, con scuole, famiglie, comunità, spazi pubblici e organizzazioni locali che si rafforzano a vicenda. Questo crea condizioni molto più solide per un cambiamento comportamentale sostenibile nel tempo.

5.2 Adattarsi al contesto locale, mantenendo i principi condivisi

L'EHLA ha dimostrato che diversi approcci nazionali possono contribuire al raggiungimento della stessa ambizione europea. Gli obiettivi condivisi rimangono al centro del progetto, mentre l'attuazione può essere adattata alle esigenze, alle strutture e alle opportunità locali.

Il modello in Figura 1 illustra chiaramente questo concetto: tre diversi approcci nazionali, costruiti attorno agli stessi obiettivi condivisi. Questa flessibilità rappresenta un punto di forza, perché consente l'autonomia locale senza perdere di vista la direzione comune europea.



5.3 Sostieni le persone che rendono possibile tutto ciò

Il successo dell'implementazione dipende dalle persone che mettono in pratica l'approccio quotidianamente. Insegnanti, allenatori, coordinatori e partner locali necessitano di strumenti pratici, formazione, tempo e supporto.

La lezione da imparare è che i nuovi approcci dovrebbero semplificare l'implementazione, non creare oneri aggiuntivi. Quando i professionisti si sentono sicuri e supportati, è più probabile che il cambiamento diventi parte delle routine esistenti e prosegua anche dopo la conclusione del progetto.

5.4 La sostenibilità inizia fin dall'inizio

La sostenibilità non dovrebbe essere considerata solo al termine di un progetto pilota. Responsabilità, cooperazione, risorse e continuità devono essere parte integrante della progettazione fin dall'inizio.

EHLA ha dimostrato che è più probabile che l'impatto duraturo sia maggiore quando gli elementi di successo sono integrati nelle organizzazioni, nelle routine e nelle politiche esistenti, piuttosto che rimanere dipendenti da finanziamenti di progetto temporanei.







6. Buone pratiche

I progetti pilota dell'EHLA Active Day hanno mostrato diversi approcci pratici che possono essere trasferiti ad altri contesti. Piuttosto che copiare programmi completi, il valore sta nell'individuare elementi che possono essere adattati ai contesti locali.

6.1 Paesi Bassi – Integrare il movimento nell'apprendimento

Una pratica di successo emersa dal progetto pilota olandese è stata l'integrazione diretta del movimento nelle lezioni attraverso l'apprendimento attivo e il Beweegbox.

Gli insegnanti hanno ricevuto materiali pratici e un breve workshop, che ha offerto loro un modo semplice e accessibile per iniziare. Un promotore locale entusiasta, o "moderatore", si è rivelato fondamentale per avviare l'approccio e motivare i colleghi. Una volta che gli insegnanti hanno sperimentato in prima persona l'efficacia dell'apprendimento attivo, l'entusiasmo si è spesso diffuso spontaneamente in tutta la scuola.

Elementi trasferibili: fornire materiali pronti all'uso, abbinarli a un breve laboratorio pratico e individuare all'interno della scuola una persona entusiasta che possa fungere da catalizzatore per l'implementazione.

6.2 Italia – Collegare la scuola allo spazio pubblico

Il progetto pilota italiano ha dimostrato l'importanza di collegare le attività scolastiche con i parchi pubblici e le opportunità offerte dalla comunità.

I bambini hanno sperimentato il movimento durante le ore scolastiche e sono stati incoraggiati a continuare queste attività anche al di fuori dell'orario scolastico con

familiari e amici. Ciò ha creato un ponte tra la scuola, il tempo libero e la comunità locale.

Elemento trasferibile: utilizzare la scuola come porta d'accesso per far conoscere ai bambini luoghi e attività accessibili che possano poi proseguire in autonomia.

6.3 Turchia – Unire il movimento allo sviluppo più ampio

Il pilota turco ha dimostrato come l'attività fisica possa essere combinata con l'educazione ai valori, il benessere e le competenze per la vita.

Materiali didattici, giochi e attività di coaching sono stati utilizzati per affrontare temi quali rispetto, responsabilità, amicizia, fair play e scelte salutari, oltre al movimento.

Elemento trasferibile: utilizzare l'attività fisica come contesto per lo sviluppo fisico, sociale e personale, anziché concentrarsi esclusivamente sul movimento.

6.4 Cosa hanno in comune queste buone pratiche

Sebbene i tre approcci fossero diversi, condividevano diverse caratteristiche pratiche:

- erano collegati alle strutture quotidiane esistenti;
- hanno impiegato professionisti che già facevano parte dell'ambiente dei bambini;
- Il loro obiettivo era quello di rendere la partecipazione facile e accessibile;
- hanno collegato il movimento a obiettivi educativi, sociali o comunitari più ampi;
- Erano stati concepiti per essere adattati piuttosto che copiati alla lettera.

Queste caratteristiche comuni riflettono l'approccio più ampio di EHLA: principi condivisi, adattati alla pratica locale.



7. Conclusioni

L'EHLA Active Day ha dimostrato che un'ambizione europea condivisa può tradursi in approcci locali molto diversi senza perdere la direzione comune.

Il progetto è partito dalle Linee guida EHLA e da obiettivi condivisi, consentendo al contempo a ciascun paese di sviluppare un intervento che si adattasse al proprio sistema educativo, alle proprie strutture, alla propria cultura e alle proprie opportunità.

Una conclusione importante è che un'innovazione efficace non significa necessariamente creare qualcosa di completamente nuovo. Dopo aver definito gli obiettivi condivisi, i partner hanno innanzitutto analizzato attentamente il contesto locale: cosa era già disponibile, cosa funzionava, cosa mancava e cosa poteva essere potenziato.

Anziché creare programmi paralleli, gli interventi nazionali si sono sviluppati ulteriormente a partire da strutture, persone, contesti e buone pratiche già esistenti. In Italia, ad esempio, EHLA ha rafforzato il legame tra l'approccio Parchi in Movimento, le scuole, le famiglie e gli spazi pubblici. Nei Paesi Bassi, il movimento è stato integrato nelle routine scolastiche attraverso l'apprendimento attivo. In Turchia, le strutture extrascolastiche esistenti sono state ulteriormente sviluppate collegando l'attività fisica a valori, benessere e competenze per la vita.

Questo approccio si è rivelato prezioso perché ha reso l'implementazione più pertinente alla situazione locale e ha creato un maggiore senso di appartenenza. La lezione, quindi, non è quella di copiare un intervento di successo da un paese all'altro, ma di lavorare a partire da principi condivisi, comprendere il contesto locale e sviluppare ciò che è già possibile in quel luogo. EHLA D4.2*Il Libro Bianco descrive questo processo come: condivisione dei principi, comprensione del contesto, adattamento dell'azione e apprendimento dall'implementazione*.

Nei tre paesi, oltre 3.100 bambini sono stati raggiunti attraverso approcci che collegavano il movimento all'apprendimento quotidiano, alla partecipazione alla vita di comunità e allo sviluppo personale. I progetti pilota hanno dimostrato che l'attività fisica può diventare molto più di una semplice attività sportiva a sé stante quando è connessa ad ambienti che fanno già parte della vita quotidiana dei bambini.

Le scuole hanno svolto un ruolo importante perché offrono accesso a quasi tutti i bambini, compresi quelli che potrebbero ricevere meno supporto o avere meno opportunità di attività fisica nel loro ambiente familiare. Allo stesso tempo, l'EHLA ha dimostrato che la scuola non dovrebbe essere un'entità isolata. Famiglie, comunità, spazi pubblici, comuni, organizzazioni sportive e professionisti possono rafforzarsi a vicenda ed estendere l'impatto oltre l'orario scolastico.

Le esperienze nazionali hanno inoltre dimostrato che il movimento può favorire uno sviluppo più ampio. A seconda del contesto, l'attività fisica è risultata correlata all'apprendimento, al divertimento, alla fiducia in sé stessi, all'interazione sociale, al lavoro di squadra, al benessere, ai valori e alle competenze per la vita. Ciò rafforza l'idea che l'attività fisica non debba essere considerata solo una questione di salute o sportiva, ma parte integrante dello sviluppo complessivo dei bambini.

La conclusione principale dell'EHLA Active Day non è quindi che un unico programma debba essere esteso a tutta Europa. Piuttosto, è che obiettivi condivisi possono guidare soluzioni pertinenti a livello locale e che un impatto duraturo è più probabile quando il movimento diventa parte integrante degli ambienti quotidiani esistenti, anziché rimanere un progetto temporaneo.

L'EHLA Active Day ha inoltre dimostrato il valore dell'apprendimento transfrontaliero. L'adattamento locale non significa che gli approcci debbano rimanere limitati al paese in cui sono stati sperimentati. Gli elementi che hanno

funzionato bene in un contesto possono essere d'ispirazione anche per altri paesi, a condizione che vengano adattati alle esigenze e alle strutture locali.

Ad esempio, l'apprendimento attivo potrebbe essere esplorato nelle scuole italiane, Parchi in Movimento potrebbe offrire ispirazione per attività di comunità in Turchia, e alcuni elementi dell'approccio turco all'educazione alla cultura sportiva e ai valori potrebbero arricchire i programmi scolastici nei Paesi Bassi.

L'obiettivo non è quindi quello di copiare integralmente gli interventi, bensì di scambiare idee, individuare gli elementi di forza e verificare come questi possano apportare valore aggiunto in un contesto diverso. In questo modo, i tre progetti pilota nazionali possono diventare un punto di partenza per ulteriori apprendimenti e innovazioni in tutta Europa.

Questo approccio è inoltre coerente con la più ampia strategia di sviluppo delle capacità dell'EHLA, che incoraggia le organizzazioni a individuare pratiche locali collaudate, adattarle al proprio contesto e integrarle gradualmente nel lavoro quotidiano.

8. Raccomandazioni: Dal progetto pilota alla pratica consolidata

L'EHLA Active Day ha offerto un banco di prova pratico per trasformare le linee guida condivise di Ehla in azioni concrete a livello locale. Il passo successivo non è semplicemente ripetere i progetti pilota, ma utilizzare quanto appreso per passare da interventi temporanei a ambienti attivi duraturi.

8.1 Inizia con obiettivi chiari e costruisci a partire da ciò che già esiste

Partite da un'ambizione condivisa e da obiettivi chiari, non da un programma preconfezionato. Una volta definita la direzione, analizzate il contesto locale: cosa già esiste, cosa funziona, cosa manca e cosa potrebbe essere rafforzato. L'attuazione a livello locale dovrebbe basarsi, ove possibile, sulle strutture, le persone, gli spazi e le buone pratiche già esistenti.

Ciò non significa semplicemente continuare con lo status quo. Significa piuttosto migliorare, connettere e sviluppare in modo deliberato i punti di forza esistenti, affinché contribuiscano maggiormente al raggiungimento degli obiettivi condivisi. Questo crea un maggiore senso di appartenenza a livello locale ed evita la creazione di strutture parallele non necessarie.

8.2 Adattarsi al contesto locale e imparare dagli altri

Il successo del trasferimento non significa copiare un intervento alla lettera. Paesi, comuni e scuole differiscono per cultura, infrastrutture, risorse e pratiche consolidate, pertanto l'adattamento locale rimane essenziale.

Allo stesso tempo, i progetti pilota EHLA possono ispirarsi a vicenda. Gli elementi di successo di un Paese possono inoltre apportare valore aggiunto in un altro contesto. La futura implementazione dovrebbe quindi individuare cosa ha funzionato, comprenderne le ragioni ed esplorare come questi elementi potrebbero essere adattati altrove.

I progetti pilota nazionali dovrebbero essere considerati come elementi costitutivi pratici e fonti di ispirazione, non come modelli fissi da replicare.

8.3 Investire nelle persone e connettere gli ambienti che circondano il bambino

La buona riuscita dell'implementazione dipende dalle persone che la rendono possibile. Insegnanti, allenatori, coordinatori e partner locali hanno bisogno di strumenti pratici, formazione, tempo e supporto.

L'esperienza olandese ha dimostrato il valore di combinare materiali pronti all'uso con un breve workshop pratico e un promotore locale entusiasta che possa aiutare i colleghi a iniziare. Più in generale, EHLA ha dimostrato che i professionisti sono più propensi a continuare ad adottare nuovi approcci quando questi si integrano nelle routine esistenti e non creano un carico di lavoro aggiuntivo non necessario.

Allo stesso tempo, i bambini si muovono tra scuola, casa, quartiere, sport e spazi pubblici. Questi ambienti dovrebbero rafforzarsi a vicenda. Scuole, famiglie, comuni, organizzazioni sportive e partner della comunità hanno tutti un ruolo nel creare un ambiente favorevole intorno al bambino. Il webinar sull'erogazione del programma ha inoltre sottolineato che gli approcci coordinati e multi-contesto sono più efficaci degli interventi isolati.

L'attuazione dei progetti risulta più efficace quando le organizzazioni nominano dei referenti locali, forniscono una formazione pratica e attribuiscono alle persone una chiara responsabilità nel mantenere lo slancio iniziale.

8.4 Piano per la continuazione dall'inizio

Il tema della sostenibilità non dovrebbe essere discusso solo al termine di un progetto pilota.

La titolarità, il coordinamento, le risorse, la valutazione e la continuità dovrebbero essere parte integrante della progettazione fin dall'inizio. Gli elementi di successo devono essere integrati nelle routine esistenti, nei ruoli professionali, nelle strutture organizzative, nei budget e, ove pertinente, nelle politiche.

La valutazione dovrebbe supportare questo processo prendendo in considerazione non solo la partecipazione, ma anche la portata, l'esperienza, la qualità dell'implementazione, l'inclusione e la continuità delle attività nel tempo.

L'obiettivo è passare da progetti temporanei a pratiche durature: da finanziamenti a breve termine a una gestione a lungo termine, e da attività isolate ad ambienti quotidiani attivi.

Da giornata attiva ad attività fisica per la salute.

L'EHLA Active Day non è stata solo una serie di progetti pilota nazionali. È stata una prova pratica di come gli obiettivi europei condivisi possano essere tradotti in contesti quotidiani che incoraggino i bambini a muoversi di più, in modi che si adattino alle strutture, alle culture e alle opportunità locali.

Il passo successivo è quello di andare oltre i progetti temporanei. Per ottenere un impatto duraturo, è necessario che l'attività fisica diventi parte integrante dei sistemi

che già plasmano la vita quotidiana dei bambini: istruzione, comunità, spazi pubblici, sport, salute e politiche locali.

Ciò significa spostarsi:

- dalle attività agli ambienti,
- dai progetti alla pratica,
- dalle singole organizzazioni alla responsabilità condivisa,
- Dal finanziamento temporaneo alla proprietà a lungo termine.

Il ruolo dell'EHLA non è quindi quello di offrire un unico programma europeo fisso, bensì di fornire una direzione condivisa, principi pratici ed esempi collaudati che altri possano adattare, rafforzare e su cui possano basarsi.

L'obiettivo è chiaro: rendere la vita attiva la scelta facile, normale e inclusiva, ogni giorno, per ogni bambino.



9. \
cor
ser

9.1 Dalla cooperazione europea all'azione locale

Il valore aggiunto europeo dell'EHLA Active Day risiede nella combinazione di obiettivi condivisi, cooperazione internazionale e attuazione adattata al contesto locale.

Anziché introdurre un programma standardizzato a livello europeo, il consorzio ha sviluppato un quadro comune che ha permesso ai partner di basarsi sui propri sistemi educativi, sulle iniziative esistenti e sulle competenze locali.

Ciò ha portato a tre approcci complementari: integrare il movimento nell'apprendimento quotidiano nei Paesi Bassi, collegare le scuole con attività all'aperto e di comunità in Italia e combinare la partecipazione sportiva con l'educazione ai valori e lo sviluppo personale in Turchia.

Nel loro insieme, questi interventi hanno dimostrato come la cooperazione europea possa sostenere l'innovazione pratica nel rispetto delle differenze nazionali e locali.

9.2 L'apprendimento oltre i confini

Un contributo importante dell'EHLA Active Day è stata l'opportunità offerta ai partner di imparare dalle esperienze reciproche.

Attraverso incontri internazionali, visite in loco, preparazione e valutazione congiunte, il consorzio ha scambiato conoscenze su diversi approcci per promuovere l'attività fisica tra i bambini.

I progetti pilota nazionali hanno fornito esempi concreti di come scuole, organizzazioni sportive, comuni e comunità possano contribuire a stili di vita più sani e attivi.

Queste esperienze hanno inoltre evidenziato le opportunità di trasferire elementi di successo tra i paesi. L'apprendimento attivo, l'attività fisica di comunità e l'educazione ai valori possono ispirare iniziative future anche al di fuori dei paesi in cui sono state originariamente implementate.

Il valore di questo scambio non risiede nella copia di programmi completi, bensì nella comprensione di ciò che funziona, del perché funziona e di come gli elementi di successo possano essere adattati a diverse circostanze locali.

9.3 Contributo alla campagna di sensibilizzazione EHLA

Il programma EHLA Active Day ha contribuito alla più ampia campagna di sensibilizzazione traducendo l'importanza dell'attività fisica e di uno stile di vita sano in esperienze concrete e visibili.

Nei tre paesi partecipanti, oltre 3.100 bambini sono stati raggiunti attraverso attività che incoraggiavano il movimento, la partecipazione e esperienze positive con l'attività fisica.

Il programma ha coinvolto anche insegnanti, allenatori, genitori, scuole, comuni e organizzazioni locali, estendendo la sensibilizzazione oltre i bambini direttamente coinvolti.

Gli interventi a livello nazionale hanno dimostrato diverse modalità per promuovere stili di vita attivi:

- Nei Paesi Bassi, l'attività fisica è diventata parte integrante dell'apprendimento quotidiano in classe, aiutando insegnanti e bambini a sperimentare i benefici del movimento durante la giornata scolastica.
- In Italia, le attività scolastiche hanno offerto ai bambini l'opportunità di praticare attività fisica nei parchi pubblici, favorendo la connessione tra scuole, famiglie e comunità locali.
- In Turchia, la partecipazione allo sport è stata abbinata all'educazione sui valori, sul benessere e sulle sane abitudini di vita, rafforzando il legame tra attività fisica e sviluppo personale.

Oltre alla partecipazione diretta, le valutazioni nazionali, i materiali di comunicazione, la documentazione visiva e i risultati condivisi del progetto forniscono risorse per sensibilizzare un pubblico europeo più ampio.

In questo modo, la campagna di sensibilizzazione è andata oltre la semplice comunicazione dell'importanza dell'attività fisica, dimostrando come sia possibile incoraggiare stili di vita attivi attraverso approcci pratici integrati nella vita quotidiana.

9.4 Gettare le basi per l'implementazione futura

I risultati dell'EHLA Active Day forniscono una base pratica per un'ulteriore diffusione, lo scambio di conoscenze e la futura implementazione.

I tre progetti pilota nazionali offrono esempi collaudati che scuole, comuni, organizzazioni sportive e altri soggetti interessati possono utilizzare come ispirazione nello sviluppo dei propri approcci.

Le linee guida EHLA, il programma di sviluppo delle capacità, i webinar, l'e-book, l'app e il sito web del progetto favoriscono la condivisione e l'applicazione su più ampia scala di queste esperienze.

Una lezione importante è che un cambiamento sostenibile richiede più di singole attività o progetti temporanei. Dipende dalla titolarità locale, dalla cooperazione tra organizzazioni, dal supporto pratico ai professionisti e dall'integrazione del movimento nelle strutture esistenti.

Il valore aggiunto europeo dell'EHLA Active Day va quindi oltre la realizzazione di tre progetti pilota nazionali. Risiede nella condivisione di conoscenze, nell'esperienza pratica e nei principi trasferibili che possono supportare future iniziative in tutta Europa.

L'EHLA Active Day dimostra che un'ambizione europea condivisa può portare a diverse soluzioni locali, contribuendo al contempo a un obiettivo comune: rendere uno stile di vita attivo e sano parte integrante, accessibile e inclusivo della vita quotidiana.

Riflessione finale/Nota conclusiva

L'EHLA Active Day ha dimostrato che obiettivi europei condivisi possono portare a soluzioni molto diverse e pertinenti a livello locale. I progetti pilota nei Paesi Bassi, in Italia e in Turchia hanno dimostrato che non esiste un unico modello per promuovere stili di vita più attivi tra i bambini. Ciò che conta è partire da un obiettivo chiaro, comprendere il contesto locale, valorizzare le risorse già esistenti e integrare il movimento negli ambienti quotidiani in modo che si adatti alle persone e alle strutture coinvolte.

Il valore del progetto risiede non solo nei tre progetti pilota in sé, ma anche negli insegnamenti che ora possono essere applicati. Scuole, comuni, organizzazioni sportive, allenatori e comunità possono trarre ispirazione da queste esperienze, adattare gli elementi più validi al proprio contesto e continuare a sviluppare approcci che rendano l'attività fisica una parte normale della vita quotidiana.

Il progetto EHLA nel suo complesso supporta questa fase successiva. Le linee guida, il programma di sviluppo delle capacità, i webinar, l'e-book, l'app e il sito web forniscono ulteriori conoscenze, strumenti e risorse che possono aiutare le organizzazioni ad applicare, adattare e sostenere i principi testati durante l'Active Day. Insieme, questi risultati collegano dati empirici, esperienza pratica e implementazione futura.

L'EHLA Active Day, quindi, non si conclude con la conclusione dei progetti pilota. Lascia in eredità approcci collaudati, conoscenze condivise e spunti pratici su cui altri potranno costruire.



Teoria e pratica raramente vanno di pari passo. È fin troppo facile disegnare un diagramma con tre cerchi sovrapposti che, presumibilmente, generano risultati quasi automaticamente. Ben più complessa è la realizzazione di un progetto in tre paesi diversi, coinvolgendo oltre 3.000 bambini. Siamo orgogliosi di esserci riusciti, sebbene ciò abbia richiesto una grande flessibilità. Le seguenti appendici forniscono una panoramica per ciascun paese, inclusi i questionari e, in particolare per la Turchia, i materiali del progetto. Queste appendici servono solo come sintesi; i risultati effettivi sono descritti in dettaglio nel rapporto di progetto, WP4.2: Campagna di sensibilizzazione.

I PAESI BASSI

Sessione di riflessione attiva EHLA (inglese)

Metodo di valutazione basato sul movimento per bambini
Giornata attiva EHLA – Paesi Bassi | Italia | Turchia

"Il progetto pilota EHLA ha inoltre esplorato metodi di valutazione attivi e basati sul movimento, in linea con la filosofia di integrare il movimento in tutti gli aspetti della giornata scolastica."

Questa NON sarà una sessione standard con questionari in cui i bambini siedono in silenzio dietro una scrivania.

Questo sarà:

- valutare attraverso il movimento,
- riflessione attiva,
- divertimento,
- interazione,
- e allo stesso tempo raccogliendo dati utili.

Con questa valutazione attiva, vogliamo esplorare:

- se i bambini hanno iniziato ad apprezzare di più il movimento,
- se sono diventati più attivi fisicamente,
- come hanno vissuto le attività,
- quale sia stato l'effetto sulla loro esperienza scolastica e sui loro livelli di energia,
- e quali parti hanno avuto il maggiore impatto.

Struttura della sessione

- Durata totale: circa 30-40 minuti
- Introduzione – breve spiegazione
- Parte 1 – Attività attiva a quattro angoli

- Parte 2 – Attività di risposta basate sul movimento
- Parte 3 – Riflessione a coppie
- Parte 4 – Riflessione individuale finale

Principi chiave

- SÌ, in un contesto di gruppo/classe: divertimento, motivazione, preferenze, livelli di energia e attività preferite.
- NO in contesti di gruppo/classe: problemi di sicurezza, insicurezza, esclusione o esperienze negative.

Materiali necessari

- 4 poster angolari – vedi allegato
- biglietti con faccine sorridenti
- post-it
- Fogli A4
- penne
- 4 contenitori/barattoli per raccogliere le risposte anonime alle domande finali.

Inizio della sessione

"Oggi ripercorreremo le attività dell'EHLA Active Day in modo attivo e giocoso. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Ci interessano soprattutto le vostre esperienze e idee."

Informazioni di base per la sessione

L'insegnante/facilitatore registra le informazioni relative al gruppo:

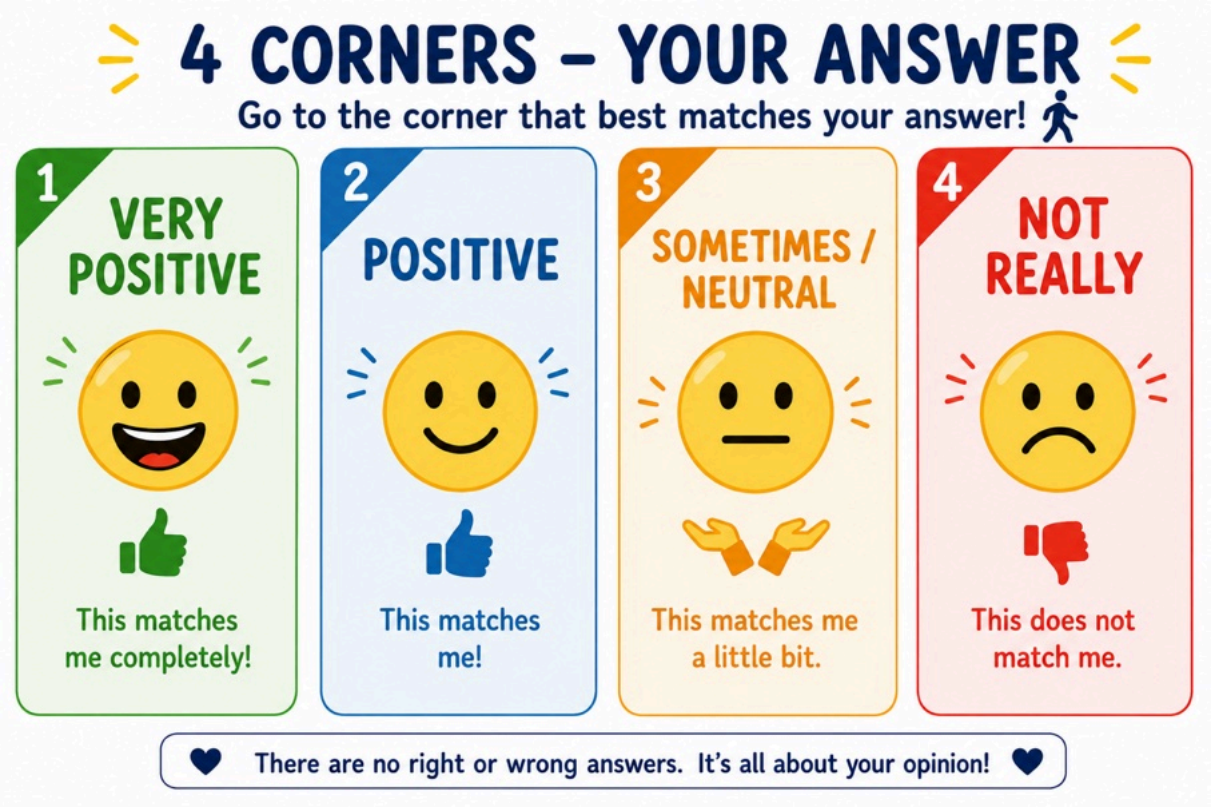
- numero di ragazzi/ragazze,
- fascia d'età,
- scuola,
- e paese.

A questo punto iniziano le domande di valutazione attiva.

Parte 1 – Movimento e divertimento

Domande attive a 4 angoli

Stampate i poster qui sotto e posizionateli in diversi angoli dell'aula, della palestra o del parco.



Domande

1. Ti piace fare attività fisica?
2. Grazie a EHLA sei diventato più attivo?
3. Ti piaceva di più la scuola grazie alle attività motorie aggiuntive?
4. Ti sentivi più energico durante gli anni scolastici?
5. Ti piacerebbe avere più momenti di attività fisica a scuola?
6. Hai scoperto nuove attività che ti piacciono?

Raccolta dati

- Il facilitatore conta il numero di bambini in ogni angolo o scatta una foto per ogni domanda come prova.

Parte 2 – Scuola e vita quotidiana

Attività di risposta basate sul movimento

Proietta le immagini su uno schermo oppure stampale e posizionale in un punto ben visibile, in modo che i bambini capiscano chiaramente quale movimento corrisponde a quale risposta.



- Salti sul posto = davvero divertente
- Gli squat sono divertenti
- Affondi = a volte divertenti
- Stare fermi non è poi così divertente

Per ciascuna domanda:

- Scegli la risposta che ti si addice di più.
- Esegui il movimento corrispondente alla tua risposta.

Domanda 7

Ti piace muoverti di più a scuola?

Risposta	Movimento
😀Molto	Salti a gambe divaricate
🙂 SÌ	Squat
😐Neutro	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 8

Riesci a concentrarti meglio dopo un trasloco?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto meglio	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' meglio	Squat
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 9

Ti senti più energico durante i giorni di scuola?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto più energico	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' più energico	Squat
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 10

Il programma EHLA ha reso la scuola più piacevole?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto più piacevole	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' più piacevole	Squat
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 11

Il programma EHLA ti ha aiutato a collaborare di più con gli altri bambini?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto di più	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' di più	Squat

Risposta	Movimento
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Parte 3 – Riflessione di coppia / Intervista a piedi

Scrivete queste domande su fogli A4 e lasciate che i bambini si spostino per l'aula, il cortile o il parco mentre ne discutono.
Se non c'è spazio per camminare, i bambini possono semplicemente discuterne a coppie.

Domande

- Cosa ti è piaciuto di più?
- Cosa hai imparato da queste attività?
- Cosa ti piacerebbe fare più spesso?
- Cosa dovrebbero continuare a fare le scuole?
- Ora hai una visione diversa del movimento e di uno stile di vita sano?
- Avete qualche idea per rendere EHLA ancora più divertente o migliore?

Feedback e osservazione

Alcuni bambini potrebbero condividere le loro risposte con il gruppo.

Il facilitatore annota le osservazioni (una registrazione audio è ancora meglio, in modo da poterla analizzare in seguito).

Il facilitatore osserva:

- fidanzamento,
- entusiasmo,
- cooperazione,
- e la partecipazione durante la sessione.

È importante raccogliere:

- citazioni,
- dichiarazioni notevoli,
- temi ricorrenti.

Questo materiale si rivelerà prezioso per la stesura della relazione finale.

Domande individuali anonime facoltative

Le domande finali possono essere compilate anche individualmente e in forma anonima.

Ciò può essere fatto tramite:

- proiettando o leggendo le domande alla classe,
- consegnando a ogni bambino 4 bigliettini.

I bambini scrivono la loro risposta su un bigliettino e lo mettono in:

- Barattolo 1 per la risposta 1,
- Barattolo 2 per la risposta 2,
- Barattolo 3 per la risposta 3,
- Barattolo 4 per la risposta 4.

Sui bigliettini non è scritto alcun nome: sono completamente anonimi e compilati con i propri tempi.

Una volta terminato, i bambini possono passare tranquillamente a un'altra attività.

Parte 4 – Riflessione individuale finale

1. Mi sono sentito a mio agio durante le attività dell'EHLA.
2. Mi sentivo al sicuro.
3. Tutti hanno potuto partecipare.
4. C'è qualcos'altro che vorrebbe aggiungere?

Perché questo metodo è efficace

- Si adatta perfettamente alla filosofia di EHLA e all'apprendimento basato sul movimento.
- Abbassa le barriere alla partecipazione.
- Rende la valutazione un'esperienza piacevole.
- Crea un'interazione diretta.
- Fornisce sia dati quantitativi che storie personali.
- Funziona a livello internazionale.

Questo metodo combina:

- Attività a quattro angoli,
- risposte basate sul movimento,
- interviste itineranti,
- e riflessione individuale.

In questo modo, si crea un metodo di valutazione che si allinea pienamente alla visione dell'EHLA Active Day:

Integrare il movimento in ogni aspetto della giornata scolastica.

Sessione di riflessione attiva EHLA

Metodo di valutazione mobile per bambini
Giornata attiva EHLA – Paesi Bassi | Italia | Turchia

"Il progetto pilota EHLA ha inoltre esplorato metodi di valutazione attivi e basati sul movimento, in linea con la filosofia di integrare il movimento in tutti gli aspetti della giornata scolastica."

Non si tratterà di una normale sessione di questionari in cui i bambini siedono in silenzio dietro un tavolo.

Questo sarà:
- valutare attraverso il movimento,
- riflettere attivamente,
- piacere,
- interazione,
- e raccogliere contemporaneamente dati utilizzabili.

Con questa valutazione attiva, intendiamo indagare:
- se i bambini hanno tratto maggiore piacere dall'attività fisica,
- se hanno iniziato a muoversi di più,
- come hanno vissuto le attività,
- quale sia stato l'effetto sull'esperienza scolastica e sull'energia,
- e quali parti hanno avuto il maggiore impatto.

Struttura della sessione

- Durata totale: ± 30–40 minuti
- Introduzione – breve spiegazione
- Parte 1 – Quadrilateri attivi
- Parte 2 – Metodi di lavoro attivi
- Parte 3 – riflessione a due
- Parte 4 – Uscita individuale

Principi chiave

- Classe YES: divertimento, motivazione, preferenze, energia e attività preferite.
- NON basato sull'ambiente scolastico: sicurezza, incertezza, esclusione o esperienze negative.

Forniture

- 4 poster angolari – vedi allegato
- biglietti con faccine sorridenti
- post-it
- Fogli A4
- la penna
- 4 barattoli per riporre appunti e domande dell'ultimo minuto.

Inizio della lezione

- Oggi ripercorreremo attivamente le attività dell'EHLA Active Day. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Siamo particolarmente interessati alle vostre esperienze e idee.

Premesse della lezione:
L'insegnante/supervisore inserisce i dati per il gruppo. Quanti ragazzi/ragazze, che età, quale scuola e quale paese

Ora passiamo alle risposte alle domande (attive)

Parte 1 – Movimento e divertimento Domande attive a quattro angoli Stampate i poster qui sotto e appendeteli in diversi angoli dell'aula/palestra/parco.



- Domanda 1 – Ti piace fare esercizio fisico?
- Domanda 2 – Hai iniziato a muoverti di più grazie a EHLA?
- Domanda 3 – Preferivi la scuola quando c'era più movimento?
- Domanda 4 – Ti sentivi più energico durante i giorni di scuola?
- Domanda 5 – Ti piacerebbe vedere più momenti di attività fisica a scuola?
- Domanda 6 – Hai scoperto nuove attività che ti piacciono?

Raccolta dati

- Il supervisore conta il numero di bambini per angolo o scatta una foto per ogni domanda (come prova).

Parte 2 – Scuola e vita quotidiana

Forme di risposta in movimento: proietta le immagini sulla lavagna oppure stampale e appendile in modo che sia chiaro quale movimento corrisponde a quale risposta.

- Saltare sul posto = super divertente
- Gli squat sono divertenti
- Affondi = a volte divertenti
- Stare fermi non è molto divertente



Per ogni domanda:

- scegli la risposta che ti si addice di più,
- Esegui il movimento corrispondente alla tua risposta.

Domanda 7

Ti piace che ci sia più movimento a scuola?

Risposta	Movimento
😀Molto bello	Salti a gambe divaricate
🙂 Bene	Squat
😐Neutro	Affondi
😕Non è piacevole	Rimane immobile

Domanda 8

Riesci a concentrarti meglio dopo l'esercizio fisico?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto meglio	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' meglio	Squat

Risposta	Movimento
😐A volte	Affondi
😕Nee	Rimane immobile

Domanda 9

Ti senti più energico durante i giorni di scuola?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto più energico	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' più energico	Squat
😐A volte	Affondi
😕Nee	Rimane immobile

Domanda 10

L'EHLA ha reso la scuola più divertente?

Risposta	Movimento
😀Sì, è molto più divertente	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' più divertente	Squat
😐A volte	Affondi
😕Nee	Rimane immobile

Domanda 11

Grazie a EHLA, hai collaborato di più con altri bambini?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto di più	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' di più	Squat
😐A volte	Affondi
😕Nee	Rimane immobile

Parte 3 – A coppie; intervista (camminando)

Scrivete queste domande su un foglio A4 e lasciate che i bambini camminino per l'aula, nel cortile o al parco. Se non c'è spazio per camminare, discutetene a coppie.

- Cosa ti è piaciuto di più?
- Cosa hai imparato da queste attività?
- Cosa ti piacerebbe fare più spesso?
- Che cosa dovrebbero davvero conservare le scuole?
- Anche tu hai una visione diversa dell'esercizio fisico e di uno stile di vita sano ora?
- Avete qualche idea per rendere EHLA ancora più divertente o migliore?

FEEDBACK
Alcuni bambini potrebbero condividere qualcosa.
Il facilitatore prende appunti (registrare è ancora meglio, così potrete approfondire l'argomento in seguito). Durante la sessione, il facilitatore osserva il coinvolgimento, l'entusiasmo, la collaborazione e la partecipazione.

- Citazioni, affermazioni incisive, temi ricorrenti

QUESTO sarà oro colato per i nostri reportage.

Potreste far compilare le ultime domande individualmente (in forma anonima).

Puoi farlo ponendo la domanda a tutta la classe oppure proiettandola/stampandola sulla lavagna e distribuendo a ciascuno 4 foglietti di carta.

Domanda 1, domanda 2, domanda 3 e domanda 4.

Scrivono la risposta sul bigliettino, poi vanno al barattolo numero 1 per la Risposta 1 e ci mettono dentro il bigliettino. Barattolo 2 per la Risposta 2, barattolo 3 per la Risposta 3 e barattolo 4 per l'ultimo bigliettino. Nessun nome sopra, veramente anonimo e al proprio ritmo. Quando hanno finito, possono andare a fare qualcos'altro.

Parte 4 – Uscita individuale

1. Mi sono sentito a mio agio durante l'EHLA.
2. Mi sentivo al sicuro.
3. Tutti potevano partecipare.
4. Cos'altro vorresti aggiungere?

Perché questo metodo è efficace

È in linea con EHLA e con l'apprendimento attivo.
Abbassa la soglia di completamento
Rende la valutazione divertente
Fornisce un'interazione diretta
Produce sia dati che storie.
Opera a livello internazionale

Questo metodo combina:
- Metodi di lavoro a 4 angoli,
- risposte in movimento,
- interviste a piedi,
- e riflessione individuale.

Questo crea una forma di valutazione che si allinea pienamente con la visione di EHLA Active Day: integrare il movimento in ogni aspetto della giornata scolastica.

ITALIA

Sessione di riflessione attiva EHLA - Valutazione basata sul movimento per bambini

EHLA Active Day – Italy | Parchi in Movimento

"Il progetto pilota EHLA ha inoltre esplorato metodi di valutazione attivi e basati sul movimento, in linea con la filosofia di integrare il movimento in tutti gli aspetti della giornata scolastica e della vita comunitaria."

Questa NON è una sessione standard di questionario in cui i bambini siedono in silenzio dietro un tavolo.

Questa sessione tratterà i seguenti argomenti:

- Riflettere attraverso il movimento,
- partecipazione attiva,
- piacere,
- interazione,
- e raccogliere feedback significativi in modo coinvolgente.

Con questa valutazione attiva, vogliamo esplorare:

- se i bambini si divertissero di più a muoversi,
- se siano diventati più attivi fisicamente,
- come hanno vissuto le attività di EHLA e Parchi in Movimento,
- Che effetto hanno avuto le attività sull'energia, sul benessere e sull'esperienza scolastica?
- e quali attività hanno avuto il maggiore impatto.

Struttura della sessione

- Durata totale: ± 30–40 minuti
- Introduzione – breve spiegazione
- Parte 1 – Domande attive a quattro angoli
- Parte 2 – Attività di risposta basate sul movimento
- Parte 3 – Intervista camminando in coppia
- Parte 4 – Riflessione individuale finale

Principi fondamentali

SÌ – Discutiamone insieme in gruppo:

- divertimento
- motivazione
- attività preferite
- esperienze di movimento all'aperto
- energia e partecipazione

NON facente parte del gruppo:

- insicurezza
- sentirsi esclusi
- esperienze spiacevoli o negative

Materiali necessari

- 4 poster angolari – vedi allegato
- biglietti con faccine sorridenti
- post-it
- Carta formato A4
- penne/matite
- 4 contenitori o scatole per risposte anonime
- musica facoltativa

Inizio della sessione

- “Oggi rifletteremo in modo attivo sulle attività dell'EHLA Active Day e di Parchi in Movimento. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Siamo interessati alle vostre esperienze, opinioni e idee.”

Informazioni di base per la sessione

L'insegnante/facilitatore registra:

- numero di ragazzi/ragazze,

- fascia d'età,
- scuola,

- città,
- e paese.

A questo punto inizia la sessione di riflessione attiva.

Parte 1 – Movimento e divertimento

Domande attive a 4 angoli

Stampa i poster e posizionali in diversi angoli dell'aula, della palestra, del cortile o del parco.

Domanda 1

• Ti piace muoverti e mantenerti attivo?

Domanda 2

• Grazie a EHLA e Parchi in Movimento sei diventato più attivo?

Domanda 3

• Le attività all'aperto e al parco hanno reso la scuola o la tua giornata più piacevoli?

Domanda 4

• Ti sentivi più energico durante i giorni di scuola?

Domanda 5

• Ti piacerebbe trascorrere più tempo all'aria aperta durante o dopo la scuola?

Domanda 6

• Hai scoperto nuovi giochi, sport o attività all'aria aperta che ti piacciono?

Raccolta dati

• Il facilitatore conta quanti bambini si trovano in ogni angolo.
O
• Il facilitatore scatta una foto delle posizioni del gruppo per ciascuna domanda (prove/documentazione).

Parte 2 – Scuola e vita quotidiana

attività di risposta basate sul movimento

Proietta le immagini dei movimenti sulla lavagna oppure stampale e appendile in modo che i bambini capiscano chiaramente quale movimento corrisponde a quale risposta.

- Salti sul posto = Molto positivo
- Squat = Positivo
- Affondi = Talvolta / neutro
- Stare fermi = Non proprio / negativo

Per ogni domanda:

- I bambini scelgono la risposta che meglio si adatta.
- e eseguire il movimento collegato a quella risposta.

Risposta	Movimento
😀Molto positivo	Salti a gambe divaricate
🙂positivo	Squat
😐Talvolta / Neutro	Affondi
🙁 Non proprio	rimanendo immobile

Domanda 7

Ti piace fare più movimento e attività all'aperto durante le ore scolastiche?

Risposta	Movimento
😀Molto	Salti a gambe divaricate
🙂 SÌ	Squat
😐Neutro	Affondi

Risposta	Movimento
😕 Non proprio	rimanendo immobile

Domanda 8

Riesci a concentrarti meglio dopo esserti mosso o aver svolto attività all'aperto?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto meglio	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' meglio	Squat
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 9

Ti senti più energico durante i giorni di scuola?

Risposta	Movimento
😀Molto più energico	Salti a gambe divaricate
🙂Un po' più energico	Squat
😐 A volte	Affondi
😕 NO	rimanendo immobile

Domanda 10

EHLA e Parchi in Movimento hanno reso più piacevoli i tuoi giorni di scuola?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto più piacevole	Salti a gambe divaricate
🙂un po' più piacevole	Squat
😐 A volte	Affondi
🙁 NO	rimanendo immobile

Domanda 11

Durante le attività avete collaborato maggiormente con altri bambini?

Risposta	Movimento
😀Sì, molto di più	Salti a gambe divaricate
🙂Sì, un po' di più	Squat
😐 A volte	Affondi
🙁 NO	rimanendo immobile

Parte 3 – Intervista a piedi

Scrivete queste domande su fogli A4 e lasciate che i bambini camminino per l'aula, il cortile o il parco mentre ne discutono a coppie.
Se non c'è spazio per camminare, i bambini possono discutere le domande stando seduti insieme.

- Qual era la tua attività preferita?
- Cosa hai imparato da queste attività?
- Quale attività all'aperto o al parco ti piacerebbe praticare più spesso?
- Quali attività dovrebbero assolutamente continuare a utilizzare le scuole?
- Ora hai un'opinione diversa sul movimento e su uno stile di vita sano?
- Avete idee per migliorare ulteriormente EHLA o Parchi in Movimento?

MOMENTO DI FEEDBACK

Alcuni bambini potrebbero condividere le loro riflessioni.

Il facilitatore prende appunti (la registrazione può essere utile anche per la successiva elaborazione dei dati):

- citazioni,
- commenti notevoli,
- temi ricorrenti.

Il facilitatore osserva inoltre:

- fidanzamento,
- entusiasmo,
- cooperazione,
- e la partecipazione durante la sessione.

Queste riflessioni possono rivelarsi estremamente preziose per la redazione e la diffusione dei rapporti EHLA.

Riflessione individuale anonima

Alle ultime domande si può rispondere individualmente e in forma anonima.

Il facilitatore pone la domanda ad alta voce oppure la proietta sulla lavagna.

Ogni bambino riceve 4 piccole schede con le risposte:

- Risposta 1
- Risposta 2
- Risposta 3
- Risposta 4

Bambini:

- annota la loro risposta,
- Proseguite fino al contenitore corrispondente.
- e inserisci la carta all'interno.

Sulle carte non è scritto alcun nome.

I bambini rispondono in modo autonomo e secondo i propri tempi.

Una volta terminato, possono passare tranquillamente a un'altra attività.

Parte 4 – Riflessione individuale finale

1. Mi sono sentito a mio agio durante EHLA e Parchi in Movimento.
2. Mi sono sentito al sicuro durante le attività.
3. Tutti hanno potuto partecipare.
4. C'è qualcos'altro che vorrebbe aggiungere?

Perché questo metodo è efficace

- Si integra perfettamente con i principi di EHLA e di apprendimento attivo.
- Abbassa la barriera dei questionari tradizionali
- Rende la valutazione piacevole e attiva
- Crea interazione e coinvolgimento diretti

- Raccoglie sia dati che storie
- Funziona a livello internazionale
- Si integra naturalmente nelle attività all'aperto e in quelle di comunità.

Questo metodo combina:

- Attività a quattro angoli,
- risposte basate sul movimento,
- interviste itineranti,
- e riflessione individuale.

Questo crea un metodo di valutazione che si allinea perfettamente alla filosofia di EHLA Active Day e Parchi in Movimento:

Integrare il movimento, il benessere e la partecipazione attiva nella vita quotidiana della scuola e della comunità.

Turchia

PROGETTO VERSO IL BASSOImplementazione delle Giornate di Attività Fisica

Indagine sulla soddisfazione dei genitori e sullo sviluppo del carattere dei bambini

Metrica / Informazio	Dettaglio
Periodo di inda	16 giugno - 8 settembre 2026
Tasso di rispo	2,5%
Risposte val	36









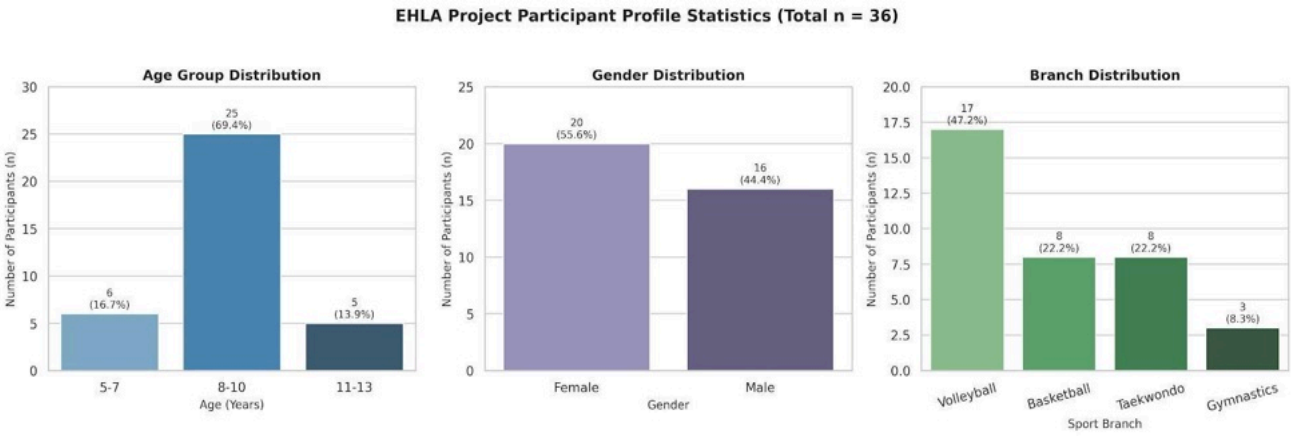


Nell'ambito del programma EHLA-Active Days, implementato nel quadro del progetto EHLA presso le scuole sportive dell'IMM (Comune Metropolitano di Istanbul), sono state utilizzate schede didattiche per insegnare ai bambini i principi della "Cultura e dei Valori Sportivi",

braccialetti per motivarli e medaglie e carte gioco per trasmettere i valori fondamentali.

Profilo del partecipante

Il sondaggio è stato compilato dai genitori dei bambini che frequentano le scuole sportive.



Oltre due terzi del campione (69,4%) appartengono alla fascia d'età 8-10 anni. La pallavolo da sola rappresenta quasi la metà delle risposte, con le ragazze nettamente dominanti in questa disciplina (14 ragazze / 3 ragazzi), mentre i ragazzi sono in maggioranza nel basket e nel taekwondo. Tutti e 3 i bambini che praticano ginnastica appartengono alla fascia d'età 5-7 anni, pertanto i risultati relativi alla ginnastica e alla fascia d'età 5-7 anni si sovrappongono in larga misura e non dovrebbero essere interpretati separatamente.

Percezione dello sviluppo del personaggio (Likert 1-4)

Ai genitori è stato chiesto, su una scala da 1 a 4, se i loro figli avessero mostrato uno sviluppo in 9 diversi ambiti comportamentali dopo aver partecipato ad attività sportive (1 = fortemente in disaccordo, 4 = fortemente d'accordo). La "risposta positiva" corrisponde alla somma dei punteggi 3 e 4. Codice colore: verde 89% (buon livello), rosso <75% (priorità di miglioramento).

Classifica generale

EHLA Project - Participant Behavioral & Character Development Evaluation

Statement	Mean (1-4)	Positive %	Strongly Agree (4)
Self-confidence & courage to join new environments	3.36	86.1%	58.3%
Compliance with rules (home, school, social)	3.28	86.1%	47.2%
Empathy and tolerance	3.17	83.3%	36.1%
Friendship building and teamwork	3.28	80.6%	50.0%
Sense of responsibility	3.17	77.8%	41.7%
General character development	3.19	77.8%	44.4%
Patience and perseverance	3.08	75.0%	38.9%
Respect and honesty	3.17	72.2%	47.2%
Sleep, nutrition, and hygiene habits	2.94	69.4%	30.6%
OVERALL (9 Statements)	**3.18**	**78.7%**	**43.8%**

EHLA

Nessuna delle affermazioni ha superato la soglia del 90%, ma nessuna è scesa al di sotto del 65%. I risultati mostrano che i genitori percepiscono in modo coerente il contributo del programma allo sviluppo del carattere, sebbene non a un livello "indiscutibile".

Punti di forza: Gli ambiti socio-emotivi (autostima, rispetto delle regole, empatia, lavoro di squadra) producono i risultati migliori. Ciò è in linea con la natura degli sport di gruppo: assumere un ruolo all'interno di una squadra, rispettare l'autorità dell'arbitro/allenatore e interagire con i compagni coltivano direttamente queste abilità.

Area che richiede attenzione: Rispetto e onestà sono gli aspetti sociali con il punteggio più basso, pari al 72,2%; 10 genitori su 36 (27,8%) hanno assegnato a questa affermazione un punteggio di 1 o 2. È necessario incrementare in modo visibile l'importanza del fair play e del rispetto durante l'addestramento.

Priorità di miglioramento: Sonno, alimentazione e igiene sono gli unici aspetti che rimangono nella fascia "rossa" (69,4%; media 2,94). Questi comportamenti si formano nelle routine domestiche piuttosto che sul campo

sportivo; l'impatto della scuola sportiva può essere rafforzato solo attraverso l'informazione ai genitori e semplici linee guida da seguire a casa.

Confronto tra discipline

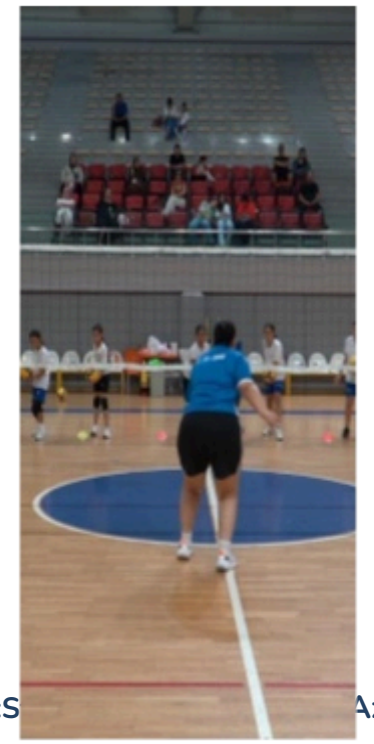
I valori rappresentano il tasso di risposta positiva (3+4). Tra parentesi: numero di risposte. La ginnastica indica solo la tendenza poiché .

EHLA Project - Branch Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	Volleyball (17)	Basketball (8)	Taekwondo (8)	Gymnastics (3)
Respect and honesty	V: 76.5%	B: **100.0%**	T: 37.5%	G: 66.7%
Sense of responsibility	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 50.0%	G: 66.7%
Sleep, nutrition, and hygiene	V: 70.6%	B: 75.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Friendship and teamwork	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Patience and perseverance	V: 76.5%	B: 87.5%	T: 62.5%	G: 66.7%
Empathy and tolerance	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 66.7%
Self-confidence and courage	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
Compliance with rules	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
General character development	V: 64.7%	B: 87.5%	T: 87.5%	G: 100.0%
TOTAL / OVERALL	**V: 77.8%**	**B: 94.4%**	**T: 65.3%**	**G: 77.8%**

EHLA project







La disciplina è la variabile più decisiva in questo sondaggio. Il tasso positivo complessivo raggiunge il 94,4% (media 3,60) in**Pallacanestro**, rientrando nella fascia di "soddisfazione molto elevata", mentre scende al 65,3% (media 2,75) in**Taekwondo**un divario di 29 punti percentuali tra le due discipline.**Pallavolo**(77,8%) e**Ginnastica**media complessiva.

Pallacanestro: Risposte positive al 100% in sette delle otto affermazioni. L'unica eccezione riguarda l'alimentazione e il sonno (75%). L'approccio di coaching e le dinamiche di gruppo di questo gruppo dovrebbero essere esaminati come modello di buone pratiche per altre discipline.

Taekwondo: Solo il 37,5% di risposte positive per l'affermazione relativa al rispetto e all'onestà, il valore più basso dell'intero rapporto. Responsabilità (50%), lavoro di squadra, pazienza e alimentazione (62,5%) rientrano anch'essi nella fascia prioritaria. Al contrario, l'87,5% di risposte positive per lo "sviluppo generale del carattere" presenta una contraddizione: i genitori percepiscono un beneficio generale, ma non lo osservano in ambiti comportamentali concreti. Dato che il taekwondo è uno sport basato sulla disciplina e sul rispetto, questo dato merita un'indagine specifica (età del gruppo, comunicazione dell'allenatore, implementazione di rituali in classe).

Pallavolo: Il punteggio complessivo è bilanciato tra il 76% e l'82% in tutti gli ambiti; tuttavia, lo "sviluppo generale del carattere" (64,7%) si colloca al di sotto dei singoli ambiti. Sebbene i genitori notino i progressi individuali, non li considerano come un "progresso significativo". Rendere visibile lo sviluppo ai genitori (ad esempio, tramite una scheda di valutazione di fine trimestre) può fare la differenza.

Confronto tra fasce d'età

EHLA Project - Age Group Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	5-7 Years (6)	8-10 Years (25)	11-13 Years (5)
Respect and honesty	50.0%	**76.0%**	**80.0%**
Sense of responsibility	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
Sleep, nutrition, and hygiene	**66.7%**	**68.0%**	**80.0%**
Friendship and teamwork	**66.7%**	**84.0%**	**80.0%**
Patience and perseverance	**66.7%**	**72.0%**	**100.0%**
Empathy and tolerance	**66.7%**	**84.0%**	**100.0%**
Self-confidence and courage	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
Compliance with rules	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
General character development	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
OVERALL	**68.5%**	**79.1%**	**88.9%**

EHLA project

I valori rappresentano il tasso di risposta positiva (3+4). Le fasce d'età 5, 7 e 11, 13 rappresentano campioni di piccole dimensioni.

La percentuale di risposte positive aumenta progressivamente con l'età: 68,5% (media 2,83) nella fascia d'età 5-7 anni, 79,1% (media 3,22) nella fascia d'età 8-10 anni e 88,9% (media 3,42) nella fascia d'età 11-13 anni. La differenza di 20 punti percentuali tra la fascia 5-7 anni e quella 11-13 anni è notevole. Il rispetto e l'onestà rappresentano l'ambito più debole nella fascia d'età più giovane, con il 50%, mentre nella fascia d'età 11-13

anni si registrano risposte positive al 100% per quanto riguarda pazienza, empatia, fiducia in se stessi e rispetto delle regole.

Questo schema può essere interpretato in due modi: (1) i bambini più grandi traducono ciò che imparano in comportamenti più coerenti; (2) i genitori sono più cauti nel notare i cambiamenti nei bambini più piccoli. In entrambi i casi, la gestione delle aspettative per la fascia d'età 5-7 anni e la guida dei genitori su "cosa osservare a questa età" saranno utili. Bisogna tenere presente che metà della fascia d'età 5-7 anni proviene dalla ginnastica.

Livello di attività fisica settimanale

Ai genitori è stato chiesto di indicare il numero di giorni della settimana precedente in cui il figlio aveva svolto attività fisica per almeno 30 minuti a un'intensità tale da accelerare il respiro (da moderata ad alta).

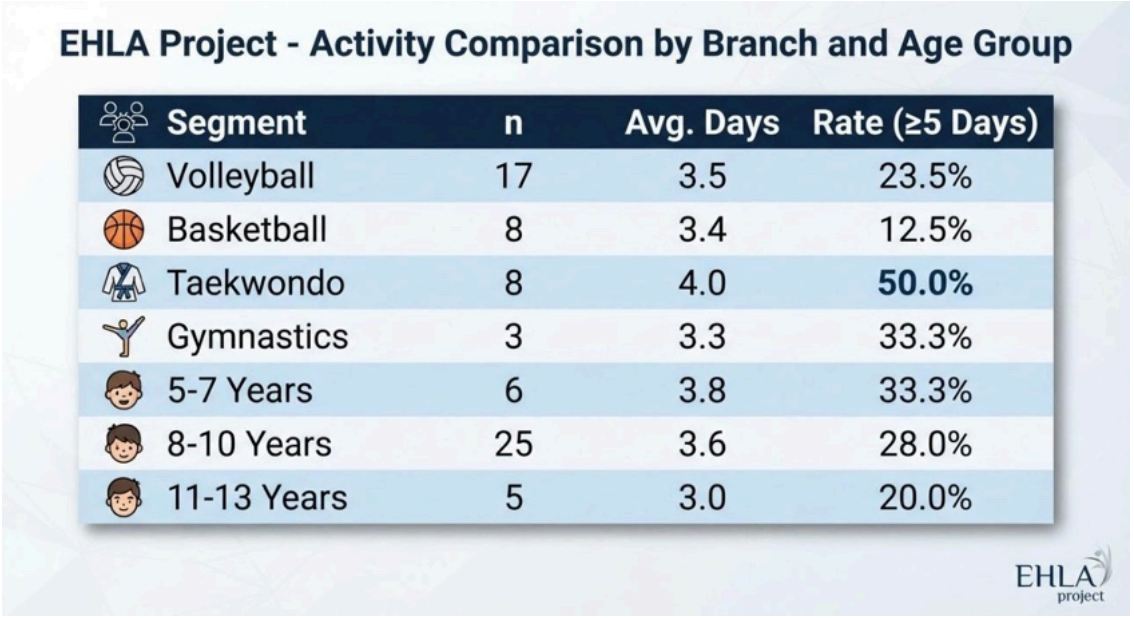
EHLA Project - Physical Activity Indicators (Total n=36)

Indicator	Value
Average active days / week	3.6
Median	3
Active ≥ 3 days a week	77.8% (28 children)
Active ≥ 5 days a week	27.8% (10 children)
Active every day (7)	11.1% (4 children)
0-1 day a week (inactive)	13.9% (5 children)

EHLA Project

Le risposte si concentrano intorno ai 3 giorni (36,1%), il che probabilmente riflette la frequenza settimanale degli allenamenti presso la scuola sportiva. In altre parole, per una parte significativa dei bambini, la scuola sportiva costituisce l'intera attività fisica settimanale. L'Organizzazione

Mondiale della Sanità raccomanda una media di 60 minuti di attività fisica di intensità moderata-alta al giorno per la fascia d'età 5-17 anni; la percentuale di bambini che si avvicina a questo obiettivo (5 o più giorni a settimana) è solo del 27,8%, e 5 bambini (13,9%) non svolgono praticamente alcuna attività fisica al di fuori della scuola sportiva.



EHLA Project - Activity Comparison by Branch and Age Group

Segment	n	Avg. Days	Rate (≥5 Days)
Volleyball	17	3.5	23.5%
Basketball	8	3.4	12.5%
Taekwondo	8	4.0	**50.0%**
Gymnastics	3	3.3	33.3%
5-7 Years	6	3.8	33.3%
8-10 Years	25	3.6	28.0%
11-13 Years	5	3.0	20.0%

EHLA project

Una contraddizione evidente: mentre i bambini che praticano Taekwondo sono attivi in media 4 giorni a settimana, con la metà che raggiunge i 5 o più giorni (il dato più alto), lo stesso gruppo ha ottenuto il punteggio più basso nella percezione dello sviluppo del carattere. Il fatto che i genitori non osservino miglioramenti comportamentali nonostante l'elevata partecipazione fisica suggerisce che il problema non sia "troppo poco sport", bensì l'approccio pedagogico in classe. Nel frattempo, la diminuzione dei giorni di attività fisica con l'aumentare dell'età (fascia d'età 11-13 anni: 3,0) è una tendenza ben nota nei preadolescenti con l'aumento

del carico scolastico, il che richiede ulteriori incentivi all'attività fisica per questa fascia d'età.

Valutazione complessiva

Le Scuole Sportive EHLA offrono un contributo significativo, agli occhi dei genitori, soprattutto allo sviluppo socio-emotivo dei bambini (autostima, rispetto delle regole, empatia, lavoro di squadra). Il tasso di gradimento complessivo si attesta al 78,7%, collocandosi nella fascia di "buon livello"; per raggiungere un livello di "soddisfazione molto elevata" è necessario risolvere le incongruenze tra le diverse discipline e rafforzare gli aspetti che riguardano la vita familiare.

Le intersezioni tra gli obiettivi principali del progetto EHLA (European Healthy Lifestyle Actions) e il programma di dottrina sulla cultura e i valori sportivi implementato nelle scuole sportive, insieme alle aree chiave supportate in tale ambito, sono raggruppate sotto le seguenti voci:

Promuovere abitudini di attività fisica:L'obiettivo di promuovere una regolare attività fisica nei bambini, uno degli scopi primari del progetto EHLA, si sovrappone direttamente alle sessioni settimanali e al monitoraggio delle giornate attive nelle scuole sportive; i bambini vengono supportati nell'abbandonare uno stile di vita sedentario e nel mantenersi attivi per 3 o più giorni a settimana.
Salute e stile di vita olistici: La filosofia del progetto, incentrata su uno stile di vita sano, è rafforzata da argomenti trattati nelle scuole sportive, come il sonno, l'alimentazione equilibrata e l'igiene personale, promuovendo così la consapevolezza in materia di salute parallelamente allo sviluppo fisico dei bambini.
Educazione al carattere e ai valori: Gli obiettivi di coesione sociale e inclusione di EHLA si allineano perfettamente con i valori insegnati nelle scuole sportive, come il rispetto, l'onestà, il senso di responsabilità, l'empatia, la pazienza e il rispetto delle regole; l'aspetto formativo dello sport, oltre a quello fisico, viene messo in primo piano.

Spirito di squadra e socializzazione:L'integrazione sociale e la partecipazione alla vita comunitaria, promosse dal progetto, rafforzano le

competenze sociali dei bambini attraverso il lavoro di squadra, l'amicizia, la fiducia in se stessi e il coraggio acquisiti nelle scuole sportive.

Sviluppo mirato per fascia d'età:L'approccio inclusivo di EHLA nei confronti delle diverse fasce d'età si fonde con le dinamiche di varie discipline (pallavolo, pallacanestro, taekwondo, ginnastica) per favorire l'acquisizione di comportamenti sportivi adeguati alle capacità motorie e alle caratteristiche di sviluppo di ciascun gruppo di età.

Rapporto sui social media

È stato preparato un video introduttivo che riassume le attività degli EHLA Active Days.

Pagine Facebook (al 14 settembre 2026):

Facebook: https://www.facebook.com/reel/1406711068251972
460 visualizzazioni, 4 Mi piace, 1 condivisione

X: https://x.com/ibbsporistanbul/status/2096192996643360869
914 visualizzazioni, 1 mi piace

Instagram: https://www.instagram.com/p/Dc5y_thsl4f/ 32.200 visualizzazioni, 98 mi piace

Esempi:

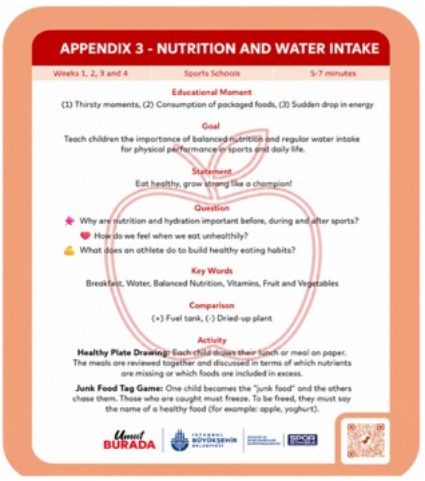

İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
ANTRENMAN İZLENCESİ
BİLİŞSEL
KARŞILAMA
2
BİTİŞİN AKTARIMI
5
SOSYAL
8
BOŞALMA
5
MOTOR
40
ANA EVRE
TAKTİK
Ümut BURADA

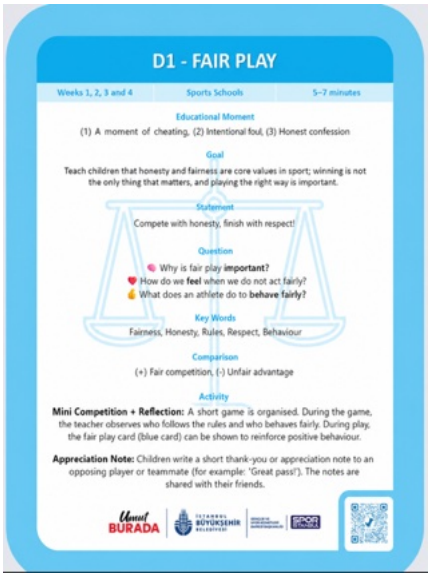

İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
DEĞERLER MADALYASI
arkadaşlık
saygı
ADİL OYUN
eşitlik
katılım
mükemmellik
kararlılık
Ümut BURADA


İSTANBUL'UN SPOR OKULLARI
REHBERLİK MÜFREDATI
SPOR KÜLTÜRÜ & DEĞER ÖĞRETİLERİ
SİSTEMATİK YAKLAŞIM
EĞİTİCİ ANLAR YAKLAŞIMI
AMAÇ
ODAK
KONULAR
ARAÇ
ZAMAN
SÜRE
YÖNTEM
ROL
İLETİŞİM
İZLENCE
Ümut BURADA


APPENDIX 2 - REST AND SLEEP
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Body flexibility, (2) Post-training fatigue, (3) Difficulty concentrating
Goal
Teach children that rest and regular sleep are essential for the body to recover during sports and in daily life.
Statement
Sleep Sweet, Wake Up Strong Like a Lion!
Question
Why are rest and sleep important?
How do we feel if we do not get enough rest?
What does an athlete do to build good sleep and rest habits?
Keywords
Energy, Growth, Recovery, Vitality, Performance
Comparison
(+) A charged battery, (-) An empty battery
Activity
Sleep Chart: Children are given a one-week sleep chart. They fill in the chart with their families by noting what time they go to bed each day. At the end of the week, they talk about sleep together.
Stretch and Tell: After exercise, children do simple stretching movements accompanied by music. Then they discuss the question: Why is rest important?
Ümut BURADA


D5 - FRIENDSHIP
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Conflict within the team, (2) Helping a teammate who has fallen, (3) Excluding a peer
Goal
Teach children the importance of building trust-based relationships through sport, showing solidarity, and being a good friend for emotional development.
Statement
Strong with your team, happy with your friend!
Question
Why is friendship important?
How do we feel when we behave in a hostile way?
What does an athlete do to behave like a good friend?
Key Words
Trust, Support, Solidarity, Sharing, Friendship
Comparison
(+) Hand in hand, (-) Broken chain
Activity
Friendship Story: "Can Bartu, one of the legendary names of Turkish sport, and Metin Oktay of Galatasaray remained very close friends despite playing for rival teams. In his jubilee match in 1969, the two legends even swapped shirts and played for each other's teams."
Greeting Game: During the lesson, each child greets a different friend in a special way (handshake, fist bump, smile). In this way, social bonds are strengthened through practice.
Ümut BURADA


APPENDIX 3 - NUTRITION AND WATER INTAKE
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) Thirsty moments, (2) Consumption of packaged foods, (3) Sudden drop in energy
Goal
Teach children the importance of balanced nutrition and regular water intake for physical performance in sports and daily life.
Statement
Eat healthy, grow strong like a champion!
Question
Why are nutrition and hydration important before, during and after sports?
How do we feel when we eat unhealthily?
What does an athlete do to build healthy eating habits?
Key Words
Breakfast, Water, Balanced Nutrition, Vitamins, Fruit and Vegetables
Comparison
(+) Fuel tank, (-) Dried-up plant
Activity
Healthy Plate Drawing: Each child draws their lunch or meal on paper. The meals are reviewed together and discussed in terms of which nutrients are missing or which foods are included in excess.
Junk Food Tag Game: One child becomes the "junk food" and the others chase them. Those who are caught must freeze. To be freed, they must say the name of a healthy food (for example: apple, yoghurt).
Ümut BURADA


D1 - FAIR PLAY
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5–7 minutes
Educational Moment
(1) A moment of cheating, (2) Intentional foul, (3) Honest confession
Goal
Teach children that honesty and fairness are core values in sport; winning is not the only thing that matters, and playing the right way is important.
Statement
Compete with honesty, finish with respect!
Question
Why is fair play important?
How do we feel when we do not act fairly?
What does an athlete do to behave fairly?
Key Words
Fairness, Honesty, Rules, Respect, Behaviour
Comparison
(+) Fair competition, (-) Unfair advantage
Activity
Mini Competition + Reflection: A short game is organised. During the game, the teacher observes who follows the rules and who behaves fairly. During play, the fair play card (blue card) can be shown to reinforce positive behaviour.
Appreciation Note: Children write a short thank-you or appreciation note to an opposing player or teammate (for example: 'Great pass!'). The notes are shared with their friends.
Ümut BURADA


APPENDIX 1 - THE IMPORTANCE OF EXERCISE
Weeks 1, 2, 3 and 4
Sports Schools
5-7 minutes
Educational moment
(1) Lack of motivation during the warm-up, (2) Low energy, (3) Signs of fatigue
Goal
Help children understand the positive effects of regular exercise on their physical and mental health, and encourage them to make movement a regular part of their daily lives.
Statement
A healthy mind lives in a healthy body!
Question
Why is exercise important?
How do we feel when we do not exercise?
What does an athlete do to build an exercise habit?
Keywords
Health, Energy, Growth, Getting stronger, Feeling good
Comparison
(+) A living machine, (-) a rusty robot
Activity
Energy Game: At the teacher's command 'Low energy', the children move slowly, sluggishly and like rusty robots. At the command 'High energy', they transform into enthusiastic, jumping and powerful superheroes. Through this lively role-play, they discover how movement directly affects how energetic their bodies feel.
Superhero Obstacle Course: An obstacle course is set up (climbing, running, crawling). Each child completes the course like a superhero and says loudly at the end: 'Exercise makes me strong!'
Ümut BURADA


INFORMATION
Sports, Culture and Values Cards are thematic cards that teachers use to actively engage children in lessons. These cards form the basis for Movement Culture, Values Culture and Culture Culture, which together make up our core values.
Movement Culture
Values Culture
Culture Culture
The Importance of Exercise
Healthy Nutrition and Hydration
Sleep
Hygiene
Rules
History of the Olympic Games
Olympic Quiz Competition
Approach
Cards address two basic approaches to engage students.
(1) Systematic Approach: Sports, Culture and Values Cards are covered in a particular sequence within a 5–7 week lesson plan.
(2) Educational Moments Approach: Teachers address the cards at different moments throughout the school year.
Motivation
When schools use the cards, Sport Istanbul awards Education Stars. These stars encourage and reward students for their effort.
Interventions
Use Fair Play Cards to promote positive and honest behaviour.
Use Responsibility Cards to encourage awareness and personal responsibility.
Ümut BURADA