
I bambini si sono divertiti a saltare, correre, fare piegamenti, mentre tecnici SID misuravano flessibilità e resistenza muscolare, velocità, rapidità, agilità, e tanto altro.

Progetto SID: Valutato lo sviluppo motorio di oltre 600 alunni

[La carta d'identità sportiva]

↳ NICOLO' VARESCO



movimento e attività all'aria aperta sono ancora tante e a beneficiarne è la salute dei più giovani. Inoltre, a fronte di allarmi a livello nazionale sull'aumento dell'obesità infantile, la media dei bambini fiemmesi è normopeso. È quanto emerge dall'analisi dei primi dati forniti dal **Progetto SID** (Sport Identity Card), che tra gennaio e febbraio ha testato oltre 600 alunni della scuola primaria e secondaria di primo grado del **plesso di Cavalese**. Con semplici test diversificati in base all'età degli studenti, sono stati valutati struttura (altezza, peso, indice di massa corporea...) e capacità motorie. I bambini si sono divertiti a saltare, correre, fare piegamenti, mentre tecnici SID misuravano flessibilità muscolare, velocità, rapidità, agilità, resistenza muscolare e tanto altro. Le medie dei test sono molto buone, paragonabili a risultati ottenuti da allievi di squadre di calcio semi professionistiche. Una curiosità: bambini e ragazzi di Fiemme hanno un notevole sviluppo degli arti inferiori, probabilmente grazie agli sport invernali, che sollecitano molto le gambe. Il progetto (già sperimentato con successo in altre zone d'Italia) è stato portato in valle su **iniziativa di Nicolò Varesco**, neo laureato in Scienze dello Sport e della Prestazione Fisica e responsabile del progetto SID per il Trentino Alto Adige. È stato finanziato dalla Comunità Territoriale della Valle di Fiemme

e dalle Casse Rurali della Valle di Fiemme. "I test andrebbero ripetuti a scadenza almeno annuale, in modo da offrire agli insegnanti la possibilità di monitorare lo sviluppo delle classi e allo stesso tempo confrontare i risultati tra annate differenti. Perché è vero che i risultati di questo primo test sono molto positivi, ma i pericoli di un'eccessiva sedentarietà sono in agguato anche nella nostra valle, quindi la situazione va monitorata", spiega Varesco, che ringrazia la Comunità di Valle (in particolare l'assessore allo sport, Manuela Felicetti), le Casse Rurali e il dirigente scolastico, Marco Felicetti, per aver creduto nel progetto, che si augura possa essere ripetuto anche il prossimo anno. Ogni alunno ha ricevuto i codici di accesso personali al sito Internet del progetto (www.progettosid.it) dove si possono consultare i risultati dei test individuali. Il progetto è stato presentato anche alle società sportive: prima un incontro teorico, poi una giornata aperta ad atleti, allenatori, genitori e quanti vogliono testare la propria preparazione. "Nelle scuole i test SID sono **importanti per valutare il livello di sviluppo** degli alunni e tarare in base a questo i programmi di insegnamento delle ore di motoria. Per le società sportive i test hanno invece un'importanza strategica ai fini dell'allenamento e dei risultati".

I bambini e i ragazzi di Fiemme hanno uno sviluppo motorio molto buono: nonostante computer e videogiochi, le occasioni di