

# E DAI

nelle **E**lementari ogni **D**ì, **A**ttività fisica **1** ora

*Obiettivo*  
nelle Indicazioni Nazionali  
**‘1 ora quotidiana di movimento nei cinque  
anni delle elementari’**

*Azione E DAI*  
sostenuta dal CNR  
da realizzare coordinata da un  
*Comitato Promotore* con parte attiva di  
**GOVERNO**, sistema **SPORT**, sistema della  
**CONOSCENZA, COMUNITA' EDUCANTE, ARTE**



## **Il benessere**

metabolico cardiovascolare ormonale immunitario psichico cognitivo sociale  
**nasce dal movimento**

Adottiamo le raccomandazioni per i bambini del Ministero della Salute, già dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS):

**almeno 1 ora di attività fisica al giorno .**

L'attuale **governo**, che consapevole della loro rilevanza sta innovando le **Indicazioni Nazionali** per la scuola del Primo Ciclo di Istruzione (per brevità, **Elementari**), che ha rinnovato la **Costituzione Italiana** esprimendo all'articolo 33:

*La Repubblica riconosce il  
valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico  
dell'attività sportiva in tutte le sue forme*

può così contribuire a mitigare l'emergenza nazionale di un'**obesità infantile** tra le più gravi al mondo, in un Paese che, grazie a condizioni ambientali favorevoli, vanta una delle più alte aspettative di vita .

***Il governo può muovere ora il primo passo a costo zero***

La mitigazione delle difficoltà educative e sociali, attraverso l'introduzione di 1 ora di movimento quotidiana (anche suddivisa in periodi da 7-10 minuti) entro le otto ore attualmente previste di orario scolastico può inizialmente essere realizzata usufruendo delle **competenze dell'attuale corpo docente** e delle **strutture architettoniche delle attuali scuole**.