

Il consumo energetico grazie all'attività sportiva

(adulto di 68 kg di peso)



Ore undici lezione di bici così la scuola insegna la salute

Non inquina, contrasta l'obesità e aiuta l'apprendimento dei ragazzi. E pedalare diventa una materia

ANNA LOMBARDI

Lezioni di ginnastica addio. Nelle scuole di Washington il corpo libero e spalliere svedesi lasciano il posto a una nuova disciplina: il ciclismo. È la sorpresa che hanno trovato i bambini delle 80 scuole primarie della città, che da quest'anno ha introdotto la bicicletta nei programmi scolastici.

Tanti esperimenti da Washington a Ferrara. È un modo per studiare divertendosi!

mi scolastici, delle elementari. Qui i bambini non impareranno solo a reggersi sulle due ruote, ma tutto quel che concerne la bici, dall'educazione stradale alla manutenzione, passando per la lettura delle mappe e i rudimenti di assistenza in caso di infortunio. Alle lezioni teoriche e fisiche seguiranno attività scolastiche all'aperto legate alle lezioni più classiche. Come studiare storia davanti ai famosi monumenti della capitale americana, dal Campidoglio al Vietnam memorial, raggiunti rigorosamente in bici. O calcoli matematici per contare le calorie consumate sul percorso. La bicicletta, insomma, diventa parte del curriculum scolastico per imparare giocando. Ma anche per crescere in maniera più sana sull'esempio del programma *Let's Move*, promosso, non a caso, dalla più eminente cittadina di Washington: la first lady Michelle Obama.

Il dipartimento scolastico ha messo a disposizione 600 bici blu, di cui 300 comprate coi fondi scolastici e 300 donate da volontari. L'obiettivo è procurare

nelle 1.000 da distribuire nelle scuole e farle usare a rotazione nelle classi. «Si dà per scontato che a 7, 8 anni tutti sappiano andare in bici e lo facciamo spesso» ha detto al *Washington Post* il direttore del dipartimento scolastico-sanitario locale Miriam Kenyon. «Ma non è così. Nelle zone più povere della città la bici è un lusso che pochi possono permet-

tersi. I bambini sono obesi perché mangiano male e non fanno moto. La città soffermata dal traffico perché i genitori li portano a scuola in auto».

ricorda qualcosa? Anche l'Italia è alle prese con problemi simili: tanto che in diverse città da tempo la rete *Biker to school* organizza eventi per convincere i genitori a portare i figli a scuola in bici anziché in auto. Esistono progetti simili a quello di Washington: spesso nati grazie alla buona volontà di direttori scolastici o associazioni ciclistiche locali. Come il *Ciclo Club Estense* di Ferrara. «Abbiamo portato il ciclismo nelle scuole già nel 1986», racconta Luigi Menegatti, segretario di Uisp Ciclismo nazionale e animatore del club fer-



“Ciclismo vuol dire rispetto e ci guadagnano anche le città”

L'INTERVISTA A FRANCESCO MOSER

«È importante inculcare la cultura delle due ruote nei bambini affinché imparino subito che la città si affonda benissimo in bici e non c'è sempre bisogno di andare in auto». Francesco Moser è l'ex ciclista che, con 273 vittorie su strada, è ancora il più grande campione italiano. «Le auto non si curano delle bici e anche per questo può essere positivo insegnare ciclismo a scuola: s'imparerebbe il rispetto».

Tutti i bambini sognano la bici: ma poi non la usano quanto dovrebbero...

«Siamo diventati troppo iperprotettivi. Ci si spaventa per due gocce, ma quando ero piccolo era normale. Non esistevano gli scuolabus e ti arrangiavi».

Servirebbero più piste ciclabili?

«Dove vivo io in Trentino, le piste ciclabili non mancano: e infatti la cultura della bici è ancora viva. Ma non è così ovunque: per diffonderla le piste ciclabili sono fondamentali. Ci vorrebbero piste non interrotte, che ti permettano davvero di andare ovunque».

In Italia un progetto come quello americano è possibile?

«Da noi nessuno vuol prendersi responsabilità. Già m'immagino, paura di incidenti, paura di furti: e alla fine si fa poco. Bisognerebbe fare come in Francia. Ho letto che danno dei soldi a chi va a lavorare in bici: 25 centesimi a chilometro al giorno. Farei lo stesso anche a scuola: vieni in bici e ti alzo il voto».



IL CAMPIONE

Il ciclista Francesco Moser, 64 anni, con 273 vittorie su strada da professionista è tutt'oggi il ciclista italiano con il maggior numero di successi all'attivo

“Sì, sono un mostro! E ti amo!”

SOGNI D'ORO

LA FILMOGRAFIA COMPLETA DI UN GRANDE PROTAGONISTA DEL NOSTRO CINEMA. IN EDICOLA

La Repubblica

COORDINAZIONE: ISERNATA