

Data	Città	Scuola	Classe	Nome Allievo 1 (relatore)	Nome Allievo 2

Leggete (in coppia) il seguente testo:

È stata pubblicata l'ultima ricerca Eurobarometro sullo Sport e l'Attività Fisica, risultato di interviste effettuate nei 28 Paesi membri nel dicembre del 2017. I dati sulla Pratica Sportiva sono allarmanti: a fronte di un 7% di sportivi regolari e del 40% che pratica sport o una forma di attività fisica almeno una volta la settimana, il 46% degli europei è totalmente sedentario, una percentuale in crescita rispetto al 42% all'ultimo sondaggio del 2013. Inoltre, la percentuale di chi non pratica sport ma si impegna in una qualche forma di esercizio fisico tipo danza, spostamenti urbani in bicicletta e giardinaggio è appena del 14%.

Nel complesso, gli uomini risultano più attivi delle donne: 44% contro il 36%. La disparità è particolarmente sentita nel gruppo di età tra i 15 e i 24 anni in cui solo il 15% degli uomini dichiara di non aver mai fatto esercizio fisico contro il 33% delle ragazze. Tra gli inattivi, il 40% è maschio e il 52% femmina. In generale, la frequenza a fare sport tende a scendere con l'età.

L'impegno sportivo è correlato al benessere economico personale e al livello di istruzione. In generale, secondo l'Eurobarometro, sono i liberi professionisti, anche quelli impegnati nel sociale, a tenere alti il valore e la pratica dello sport.

Da un punto di vista geografico, la frattura è chiara: il Nord Europa ama più il movimento del Sud che è anche meno dotato di infrastrutture per lo sport. I Paesi con le maggiori percentuali di sportivi e attivi che praticano in modo continuativo sono risultati la Finlandia (69%), la Svezia (67%) e la Danimarca (63%). In Paesi come Bulgaria, Grecia e Portogallo, il 68% del campione intervistato ha dichiarato di non praticare alcuno sport.

L'Italia segna un 72%, la percentuale di cittadini che non si muove affatto (64% uomini, 79% donne). Peggio di noi, 23esimi nella classifica, solo la Romania, il Portogallo, la Grecia e la Bulgaria. Dalla data del precedente sondaggio, il 2013, l'impegno sportivo è cresciuto solo a Malta e Cipro; è risultato invece in diminuzione in Croazia, Austria ed Estonia. L'Italia, poi, è terzultima, prima di Portogallo e Malta, con un 57%, per numero di persone che non si dedica nemmeno ad "altre forme di attività fisica" come l'utilizzo urbano della bicicletta, il giardinaggio e il ballo.

Nell'arco di una settimana, più della metà della popolazione europea non pratica un'attività fisica intensa; la metà non si dedica nemmeno a un'attività moderata. Sarà grazie alla fama dei 10.000 passi al giorno, elisir di lunga vita, che la maggior parte dei cittadini europei (61%) dichiara di aver camminato per almeno 10 minuti per 4 volte nella settimana precedente il sondaggio; il 15% non cammina mai. I Paesi in cui si cammina di più sono Spagna, Gran Bretagna, Bulgaria, Germania, Lussemburgo ed Estonia.

Inoltre, i 2 terzi del campione (69%) passano seduti a tavolino o sul divano, comunque in modalità sedentaria, dalle 2,5 alle 8,5 ore al giorno; il 12% passa seduto più di 8,5 ore. La percentuale di cittadini che aveva effettuato una qualche forma di attività fisica intensa nei 4 giorni precedenti le interviste è risultata in Italia la più bassa, il 5%. In generale, sono gli uomini a dedicarsi alla performance fisica intensa (18%) rispetto alle donne (11%), con la differenza più grande che si registra tra i giovani di 15-24 anni, fascia di età in cui i pigri raggiungono il 31%, le pigre il 53%. Molti europei, il 40%, praticano sport in parchi, zone verdi o comunque all'aperto; il 32% lo fa a casa (in particolare nell'Europa dell'Est) e il 23% in luoghi che si trovano a metà strada tra casa e lavoro. La proporzione degli sportivi che va in palestra o in altra forma di centro sportivo è in leggera crescita: del 12% rispetto all'8% del 2013, una formula questa che piace ai più giovani (15-24 anni) e agli uomini (16% versus 8%). Tre cittadini su 10 affermano di essere soci di un circolo, un dato in crescita di 7 punti percentuale rispetto al 2013: il 12% degli Europei sono soci di un circolo sportivo, l'11% di una palestra o centro fitness, il 3% di un circolo socio-culturale, il 7% di circoli di altro tipo.

Cosa motiva o demotiva nei confronti dello sport? Il 40% dei cittadini europei non pratica sport a causa della mancanza di tempo. Il 54% lo pratica per migliorare lo stato di salute, il 47% per migliorare lo stato di benessere. Il bisogno di relax e divertimento e il desiderio di migliorare la performance fisica incidono rispettivamente per il 38, 30 e 28%. Il controllo del peso, sia in Italia, sia in Europa, incide per il 23%. Gli uomini sono più motivati dagli aspetti legati al divertimento

(33%), alla compagnia degli amici (22%) e allo spirito di competizione (8% versus il 2% delle donne). In un Paese dominato dalla Grande Bellezza come il nostro è significativo il dato del 33% corrispondente alla percentuale di persone che fanno sport per “migliorare l’aspetto fisico”, rispetto alla media europea del 20%. In contrasto con la media europea del 30% anche il 19% equivalente al numero di italiani che pratica attività fisica per puro divertimento. Forse noi ci divertiamo in altri modi. Tra le barriere, oltre alla mancanza di tempo, c’è la mancanza di interesse o motivazione (20%), la presenza di malattie o disabilità (14%), il costo elevato (7%), la non attrattività di attività competitive (6%) e la paura di farsi male (5%). Nel 74% dei casi il sentimento generale è stato di insoddisfazione rispetto alle opportunità di fitness offerte dal proprio quartiere in tutta Europa. La triste conclusione è che la percentuale di Europei che conducono una vita sedentaria è salita dal 39% nel 2009 al 46% nel 2017. Sono anche scesi i livelli di partecipazione in attività fisiche intense e moderate ed è enorme il tempo che si passa seduti al lavoro o al casa davanti alla tv o sugli smartphone.

[testo adattato da: <https://ladradibiciclette.it/numeri-dello-sport-in-italia-e-europa/>]

Adesso rispondete (in coppia) alle seguenti domande:

1. Qual è la percentuale di europei che non pratica attività fisica? Quali sono i Paesi europei che contribuiscono ad alzare questa percentuale?
2. Qual è la percentuale di italiani che non pratica nessuna forma di attività fisica? Qual è la percentuale di chi pratica attività fisica intensa?
3. Quali sono le differenze tra Spagna e Portogallo per quanto riguarda l’attività fisica praticata?
4. Cosa si può dire sulla pratica di attività fisica da parte dei maschi e delle femmine?
5. Cosa si può dire sulla pratica di attività fisica da parte degli italiani rispetto agli altri europei?
6. Quali informazioni presenti nel testo ti sono servite per rispondere alle domande precedenti? Elencale, domanda per domanda.
7. Secondo te a cosa serve il testo che hai letto? Cosa ci insegna?
8. Quali sono le affermazioni oggettive nel testo? Quali sono quelle soggettive?
9. Inventi una domanda che l’insegnante potrebbe farti sul testo e formula una risposta che ritieni corretta.
10. Prova ad immedesimarti in un gestore di una palestra e usa le informazioni presenti nel testo per convincere una platea di persone, giovani e adulti, a praticare più attività fisica.