



In movimento a scuola!

Pause attive e
playground marking
dall' a.s. 2025_26

In collaborazione con ATS Insubria
decennale esperienza di
collaborazione con ATS dal Progetto
LIFE SKILLS TRAINING PRIMARIA e
SECONDARIA



Perché questo progetto?

I bambini hanno bisogno di muoversi ogni giorno

Dopo pranzo l'attenzione cala → il movimento li aiuta a ricaricarsi

Fa bene al corpo, alla mente e alla concentrazione

Le pause attive



Brevi attività motorie
(1–5 minuti) durante la
lezione



Si fanno in classe, senza
bisogno di spostarsi



Giochi semplici,
movimenti leggeri e
divertenti

Quando le faremo

Ogni giorno tra le 13:30 e le 14:00

Momenti guidati dall'insegnante

I bambini saranno protagonisti con proposte di giochi e movimenti

I benefici delle pause attive

Migliorano l'attenzione

Riducono stress e stanchezza

Favoriscono benessere e socializzazione

A wooden surface with colorful geometric blocks and chess pawns. The blocks are in various colors (blue, green, red, yellow, grey, purple) and shapes (rectangles, crosses, L-shapes). Two dark chess pawns are visible in the background.

Playground marking: cos'è

- Spazi di gioco segnati con simboli e colori nel cortile
- Permettono giochi più organizzati, sicuri e inclusivi
- Ogni bambino trova il suo posto per muoversi e divertirsi



Perché è utile il playground marking

Organizza meglio lo spazio ricreativo

Stimola la creatività e il movimento

Riduce i conflitti tra bambini

Favorisce la partecipazione di tutti

Come abbiamo lavorato



ATS Insubria ha offerto
formazione specifica agli
insegnanti



I docenti hanno acquisito
attività motorie semplici e
sicure



Collaborazione continua
tra scuola e ATS per
monitorare i benefici

Vantaggi per i bambini



PIÙ ENERGIA E
CONCENTRAZIONE



PIÙ GIOCO E
MOVIMENTO



PIÙ SERENITÀ E
INCLUSIONE

Insieme alle famiglie

Vi terremo aggiornati con foto ed esempi

Ogni bambino potrà raccontare a casa la sua pausa attiva preferita

Anche le famiglie possono proporre idee o giochi

Conclusione

- Un bambino in movimento è un bambino che impara meglio
- Grazie per il sostegno e la collaborazione!
- Scuola + ATS Insubria