Campagna «loop_it»: Idee ingegnose per fare attività fisica a casa

La campagna «loop_it» mette a disposizione di bambini e giovani un facile accesso digitale a una vasta gamma di idee di movimento durante questo periodo di distanza sociale e di scuola da casa. Su un canale YouTube creato a tale scopo sono pubblicate idee ingegnose per fare movimento e fitness in casa, nonché pause in movimento durante l'apprendimento o il telelavoro. I contenuti del canale sono costantemente aggiornati.

Per fare in modo che gli alunni possano fare abbastanza movimento anche a casa è ora disponibile un canale YouTube che propone delle lezioni di sport da fare fra le quattro mura domestiche. Gli insegnanti trovano dei filmati che possono inoltrare ai loro allievi come compiti.

Si cercano idee per tutti

La campagna «loop_it» invita privati e famiglie, ma anche insegnanti di educazione fisica, specialisti, sportivi professionisti, società e organizzazioni partner a impegnarsi a favore di questa iniziativa.

In pratica si cercano idee, programmi, ispirazioni e suggerimenti insoliti per fare movimento a casa. La campagna si rivolge principalmente ai bambini, alle famiglie, agli adulti, a chi ama praticare sport tutti i giorni e agli anziani.

Partecipazione richiesta

Tutta la Svizzera è chiamata a muoversi insieme, perché fare sport è divertente e mantiene in buona salute sia fisica che mentale. Il nome della campagna «loop_it» si riferisce a un elemento importante nello sport, vale a dire la ripetizione. Un loop – che in inglese significa ciclo – simboleggia la possibilità di ripetere dei movimenti e degli esercizi in modo semplice e autonomo in qualsiasi momento. Mostrare, imitare e ripetere è il principio base della campagna.

«loop_it» sulle reti sociali

- Youtube
- Facebook
- Instagram

In questo momento di crisi, singoli, influencer, sportivi o società lanciano giornalmente delle sfide o propongono delle attività da fare a casa. Con «loop_it» sfidiamo tutti quanti! Chiunque abbia dei contenuti video validi da offrire può inviarli direttamente all'Ufficio dello sport della città di Zurigo all'indirizzo **loop-it@zuerich.ch**. I filmati saranno poi visionati dal team «loop_it» che si occuperà di classificarli per categoria e pubblicarli sul canale YouTube.

La campagna «loop_it» è stata lanciata dall'Ufficio dello sport della città di Zurigo ed è sostenuta da diverse istituzioni nazionali e cantonali, tra cui l'**Ufficio federale dello sport UFSPO** e dalla federazione mantello **Swissolympic**.

Fonte: **Campagna «loop_it» - Un'iniziativa per fare più sport e movimento in casa**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO