

EducaJudo: An Integrated Model Combining Martial Arts and Neuropsychomotor Intervention for the Balanced Development of Children Aged 3–5

Fabio Della Moglie^{1,*}

¹ Educajudo; fabio.dellamoglie@gmail.com;

* Corresponding author: Fabio Della Moglie; fabio.dellamoglie@gmail.com

Abstract: Preschool age (3–5 years) is a crucial phase of neuropsychomotor development and, following the restrictions of the pandemic, demand for early and qualified motor activities has increased. In this context, martial arts instructors are called to move beyond technical expertise and assume an educational role able to connect families, schools and services. EducaJudo is a teaching pathway based on judo principles that integrates pedagogical, neuropsychomotor and sport-related competences. The model combines physical contact, complex motor activities, dynamic cognitive training and mindfulness to support motor, cognitive, emotional and socio-relational development in an integrated way. In 2024, the pilot project, supported by national sport and education institutions, involved 291 professionals and approximately 4,000 children across Italy. This contribution presents the model, its educational practices, the training pathway for professionals and the main directions for research and development, with particular attention to the sustainability and replicability of the intervention.

Keywords: EducaJudo; martial arts; preschool age; neuropsychomotor development; autism spectrum

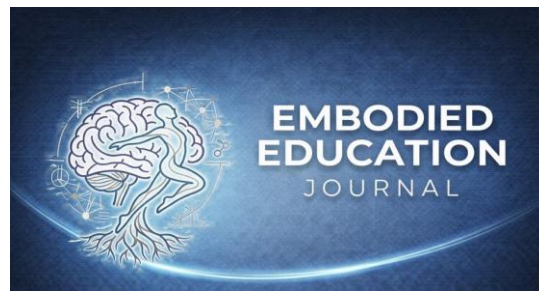
Abstract: L'età prescolare (3-5 anni) rappresenta una fase cruciale dello sviluppo neuropsicomotorio e, dopo le limitazioni della pandemia, è aumentata la richiesta di attività motorie precoci e qualificate. In questo scenario, l'insegnante di arti marziali è chiamato a superare la sola competenza tecnica, assumendo una funzione educativa capace di dialogare con famiglia, scuola e servizi. EducaJudo è un percorso didattico fondato sui principi del judo che integra competenze pedagogiche, neuropsicomotorie e sportive. Il modello combina contatto corporeo, attività motoria complessa, training cognitivo dinamico e mindfulness, con l'obiettivo di sostenere in modo integrato competenze motorie, cognitive, emotive e socio-relazionali. Nel 2024 il progetto pilota, sostenuto da istituzioni nazionali dello sport e dell'istruzione, ha coinvolto 291 operatori e circa 4.000 bambini sul territorio italiano. Il contributo presenta il modello, le pratiche adottate, il percorso formativo degli operatori e le principali traiettorie di ricerca e sviluppo, con particolare attenzione alla sostenibilità e alla replicabilità dell'intervento.

Parole chiave: EducaJudo; arti marziali; età prescolare; sviluppo neuropsicomotorio; spettro autistico

1. Introduzione

1.1. Lo sviluppo neuropsicomotorio in età prescolare

L'età prescolare (3-5 anni) costituisce una fase cruciale per lo sviluppo neuropsicomotorio del bambino, in cui l'attività motoria agisce come strumento catalizzatore per l'integrazione delle sue competenze cognitive e socio-emotive (Piaget, 1964; Vygotsky, 1978). In questa finestra temporale, le esperienze che il bambino vive attraverso il corpo sono in grado di condizionare l'architettura e le future prestazioni del cervello, influenzando le capacità di apprendimento, attenzione e memoria, nonché il coordinamento delle capa-



cità motorie complesse e la capacità di adattamento ambientale, di regolazione affettiva e comportamentale (Shonkoff & Phillips, 2000; Diamond, 2000; Greenough, Black, & Wallace, 1987).

1.2.L'impatto delle misure restrittive per il contenimento pandemico

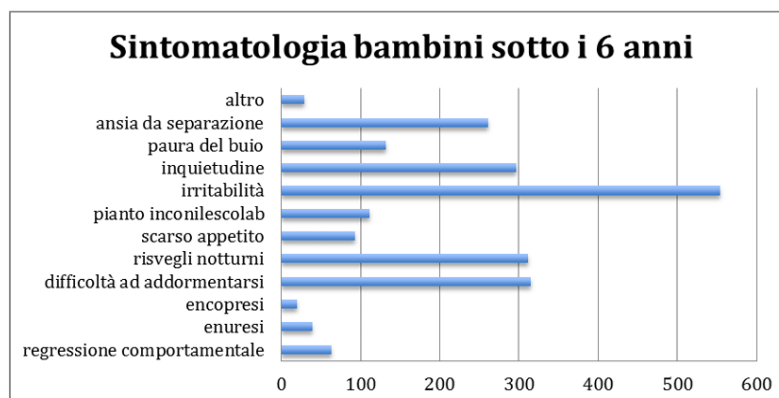
Numerose ricerche a livello mondiale hanno messo in luce le ripercussioni del periodo di isolamento forzato sulla vita di genitori e bambini (Loades et al., 2020; Patrick et al., 2020). Una revisione narrativa ne sintetizza i fattori generali di causa-effetto come segue:

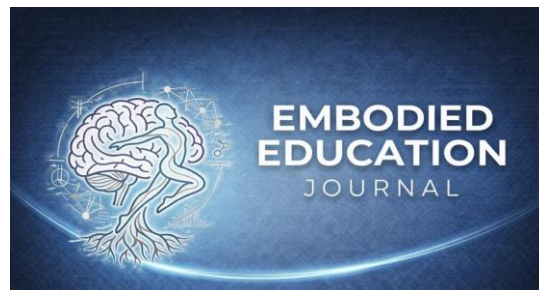
Tab. 1: QUADRO DI SINTESI DELLE RIPERCUSSIONI DELL'ISOLAMENTO FORZATO IN PERIODO PANDEMICO SULLE FAMIGLIE

1. Impatto su Routine e Ambiente Familiare - Drastica alterazione delle abitudini quotidiane - Adattamenti forzati all'ambiente domestico	5. Cambiamenti nelle Interazioni e Stimolazioni - Riduzione delle interazioni faccia a faccia - Aumento dell'esposizione a media digitali e contenuti disturbanti
2. Disagio e Stress Genitoriale/Caregiver - Aumento di stress, ansia e depressione nei caregiver - Maggior carico di cura sulle madri	6. Conseguenze sulla Salute Mentale Infantile - Sintomi di disagio emotivo ed ansioso-depressivi - Difficoltà di regolazione emotiva - Impatto psicologico dell'isolamento
3. Isolamento Sociale e Restrizioni - Riduzione delle opportunità di interazione sociale - Limitazioni al gioco e alla libera esplorazione	7. Inadeguatezza della didattica a distanza per i più piccoli - Difficoltà nell'Apprendimento e Sviluppo - Riduzione delle opportunità di gioco e sviluppo sociale
4. Interruzione dei Servizi Essenziali - Senso di abbandono istituzionale - Minore accesso a cure pediatriche e supporti esterni	8. Pressione Economica e Violenza Domestica - Impatto economico sul benessere familiare - Aumento della violenza domestica come fattore di rischio

In Italia, un'indagine condotta dall'IRCCS Gaslini di Genova (cfr. tab. sub), sotto la guida del prof. Paolo Petralia e diffusa dal Ministero della Salute con Comunicato n. 192 del 16 giugno 2020, ha rivelato un diffuso stato di stress tra i bambini che si è ripercosso, per la fascia fino ai 6 anni, in un marcato incremento dell'irritabilità, dei disturbi del sonno e della sintomatologia ansiosa.

Tab. 2: IMPATTO PSICOLOGICO E COMPORTAMENTALE SUI BAMBINI DELLE FAMIGLIE IN ITALIA pag. 4 di 8 del report <https://www.gaslini.org/wp-content/uploads/2020/06/Indagine-Irccs-Gaslini.pdf>





1.3.Focus sulla fascia 0-3 anni

L'ambiente deprimente generato dalle restrizioni per il contenimento pandemico ha condizionato negativamente le traiettorie evolutive cruciali della fascia 0-3 anni (Imran et al., 2020; Marchetti et al., 2021). L'ansia e la depressione genitoriale e l'“assenza in presenza” determinata dalle costanti attività lavorative in “smart-working” hanno causato una precoce e massiva esposizione dei bambini davanti agli schermi, aggravata dalla limitazione degli spazi esterni e dal clima di informazioni disturbanti, erodendo la qualità delle interazioni primarie (Cluver et al., 2020; Spinelli et al., 2020).

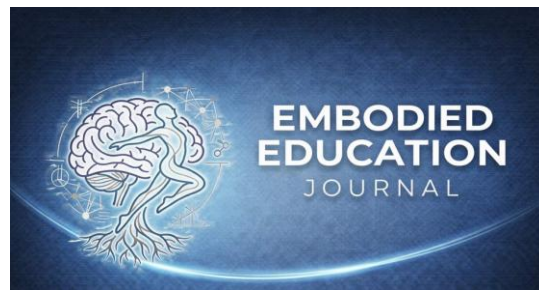
Questo disinvestimento educativo, spesso involontario, ha causato una marcata riduzione dell'attenzione visiva dei bambini, della sintonizzazione affettiva o co-regolazione emotiva, un impoverimento delle skill legate alle prensioni manuali e ritardi nel linguaggio, con effetti acuti in contesti di svantaggio socio-culturale dove le risorse compensative erano già esigue (Pierce et al., 2021; Provenzi & Tronick, 2020).

1.4.Il post pandemia

La cessazione delle misure di contenimento del Covid-19 non ha interrotto il disagio infantile, piuttosto ne ha prodotto uno strascico causato da un radicamento o da una manifestazione tardiva dei profili di disregolazione emotiva e delle difficoltà adattive e motorie nei bambini in età prescolare (de Araújo et al., 2023). In Italia, l'analisi comparativa dei report ISTAT pre-post Covid ha rilevato un aumento evidente dei disturbi degli alunni, con un incremento del 26% rispetto all'anno scolastico 2018/2019 (circa 75mila casi in più) e una preponderanza delle disabilità intellettive (+40% nelle scuole di I grado e +52% in quelle di II grado) e dei disturbi dello sviluppo psicologico (63% nella scuola dell'infanzia). Il 37% degli alunni con disabilità intellettive presenta inoltre più tipologie di problema (ISTAT, 2023).

Tab. 3, 4 e 5 DATI ISTAT: ALUNNI CON DISABILITÀ – REPORT 2021, 2022, 2023/24 PAGG. 2 DI 6

ALUNNI CON DISABILITÀ PER ORDINE E ANNO SCOLASTICO. Valori per 100 alunni dello stesso ordine e grado					
	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA DI PRIMO GRADO	SECONDARIA DI SECONDO GRADO	TUTTI GLI ORDINI
a.s.16/17	1,9	3,3	4,0	2,5	2,9
a.s.17/18	2,1	3,5	4,1	2,6	3,1
a.s.18/19	2,4	3,8	4,2	2,7	3,3
a.s.19/20	2,5	4,1	4,3	2,9	3,5
a.s.20/21	2,4	4,4	4,4	3,0	3,6
a.s.21/22	2,5	4,8	4,7	3,1	3,8



ALUNNI CON DISABILITÀ PER TIPO DI PROBLEMA E ORDINE. Anno scolastico 2023-2024, valori per 100 alunni con disabilità

Tipologia di problema	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA DI I GRADO	SECONDARIA DI II GRADO	TOTALE ORDINI
Cecità	0,1	0,6	0,8	1,1	0,7
Ipovisione	1,5	2,5	2,4	3,4	2,6
Sordità profonda o grave	0,6	0,7	1,2	1,1	0,9
Ipoacusia	2,2	2,3	2,1	3,3	2,5
Disabilità motoria	11,4	8,5	8,4	9,1	8,9
Disturbo specifico dell'apprendimento	5,4	15,3	23,6	22,6	18,2
Disturbo specifico del linguaggio	18,8	21,4	12,9	8,8	15,7
Disturbo dello sviluppo psicologico	62,7	39,1	25,7	25,3	34,8
Disabilità Intellettiva	20,6	34,4	45,9	51,8	40,3
Disturbo dell'attenzione e del comportamento	10,1	19,1	20,3	15,7	17,5
Disturbo affettivo relazionale	3,6	8,1	11,6	15	10,3
Malattie metaboliche	4,0	3,6	4,0	4,5	4,0
Altro tipo di disabilità	1,5	0,6	0,6	0,4	0,6

1.5.Fabbisogno e domanda di mercato

Lo scenario delineato ha determinato una diffusa esigenza sociale volta a ridefinire gli equilibri del nucleo familiare attraverso la riappropriazione di spazi di autonomia individuale ed azioni mirate di gestione delle criticità emerse, con l'obiettivo di riattivare nei bambini le competenze motorie, emotive e relazionali che sono state inibite durante la pandemia (Orgilés et al., 2021; Wang et al., 2020). Queste esigenze hanno accentuato la consapevolezza delle famiglie sull'importanza dell'attività motoria precoce, traducendosi in una domanda di mercato tesa ad anticipare il momento di esordio dei figli nel mondo dello sport già a partire dai tre anni (Di Tore et al., 2022; Ministero della Salute, 2021).

1.6.La riformulazione del ruolo e delle competenze dell'insegnante sportivo

Alla riapertura delle attività sportive dedicate alle fasce non agonistiche, gli insegnanti dello sport si sono confrontati con una platea profondamente trasformata, per età e caratteristiche, composta da bambini spesso disregolati e con evidenti carenze motorie, e da genitori più accorti nel selezionare le attività per i propri figli e le figure di riferimento idonee a un supporto educativo qualificato (Schillaci & Varalda, 2021; Openpolis, 2022; Di Tore et al., 2022; Lemay et al., 2021; Pietrobelli et al., 2020). Nel settore delle arti marziali, l'indagine condotta da Educajudo su un esteso campione di famiglie che frequentano la palestre di judo e karate ha rilevato, nel rapporto pre e post covid, una triplicazione dei casi di disturbi del comportamento (Della Moglie & Cardillo, Educajudo 2024). Per far fronte a questa nuova realtà, il personale docente sportivo è chiamato ad una revisione degli approcci didattici che richiedono di travalicare le competenze meramente tecniche a beneficio di un bagaglio di conoscenze trasversali e specifiche della fascia 3-5 anni, idonee a favorire una presa in carico globale del bambino.

Tale cambiamento, che riconfigura il ruolo dell'istruttore/coach/maestro come supporto multidimensionale al sistema genitoriale, scolastico e socio-sanitario, segna una netta distinzione tra i modelli sportivi che si limitano a replicare, in forma ridotta, il modello di allenamento adulto e quelli progettati per rispondere alle traiettorie evolutive e alle vulnerabilità tipiche della seconda infanzia, che si caratterizzano per la loro capacità di individuare precocemente gli indicatori di rischio ed attivare strategie educative inclusive e differenziate, alimentando un dialogo consapevole e collaborativo con genitori sempre più informati e coinvolti nel percorso di crescita dei propri figli (Minghelli & D'Anna, 2021; CAPDI, 2025).

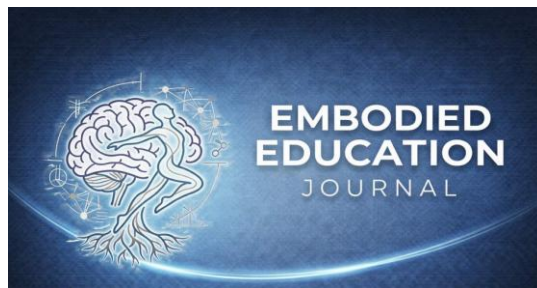


1.7. Le discipline di contatto

Il valore del contatto fisico, profondamente stigmatizzato dal distanziamento sociale e rimpiazzato dall'unidirezionalità digitale, riemerge prepotentemente come strumento di conoscenza primordiale degli altri e del sé (van Vugt, Westenberg, & Oei, 2024). Di qui, le discipline marziali e gli sport di contatto riemergono sul mercato quale rimedio alla diffidenza nelle relazioni, alle debolezze comunicative e all'inaridimento affettivo (Yang, Yao, & Wang, 2024), forti del valore aggiunto della disciplina che infonde nei bambini ordine e autocontrollo (Green & Svinth, 2010), contrastandone le disregolazioni comportamentali (Fung & Lee, 2024; Harwood-Gross et al., 2021; Lakes & Hoyt, 2004).

1.8. Il judo

Il judo è una disciplina marziale, a contatto continuo, basata sui principi di adattabilità, del migliore impiego delle energie e sulle finalità educative di socializzazione e reciproco sostegno (Bradić, 2024). Si caratterizza per le “prese” ed un'estesa gamma di tecniche di proiezione e di lotta a terra che favoriscono uno sviluppo motorio completo, stimolando la memoria e i processi di apprendimento (Ceciliani & Bortolotti, 2021; Forte, Favieri, & Casagrande, 2021). La distanza intima del confronto facilita le relazioni e lo sviluppo dell'empatia, a beneficio dei bambini più riservati e insicuri (Moreira, Dias, & Matos, 2021).



Il contesto regolamentato nel quale si svolge il combattimento incanala — non amplifica — la naturale aggressività del bambino, equilibrando gli atteggiamenti dei bimbi più esuberanti o con difficoltà di autoregolazione (Cazorla et al., 2022). Il judo è uno sport individuale a forte vocazione di gruppo. I judoka (i praticanti di judo), prima di essere avversari, sono compagni di un'esperienza tesa costantemente a favorire la crescita reciproca all'interno di un ambiente inclusivo, equo e sempre rispettoso delle unicità di tutti (Bradić, 2024).

L'etichetta e la cura degli aspetti formali e simbolici — quali la vestizione e la cura del judogi (divisa da judo), il rito del saluto, il sistema crescente di abilità e di assegnazione delle cinture — stimolano la consapevolezza del senso dei ruoli, il rispetto per il maestro e per i compagni più esperti, e il senso di responsabilità nei confronti dei principianti (Villani et al., 2023). Il judo rientra tra i cosiddetti sport "situazionali", che richiedono al praticante di attivare rapidamente la migliore risposta dinanzi alle mutevoli iniziative dell'avversario.

Questa condizione di continua variabilità/adattabilità stimola le funzioni cognitive di problem solving, di flessibilità cognitiva, la memoria di lavoro ed il controllo in itinere, competenze che il bambino può spendere a scuola e nella vita (Forte et al., 2021; Sterkowicz-Przybycień & Miarka, 2020).

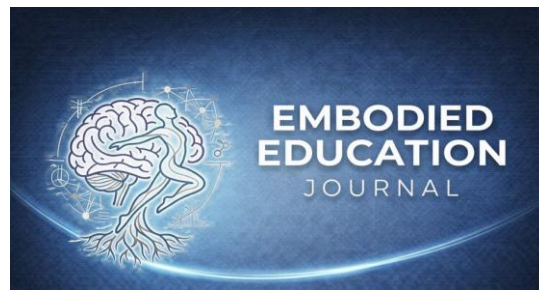
1.9. L'intervento neuropsicomotorio

La Neuro e Psicomotricità dell'Età Evolutiva è una disciplina sanitaria che si occupa della valutazione, abilitazione e riabilitazione dei disturbi dello sviluppo neuropsicomotorio in soggetti di età compresa tra 0 e 18 anni (Wikipedia, 2024; Centro Spazio Vitale, 2024). Il suo intervento mira a promuovere uno sviluppo globale, armonico e integrato delle competenze motorie, cognitive, affettive e relazionali del bambino e dell'adolescente, attraverso un approccio ludico strutturato che impiega il corpo e il movimento quali strumenti terapeutici primari (Centro Spazio Vitale, 2024; Evolutiva-mente, 2024).

L'obiettivo principale è la riorganizzazione funzionale delle capacità compromesse o in ritardo, supportando l'acquisizione di nuove competenze e il miglioramento del benessere complessivo (Centro IFI, 2024; CMSN, 2024). Questa metodologia consente di intervenire efficacemente su diverse problematiche, fornendo strategie personalizzate per ogni fase dello sviluppo e garantendo un supporto fondamentale al percorso di crescita (Progetto Crescere, 2024; AIAS Nola, 2025).

2. Educajudo

EducaJudo è un percorso didattico basato sui principi disciplinari del judo, che integra competenze in ambito pedagogico, neuropsicomotorio e sportivo (Della Moglie, 2024; FIJLKAM, 2024). È destinato ai bambini della scuola dell'infanzia (3-4-5 anni), in sviluppo tipico e atipico (Della Moglie, 2024). È modello di formazione per la didattica infantile adottato dall'organismo di formazione mondiale del judo (IJF Academy) (FIJLKAM, 2021) e, nel 2024, dalla Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali per i bimbi in sviluppo tipico (FIJLKAM, 2023; Europe-Press, 2024). Gode del patrocinio del Comune di Napoli quale *"Polo di Alta Specializzazione e Ricerca Permanente per lo Svolgimento delle Attività"*



Neuropsicomotorie con indirizzo al judo per bambini con bisogni educativi speciali” (FIJLKAM, 2024; Palasport Fuorigrotta, s.d.).

2.1 Fondamenti Metodologici

La proposta, di natura ludico-motoria, muove dallo studio e dalla conoscenza delle traiettorie di sviluppo tipico e delle neurodivergenze del bambino. Consta di un programma strutturato specificamente calzato sulle caratteristiche e le esigenze evolutive della seconda infanzia.

Promuove un’osservazione ed un intervento di tipo olistico (aspetti motori, cognitivo-comportamentali, emotivi, socio-relazionali), coniugando l’approccio "corpo a corpo", caratteristico delle arti marziali, con l’attività motoria complessa, il training cognitivo e la mindfulness, ponendosi come espressione innovativa in campo sportivo orientata ad attivare e/o potenziare le funzioni esecutive, i prerequisiti di apprendimento e, in generale, le interazioni tra i meccanismi di funzionamento del sistema corpo-cervello e le competenze sociali (Lakes & Hoyt, 2004; Flook et al., 2010; Johnstone & Marí-Beffa, 2018; Harwood-Gross et al., 2021; Singh et al., 2025).

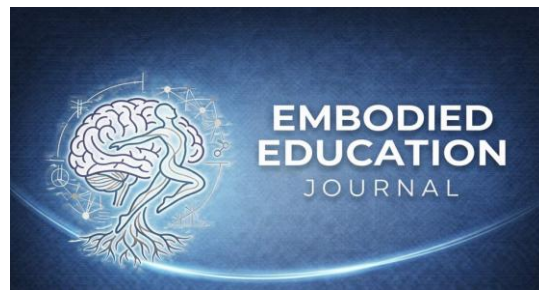
2.2. Approccio Evidence Based

La correttezza metodologica dei percorsi didattici fonda su un approccio basato su evidenze scientifiche, validato grazie alla collaborazione con l’associazione Tecnico Scientifica ANUPI TNPEE e con l’equipe di ricerca in neuroscienze del Prof. Francesco Benso (ANUPI TNPEE, 2024; Benso & Benso, 2023). La sinergia con ANUPI TNPEE - che si esprime in campo operativo, informativo/formativo e di ricerca - fonde il settore sanitario-riabilitativo con il progetto educativo-sportivo, promuovendo un interscambio di conoscenze che permette di approfondire lo studio dello sviluppo evolutivo del bambino in rapporto al potenziale educativo-preventivo dello sport, facilitando la creazione di attività inclusive per bambini con disabilità. La collaborazione con l’equipe del Prof.

Benso permette inoltre di tradurre le più recenti acquisizioni neuroscientifiche sul funzionamento cerebrale in strategie motorie e premotorie finalizzate al potenziamento delle funzioni esecutive e adattive del bambino, facilitando la generalizzazione delle competenze apprese sul tatami verso gli altri ambiti della vita quotidiana (Benso & Benso, 2023).

2.3. Traiettorie di intervento

Educazione/prevenzione
- guidare il bambino nei processi di crescita psicomotoria della seconda infanzia
- valorizzare le sue potenzialità in un’ottica di benessere globale
- promuovere nel bambino l’organizzazione delle competenze emergenti
- attivare competenze e funzioni essenziali per l’identità, autonomia e benessere
- identificare precocemente le capacità traino e gli eventuali fattori di rischio
- prevenire l’insorgenza di difficoltà o ritardi nello sviluppo non ancora conclamati
- intervenire in forma mirata su difficoltà o disturbi del percorso di crescita (ritardi psicomotori, disprassie, disturbo dello spettro



autistico, ADHD, regolazione emotiva-comportamentale)
- modificare i comportamenti atipici, sviluppare le potenzialità, stimolare i processi di autoefficacia e autostima
Supporto all'intervento abilitativo/riabilitativo
- (Questo intervento viene effettuato sotto la guida dei dipartimenti di Neuropsichiatria Infantile e/o in collaborazione con i Terapisti della Neuropsicomotricità dell'età evolutiva ed il personale docente nel sostegno scolastico): potenziare, compensare e, ove possibile, recuperare competenze che non si sono sviluppate adeguatamente o che sono state compromesse.

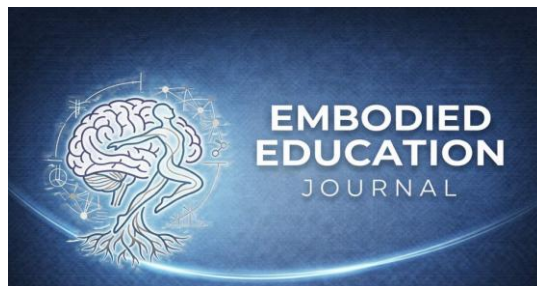
2.4. Componenti chiave del modello

Principi disciplinari e simbolici del judo e delle arti marziali: vestizione del keikogi, regole d'ingresso al dojo e al tatami, prossemica, interazione corpo a corpo, rispetto gerarchico, piccola parte tecnica, etc.
Individualizzazione e taratura della proposta didattica
Attività Motoria Complessa: giochi/esercizi che transitano dal potenziamento degli schemi neuromotori della prima infanzia alla stimolazione precoce delle capacità coordinative di equilibrio, ritmo, differenziazione cinestesica, accoppiamento e dissociazione motoria, reattività, orientamento spaziale, etc.
Training Cognitivo Dinamico: doppi compiti e stimolazione della memoria di lavoro. Giochi/Esercizi per la sollecitazione dei pre-requisiti di apprendimento che stimolano la memoria di lavoro, l'attenzione, la pianificazione e il problem-solving attraverso il movimento. Compiti visuo-spaziali e training attentivi basati su allerta fasico
Mindfulness e Consapevolezza Corporea: giochi/esercizi di visualizzazione, sperimentazione del silenzio, del controllo motorio, della consapevolezza della respirazione, ideomotricità attraverso il racconto, spiegazione degli esercizi semplici per aiutare i bambini a sviluppare la consapevolezza del proprio corpo e delle proprie emozioni
Coinvolgimento attivo delle famiglie durante le lezioni e nelle sessioni di approfondimento con personale di area sanitaria e scolastica
Sessioni periodiche con professionisti di area neuropsichiatrica, educativa, terapeutica
Integrazione con il sistema scolastico e socio-sanitario: GLO, confronto con i dipartimenti di Neuropsichiatria Infantile

2.5. Proposta didattica

La proposta didattica si pone l'obiettivo di promuovere l'autonomia, l'identità e le competenze del bambino attraverso un'osservazione ed un intervento sull'area motorio-prassica, cognitiva, neuropsicologica, comunicativa e relazionale (Luria, 1973; Vayer, 1998; Diamond, 2013). Le strategie di intervento e i relativi profili organizzativi sono calzati sulle singole caratteristiche del bambino, secondo un principio di individualizzazione funzionale che considera l'interazione tra sviluppo neurobiologico, contesto educativo e variabili ambientali (Zelazo et al., 2016; Gabbard, 2018).

Area senso-motoria	Strategie didattiche
Funzioni corporee	Modelli Ludico-Motori
Funzioni senso-percettive	Organizzazione
Schema corporeo	Atteggiamento
Processi di lateralizzazione/lateralità	Comunicazione Linguaggio
Postura e memoria corporea	Metodi e stili didattici
Schemi motori	Profili organizzativi
Capacità coordinative	Periodizzazione (Long Term Athlete development)
Capacità condizionali (stimolo forza, resistenza e velocità in chiave psicologica e motivazionale)	Pianificazione e Programmazione
Mobilità articolare e flessibilità muscolo-tendinea	Organizzazione dei Corsi
Area cognitivo-comportamentale	Segmentazione della Lezione Bambini
Apprendimenti	Metodologia organizzativa e Approccio alla Lezione
Funzioni Esecutive	Parte tecnica



2.6. Processo di intervento

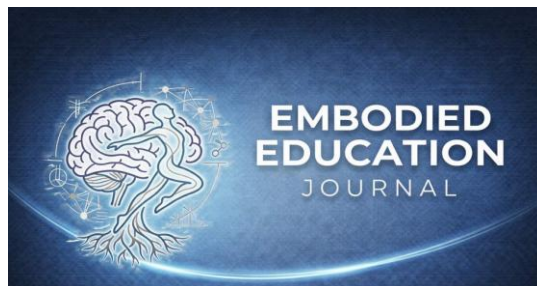
1.	Colloquio con i genitori
2.	Compilazione della scheda d'ingresso/raccolta anamnestica
3.	Osservazione preliminare del bambino
4.	Calibrazione e costituzione del setting: da 1to1 a 1to4, grande gruppo (rapporto numerico maestro/bambini: 1 a 7 Oltre questo numero si prevede la presenza di uno o più assistenti alla lezione
5.	Frequenza: Lezioni bisettimanali di 45 min.
6.	Monitoraggio <ul style="list-style-type: none"> - Raccolta dati sull'andamento della lezione (diario di bordo) - Video-analisi + montaggio (con evidenze grafiche) - Colloquio con i genitori
7.	Iniziativa di informazione e partecipazione delle famiglie <ul style="list-style-type: none"> - Sessioni periodiche con i professionisti di area educativa/sanitaria - Educajudo Science: docu-video sui fondamenti scientifici della proposta didattica e sulla conoscenza dei BES - Vivi Educajudo (esperienze agricole, musico-teatrali, conviviali, parchi, spiagge, etc.)
8.	Misurazione e Valutazione <ul style="list-style-type: none"> - Test - Report periodici - Grafici di sintesi - Indagine statistica
9.	Impatto <ul style="list-style-type: none"> - GLO - PDP/PEI

2.6.1. Colloquio con i genitori

Il colloquio con i genitori rappresenta l'indefettibile fase preliminare volta ad acquisire una prima conoscenza della storia del bambino, delle dinamiche familiari e del contesto di sviluppo in cui è inserito, con una angolazione narrativa materna e paterna (Bronfenbrenner, 1979; Belsky, 1984). Questo processo consente di identificare le motivazioni e le aspettative sottese all'affidamento in carico, ponendo le basi per un intervento educativo coerente con i bisogni emergenti. Il rapporto diretto con la famiglia, specie nei casi di bisogni educativi speciali, facilita l'instaurazione di un clima di fiducia e collaborazione (Serbati & Milani, 2013), favorendo la definizione di strategie didattiche personalizzate in grado di rispondere alle esigenze specifiche del bambino (OECD, 2005; Federici & Vianello, 2011).

2.6.2. Scheda d'ingresso/raccolta anamnestica

All'atto dell'iscrizione, i genitori sono invitati a compilare una scheda informativa utile a tracciare un primo profilo del bambino, orientato alla definizione di strategie didattiche personalizzate. Il documento raccoglie dati sul contesto familiare e scolastico, punti di forza e fragilità, interessi, abitudini e tratti individuali rilevanti per la progettazione educativa (Serbati & Milani, 2013). Particolarmente significativa è la sezione relativa ai professionisti coinvolti nella presa in carico (neuropsichiatri infantili, terapisti, logopedisti, educatori), che consente di attivare una rete integrata tra ambiti educativo, motorio e clinico-riabilitativo (Federici & Vianello, 2011).



Questo strumento, acquisito nel rispetto del consenso informato e della riservatezza, favorisce un approccio centrato sulla storia evolutiva del bambino, potenziando parallelamente il dialogo scuola-famiglia-professionisti (OECD, 2005).

2.6.3. Osservazione preliminare del bambino

A seguito del colloquio con i genitori – durante il quale è utile osservare le dinamiche interattive tra adulto e bambino – l’insegnante accoglie quest’ultimo nel dojo/spazio educativo, avviando una fase esplorativa attraverso il gioco libero. Questa modalità favorisce un inserimento graduale e costituisce una via privilegiata per accedere al vissuto del bambino, che consente di coglierne risorse, modalità relazionali e possibili vulnerabilità (Piaget, 1962; Bruner, 1983), configurandosi come uno strumento orientativo essenziale per la progettazione di interventi mirati, flessibili e adeguati ai bisogni educativi individuali.

2.6.4. Calibrazione e costituzione del setting

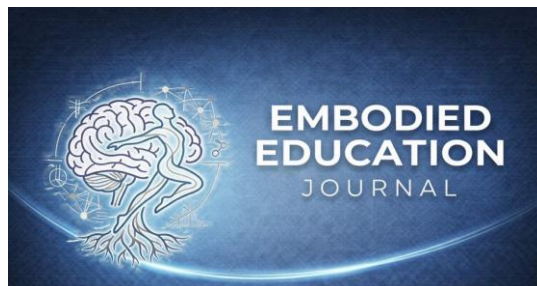
La definizione del rapporto numerico tra insegnante e bambini – che può variare da setting 1:1 a micro-gruppi (1:4), fino a contesti di grande gruppo – richiede una valutazione multidimensionale fondata sulle caratteristiche individuali del bambino, sul profilo degli altri partecipanti (Guralnick, 2011), sulle dinamiche relazionali e gli obiettivi educativi (Tremblay et al., 2005; Milani, 2020), con la finalità di prevenire l’insorgenza di dinamiche disfunzionali (Bronfenbrenner, 1979) ed attivare al meglio i processi di apprendimento cooperativo e di inclusione sociale (Vygotskij, 1978).

Sebbene l’integrazione nel grande gruppo rappresenti un obiettivo auspicabile per tutti i bambini, un passaggio graduale da un setting più contenuto a uno più esteso favorisce l’adattamento e l’evoluzione delle competenze sociali (Zelazo et al., 2016) idonee a sostenere ambienti con elevata numerosità. In tali contesti, la presenza di assistenti qualificati al fianco del maestro appare essenziale per mantenere alta la personalizzazione dell’intervento, per la sicurezza e per il mantenimento dell’efficacia educativa anche in condizioni complesse (OECD, 2005), consentendo riasseti flessibili del setting in funzione di un ambiente inclusivo e regolato (Serbati & Milani, 2013).

2.6.5. Frequenza

Due lezioni settimanali di Educajudo rappresentano il ritmo ideale di pratica per i bambini in età prescolare, perché assicura continuità stimolativa, consolidamento motorio e sviluppo neurofunzionale coerente (Gabbard, 2018). Una sola seduta non è sufficiente a integrare efficacemente corpo, movimento e processi cognitivi, mentre tre incontri rischiano invece di generare affaticamento, calo motivazionale e un carico organizzativo eccessivo per le famiglie (Cratty, 2005).

La durata ottimale di ciascun incontro è di 45 minuti, poiché rientra nell’intervallo temporale in cui i bambini di età compresa tra i 3 e i 5 anni riescono, in crescendo, a mantenere un buon livello di attenzione selettiva ed un’adeguata regolazione comportamentale, limitando i cali cognitivi e i segnali di



iperattivazione neuropsicomotoria. Evidenze empiriche indicano infatti che oltre tale soglia si verifica un progressivo declino dell'efficienza attentiva e un aumento della fatica neurofisiologica (Diamond & Lee, 2011; Tomporowski et al., 2015)

2.6.6. Monitoraggio

Le attività di monitoraggio analizzano costantemente le risposte progressive del bambino dinanzi ai diversi stimoli, consentendo di rilevare in tempo reale criticità e opportunità, di affinare il processo didattico ed attivare azioni correttive o migliorative *in itinere* (Milani, 2020; Serbati & Milani, 2013).

2.6.6.1. Diario di bordo

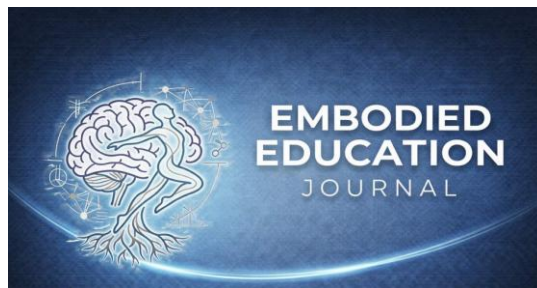
La compilazione sistematica del Diario di Bordo consente di raccogliere informazioni inerenti adifferenti aree di osservazione, quali la sequenza temporale delle attività, la pertinenza degli interventi proposti e gli eventuali processi di ricalibrazione messi in atto in risposta ai bisogni emergenti (Milani, 2020; Bove, 2009). Il documento include annotazioni dettagliate concernenti l'area di lavoro, i potenziali fattori di rischio, la durata della lezione, la definizione degli obiettivi e l'organizzazione interna delle attività, favorendo così la tracciabilità delle scelte didattiche e delle dinamiche di gruppo (Bondioli & Savio, 2013).

Attraverso la registrazione dei giochi, delle strategie adottate e dei relativi esiti, il diario consente inoltre di identificare criticità operative, attivare tempestivamente strategie di gestione e promuovere una riflessione fondata su evidenze (Mortari, 2007). Il monitoraggio si estende poi alla dimensione relazionale ed emotiva, mediante la rilevazione dell'atteggiamento dell'insegnante, delle interazioni significative e delle restituzioni spontanee da parte dei bambini (Bronfenbrenner, 1979; Schön, 1983). Infine, la sezione dedicata all'autovalutazione favorisce lo sviluppo di una competenza riflessiva e contribuisce alla costruzione di un processo di miglioramento continuo e consapevole dell'agire professionale (Fabbri, 2013).

2.6.6.2. Video analisi

La video-analisi delle lezioni consente un'auto-osservazione dettagliata e ripetuta dell'intervento educativo, con la possibilità di esaminare le sfumature comportamentali del bambino che difficilmente vengono rilevate in tempo reale (Santrock, 2019; Seidel & Shavelson, 2007). Il montaggio video, arricchito da annotazioni grafiche e testuali, mette in evidenza le aree di intervento inerenti alle funzioni esecutive, alle capacità coordinative e alla dimensione senso-motoria. Indica inoltre il tempo di impegno e le risposte interattive del bambino ai diversi stimoli dell'insegnante (Bransford, Brown, & Cocking, 2000).

Tale metodologia aumenta significativamente l'accuratezza e la profondità della comprensione dei punti di forza e delle criticità del bambino, inclusa la gestione emotiva e le strategie comportamentali adottate



(Kolb, 2015). Il materiale video viene quindi condiviso con tutti gli attori dell'intervento educativo/terapeutico, nell'ottica della collaborazione interdisciplinare e la revisione continua delle strategie didattiche, e poi trasmesso ai genitori del bambino, con la finalità di fornire loro un riscontro concreto e rassicurante sui progressi del piccolo (Furlong, 2014).

2.6.6.3. Colloquio con i genitori

Il confronto sistematico con i genitori, accompagnato quando opportuno dalla loro partecipazione alle lezioni, svolge una funzione di rassicurazione, testimonianza e supporto educativo continuo, favorendo un allineamento tra le strategie disciplinari adottate in palestra e quelle adottate in ambiente domestico, (Epstein, 2001; Sheridan et al., 2019). La comunicazione del maestro non si limita ad un semplice aggiornamento sulla progressione didattica e sulle risposte del bambino, ma assume valore bidirezionale, finalizzato a raccogliere costantemente informazioni sulla vita del piccolo nei contesti familiare, scolastico e relazionale (Wang & Sheikh-Khalil, 2014).

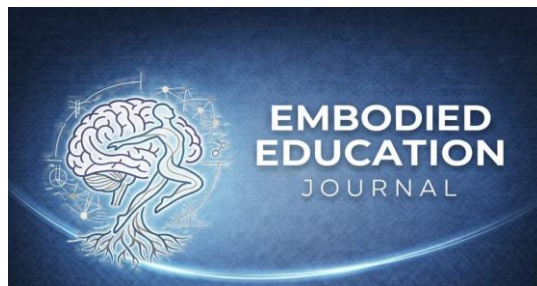
Questo scambio consente di tenere sotto osservazione la generalizzazione delle competenze acquisite in palestra nel vissuto quotidiano (Sheridan & Kratochwill, 2008), promuovendo la coerenza educativa tra i caregiver e contribuendo a garantire al bambino stabilità e orientamento nei processi di sviluppo (Sheridan & Kratochwill, 2008).

2.6.7. Sessioni periodiche con i professionisti di area educativa/sanitaria

Educajudo promuove interventi informativi destinati alle famiglie, condotti da figure professionali qualificate in ambito sanitario ed educativo. Gli incontri, a partecipazione circolare, valorizzano lo scambio esperienziale tra adulti, offrendo indicazioni operative e strumenti pratici per potenziare le competenze genitoriali nei processi di crescita e apprendimento dei propri figli (Wang & Sheikh-Khalil, 2014; Sheridan et al., 2019). I contenuti proposti vertono sulle principali dinamiche di sviluppo infantile e sui presupposti teorico-scientifici che sono alla base del metodo Educajudo.

2.6.8. Educajudo science

Educajudo Science è l'archivio video ideato e realizzato con la finalità di informare i genitori del ruolo positivo dell'attività motoria - con particolare riferimento al judo - nello sviluppo delle funzioni cognitive, emotive e relazionali del bambino (Diamond, 2015; Jensen & Kenny, 2004; Smith et al., 2019). Attraverso un linguaggio accessibile, affronta tematiche inerenti al rapporto tra sport, scuola e sanità, nonché ai disordini del neurosviluppo, del comportamento e/o dell'apprendimento, traducendo concetti scientifici in contenuti fruibili e strumenti educativi e consigli educativi pratici basati su evidenze empiriche.



2.6.9. “Vivi Educajudo”

EducaJudo promuove iniziative di apprendimento naturale in cui il bambino è incoraggiato a sperimentare e sperimentarsi attraverso percorsi che valorizzano l’esperienza corporea e sensoriale nella natura, nell’arte e nella musica. L’accesso a spazi verdi, la scoperta guidata delle piante, le attività di orticoltura e i laboratori pratici in cucina sono progettati per creare momenti di benessere e stimolare la creatività dei bambini, facilitando lo sviluppo di abilità manuali in un contesto inclusivo e integrato.

Tale approccio si allinea con le evidenze che sottolineano come l’apprendimento naturale favorisca la motivazione intrinseca, la regolazione emotiva e le competenze sociali, risultando particolarmente efficace per bambini con neurodivergenze, i quali traggono beneficio da esperienze multisensoriali e contestualizzate (Kirk et al., 2021; Kuo, Barnes, & Jordan, 2019; Pellegrini & Smith, 1998).

2.6.10. Misurazione e Valutazione

La misurazione e la valutazione periodica rappresentano strumenti fondamentali per monitorare il funzionamento del bambino nel corso dell’anno sportivo. Esse permettono di verificare l’efficacia dell’intervento *in itinere* e a conclusione del percorso, analizzando le traiettorie evolutive rispetto alla situazione iniziale e consentendo un adattamento mirato alle esigenze individuali (Scruggs & Mastropieri, 2017; Shavelson, 2010).

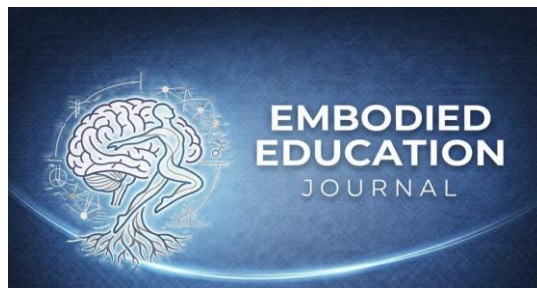
2.6.10.1. Test periodici

A completamento del mesociclo (3 mesi dalla presa in carico) e del macrociclo (8 mesi dalla presa in carico), quale parte integrante del report periodico, vengono somministrati, filmati e/o cronometrati alcuni test sul profilo motorio e sulle funzioni esecutive, senza che il bambino percepisca la formalità del processo (Diamond, 2013; Zelazo et al., 2016). Preliminarmente, si verificano postura, appoggi e controllo motorio (braccia/spalle, mani e movimenti della testa) durante il tempo di permanenza nella posizione in ginocchio durante il saluto (*zarei*), rilevante soprattutto in bambini con ADHD (Barkley, 2015).

Segue l’accertamento della fluidità e del tempo di sostegno attentivo nei circuiti fissi che il bambino affronta utilizzando gli schemi motori di base (gattonamento, strisciamento, rotolamento, salita alla spalliera, etc.) (Gabbard, 2018). Con riferimento allo schema corporeo e ai profili di combinazione motoria, si osserva la progressione nel riconoscimento delle parti del corpo proprie e altrui, la relativa gestione integrale e segmentata, nonché la sincronizzazione e dissociazione del movimento tra arti superiori e inferiori (Shumway-Cook & Woollacott, 2017). Le capacità di equilibrio sono osservate con test su trave bassa, integrati da doppi compiti e lavori in schema crociato (Adolph & Berger, 2006).

L’area delle funzioni esecutive è esaminata attraverso test sulla memoria di lavoro e sulle capacità visuo-spaziali e uditive:

- Nel test Alpha Span, il bambino deve ripetere e/o toccare e/o raggiungere, in ordine sequenziale e, ove possibile, alla rovescia (Engle, 2010), parole e/o forme e/o colori e/o numeri indicati dal maestro. Viene annotato il numero di elementi gestiti ed il tempo di attenzione (Alloway, 2007).



- Nel test N-back, il bambino affronta con un determinato schema motorio (es. salto a piè pari) una serie di cerchi di diversi colori posizionati a terra, in linea, uno dietro l'altro. Entrando in un cerchio, deve menzionare, senza voltarsi, il colore del cerchio che ha appena superato. Viene misurando *span* e tempo di impegno (Kirchner, 1958; Jaeggi et al., 2010).

L'indagine sull'area attentiva (sostegno e selezione) osserva le risposte del bambino (controllo/reattività) nell'allerta fasica, in risposta all'introduzione di distrattori e durante l'impegno motorio prolungato nei circuiti fissi, con richiesta a sorpresa di ulteriori compiti finali (Posner & Petersen, 1990). Una verifica non standardizzata riguarda infine le competenze socio-emotive, con riferimento alla gestione della frustrazione, della rabbia e delle strategie di evitamento. In tal senso, si osservano e si annotano le reazioni del bambino (frequenza, intensità, durata) in situazioni di:

- Compiti sovradimensionati (Barkley, 2015)
- Cessazione dell'attività gradevole
- Competizione e sconfitta
- Attesa e rispetto del turno
- Gratificazione differita o assenza di rassicurazione

Vengono infine registrate le dinamiche e i tempi di ripristino dell'equilibrio emotivo (Zins et al., 2007).

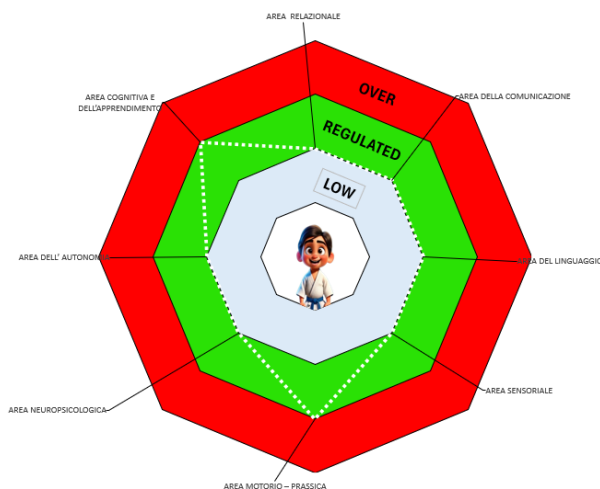
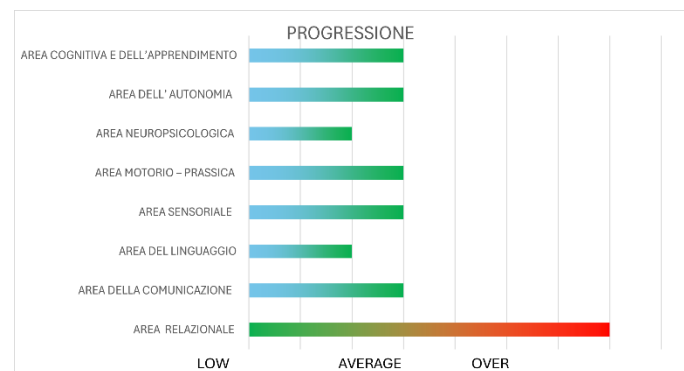
2.6.10.2. Report

Due relazioni di sintesi, redatte a completamento del mesociclo (3 mesi dalla presa in carico) e del macrociclo (8 mesi dalla presa in carico), offrono un quadro analitico e d'insieme delle risposte del bambino, tracciando l'evoluzione delle sue competenze neuropsicomotorie (Case-Smith & O'Brien, 2014; Miller et al., 2017). I report si basano su una preliminare anagrafica essenziale, indicativa del contesto familiare, ambientale e riabilitativo, e sull'identificazione dei punti di forza, delle aree di agio e delle criticità (Barton & Mandich, 2005). La sezione "Inizio attività e colloquio con i genitori" sottolinea l'importanza di un'indagine ereditaria, ambientale e motivazionale, fondamentale per la presa in carico e per le osservazioni iniziali sull'inserimento del bambino (Raver, 2002;

Bronfenbrenner, 1979). Segue un approfondimento analitico delle aree di intervento - tonico-posturale, senso-percettiva, motorio-prassica, funzioni esecutive e adattivo-comportamentale - corredato da indicazioni operative per i periodi successivi (Case-Smith & O'Brien, 2014; Zelazo & Carlson, 2012).

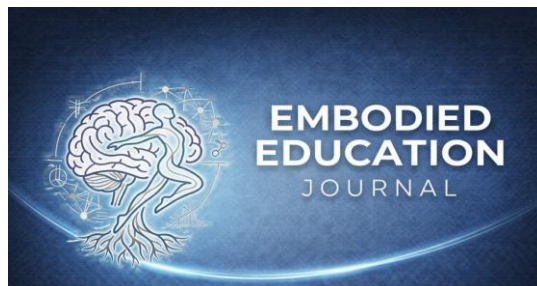
2.6.10.3. Grafici di sintesi

A corredo del report, i grafici radar forniscono una mappatura sintetica, intuitiva e multidimensionale delle competenze neuropsicomotorie del bambino registrate alla data, evidenziandone il grado di equilibrio e integrazione (Smith & Jones, 2019). Il grafico si articola in tre fasce concentriche - “LOW” (immaturo/scarso), “REGULATED” (adeguato, equilibrato) e “OVER” (in eccesso) - che rappresentano il livello di funzionamento del bambino nelle aree motorio-prassica, sensoriale, linguistica e comunicativa, degli apprendimenti, delle funzioni esecutive, delle relazioni e dell'autonomia (Brown et al., 2021). Un ulteriore grafico a barre permette poi di monitorare in modo dettagliato le progressioni temporali, facilitando l'individuazione delle aree sensibili agli stimoli e quelle che necessitano di potenziamento (Wilson, 2018). L'utilizzo regolare di questi strumenti grafici consente di sovrapporre i profili evolutivi del bambino, visualizzando in modo chiaro i cambiamenti conseguiti a seguito degli interventi (Miller & Taylor, 2020). Questo approccio favorisce l'oggettivazione delle valutazioni, l'identificazione di eventuali disarmonie nelle risposte e la condivisione delle informazioni con genitori, terapisti, scuole e dipartimenti di neuropsichiatria infantile, fondamentale per la personalizzazione e la calibrazione continua degli interventi educativi/riabilitativi/sportivi e per la stesura e l'aggiornamento dei Piani Didattici Personalizzati (PDP) (Garcia & Lee, 2017).



2.6.10.4. Indagine statistica

Dalla micro alla macro-osservazione, il gruppo di lavoro di Educajudo ha condotto un'estesa indagine statistica, iniziata in epoca pre-pandemica ed ultimata nel 2024, con l'obiettivo di analizzare le percezioni, le dinamiche e le esigenze delle famiglie coinvolte nel settore delle arti marziali, con focus sui bambini di 3-5 anni. La ricerca ha generato un dataset complessivo di 93.219 risposte, derivante dalla somministrazione di 70 quesiti a 654 partecipanti nel periodo pre-covid (45.780 dati) e di 63 quesiti a 753 partecipanti nel periodo post-covid (47.439 dati).



La metodologia di analisi ha impiegato gli indici di Gini e Shannon-Wiener per valutare l'omogeneità delle risposte e il Test Esatto di Fisher per determinare la significatività statistica delle differenze, con una soglia di $p\text{-value} < 0,05$ per l'inferenza di relazioni causali.

La rilevanza del sondaggio, che risiede nella sua vasta portata e nella capacità di raccogliere dalle famiglie un volume considerevole di dati, configura una preziosa prospettiva empirica delle recenti trasformazioni socio-culturali con riferimento alla composizione dei nuclei familiari, ai relativi profili di istruzione e lavorativi, alla dimensione scolastica e relazionale dei bambini, alle abitudini di questi ultimi in rapporto alla motricità e ai device, all'alimentazione, alle motivazioni e agli aspetti che influenzano la scelta dello sport. I risultati del sondaggio hanno permesso di cogliere le priorità dei genitori, le loro aspettative ed una serie di indicatori utili per l'ottimizzazione dell'offerta didattica e della comunicazione.

2.7. Impatto

Le attività di EducaJudo producono benefici significativi su più piani:

- a) in favore dei bambini, favorendo l'inclusione, lo sviluppo di una crescita armonica e la gestione proattiva delle fragilità neuropsicomotorie;
- b) parallelamente, i genitori trovano in EducaJudo uno spazio di accoglienza e sicurezza, privo di giudizio, dove ricevere un orientamento ed un sostegno educativo;
- c) a livello sistemico, il programma volge ad integrare le azioni di supporto in ambito scolastico (sostegno e rendimento), terapeutico e sanitario, facilitando una gestione più efficace del benessere infantile.

Il Ministro per lo Sport e i Giovani, Andrea Abodi: *«Un progetto meraviglioso che consente al bambino di apprendere la cultura del movimento attraverso gli aspetti motori, cognitivi e disciplinari e consacra il riconoscimento costituzionale del valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme.*

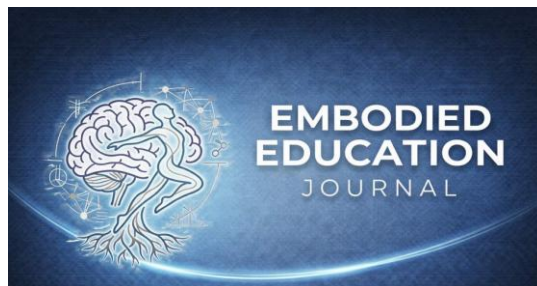
Il Ministro dell'Istruzione, Giuseppe Valditara: *«Un'iniziativa di così alto valore educativo e sociale, che non solo valorizza il ruolo dello Sport come strumento di crescita e benessere ma contribuisce attivamente a sostenere i bambini con bisogni educativi speciali e le loro famiglie».*

Il presidente del CONI, Giovanni Malago: *« Questo è il futuro! ».*

Il presidente di Sport e Salute, Marco Mezzaroma: *«Un welfare tra sport, scuola e sanità, esattamente quello che Sport e Salute si prefigge di realizzare dal primo giorno in cui è nata. Potenziamento scolastico, deflazione sanitaria, supporto alla genitorialità e sinergia interprofessionale. Ecco il cammino che avete intrapreso accettando questa sfida che porterà a tutto questo. Mi auguro che tante Federazioni prendano il Vs esempio».*

2.8. GLO, PDP, PEI

Il Gruppo di Lavoro Operativo (GLO) è l'organo collegiale scolastico - composto da docenti di classe, genitori e professionisti di area sanitaria - deputato ad elaborare ed approvare i piani educativi



individualizzati e/o didattici personalizzati, delineando obiettivi e strategie di supporto per i bimbi con bisogni educativi speciali (MIUR, 2020).

In questo contesto, la partecipazione del maestro di EducaJudo ai GLO e l'analisi dei dati da questi raccolti durante le attività in palestra forniscono elementi qualitativi che arricchiscono significativamente il processo di osservazione del funzionamento globale del bambino (autonomia, stili di apprendimento, capacità attentive, regolazione emotiva, problem solving, relazioni, etc.) sulla base degli indicatori e delle potenzialità che emergono in un ambiente percepito dal bambino come “non clinico/istituzionale” e che invece possono rimanere latenti in altri ambiti.

Queste informazioni, integrate con le valutazioni degli altri professionisti coinvolti nel percorso educativo e terapeutico, vengono recepite nel verbale di assemblea e trasfuse nei PDP o nei PEI, tracciando in maniera più completa e mirata le future traiettorie didattiche.

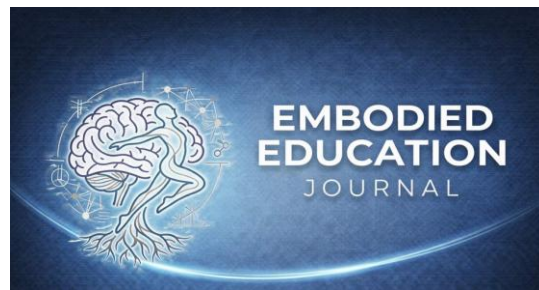
2.9. Risultati

I risultati ottenuti sui bambini in età prescolare nel periodo post-pandemico sono stati raccolti e documentati attraverso un processo di tracciabilità multi-livello, avviato con la raccolta anamnestica iniziale e proseguito tramite l'analisi sistematica delle videoregistrazioni delle attività, la compilazione strutturata di diari di bordo e la redazione di report periodici, corredati degli esiti dei test osservativi e dei grafici di sintesi (Linee guida MIUR, 2020; APA, 2013).

Il materiale prodotto è stato condiviso con i dipartimenti di neuropsichiatria infantile, i terapeuti della neuropsicomotricità ed il personale scolastico, con l'obiettivo di supportare la redazione dei Piani Educativi Individualizzati (PEI) o Personalizzati (PDP) e la definizione di traiettorie di intervento educativo e riabilitativo personalizzate (D'Alonzo, 2022).

In attesa dell'attivazione di un'indagine strumentale finalizzata a valutare le risposte neurocognitive dei bambini – con particolare riferimento alle funzioni attentive – le evidenze raccolte sul campo restituiscono un quadro statisticamente rilevante di miglioramento nei profili motori, cognitivi e di autoregolazione emotiva dei bambini, con ricadute positive sull'autonomia funzionale e sulle competenze relazionali (Baron-Cohen et al., 2017). Nei bimbi con Disturbi dello Spettro Autistico (ASD) sono stati osservati miglioramenti significativi nell'aggancio visivo, nella comunicazione verbale e non verbale, nella tolleranza agli stimoli sensoriali e nella profonda riduzione della frequenza e dell'intensità di comportamenti stereotipati e rigidi (Lord et al., 2018).

Nei profili con Disturbi del Comportamento e/o Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD), è stato rilevato un avanzamento consistente nel controllo motorio, nella stabilizzazione dell'attenzione e nelle funzioni inibitorie legate all'impulsività (Barkley, 2020). I genitori hanno sottolineato il senso di sicurezza, di inclusione e di supporto ricevuto, esprimendo un elevato grado di soddisfazione (cfr. anche recensioni educajudo su google e fb) rispetto ai progressi osservati nei propri figli ed apprezzando l'approccio integrato e multidisciplinare dell'intervento (Abosi & Sezgin, 2021).



3. Dall'esperienza di campo alla formazione nazionale: EduTraining Class

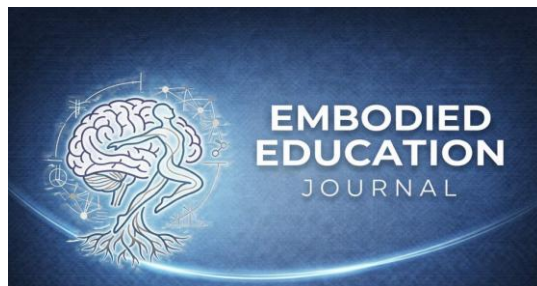
Nel 2024, il modello EducaJudo è divenuto struttura portante della formazione nazionale specialistica promossa dalla Federazione Italiana Judo, Lotta, Karate e Arti Marziali (FIJLKAM), con riferimento alla didattica delle arti marziali e delle attività motorie per bambini di 3-5 anni. L'iniziativa, originariamente indirizzata agli insegnanti tecnici del settore judo e successivamente estesa ai tecnici delle ulteriori discipline federali e ai professionisti di area educativa e socio-sanitaria, giunge a valle della raccolta e della produzione sistematica dei contenuti didattici, nonché della progettazione e dello sviluppo della piattaforma digitale EduTraining Class, concepita per l'erogazione della formazione in modalità asincrona (EduTraining Class, 2024).

Il programma, di taglio neuropsicomotorio e basato su evidenze scientifiche, descrive in modo organico ambiti e modalità operative per promuovere lo sviluppo delle funzioni esecutive, dei prerequisiti di apprendimento e delle competenze psico-emotive del bambino attraverso il vissuto corporeo e relazionale che questi sperimenta sul tatami. Il progetto pilota ha contribuito a legittimare il ruolo dell'EduTrainer come figura educativa-abilitativa, delineando la sua funzione di raccordo con le famiglie, il sistema scolastico e i servizi socio-sanitari, in un'ottica di corresponsabilità educativa e prevenzione precoce.

Parallelamente, ha segnato un'importante svolta anche sotto il profilo normativo/amministrativa, nella misura in cui ha introdotto l'abbassamento dell'età minima per il tesseramento sportivo a 3 anni. Questa misura, destinata a produrre effetti significativi sul piano sociale e culturale, ufficializza l'accesso anticipato delle famiglie ai percorsi educativi fondati sulle arti marziali, riconosciute per il loro valore pedagogico e per il contributo allo sviluppo globale del bambino.

3.1. Struttura

Modalità
- parte on line (teorico-applicativa), asincrona, accessibile h24, su piattaforma digitale: 10 ore di video-lezioni, 20 ore di studio
- tirocinio: 10 lezioni di 45 min./1 ora, con uno stesso gruppo di bambini di 3-5 anni)
- report del tirocinio: compilazione del "diario di bordo"
- full immersion in presenza (Clinic): 10 ore <i>full immersion</i> in presenza, di didattica laboratoriale
- esame finale teorico-pratico
- proclamazione in videocall
Destinatari
- Insegnanti tecnici e tesserati maggiorenni di tutte le discipline Fijlkam
- Insegnanti e tesserati (>18 anni) di altre Federazioni Sportive, Enti di Promozione Sportiva e Discipl. Sport. Assoc.
- Corpo docente scolastico
- Insegnanti di sostegno
- Operatori di area educativa / riabilitativa / socio-sanitaria
- Studenti e professionisti di area motoria, educativa, socio-psicopedagogica
Docenti
25 relatori online e 10 in presenza, appartenenti al mondo accademico, sportivo, scolastico, sanitario
Sedi
8 macroaree territoriali su tutto il territorio nazionale
Riconoscimenti
Diploma nazionale Fijlkam, inserimento nel registro nazionale degli specialisti delle attività motorie per l'infanzia



3.2. La piattaforma digitale

Il corso di formazione è erogato (per la parte online) per il tramite di una piattaforma digitale (www.edutrainingclass.it) fruibile in modalità asincrona, con accesso h24, progettata per garantire la massima flessibilità e adattabilità alle esigenze di un'utenza prevalentemente professionale. Offre ai corsisti i seguenti contenuti multimediali:

- Animazioni grafiche e slide
- Video-commento alle slide con l'intervento di personalità di prestigio del mondo accademico, sportivo, scolastico e sanitario
- Immagini immersive di approfondimento
- Test di verifica a sbarramento
- Archivio video in 4K sulla didattica in età prescolare
- Video-Clip con esempi pratici dei giochi (judo, lotta, karate, arti marziali),
- Dashboard e statistiche del percorso di studi
- Guida alla navigazione in piattaforma
- Faq: risposta alle domande più frequenti
- Form precompilato per il «diario di bordo» del tirocinio
- Bibliografia internazionale con letture consigliate

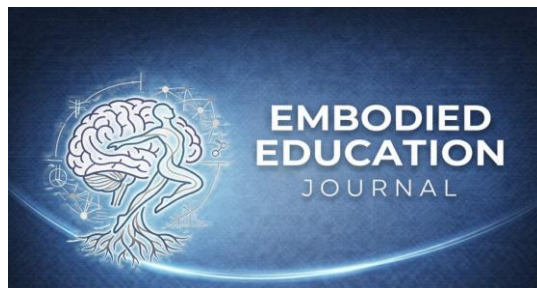
3.3. Tirocinio

Al termine del modulo teorico online, il corsista è tenuto a completare un percorso pratico volto all'applicazione operativa delle metodologie acquisite. Questa fase prevede lo svolgimento di 10 sessioni didattiche, ciascuna della durata compresa tra 45 minuti e 1 ora, da realizzarsi in 10 distinte giornate, con il medesimo gruppo di bambini di età compresa tra i 3 e i 5 anni. L'analisi degli elaborati prodotti dai corsisti ha evidenziato come tali attività siano state condotte in una pluralità di ambienti, tra cui scuole dell'infanzia, palestre e spazi pubblici, con il coinvolgimento attivo del personale educativo e di sostegno.

3.4. Report del tirocinio

La struttura del report del tirocinio è stata elaborata sul modello del diario di bordo utilizzato in palestra durante le lezioni di Educajudo, adattato alle esigenze dell'Edutraining Class. Si compone di 10 fogli progressivi, da integrare a cura del corsista, indicativi dei seguenti elementi:

- Data e luogo del corso e cronologico della lezione
- Caratteristiche della composizione del corso (fascia di età dei bambini, numero, numero assistenti, numero bambini che mostrano particolari difficoltà)
- Setting, indicazione degli elementi di rischio, presenza o meno dei genitori
- Durata ed obiettivi della lezione, giochi proposti, segmentazione percentuale della lezione, elementi di disturbo, misure di gestione



- Approccio emotivo, registro della lezione, feedback bambini, autovalutazione del docente

Il documento è corredato poi da una scheda integrabile di sintesi, da compilare al completamento del tirocinio, indicativa delle strategie didattiche e della progressione adottate nelle seguenti aree:

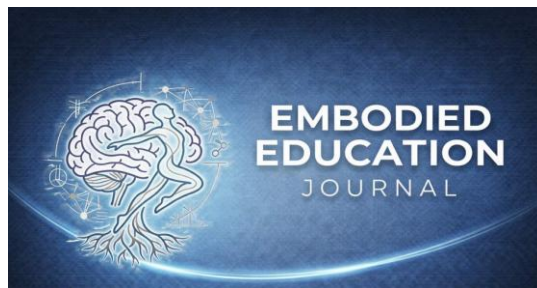
- Misure organizzative preliminari (scheda informativa dell'allievo, colloquio preliminare con i genitori, etc.)
- Organizzazione della lezione (prevenzione dei rischi, collocazione strumenti di lavoro, regole di accesso e permanenza nell'area di pratica, setting della lezione, vigilanza, etc.)
- Atteggiamento (stato d'animo iniziale, registro della lezione, controllo, resilienza, etc.)
- Linguaggio (adeguatezza, comprensibilità, logicità, rinforzi, ricalchi, ascolto del bambino, etc.)
- Comunicazione e relazioni (teatralità, eleganza, coinvolgimento, etc.)
- Metodi e Stili didattici utilizzati
- Segmentazione della lezione
- Impatto dell'insegnamento sui bambini (aspetti motori e comportamentali)

Completa il percorso la sezione dedicata alle considerazioni finali, nella quale il corsista è invitato a riflettere e a descrivere in forma libera la propria esperienza. In via facoltativa, è inoltre prevista la possibilità di realizzare un breve elaborato audiovisivo (della durata massima di 3 minuti) a supporto della propria testimonianza. Quest processo, così come congegnato, ha permesso di registrare dettagliatamente la fase applicativa dei corsisti e, segnatamente, le reazioni dei bambini dinanzi alle diverse proposte didattiche, con annotazioni sui loro progressi, sulle criticità emerse e sui feedback in autovalutazione dell'insegnante.

3.5. Clinic

La "Clinic" rappresenta la tappa finale del percorso formativo EduTraining Class, strutturata come laboratorio esperienziale in modalità full immersion. La sua articolazione territoriale, con sedi dislocate in diverse aree del Paese (Leini, Verona, Cornaredo, Pomigliano d'Arco, Massa Martana, Catania, Macomer e il Centro Olimpico FIJKAM di Ostia Lido) ha rappresentato un fattore determinante nel garantire un'ampia partecipazione a livello nazionale. Le otto edizioni hanno coinvolto un totale di 291 partecipanti, con una prevalenza di insegnanti provenienti dal settore judo, una presenza significativa di praticanti di karate e la partecipazione di studenti e professionisti di area motoria, educativa e socio-sanitaria.

La partecipazione femminile ha superato in alcune sedi il 50% del totale; la composizione anagrafica totale – con età comprese tra i 18 e i 75 anni – ha evidenziato un interesse ampio e intergenerazionale. Il corpo docente ha complessivamente incluso dieci formatori, con una media di quattro relatori per ciascun evento, garantendo pluralità di approcci metodologici e una significativa ricchezza formativa. Il clima operativo si è caratterizzato per un forte orientamento alla collaborazione e alla condivisione, favorito dall'adozione di una divisa unica, simbolicamente rilevante per il superamento di distinzioni legate a diverse discipline, gradi e qualifiche.



Le attività proposte, ispirate a un modello didattico-manageriale, hanno incluso esercitazioni di gruppo, simulazioni, role playing, sessioni pratiche di comunicazione con le famiglie e l'analisi di casi reali. Particolarmente rilevante è stata la conduzione di attività pratiche da parte dei corsisti con i bambini appartenenti al target educativo del programma, a dimostrazione del carattere applicativo e professionalizzante del percorso. Il contesto formativo, improntato a un'atmosfera accogliente e motivante, ha contribuito a rafforzare il senso di appartenenza e la coesione del gruppo partecipante.

3.6. Esame

Le Clinic si concludono con una prova teorico-pratica, concepita come momento istituzionale di verifica e riconoscimento formale delle competenze acquisite dai corsisti durante il percorso formativo.

L'esame comprende quesiti relativi ai contenuti teorici e metodologici trattati, oltre all'analisi critica di casi più ricorrenti che si verificano nel contesto di pratica sportiva/educativa. Ai corsisti è stato richiesto di simulare modalità di intervento, dimostrando padronanza operativa, capacità di adattamento e risoluzione dei problemi. Un'ulteriore area di valutazione ha riguardato il rapporto con le famiglie, attraverso domande mirate alla gestione della comunicazione e alla costruzione di un dialogo efficace con genitori e figure professionali di riferimento.

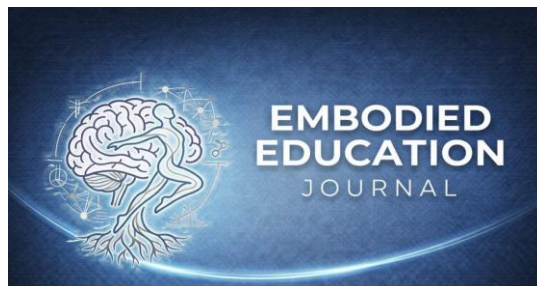
3.7. Correzione degli elaborati e proclamazione

Dopo lo svolgimento della Clinic, viene svolta una videoconferenza dedicata all'analisi collettiva dei report del tirocinio e degli elaborati d'esame, seguita dalla proclamazione ufficiale dei corsisti specializzati nella didattica delle arti marziali e delle attività motorie per l'infanzia. L'incontro si apre con una macro-osservazione condivisa, volta a restituire un quadro d'insieme dei comportamenti e delle metodologie prevalenti, delle criticità emerse e delle strategie di problem solving adottate dai corsisti. A seguire, si procede con un'analisi dei singoli compiti, discussi collettivamente per favorire un apprendimento riflessivo e dialogico, orientato al miglioramento condiviso. L'incontro si conclude con la proclamazione dei partecipanti, che celebrano il traguardo raggiunto indossando il tradizionale "tocco" in formato digitale.

3.8. Registro Nazionale

Il Registro Nazionale EduTraining Class (<https://www.edutrainiclass.it/it/registronazionale/>) è la piattaforma digitale pensata per facilitare l'incontro tra le famiglie e i professionisti esperti nella didattica delle arti marziali e delle attività motorie per l'infanzia. L'obiettivo è quello di rafforzare la visibilità e il riconoscimento delle competenze degli operatori attivi nel settore motorio-educativo, attraverso un sistema di promozione centralizzato, costruito su criteri di indicizzazione efficiente e facilmente accessibile.

Il Registro si configura come un archivio qualificato e aggiornato, destinato a divenire uno strumento di riferimento per la programmazione di interventi educativi rivolti alla fascia 3–5 anni da parte di scuole dell'infanzia, soggetti del terzo settore ed enti pubblici. La sua adozione rappresenta un'opportunità strategica per rafforzare la coerenza e l'efficacia delle politiche educative locali, offrendo una base



condivisa per la valorizzazione delle competenze professionali e per una più efficace integrazione territoriale degli interventi.

3.9. Impatto e generatività

Il progetto nazionale EduTraining Class, promosso con il sostegno del Ministro per lo Sport e i Giovani, del Ministero dell'Istruzione, del Presidente del CONI e del Presidente di Sport e Salute, ha coinvolto circa 4.000 bambini sul territorio nazionale, rappresentando un'evidente dimostrazione della sua scalabilità. I dati documentati nei report del tirocinio hanno messo in luce l'efficacia dell'applicazione del modello Educajudo su larga scala, evidenziando un'accelerazione nello sviluppo motorio, delle capacità adattive e di autoregolazione emotiva nei bambini.

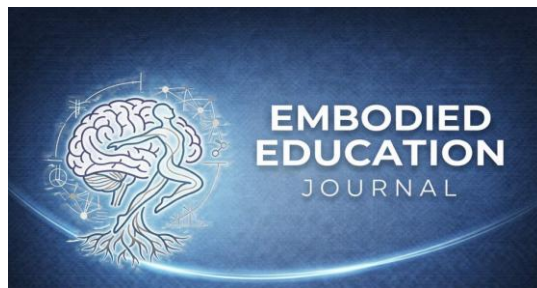
I corsisti, dal canto loro, hanno acquisito competenze utili alla pianificazione e alla programmazione di attività specificamente calibrate sulla fascia prescolare e all'intercettazione precoce di potenziali disordini del neurosviluppo. Queste conoscenze si riflettono positivamente sul rafforzamento del senso di sicurezza e fiducia dei genitori, i quali riconoscono nel progetto un valido supporto alla funzione educativa.

Alla luce degli effetti positivi già osservati su migliaia di famiglie e delle ricadute sistemiche nei contesti sportivi, scolastici e sanitario, EduTraining Class, powered by Educajudo, va considerato un progetto a elevato impatto sociale, capace di generare valore aggiunto nel tempo, di costituire reti educative, di alimentare circuiti virtuosi connessi alla formazione degli operatori.

4. Traiettorie di ricerca e sviluppo

Il modello Educajudo apre significative traiettorie di ricerca orientate alla validazione empirica, all'ottimizzazione dei protocolli e alla promozione di collaborazioni nazionali e internazionali finalizzate alla sua implementazione e replicabilità. In quest'ottica, si delineano tre ambiti principali di investigazione:

- a) Una prima linea di ricerca riguarda l'analisi dell'impatto del metodo sui meccanismi attentivi dei bambini. L'adozione di strumentazioni neurofisiologiche non invasive – in particolare la spettroscopia funzionale nel vicino infrarosso (fNIRS) e l'elettroencefalografia (EEG) – consente di rilevare in modo diretto e affidabile l'attività cerebrale durante l'esecuzione delle attività previste nel percorso didattico, di mappare le variazioni nei profili attentivi, individuando i correlati neurocognitivi coerenti con gli obiettivi del programma.
- b) Un secondo ambito di studio si concentra sugli effetti a lungo termine del metodo, con particolare riferimento allo sviluppo socio-emotivo dei bambini, al rendimento scolastico e alla prevenzione di comportamenti disfunzionali. Attraverso protocolli longitudinali e confronti con gruppi di controllo, è possibile osservare l'evoluzione delle competenze adattive e delle capacità di autoregolazione emotiva, monitorando l'impatto complessivo del percorso educativo nel tempo.
- c) Una terza prospettiva di indagine può essere orientata ad esplorare, attraverso l'uso integrato di strumenti qualitativi (interviste, focus group) e quantitativi (questionari standardizzati), gli effetti indiretti del programma sui contesti familiari ed educativi, intercettando i processi di cambiamento anche tra gli adulti di riferimento e nel relativo tessuto sociale.



5. Sostenibilità, replicabilità, scalabilità

La sostenibilità del progetto Educajudo risiede nella sua capacità di mantenere nel tempo l'efficacia sull'evoluzione neuropsicomotoria dei bambini in età prescolare, anche oltre la fase sperimentale. Tale continuità è assicurata dall'integrazione strutturata del modello nei contesti scolastici, sportivi e familiari, dalla formazione continua e specialistica degli operatori coinvolti, nonché dalla produzione di ricadute sistemiche nei settori educativo e sanitario, con effetti positivi a livello interistituzionale.

La replicabilità del modello, fondato sui principi disciplinari del judo ed arricchito di competenze di ambito pedagogico e neuropsicomotorio, è garantita da una struttura didattica organica e codificata, già adottata da federazioni sportive nazionali e da organismi formativi di rilievo internazionale. Il processo di validazione scientifica, condotto in collaborazione con gruppi di ricerca e associazioni tecnico-scientifiche, ne rafforza la solidità metodologica, favorendone la trasferibilità in contesti eterogenei.

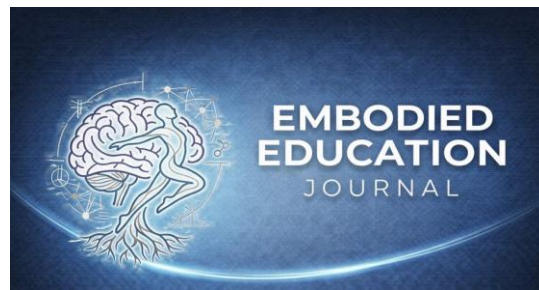
La scalabilità del progetto è dimostrata dall'efficacia della sperimentazione su larga scala, dalla sua versatilità applicativa in ambito educativo, culturale e sanitario e dalla prospettiva di sviluppo basata su un ampio partenariato interdisciplinare, che coinvolge università, centri di ricerca e organizzazioni del terzo settore. In questo quadro, la piattaforma digitale "EduTraining Class" rappresenta uno strumento per la formazione asincrona degli operatori che facilita considerevolmente l'implementazione del modello, contribuendo alla definizione condivisa di linee guida e protocolli per la formazione della figura dell'EduTrainer, con ricadute a livello nazionale e internazionale.

Infine, l'allineamento del progetto alle priorità dei principali strumenti di programmazione europea e regionale afferenti ai settori dell'inclusione sociale, della prevenzione precoce e della promozione del benessere infantile colloca EducaJudo all'interno delle linee di finanziamento previste da programmi quali FSE+, Horizon Europe ed Erasmus+ e da iniziative regionali orientate al sostegno delle categorie fragili.

6. Conclusioni

Le evidenze raccolte dall'applicazione del modello Educajudo indicano un intervento di comprovata rilevanza scientifica, efficace nel promuovere uno sviluppo armonico e bilanciato dei bambini in età prescolare (3-5 anni). Il programma, che coniuga l'approccio corpo a corpo caratteristico delle arti marziali e le competenze derivate dalle discipline pedagogiche e neuropsicomotorie, contribuisce a stimolare e potenziare lo sviluppo integrato delle capacità motorie, cognitive, emotive e relazionali, configurandosi come uno strumento capace di intercettare precocemente eventuali fragilità, di mitigarle ed intervenire in funzione preventiva e/o abilitativa/riabilitativa.

I risultati raggiunti dall'espansione del modello a riferimento nazionale nella didattica delle discipline marziali per l'infanzia hanno dato riscontri documentati su larga scala del miglioramento delle capacità adattive e motorie dei bambini, nell'autoregolazione emotiva, nella consapevolezza corporea e nell'interazione sociale. Ancor prima dei risultati empirici, EducaJudo ha attivato un processo di trasformazione culturale nel campo delle arti marziali, contribuendo a rinnovarne pratiche, linguaggi e approcci attraverso un paradigma centrato sull'accoglienza attiva e sulla valorizzazione delle neurodivergenze in età evolutiva.

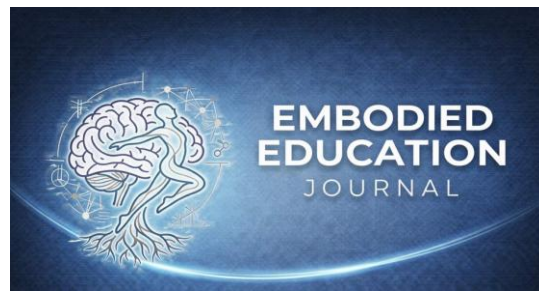


Contestualmente, ha rappresentato una risorsa per il sostegno alla genitorialità mediante iniziative strutturate di informazione e coinvolgimento familiare, promuovendo il raccordo tra ambito sportivo, scolastico e sanitario. Questo approccio integrato ha generato ricadute concrete in termini di efficienza, dialogo e coordinamento intersettoriale nella presa in carico del bambino.

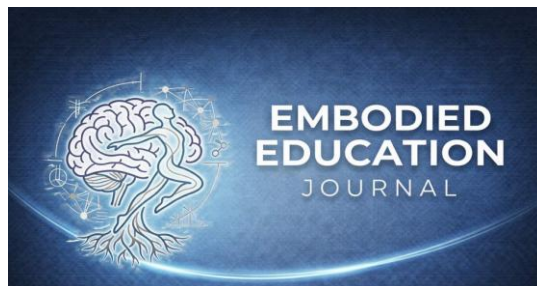
In prospettiva, il modello EducaJudo apre linee di ricerca scientifica incentrate sulla validazione empirica dei suoi effetti, sull'ottimizzazione dei protocolli e sulla definizione di strategie per la sua replicabilità, sostenibilità e adattabilità, delineandosi come una proposta educativa trasversale, in grado di integrare finalità didattiche, formative e inclusive al servizio dell'intera rete di servizi territoriali.

References

- Abosi, C., & Sezgin, F. (2021). *Inclusive practices in early childhood education: From policies to implementation*. Springer.
- Barkley, R. A. (2020). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (4th ed.). Guilford Press.
- Baron-Cohen, S., Lombardo, M. V., & Tager-Flusberg, H. (2017). *Understanding the autism spectrum: Cognitive and neural mechanisms*. Oxford University Press.
- Cazorla, I. M., González-Valero, G., Sánchez-Zafra, M., & Zurita-Ortega, F. (2022). Judo as a context for emotional development in youth: A quasi-experimental study. *Children*, 9(11), 1693. <https://doi.org/10.3390/children9111693>
- Ceciliani, A., & Bortolotti, A. (2021). Physical activity and motor development: Judo as an educational context. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(1), 57–63. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.01007>
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... & McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*, 395(10231), e64. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
- D'Alonzo, L. (2022). *Didattica speciale e inclusione*. FrancoAngeli.
- de Araújo, L. A., Veloso, C. F., de Campos Souza, M., Azevedo, J. M. C., & Tarro, G. (2023). Effects of the COVID-19 pandemic on early childhood development and mental health: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Pediatrics*, 11, 1179817. <https://doi.org/10.3389/fped.2023.1179817>
- Di Tore, P. A., Raiola, G., & López Sánchez, G. F. (2022). Motor activity in early childhood after the pandemic: New challenges and educational perspectives. *Journal of Human Sport and Exercise*, 17(3), 610–619. <https://doi.org/10.14198/jhse.2022.173.12>
- Diamond, A. (2000). Close interrelation of motor development and cognitive development and of the cerebellum and prefrontal cortex. *Child Development*, 71(1), 44–56. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00117>
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Forte, R., Favieri, F., & Casagrande, M. (2021). Cognitive enhancement through judo: Effects on executive functions in school-aged children. *Journal of Sport and Health Science*, 10(5), 580–588. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2021.01.002>
- Fung, L. K., & Lee, S. (2024). Randomised controlled trial on martial arts training (skills + philosophy) for aggressive children. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 10(1), 140–150.
- Greenough, W. T., Black, J. E., & Wallace, C. S. (1987). Experience and brain development. *Child Development*, 58(3), 539–559. <https://doi.org/10.2307/1130197>
- Harwood-Gross, A., Lambez, B., Feldman, R., Zagoory-Sharon, O., & Rassovsky, Y. (2021). The effect of martial arts training on cognitive and psychological functions in at-risk youths. *Frontiers in Pediatrics*, 9, 707047. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.707047>



- Imran, N., Zeshan, M., & Pervaiz, Z. (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(COVID19-S4), S67–S72. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2759>
- Jones, R. A., Hinkley, T., Okely, A. D., & Salmon, J. (2021). Parental perceptions and influences on children's physical activity and sport participation post-COVID-19. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 18(1), 102. <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01126-7>
- Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Reducing aggression with martial arts: A meta-analysis of child and youth studies. *Aggression and Violent Behavior*, 19, 123–141. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2004.04.001>
- Lord, C., Elsabbagh, M., Baird, G., & Veenstra-VanderWeele, J. (2018). Autism spectrum disorder. *The Lancet*, 392(10146), 508–520.
- Marchetti, D., Fontanesi, L., Mazza, C., Di Giandomenico, S., Roma, P., & Verrocchio, M. C. (2021). Parenting-related exhaustion during the Italian COVID-19 lockdown. *Journal of Pediatric Psychology*, 46(10), 1114–1123. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsab012>
- Minghelli, V., & D'Anna, C. (2021). Approccio biopsicosociale all'attività motoria e sportiva in campo educativo: un funzionamento multidimensionale. In *Ricerche in neuroscienze educative. Scuola, Sport e Società* (pp. 119–121). Roma: Edizioni Universitarie Romane.
- Moreira, H., Dias, P., & Matos, A. P. (2021). The impact of judo training on empathy and social skills in children. *Frontiers in Psychology*, 12, 659847. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.659847>
- Moreira, M., Veiga, G., Lopes, F., Hales, D., Luz, C., & Cordovil, R. (2023). Kindergarten Affordances for Physical Activity and Preschoolers' Motor and Social-Emotional Competence. *Children*, 10(2), 214.
- Orgilés, M., Morales, A., Delvecchio, E., Mazzeschi, C., & Espada, J. P. (2021). Immediate psychological effects of the COVID-19 quarantine in youth from Italy and Spain. *Frontiers in Psychology*, 12, 579038. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.579038>
- Piaget, J. (1964). Development and learning. In R. E. Ripple & V. N. Rockcastle (Eds.), *Piaget rediscovered: A report of the conference* (pp. 7–20). Cornell University.
- Piaget, J. (1964). La formazione del simbolo nel bambino.
- Pierce, M., Hope, H., Ford, T., Hatch, S., Hotopf, M., John, A., ... & Abel, K. M. (2021). Mental health before and during the COVID-19 pandemic: a longitudinal probability sample survey of the UK population. *The Lancet Psychiatry*, 8(2), 100–108. [https://doi.org/10.1016/S2215-0362\(20\)30462-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0362(20)30462-X)
- Prime, H., et al. (2020). The pandemic within a pandemic: Mental health impacts of COVID-19 on young children and their parents. *Pediatrics*.
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Provenzi, L., & Tronick, E. (2020). The power of disconnection during the COVID-19 emergency: From isolation to reparation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S252–S254. <https://doi.org/10.1037/tra0000619>
- Schillaci, G., & Varalda, M. (2021). Valutazione dell'impatto del periodo di pandemia da COVID-19 nelle competenze motorie di base (FMS) in bambini in età prescolare. *IUL Research*, 2(4), 51–63. <https://doi.org/10.57568/iulres.v2i4.174>
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/9824>
- Smith, J., Patel, R., & Lee, A. (2024). The impact of lockdown on child adjustment: A propensity score matched analysis. *BMC Psychology*, 12, 45. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01894-4>
- Smith, L., Gardiner, P., & Wolf, S. (2022). Impact of COVID-19 lockdown on children's motor skills and the role of physical activity interventions post-pandemic. *Journal of Physical Activity & Health*, 19(4), 327–335. <https://doi.org/10.1123/jpah.2021-0485>
- Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents and children facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713>



- Spinelli, M., Lionetti, F., Setti, A., & Fasolo, M. (2020). Parenting stress during the COVID-19 outbreak: Socioeconomic and environmental risk factors and implications for children emotion regulation. *Family Process*, 59(4), 1456–1473. <https://doi.org/10.1111/famp.12543>
- Sterkowicz-Przybycień, K., & Miarka, B. (2020). Psychological aspects and decision-making in judo: What do young judoka learn from the sport? *Archives of Budo*, 16, 223–232. <https://www.archbudo.com>
- van Vugt, M. K., Westenberg, P. M., & Oei, N. Y. L. (2024). Martial arts training enhances oxytocin response: Effects of close-contact grappling. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 10(1), 123–135.
- Villani, D., Riva, G., Parisi, R., & Cipresso, P. (2023). Discipline and symbolism in martial arts: The role of rituals and belts in cognitive and social development. *European Journal of Developmental Psychology*, 20(2), 305–319. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2091186>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945–947. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30547-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30547-X)
- Yang, D. D., Yao, Q., & Wang, X. Y. (2024). The influence and mechanism of Chinese martial arts on improving interpersonal skills in adolescents: A randomized controlled trial. *Revista de Psicología del Deporte*, 34(1), 80–90.
- ISTAT. (2022, dicembre 9). Sport, attività fisica, sedentarietà – Anno 2021 [Comunicato]. Istituto Nazionale di Statistica. <https://www.istat.it/it/archivio/274701>
- ISTAT. (2023). L'inclusione scolastica degli alunni con disabilità. Anno scolastico 2022/2023. Istituto Nazionale di Statistica. <https://www.istat.it/it/archivio/291144>
- ISTAT. (2024). Disabilità e scuola, un binomio complesso. Istituto Nazionale di Statistica (News Dati alla mano). <https://www.istat.it/it/archivio/291144>
- ISTAT. (2025). L'inclusione scolastica degli alunni con disabilità – Anno scolastico 2023-2024. Istituto Nazionale di Statistica.
- MIUR – Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. (2020). *Linee guida per l'inclusione scolastica degli alunni con disabilità*. Roma: MIUR.
- Ministero della Salute. (2021). *Attività fisica: linee di indirizzo sull'attività fisica per le diverse fasce d'età*. <https://www.salute.gov.it>
- Educajudo. (2024) <https://educajudo.it/it/articoli/Il-Mondo-Dei-Bambini/>
- La Comune. (2020). Il contributo del Judo nella formazione del bambino. <https://la-comune.com>
- Nami Academy. (2024). *Judo: Benefici e Pratica per Bambini e Adulti*.
- Openpolis & Con i Bambini. (2022). Lo sport tra i minori nel post-Covid. Openpolis. <https://www.openpolis.it/lo-sport-tra-i-minori-nel-post-covid/>
- Openpolis & Con i Bambini. (2023, marzo 1). Con la pandemia aumentano bambini e ragazzi che non fanno sport [Statistiche]. Openpolis. <https://www.openpolis.it/numeri/con-la-pandemia-aumentano-bambini-e-ragazzi-che-non-fanno-sport/>
- State of Mind. (2021, giugno). La limitazione del contatto e il sistema di attaccamento. *Psicologia*. <https://www.stateofmind.it>
- Bradić, A. (2024). Pedagogical aspects of judo: From Kano's principles to modern educational sport. *International Journal of Martial Arts Studies*, 5(1), 33–49. <https://doi.org/10.1234/ijmas.v5i1.2024>
- Green, C., & Svinth, J. R. (Eds.). (2010). *Martial arts in education: Philosophies, ethics and values*. New York, NY: Routledge.