

**Un interessante articolo pubblicato sul sito della FIAB. Un motivo in più per credere nella bontà del nostro pedibus e per cercare di potenziarlo!**

**Buona lettura!**

## **Più concentrato chi va a scuola in bici, lo dice uno studio danese**

Lunedì, 26 Novembre 2012 12:32



**Andare a scuola a piedi o in bicicletta aumenta la capacità di concentrazione** degli studenti, influenzando positivamente sull'apprendimento. E' quanto sostiene uno studio congiunto di alcuni ricercatori delle università danesi di Copenaghen e Ahrus, i cui risultati sono stati resi noti venerdì scorso.

Il sondaggio è stato svolto tra **19.527** alunni di età compresa tra i 5 e 19 anni. I ragazzi, classificati tra coloro che si recano a scuola a piedi e in bici, e chi con i mezzi pubblici o accompagnati in auto, hanno dovuto sostenere alcuni esercizi per misurare il livello di concentrazione a cui, chi aveva precedentemente effettuato dell'attività fisica, si è fatto trovare decisamente **più preparato**. In particolare, un alunno medio di terza elementare che va a scuola a piedi o in bici mostra livelli di concentrazione pari a quelli dei suoi compagni **un anno e mezzo più avanti** con gli studi che invece vanno in macchina o con i mezzi pubblici.

Uno degli autori dello studio, **Niels Egelund**, ha rivelato in un'intervista all'Agence France - Presse (AFP) di essere sorpreso dell'esito del test, avendo inizialmente ipotizzato una maggiore influenza dell'**alimentazione mattiniera** sulla buona concentrazione degli studenti, ma non è andata esattamente così. Una buona prima colazione è importante - assicura il ricercatore - ma evidentemente **pedalare o camminare è ancora più utile**.

Pubblicato da Alessandro Micozzi,

di [amicoinviaggio.it](http://amicoinviaggio.it)