



**ISTITUTO COMPRENSIVO
«FRANCESCO BERNI»
LAMPORECCHIO**

EDUCAZIONE ALLA SALUTE

SALUTE 360°

PROGETTI ANNO SCOLASTICO 2021/'22





PROGETTO:

«AIRC – Incontri con la ricerca, prevenzione e stili di vita» classi seconde

In collaborazione con:
Fondazione AIRC per la
ricerca sul cancro



Obiettivi del progetto:

- Sensibilizzare gli studenti sull'importanza della prevenzione e della ricerca nel campo della salute;
- Maturare competenze relative a stili di vita con valenza preventiva e salutistica.



Attività previste:

- Incontro con ricercatori e volontari AIRC con discussione sui temi della prevenzione in relazione allo stile di vita (alimentazione, movimento, pratiche dannose ecc.);
- Riflessioni con gli insegnanti ed eventuale produzione di elaborati con valore divulgativo sui temi trattati durante il percorso.



PROGETTO:

«AIRC – Incontri con la ricerca, prevenzione e stili di vita» classi terze

In collaborazione con:
Fondazione AIRC per la
ricerca sul cancro



Obiettivi del progetto:

- Sensibilizzare gli studenti sull'importanza della prevenzione e della ricerca nel campo della salute;
- Maturare competenze relative a stili di vita con valenza preventiva e salutistica;
- Approfondire le conoscenze scientifiche relative all'eziologia e alla patogenesi delle malattie oncologiche.



Attività previste:

- Incontro con ricercatori e volontari AIRC con discussione sui meccanismi patogenetici delle malattie oncologiche, sui temi della prevenzione e sull'importanza dello stile di vita (alimentazione, movimento, pratiche dannose ecc.);
- Riflessioni con gli insegnanti ed eventuale produzione di elaborati con valore divulgativo sui temi trattati durante il percorso.



Ricerca, stile di vita e Salute

Salute e impegno civico

PROGETTO:

«AIRC – Cancro io ti boccio e Arance della salute» classi prime

In collaborazione con:
Fondazione AIRC per la
ricerca sul cancro



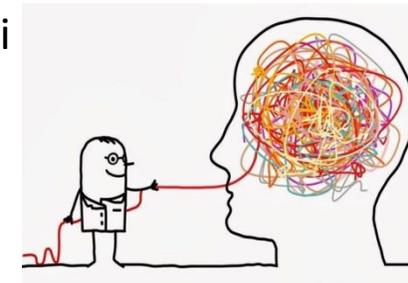
Obiettivi del progetto:

- Maturare conoscenze sui temi della salute e sul rapporto tra stile di vita e benessere;
- Sensibilizzare gli studenti sull'importanza della prevenzione e della ricerca nel campo della salute;
- Maturare consapevolezza del valore della partecipazione ad iniziative civiche volte alla promozione del benessere e della prevenzione.

Attività previste:

- Riflessioni in classe relative ai concetti di salute, di stile di vita e di prevenzione;
- Partecipazione al progetto “Cancro io ti boccio” con iniziative civiche finalizzate alla sensibilizzazione sull'importanza di contribuire a potenziare la ricerca nell'ambito della salute umana;
- Eventuale produzione di elaborati relativi al percorso svolto.





PROGETTO:
«Sportello di ascolto
psicologico»

classi prime, seconde e terze

Obiettivi del progetto:

- Incrementare il benessere personale degli alunni e del gruppo classe;
- Prevenire e/o contenere situazioni di disagio-sofferenza sia a livello individuale che relazionale;
- Individuare precocemente situazioni di disturbi alimentari e collaborare con la altre figure professionali (nutrizionista e/o dietista) per offrire un supporto ottimale;
- Conoscere e definire eventuali difficoltà educative del singolo alunno, estendendo l'indagine agli aspetti problematici più ampi, quali le dinamiche del gruppo classe;
- Rendere gli alunni più consapevoli delle proprie capacità, valorizzando l'autostima personale nel percorso di costruzione del proprio sé;
- Favorire e incentivare le relazioni interpersonali attraverso un coordinamento dell'azione educativa al fine di ottimizzare le risorse e le competenze professionali presenti nella scuola;
- Migliorare le relazioni comunicative tra la scuola e le famiglie.



Attività previste:

- Spazio dedicato agli studenti, alle loro famiglie e ai docenti per confrontarsi con un esperto esterno sulle difficoltà incontrate nel percorso scolastico;
- Incontro iniziale di presentazione e incontro finale di restituzione rivolti alle famiglie e ai docenti.
- Possibilità di richiedere colloqui individuali e interventi nelle classi;
- Attività di accoglienza, sostegno e consulenza su tematiche come orientamento, ambientamento, organizzazione dello studio, ansia da prestazione scolastica e qualsiasi tipologia di disagio.



PROGETTO:

«Incontri con il nutrizionista (o dietista) e sportello alimentare» classi prime, seconde e terze

In collaborazione con:
professionisti
nutrizionisti e/o
dietisti



Obiettivi del progetto:

- Rendere maggiormente consapevoli gli studenti del valore di un corretto rapporto con l'alimentazione in relazione ai vari aspetti della salute della persona;
- Potenziare le conoscenze teoriche sul tema della nutrizione in modo da fornire concreti strumenti per consapevoli scelte alimentari;
- Offrire un supporto qualificato su dubbi, disagi e approfondimenti relativi all'alimentazione;
- Contribuire all'individuazione precoce di situazioni potenzialmente a rischio di disturbi alimentari;
- Migliorare le relazioni comunicative tra la scuola e le famiglie.



Attività previste:

- Incontri nelle classi con il nutrizionista (o dietista) in cui viene presentato il progetto e gli aspetti fondamentali relativi alle tematiche della nutrizione, della sua importanza sulla salute e sullo sport, del rapporto con il cibo e dei disagi che possono emergere durante l'età evolutiva;
- Possibilità per studenti, famiglie e personale docente di richiedere un colloquio privato con lo specialista.



PROGETTO:

«Affettivamente e Andiamo al consultorio»

classi prime, seconde e terze

Obiettivi del progetto:

- favorire un percorso graduale di avvicinamento ai temi dell'affettività e sessualità;
- allenare competenze utili (Linee Guida OMS: Life Skills e Intelligenza Emotiva) per la gestione delle emozioni, delle relazioni sociali ed i rapporti affettivi;
- favorire la costruzione di relazioni positive del gruppo classe, con particolare attenzione verso la conoscenza e l'integrazione dei nuovi alunni delle classi prime;
- fornire supporto ai ragazzi per una presa di coscienza dell'evoluzione fisica-psichica e relazionale tipica dell'età adolescenziale;
- prevenire scorretti stili di vita in relazione alle malattie sessualmente trasmissibili e gravidanze indesiderate;
- conoscere e facilitare la fruizione dei Consultori Giovani dell'ASL (classi Terze).

In collaborazione con:

Azienda USL
Toscana Centro



Attività previste:

- Fino dalla classe prima, realizzazione nel corso dei tre anni di percorsi educativi con gli studenti per lo sviluppo di competenze socio-emotive su: consapevolezza, gestione delle emozioni, empatia, relazioni efficaci;
- Per le classi terze sono previsti incontri on-line con gli esperti dell'Usl (o uscita didattica al consultorio in base alle norme sull'emergenza sanitaria).



PROGETTO:

«Donazione del sangue AVIS»

classi quinte (primaria)
e seconde e terze (secondaria)

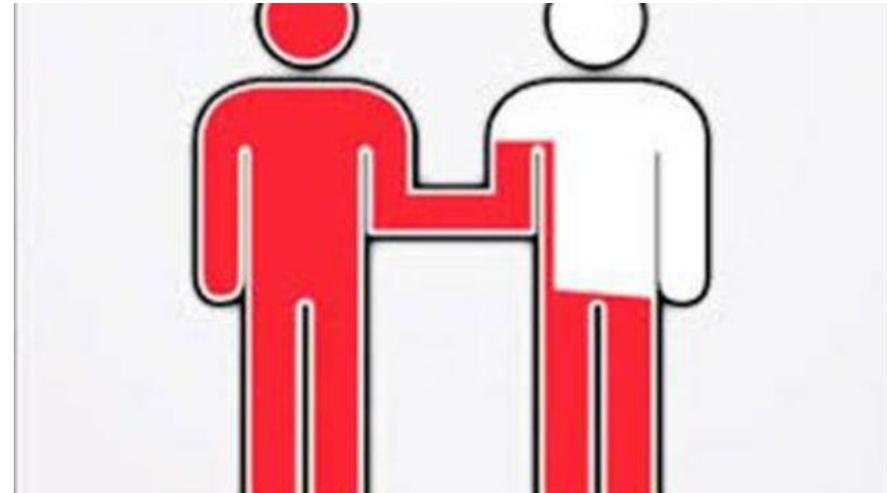
Obiettivi del progetto:

- Promuovere un atteggiamento psicologico positivo nei confronti della donazione.
- Far conoscere la realtà associazionistica del volontariato e del dono.
- Descrivere il percorso e le caratteristiche della donazione di sangue evidenziando la trasparenza e la sicurezza dei percorsi suddetti.



In collaborazione con:

AVIS – sede di
Lamporecchio



Attività previste:

- Incontro formativo con esperti dell'associazione Avis (da valutare la possibilità di effettuare l'incontro in presenza o in modalità on-line)
- Partecipazione al concorso letterario «Premio Ferrero Giulietta» su temi a forte valenza civica e sociale.

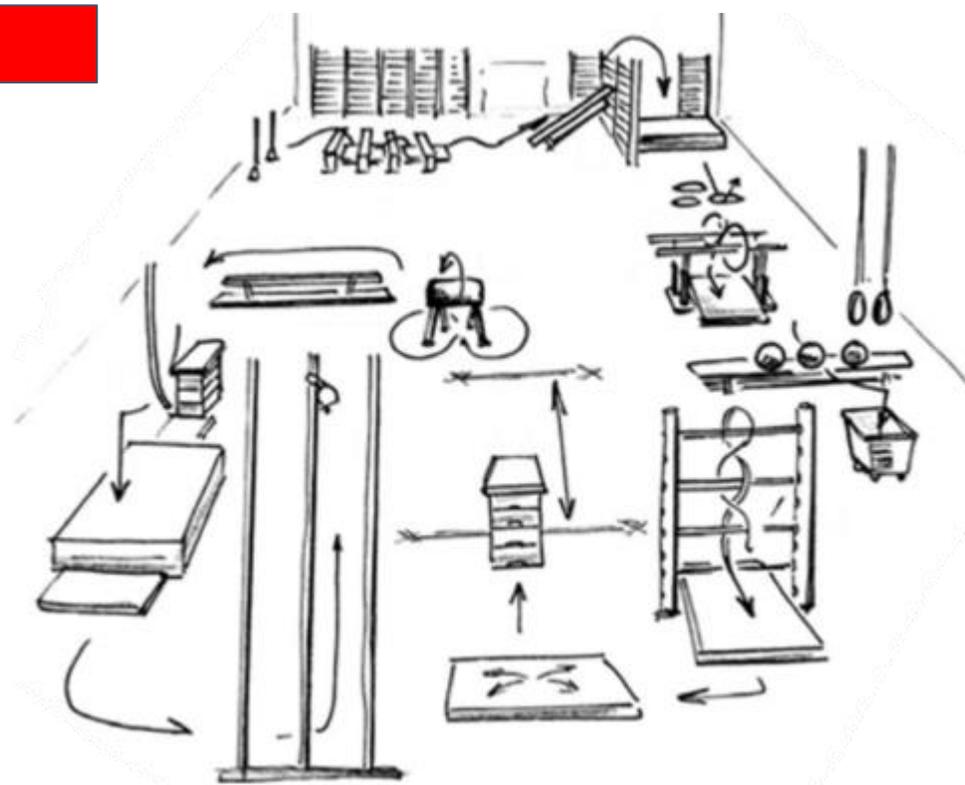


«Ginnastica e Salute»

classi prime, seconde e terze

Obiettivi del progetto:

- favorire la consapevolezza sulla fondamentale relazione tra salute e attività fisica;
- conoscere i principali meccanismi fisiologici attraverso cui un corretto allenamento incide positivamente sul benessere psicofisico;
- apprendere ed essere in grado di applicare a se stessi in maniera consapevole i principi delle esercitazioni fisiche per la promozione della salute;
- ampliare il bagaglio di esperienze motorie finalizzate allo sviluppo armonico e al miglioramento delle capacità motorie;
- ampliare il bagaglio di esperienze motorie con valore preventivo e compensativo in relazione alle principali problematiche di salute;
- prendere coscienza dell'importanza della collaborazione, dell'assistenza e del sostegno reciproco durante le varie attività motorie sperimentate;
- contribuire alla strutturazione e al rafforzamento della personalità, anche attraverso strategie di problem solving applicate alle esperienze motorie;
- stimolare gli studenti ad adottare corretti stili di vita, maturando piena consapevolezza sul ruolo dell'attività fisica nel mantenimento e nel miglioramento della salute nei vari periodi della vita.



Attività previste:

- Il progetto si propone, grazie anche all'ampliamento delle attrezzature ginniche a disposizione, di potenziare l'offerta formativa per gli studenti:
 - Gli studenti potranno sperimentare nuovi tipi di stimoli fisici finalizzati al miglioramento delle capacità motorie e all'ampliamento del personale bagaglio di schemi motori funzionali al corretto sviluppo corporeo, alla prevenzione di problematiche di salute legate all'ipocinesia e, in generale, alla promozione della salute attraverso un miglioramento del proprio stile di vita;
 - Le attrezzature potranno altresì permettere di ampliare in modo estremamente considerevole il numero di esercitazioni praticabili nel pieno rispetto delle indicazioni relative all'emergenza sanitaria.

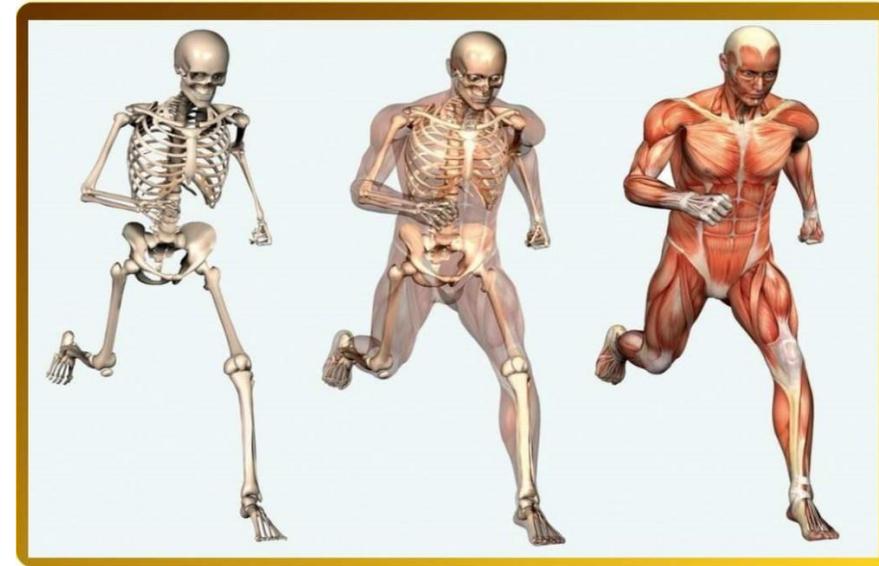


«Educazione alla Salute Anatomy School»

classi prime e seconde

Obiettivi del progetto:

- Attraverso una migliore conoscenza dell'anatomia e della fisiologia del corpo umano, favorire l'autoconsapevolezza e la strutturazione di competenze finalizzate a:
 - Promuovere uno stile di vita sano nell'alunno, sia all'interno della scuola sia all'interno del contesto sociale;
 - Eliminare o ridurre comportamenti a rischio;
 - Attivare comportamenti di prevenzione della salute nel suo complesso;
 - Acquisire comportamenti utili al raggiungimento dell'equilibrio psico-fisico e alla tutela della salute intesa non solo come assenza di malattie, ma anche come benessere e qualità della vita;
 - Acquisire buone abitudini alimentari insieme con una prima conoscenza di base dei principi fondamentali della educazione alla salute;
 - Fornire le conoscenze perché la persona possa fare delle scelte coscienti anche in campo alimentare;
 - Conoscere lo stretto legame tra ambiente e salute;
 - Attivare un percorso di prevenzione delle dipendenze.



Attività previste:

- proposta di potenziamento delle attività curricolari relative allo studio dell'anatomia e della fisiologia, finalizzate alla promozione della salute;
- Attraverso l'utilizzo di modelli anatomici gli alunni potranno conoscere l'anatomia e la fisiologia umana e comprendere che ogni apparato del corpo umano lavora con l'obiettivo di assicurare la vita dell'organismo, per cui ci troviamo davanti ad un sistema integrato ed efficiente, dotato di cellule, funzioni vitali ed energia che lavorano incessantemente per un unico scopo: la vita.

