

ISTITUTO COMPRENSIVO G. DANTONI SCICLI
TRIENNIO 2019 - 2022

EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Titolo: "Educare alla salute ... per educare alla vita"



Introduzione:

Educare alla salute significa educare individui e comunità a tutelare quel bene prezioso che è la salute. La definizione di salute quale *“stato psico-fisico individuale e la situazione ambientale e di convivenza che consente una compiuta realizzazione della persona umana in se stessa e nei rapporti con gli altri”* più volte richiamata nei documenti dell'ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA' ed in varie leggi dello STATO, ha impegnato il nostro Istituto a porre in atto progetti specifici di lavoro tesi a creare una conoscenza adeguata dei comportamenti per la conservazione del benessere fisico e psichico e una conoscenza critica nei confronti di fenomeni umani limitanti lo stato di salute.

I docenti del nostro Istituto, consapevoli che l'acquisizione di nozioni in questo ambito, come in altri, non sia né l'unica né la più certa metodologia per la formazione di una conoscenza volta al benessere, ritengono importante far lavorare gli alunni in un ambiente il più possibile sano soprattutto sul piano psichico e delle relazioni interpersonali.

Questa metodica, condivisa e posta in atto da tutti gli insegnanti, nasce dalla considerazione che un comportamento coerente con quanto si intende insegnare è condizione necessaria per l'instaurarsi di apprendimenti stabili. In ragione di questo, ogni docente cerca di stabilire con gli alunni comportamenti idonei a valorizzare le identità personali di ciascuno per favorirne un processo di maturazione graduale, globale ed armonico. In tal modo si creano condizioni idonee alla gratificazione individuale ed alla stimolazione dell'autostima, condizioni irrinunciabili per sentirsi bene con se stessi e con gli altri. L'educazione alla salute, infatti, rappresenta il processo educativo attraverso il quale gli individui apprendono ad assumere consapevoli decisioni utili al mantenimento ed al miglioramento della propria salute. Processo che continua per tutte le tappe della vita, migliorando le abilità per la vita quotidiana. La scuola, pertanto, non si deve limitare al semplice momento *“informativo”* e *“formativo”*, ma appare quanto mai opportuno fornire gli strumenti e le strategie utili a rafforzare negli

alunni la motivazione al cambiamento degli stili di vita individuali creando ambienti favorevoli alla salute.

Finalità generali:

L'educazione alla salute ha la funzione di integrare e supportare il "curriculum" per una più alta valenza educativa della scuola stessa. In questo progetto avente per tema "educare alla salute per...educare alla vita" le problematiche individuate sono indirizzate agli alunni dei tre ordini di scuola e saranno svolte all'interno di un iter didattico-educativo continuo e strutturato per classi parallele per promuovere un'educazione relativa all'alimentazione, alla sicurezza, all'affettività, all'acquisizione di sani stili di vita e allo star bene a scuola. Il tutto concorrerà ad una più alta valenza educativa e formativa del bambino/adolescente nelle fasi più delicate dello sviluppo psico-fisico.

Tali progetti danno l'opportunità di fornire stimoli per percorsi educativi e didattici adatti alle diverse fasce di età, per offrire molteplici opportunità di valenze formative che si integrano nei diversi corsi di studio e si sviluppano in esperienze concrete.

All'interno di questa premessa trovano piena motivazione i percorsi proposti per gli anni scolastici 2019/2022 nell'ambito delle seguenti 3 MACROAREE di intervento, per promuovere stili di vita positivi:

- **Dinamiche relazionali**
- **Educazione alimentare**
- **Benessere fisico-psichico**

La Commissione ha elaborato il progetto Educazione alla Salute valutando gli interventi effettuati nel corso dell'anno scolastico precedente, sulla base di osservazioni prodotte da insegnanti ed alunni e utilizzando le professionalità presenti negli enti ed associazioni operanti nel territorio.

Obiettivi generali:

Obiettivi trasversali

- Contribuire alla formazione di una conoscenza critica attenta al mantenimento del benessere fisico e psichico;
- sensibilizzare gli alunni all'acquisizione, in stretta collaborazione con le famiglie, di una mentalità di educazione alla salute permanente;
- attuare l'auspicato rapporto di integrazione tra scuola e territorio, facendo sì che la scuola agisca all'interno della società individuandone le reali necessità;
- stabilire un corretto rapporto tra la scuola e gli Enti preposti alla Sanità;
- favorire interventi coordinati da parte di quanti hanno la responsabilità educativa nei confronti dei ragazzi (docenti, genitori, psicologi, pedagogisti, medici...);
- migliorare i rapporti con la scuola e le istituzioni del territorio al fine di sostenere il processo di sensibilizzazione degli adolescenti e di ridurre la vulnerabilità psicologica;
- favorire l'equilibrio psico-fisico dell'individuo, considerato nella sua dimensione individuale e sociale;
- educare ad un giusto e proficuo rapporto con l'ambiente, a star bene con se stessi e

con gli altri

Obiettivi didattici

Scuola dell'infanzia

- Promuovere stili di vita positivi privilegiando le attività ludiche e motorie.
- Adottare pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.
- Mostrare curiosità, porre domande, discutere, confrontare ipotesi, spiegazioni, soluzioni e azioni.

Scuola primaria

- Promuovere stili di vita positivi, prevenire obesità e disturbi dell'alimentazione.
- Rispettare il proprio corpo in quanto entità irripetibili.
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita.

Scuola secondaria di primo grado

- Apprendere una gestione corretta del proprio corpo; interpretare lo stato di benessere e di malessere che può derivare dalle sue alterazioni; vivere la sessualità in modo equilibrato; attuare scelte per affrontare i rischi connessi con una cattiva alimentazione, con il fumo, con le droghe, l'uso inadeguato dei dispositivi elettronici.
- Condurre a un primo livello l'analisi di rischi ambientali e di scelte sostenibili (per esempio nei trasporti, nell'organizzazione delle città, nell'agricoltura, nell'industria, nello smaltimento dei rifiuti e nello stile di vita).

MACROAREE		PROGETTI	INFANZIA	PRIMARIA	SEC. I GRADO
DINAMICHE RELAZIONALI	EDUCAZIONE RELAZIONALE, AFFETTIVA, SESSUALE	<i>"io e gli altri"</i>		Classi V	Classi III
	SOLIDARIETA'	<i>"Il valore del dono" - AVIS</i>			Classi II
EDUCAZIONE ALIMENTARE		<i>"Lo spuntino concordato"</i>	X	X	X
		<i>"Tutti a tavola"</i>	X	X	
BENESSERE FISICO-PSICHICO	IGIENE	<i>"Igiene e salute"</i>	X	X	
		<i>"...cominciamo dalla bocca"</i>			Classi I
	DIPENDENZE	<i>"No al fumo, alla droga e all'alcol"</i>			Classi III
		<i>"Cyberdipendenze"</i>	X	X	X

SCUOLA DELL'INFANZIA

Competenze europee	chiave	Competenze dal Profilo dello Studente al termine della Scuola dell'Infanzia
Comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione	nella lingua di istruzione	Ha una padronanza della lingua italiana che gli consente di comprendere enunciati, di raccontare le proprie esperienze e di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.
Imparare ad imparare		Possiede un patrimonio di conoscenze e nozioni di base

		ed è in grado di ricercare nuove informazioni. Si impegna in nuovi apprendimenti anche in modo autonomo.
Consapevolezza ed espressione culturale	ed	Si orienta nello spazio e nel tempo, osservando e descrivendo ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.

DINAMICHE RELAZIONALI

Campi di esperienza coinvolti: IL SE E L'ALTRO - IL CORPO E IL MOVIMENTO – IMMAGINI, SUONI E COLORI – I DISCORSI E LE PAROLE - LA CONOSCENZA DEL MONDO

Attività: manipolative, racconti, lettura di immagini, attività grafico-pittoriche, domande stimolo, canti, drammatizzazioni, filastrocche, giochi motori.

Durata: Intero anno scolastico.

Modalità di realizzazione: Il progetto sarà basato su esperienze di vita pratica attraverso le quali i bambini potranno sperimentare, conoscere e interiorizzare la propria dimensione corporea.

Incontri con esperti esterni che prevedono il coinvolgimento dei genitori.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Osservazione occasionale e sistematica, documentazione delle attività, registrazione in itinere delle competenze.

Valutazione iniziale, in itinere e finale.

Sceda di valutazione → griglia di verifica e schede.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

Campi di esperienza coinvolti: IL SE E L'ALTRO - IL CORPO E IL MOVIMENTO – IMMAGINI, SUONI E COLORI – I DISCORSI E LE PAROLE - LA CONOSCENZA DEL MONDO

Attività: Realizzazione di schede e cartelloni, attività grafico-pittoriche, con materiale vario. Esperienze sensoriali, degustazione e manipolazione di alimenti. Poesie, filastrocche e canti. Laboratorio di cucina

Durata: Febbraio/Marzo

Modalità di realizzazione: il progetto si basa sulle esperienze fatte dai bambini durante i pasti, per correggere cattive abitudini alimentari, spunti di riflessioni nel gruppo durante le attività didattiche, sulle proprietà e sull'efficacia dei cibi.

Monitoraggio, verifica e valutazione: durante tutto lo svolgimento del percorso didattico si osserverà il comportamento esplorativo di ogni bambino. Osservazione occasionale e sistematica.

BENESSERE PSICO-FISICO

Campi di esperienza coinvolti: IL SE E L'ALTRO - IL CORPO E IL MOVIMENTO – IMMAGINI, SUONI E COLORI – I DISCORSI E LE PAROLE - LA CONOSCENZA DEL MONDO

Attività: Racconti, lettura d'immagini, giochi motori, attività grafico-pittoriche, filastrocche, canti e poesie.

Durata: Intero anno scolastico.

Modalità di realizzazione: Le diverse proposte educative, offriranno ai bambini l'opportunità di seguire un itinerario giocoso di scoperta e conoscenza più

approfondita sull'educazione all'igiene, per una corretta gestione e cura del proprio corpo.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Osservazione sistematica. Attraverso schede strutturate e non, si verificano i risultati raggiunti.

SCUOLA PRIMARIA

DINAMICHE RELAZIONALI

Educazione relazionale, affettiva, sessuale

Competenze europee	chiave	Competenze dal Profilo dello Studente al termine del Primo Ciclo di istruzione
Comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione		Ha una padronanza della lingua italiana, tale da consentirgli di comprendere e produrre enunciati e testi di una certa complessità, di esprimere le proprie idee, di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.
Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia		Utilizza le sue conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per trovare e giustificare soluzioni a problemi reali.
Competenze sociali e civiche		Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. E' consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.
Consapevolezza ed espressione culturale		In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime e dimostra interesse per gli ambiti motori, artistici e musicali.

Discipline coinvolte: Italiano, Arte Immagine, Scienze, Cittadinanza e Costituzione.

Contenuti: Costruzione delle loro conoscenze. La pubertà dal punto di vista del loro momento evolutivo. Io mi guardo: la riflessione sul sé sessuato (l'identità). Il diventare ragazzo/a. I cambiamenti: come li penso e come li vivrò. Mi piace: la scoperta della relazione. Pensieri, sentimenti e comunicazione. I valori.

Attività/Durata: Per le classi *quinte* di scuola primaria, un quadrimestre dell'anno scolastico. Il progetto è articolato in un primo incontro per classi parallele ed un secondo incontro per classi singole preceduti da un incontro per i genitori.

Modalità di realizzazione: Lezioni frontali, laboratori pratici (circle-time), lavori di gruppo, attività ludiche. Immagini di riviste, libretti illustrati, filmati, macchina fotografica, computer, videoproiettore, carta, cartoncino, colori di vario tipo, attrezzi per l'attività motoria.

Gli insegnanti daranno il loro giusto apporto nella normale attività didattica mettendo in risalto o approfondendo le varie tematiche del progetto a seconda la propria materia di insegnamento. Gli alunni parteciperanno ad incontri con esperti del consultorio.

Sono previsti, inoltre, alcuni incontri per i genitori con l'intervento di esperti esterni.

Monitoraggio, verifica e valutazione (vedi allegato1 e scheda di autovalutazione):

EDUCAZIONE ALIMENTARE

Comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione	Ha una padronanza della lingua italiana, tale da consentirgli di comprendere e produrre enunciati e testi di una certa complessità, di esprimere le proprie idee, di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.
Comunicazione nelle lingue straniere	È in grado di affrontare in lingua inglese una comunicazione essenziale in semplici situazioni di vita quotidiana.
Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia	Utilizza le sue conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per trovare e giustificare soluzioni a problemi reali.
Competenze sociali e civiche	Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. È consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.
Competenze digitali	Utilizza con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare le informazioni in modo critico. Usa con responsabilità le tecnologie per interagire con altre persone.
Consapevolezza ed espressione culturale	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime e dimostra interesse per gli ambiti motori, artistici e musicali.

Discipline coinvolte: Italiano, Scienze, Inglese, Arte Immagine, Tecnologia, Cittadinanza e Costituzione.

Contenuti: Le abitudini alimentari. Anatomia e fisiologia degli organi di senso. L'importanza della prima colazione e del tempo che le si dedica. Gli alimenti per la prima colazione. La piramide alimentare (temi correlati: digestione e apparato digerente). L'importanza dell'alimentazione e l'approccio sensoriale al cibo. Le relazioni tra cibo salute e ambiente (temi correlati: additivi, pesticidi, ecc.). La comprensione delle etichette alimentari. Influenza della pubblicità sulle nostre emozioni. Corrette abitudini alimentari e principali patologie collegate (temi correlati: obesità, diabete, ecc.). Il cibo come espressione di tradizione e cultura. Le altre realtà culturali, etniche e religiose in relazione all'alimentazione con particolare riferimento alla colazione.

Attività/Durata: Per tutte le classi di scuola primaria, il lavoro verrà svolto durante il corso dell'intero anno scolastico.

Modalità di realizzazione: Lezioni frontali, laboratori pratici, lavori di gruppo, lettura di racconti, filastrocche e poesie, giochi vari inerenti all'argomento, proiezione di DVD. Verranno somministrati questionari da compilare in classe con gli insegnanti e a casa con i genitori. Verrà fornito materiale didattico e informativo in forma di dispense e

materiale da ritagliare per la produzione di manufatti e cartelloni. Laboratori di educazione al gusto.

Gli insegnanti daranno il loro giusto apporto nella normale attività didattica mettendo in risalto o approfondendo le varie tematiche del progetto secondo la propria materia di insegnamento.

Sono previsti, inoltre, alcuni incontri per i genitori con l'intervento di esperti esterni (nutrizionista).

Concordare, con l'aiuto di un dietologo e/o nutrizionista, uno spuntino ideale per la scuola che sia buono e sano, nutriente ma leggero e povero in grassi per non appesantire il corpo ed intorpidire la mente. Gli alunni il *martedì* ed il *giovedì* di ogni settimana, sono invitati a consumare solo gli alimenti presenti nello schema a loro consegnato.

Monitoraggio, verifica e valutazione (vedi allegato1 e scheda di autovalutazione):

BENESSERE FISICO-PSICHICO

Comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione	Ha una padronanza della lingua italiana, tale da consentirgli di comprendere e produrre enunciati e testi di una certa complessità, di esprimere le proprie idee, di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.
Comunicazione nelle lingue straniere	È in grado di affrontare in lingua inglese una comunicazione essenziale in semplici situazioni di vita quotidiana.
Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia	Utilizza le sue conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per trovare e giustificare soluzioni a problemi reali.
Competenze sociali e civiche	Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. È consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme agli altri.
Competenze digitali	Utilizza con consapevolezza le tecnologie della comunicazione per ricercare le informazioni in modo critico. Usa con responsabilità le tecnologie per interagire con altre persone.
Consapevolezza ed espressione culturale	In relazione alle proprie potenzialità e al proprio talento si esprime e dimostra interesse per gli ambiti motori, artistici e musicali.

Discipline coinvolte: Italiano, Scienze, Inglese, Arte Immagine, Tecnologia, Musica, Cittadinanza e Costituzione.

Contenuti: Informazioni sulla corretta cura igienica del corpo umano e informazioni sui comportamenti corretti da adottare al fine di tutelare la salute. Proteggiamo il nostro organismo. Comportamenti corretti per proteggere la nostra vista e per prevenire le malattie respiratorie. Gli effetti del fumo sul corpo umano. Gli effetti di alcune sostanze sul corpo umano. L'importanza di fare attività fisica. Gli effetti dei videogames sull'uomo.

Attività/Durata: Per tutte le classi di scuola primaria, il lavoro verrà svolto durante il corso dell'intero anno scolastico. Incontri, rivolti ai genitori, con personale della Medicina Scolastica sul tema della dieta alimentare e per le norme di igiene personale; con medici specialisti sul tema dei paramorfismi.

Modalità di realizzazione: Descrizione e analisi dei comportamenti, delle norme da adottare, lavori di gruppo e individuali, riflessioni, discussioni, ricerche, realizzazione di cartelloni, proiezione di filmati, schede di indagine. Utilizzo di software didattici sulla cura del proprio corpo.

Gli insegnanti daranno il loro giusto apporto nella normale attività didattica mettendo in risalto o approfondendo le varie tematiche del progetto secondo la propria materia di insegnamento; l'approccio, a seconda dell'età dei bambini sarà di tipo interattivo e ludico.

Incontri con operatori sanitari in classe.

Monitoraggio, verifica e valutazione (vedi allegato1 e scheda di autovalutazione)

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Competenze chiave europee ¹	Competenze dal Profilo dello studente al termine del primo ciclo di istruzione ²
Comunicazione nella madrelingua o lingua di istruzione	Ha una padronanza della lingua italiana tale da consentirgli di comprendere e produrre enunciati e testi di una certa complessità, di esprimere le proprie idee, di adottare un registro linguistico appropriato alle diverse situazioni.
Competenza matematica e competenze di base in scienza e tecnologia	Utilizza le sue conoscenze matematiche e scientifico-tecnologiche per analizzare dati e fatti della realtà e per verificare l'attendibilità di analisi quantitative proposte da altri. Utilizza il pensiero logico-scientifico per affrontare problemi e situazioni sulla base di elementi certi. Ha consapevolezza dei limiti delle affermazioni che riguardano questioni complesse.
Imparare ad imparare	Possiede un patrimonio organico di conoscenze e nozioni di base ed è allo stesso tempo capace di ricercare e di organizzare nuove informazioni. Si impegna in nuovi apprendimenti in modo autonomo.
Competenze sociali e civiche	Ha cura e rispetto di sé e degli altri come presupposto di uno stile di vita sano e corretto. E' consapevole della necessità del rispetto di una convivenza civile, pacifica e solidale. Si impegna per portare a compimento il lavoro iniziato, da solo o insieme ad altri.
Spirito di iniziativa e	Ha spirito di iniziativa ed è capace di produrre idee e progetti creativi. Si assume le proprie responsabilità,

¹ Dalla Raccomandazione 2006/962/CE del 18 dicembre 2006 del Parlamento europeo e del Consiglio.

² Dalle "Indicazioni Nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo di istruzione 2012". D.M. n. 254 del 16 novembre 2012.

imprenditorialità	chiede aiuto quando si trova in difficoltà e sa fornire aiuto a chi lo chiede. E' disposto ad analizzare se stesso e a misurarsi con le novità e gli imprevisti.
-------------------	--

DINAMICHE RELAZIONALI

Educazione relazionale, affettiva, sessuale

Discipline coinvolte: scienze

Classi coinvolte: CLASSI TERZE

Contenuti: - Aspetti fisiologici e aspetti psicologici.

- La conoscenza dell'altro: confronto tra uomo e donna.

- I cambiamenti nell'età dell'adolescenza.

- Problematiche adolescenziali: i rapporti con gli altri.

Attività/Durata: E' stata scelta la dimensioni relazionale-affettiva. I ragazzi vengono guidati sia alla *conoscenza del proprio corpo* in generale, integrata con l'espressione delle emozioni e dei pensieri associati al corpo ed alla sua crescita, che ad osservare le emozioni, i sentimenti, i modi di esprimere affetto e di mettersi in relazione con gli altri. Affronteranno gli aspetti della *riproduzione umana* come elemento fondante della propria storia e della propria identità.

Gli incontri si effettueranno nel secondo quadrimestre.

Modalità di realizzazione: Sono previsti incontri con psicologo e ginecologo sia con i genitori che con gli alunni i quali saranno sollecitati a formulare, in maniera anonima e antecedenti gli incontri, domande o semplici curiosità che rappresenteranno spunti di riflessione per gli incontri futuri.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Tra le proposte di verifica ci sono: discussioni, osservazioni, relazioni, questionari, produzioni finali (test, cartelloni, mostre, ecc.). Si valuterà l'efficacia del progetto e delle metodologie adottate, attenzionando se le attività effettuate avranno prodotto cambiamenti nei comportamenti, se avranno consentito ai discenti di possedere adeguate conoscenze e informazioni e di maturare idonee capacità di analisi e giudizio critico sulle problematiche affrontate. È prevista, infatti, una valutazione al termine del progetto con la compilazione di un questionario on-line che renderà possibile eventuali suggerimenti utili per la raccolta di informazioni destinate al miglioramento complessivo del progetto. (*vedi allegato1 e scheda di autovalutazione*)

Solidarietà

Discipline coinvolte: scienze

Classi coinvolte: CLASSI SECONDE

Contenuti: - struttura AVIS

- cultura del dono e della solidarietà

- la donazione

Attività/Durata: Si tratta di un'attività di approfondimento delle tematiche inerenti il sangue e le problematiche ad esso collegate.

L'attività si svolgerà nel secondo quadrimestre.

Modalità di realizzazione: Gli alunni incontreranno esponenti dell'AVIS ed effettueranno una visita alla struttura per sensibilizzarli alla cultura del dono e della solidarietà.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Tra le proposte di verifica ci sono: discussioni, osservazioni, relazioni, questionari, produzioni finali (test, cartelloni, mostre, ecc.). Si valuterà l'efficacia del progetto e delle metodologie adottate, attenzionando se le

attività effettuate avranno prodotto cambiamenti nei comportamenti, se avranno consentito ai discenti di possedere adeguate conoscenze e informazioni e di maturare idonee capacità di analisi e giudizio critico sulle problematiche affrontate. È prevista, infatti, una valutazione al termine del progetto con la compilazione di un questionario on-line che renderà possibile eventuali suggerimenti utili per la raccolta di informazioni destinate al miglioramento complessivo del progetto.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

Classi coinvolte: TUTTE le classi

Contenuti: - Le abitudini alimentari.

- L'importanza della prima colazione e del tempo che le si dedica.
- Gli alimenti per la prima colazione.
- La piramide alimentare (temi correlati: digestione e apparato digerente).
- L'importanza dell'alimentazione e l'approccio sensoriale al cibo.
- Le relazioni tra cibo salute e ambiente (temi correlati: additivi, pesticidi, ecc.).
- La comprensione delle etichette alimentari.
- Influenza della pubblicità sulle nostre emozioni
- Corrette abitudini alimentari e principali patologie collegate (temi correlati: obesità, diabete, ecc.).
- Il cibo come espressione di tradizione e cultura.
- Le altre realtà culturali, etniche e religiose in relazione all'alimentazione con particolare riferimento alla colazione.

Attività/Durata: Al fine di riflettere sulle abitudini alimentari per una crescita sana, di promuovere corretti stili di vita, di promuovere l'abitudine ad una sana alimentazione, incrementando il consumo di frutta e di educare gli alunni ai diversi gusti, si propone un intervento mirato alla maturazione complessiva degli alunni, che coinvolge tutta la comunità educativa e non soltanto il personale docente, e che tiene conto delle condizioni nutrizionali e delle abitudini alimentari della popolazione scolastica, nel suo contesto familiare, territoriale, culturale.

Inoltre, consapevoli dell'importanza di consumare, durante la ricreazione, una merenda corretta dal punto di vista nutrizionale, che comprenda non ciò che piace ma ciò che è più sano per il nostro organismo, in collaborazione con la nutrizionista dott.ssa Padua, pediatra del consultori familiare di Scicli, è stato concordato uno spuntino ideale per la scuola che sia buono e sano, nutriente ma leggero e povero in grassi per non appesantire il corpo ed intorpidire la mente.

Si aiuteranno i nostri ragazzi ad acquisire corrette abitudini alimentari ed si incoraggeranno al consumo di frutta fresca di stagione come un buon inizio per insegnare loro a scegliere e a coltivare il gusto.

L'attività avrà inizio dal mese di dicembre e durerà tutto l'anno.

Modalità di realizzazione: I genitori e gli alunni incontreranno il pediatra del consultori familiare che, dopo aver trattato la tematica della corretta alimentazione, presenterà lo spuntino che gli alunni saranno invitati a consumare durante l'intervallo di due giorni settimanali.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Tra le proposte di verifica ci sono: discussioni, osservazioni, relazioni, questionari, produzioni finali (test, cartelloni, mostre, ecc.). Si valuterà l'efficacia del progetto e delle metodologie adottate, attenendosi se le attività effettuate avranno prodotto cambiamenti nei comportamenti, se avranno

consentito ai discenti di possedere adeguate conoscenze e informazioni e di maturare idonee capacità di analisi e giudizio critico sulle problematiche affrontate. È prevista, infatti, una valutazione al termine del progetto con la compilazione di un questionario on-line che renderà possibile eventuali suggerimenti utili per la raccolta di informazioni destinate al miglioramento complessivo del progetto. *(vedi allegato1 e scheda di autovalutazione)*.

BENESSERE FISICO-PSICHICO

Igiene

Discipline coinvolte: scienze

Classi coinvolte: CLASSI PRIME

Contenuti:

- I denti
- I principi nutritivi
- L'importanza dello spazzolino
- Il dentista come amico per la salute dei denti.

Attività/Durata: Si tratta di un'attività di approfondimento delle tematiche inerenti l'igiene personale.

L'attività si svolgerà nel secondo quadrimestre.

Modalità di realizzazione: Gli alunni incontreranno l'odontoiatra per sviluppare l'attitudine ad una corretta igiene orale, prevenire le malattie connesse, aumentare i comportamenti positivi che determinano la salute orale e ridurre i comportamenti a rischio. Verranno proiettate diapositive e si incentiverà la lezione-dibattito con interventi partecipati da parte degli alunni.

L'attività si svolgerà nel secondo quadrimestre.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Tra le proposte di verifica ci sono: discussioni, osservazioni, relazioni, questionari, produzioni finali (test, cartelloni, mostre, ecc.). Si valuterà l'efficacia del progetto e delle metodologie adottate, attenzionando se le attività effettuate avranno prodotto cambiamenti nei comportamenti, se avranno consentito ai discenti di possedere adeguate conoscenze e informazioni e di maturare idonee capacità di analisi e giudizio critico sulle problematiche affrontate. È prevista, infatti, una valutazione al termine del progetto con la compilazione di un questionario on-line che renderà possibile eventuali suggerimenti utili per la raccolta di informazioni destinate al miglioramento complessivo del progetto. *(vedi allegato1 e scheda di autovalutazione)*

Dipendenze

Discipline coinvolte: scienze, italiano, tecnologia

Classi coinvolte: CLASSI TERZE

Contenuti:

- Sostanze/comportamenti utili o dannosi all'organismo.
- Conseguenze sull'uso delle sostanze tossiche.
- Conseguenze dell'abuso di Internet.
- Comportamenti di prevenzione al fine di tutelare se stessi e gli altri
- sensibilizzare al rispetto della salute;
- Prevenire comportamenti scorretti.

Attività/Durata: Ritenendo che le dipendenza quando il comportamento della persona influenza la propria salute fisica e mentale, danneggiandola. Avendo rilevato dipendenze sempre più frequenti negli adolescenti, si è ritenuto opportuno organizzare incontri sia per i genitori, sia per gli alunni con esperti esterni per discutere delle dipendenze che

hanno sintomi caratteristici ben definiti ed inducono modificazioni psicologiche e fisiche nell'individuo/adolescente con gravi conseguenze dal punto di vista cognitivo-comportamentali. Alle trattazione delle note dipendenze (fumo, droga ed alcol) verrà affiancata la cyberdipendenza (dipendenza da Internet) e le conseguenze sulla persona.

Modalità di realizzazione: I genitori e gli alunni incontreranno esperti del consultori familiare per discutere sulle dipendenze più comuni (fumo, droga, alcol) e attenzionare quella recente della cyberdipendenza per rendere consapevoli adulti ed adolescenti che abitudini scorrette nell'utilizzo delle apparecchiature tecnologiche possono indurre a dipendenze/patologie anche gravi.

Verranno proiettate diapositive, visionati filmati e si incentiverà la lezione-dibattito con interventi partecipati da parte degli alunni e dei genitori.

L'attività si svolgerà nel secondo quadrimestre.

Monitoraggio, verifica e valutazione: Tra le proposte di verifica ci sono: discussioni, osservazioni, relazioni, questionari, produzioni finali (test, cartelloni, mostre, ecc.). Si valuterà l'efficacia del progetto e delle metodologie adottate, attenzionando se le attività effettuate avranno prodotto cambiamenti nei comportamenti, se avranno consentito ai discenti di possedere adeguate conoscenze e informazioni e di maturare idonee capacità di analisi e giudizio critico sulle problematiche affrontate. È prevista, infatti, una valutazione al termine del progetto con la compilazione di un questionario on-line che renderà possibile eventuali suggerimenti utili per la raccolta di informazioni destinate al miglioramento complessivo del progetto. *(vedi allegato1 e scheda di autovalutazione).*

Si specifica che ogni anno, **a cura dei rispettivi referenti** si presenterà tramite circolare **programma calendarizzato delle attività riguardanti i singoli progetti e le classi dei tre ordini di scuola.**

Allegato 1

Livelli di padronanza:			
A – Avanzato	B – Intermedio	C – Base	D – Iniziale
<p>Partecipa con impegno e propositività alle iniziative scolastiche e di associazioni, anche via web, legate alla tutela della salute.</p> <p>Legge, comprende ed espone i contenuti di tutela della salute evidenziando precise e dettagliate competenze civiche e linguistiche.</p> <p>Realizza cartelloni, video e testi musicati rivelando originali e personali competenze grafiche, digitali e musicali.</p>	<p>Partecipa con impegno alle iniziative scolastiche e di associazioni, anche via web, legate alla tutela della salute.</p> <p>Legge, comprende ed espone i contenuti di tutela della salute evidenziando precise competenze civiche e linguistiche.</p> <p>Realizza cartelloni, video e testi musicati rivelando personali competenze grafiche, digitali e musicali.</p>	<p>Partecipa con impegno essenziale alle iniziative scolastiche e di associazioni, anche via web, legate alla tutela della salute.</p> <p>Legge, comprende ed espone i contenuti di tutela della salute evidenziando basilari competenze civiche e linguistiche.</p> <p>Realizza cartelloni, video e testi musicati rivelando adeguate competenze grafiche, digitali e musicali.</p>	<p>Partecipa solo se guidato o sollecitato alle iniziative scolastiche e di associazioni, anche via web, legate alla tutela della salute.</p> <p>Legge, comprende ed espone i contenuti di tutela della salute evidenziando approssimative competenze civiche e linguistiche.</p> <p>Realizza cartelloni, video e testi musicati rivelando semplici competenze grafiche, digitali e musicali.</p>

Scheda di autovalutazione di..... classe.....

Ho svolto il lavoro: a) bene; b) discretamente; c) approssimativamente

Ho imparato

Ho avuto la seguente difficoltà

Ripeterci la prova aggiungendo/eliminando

