



Istituto Comprensivo Statale di Francavilla di Sicilia
Via Liguria, 24 – Francavilla di Sicilia (Me) Telefono 0942
388027 c.f.96005620834 – c.u.UFAL7M

www.icfrancavilla.edu.it

meic835003@istruzione.it – meic835003@pec.istruzione.it

PROGETTO SALUTE



ANNO SCOLASTICO 2021/2022
Referente : Ins. Tosto Grazia

PREMESSA

In questi ultimi anni una particolare attenzione è stata rivolta all'educazione alla salute considerando la salute, come afferma OMS, uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, che non consiste solo nell'assenza di malattie . La scuola non rappresenta solo il luogo di acquisizione delle competenze, ma è il luogo in cui, attraverso l'apprendimento, può essere promosso il benessere di tutta la comunità scolastica con un impatto positivo sull'intera società. A tal fine il nostro Istituto propone dei 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.

Il progetto salute si prefigge, dunque di favorire, all'interno del contesto scuola, il diffondersi di una cultura della prevenzione e della promozione di esperienze ed interventi che favoriscano l'insorgere di comportamenti funzionali alla tutela del benessere psicofisico e sociale dei singoli e della comunità

. 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.

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 volto alla promozione dell'educazione relativa all'alimentazione, alla sicurezza, all'affettività, all'acquisizione di sani stili di vita e allo star bene a scuola.

COMPETENZE DA SVILUPPARE	○ L'alunno: - conosce i rischi connessi a comportamenti errati e cerca responsabilmente di evitarli; - è consapevole della necessità di alimentarsi secondo criteri rispettosi delle esigenze fisiologiche, in modo non stereotipato né conformato ai modelli culturali, che rispondono più alle logiche del consumo e del commercio che a quelle della
---	---

	salute; - sviluppa le competenze cognitive -emotive e relazionali per favorire comportamenti positivi per la salute; - comprende: gli effetti della sedentarietà, di una prolungata posizione, spesso scorretta, nei banchi di scuola e l'importanza dell'attività fisica, del movimento per favorire il benessere fisico; - sviluppa una crescente consapevolezza dell'importanza di prevenire e mantenere lo stato di salute attraverso un corretto stile di vita
FINALITA'	- 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; - 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	- Comprendere le nozioni generali del concetto di salute e benessere, ed essere consapevole dell'importanza che ha l'equilibrio psico-fisico. - Acquisire corrette norme igienico-sanitarie.

	- Essere motivato a difendere questo bene primario ed essere responsabile nei confronti di se stessi e degli altri. - Comprendere la necessità di modificare gli stili di vita errati. - Vivere meglio il tempo libero e il rapporto con gli altri. - Comprendere che una corretta alimentazione è uno degli strumenti necessari per vivere bene. - Conoscere e sperimentare i vantaggi dell'attività fisica . - Riconoscere che anche il fumo passivo è nocivo alla salute. - Riconoscere e resistere alle pressioni sociali che influenzano le nostre scelte (snack, salatini, patatine,ecc...) e attivare comportamenti critici. - Prevenire i disturbi connessi all'alimentazione. - Promuovere la conoscenza delle tecniche di primo soccorso,
METODOLOGIA	- Attivazione di percorsi educativi sulla conoscenza delle proprie emozioni e su tematiche relative alla crescita e alla maturazione affettiva. - Attivazione di percorsi educativi riguardanti in particolare gli stili di vita: educazione alimentare, prevenzione infortuni, prevenzione di dipendenze. - Attivazione di percorsi su tematiche che possono favorire il controllo di sé e delle proprie emozioni.(giochi cooperativi, giochi interattivi...) - Realizzazione di un libretto relativo a corretti stili di vita. - Incontri con esperti per discutere i seguenti temi: i danni provocati al nostro organismo da un'alimentazione non equilibrata; - l'importanza di fare attività fisica all'aria aperta; - le conseguenze dell'eccessivo consumo di alcool; - I rischi dell'eccessiva esposizione ai raggi solar. - Conversazioni . - Indagini. - Statistiche. - Realizzazione di fumetti. - Ricerche. - Stesura di un corretto codice comportamentale. - Lezioni frontali; - Simulazione di un'emergenza sanitaria da parte degli istruttori - Costruzione di cartelloni

TEMPI	La durata del progetto è prevista per l'intero anno scolastico.
RISULTATI ATTESI	- Aumento delle conoscenze sulle scelte alimentari corrette - Modifica dello spuntino a scuola. - Consumo di frutta almeno una volta alla settimana nello spuntino. - Consumo di acqua e diminuzione di bevande zuccherate. - Aumento del consumo di pesce. - Aumento della capacità di lettura delle etichette alimentari. - Aumento di attività fisica. - Consapevolezza dei danni che può provocare un'eccessiva esposizione al sole. - Consapevolezza dei danni che può provocare un esagerato uso di videogiochi. - Confronto tra gli alunni, scambio di opinioni e condivisione di scelte per modificare stili di vita errati.
VALUTAZIONE	Attraverso questionari, schede, test, giochi, costruzione e compilazione di grafici, produzione di testi liberi, illustrazioni anche con la tecnica del fumetto, si appurerà se l'alunno abbia recepito il messaggio educativo e modificato gli stili di vita errati.
ALUNNI COINVOLTI	ALUNNI DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA , SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO.

