

Progetto “Le scuole che Promuovono Salute” - Rete di Milano e Lodi- a.s. 2017/18

La promozione della salute in un contesto scolastico può essere definita come qualsiasi attività intrapresa per migliorare e/o proteggere la salute e il benessere di tutta la comunità scolastica.

Si tratta di un concetto più ampio di quello di educazione alla salute e comprende le politiche per una scuola sana, l'ambiente fisico e sociale degli istituti scolastici, i legami con i partner (comuni, associazioni, servizi sanitari...).

Perché è importante la promozione della salute nelle scuole? In tutto il mondo, l'istruzione e la salute sono strettamente collegate.

In parole più semplici:

- i giovani in buona salute hanno maggiori probabilità di apprendere in modo più efficace;
- rendimento scolastico e promozione della salute sono strettamente interdipendenti: la promozione della salute può aiutare a migliorare l'apprendimento e i giovani che vanno a scuola hanno maggiori probabilità di essere in buona salute; esiste una correlazione tra il livello di istruzione e un migliore stato di salute;
- i giovani che si trovano bene a scuola e che si relazionano con adulti competenti hanno minori probabilità di attuare comportamenti a rischio e maggiori probabilità di ottenere migliori risultati a livello scolastico;
- le scuole sono, inoltre, anche luoghi di lavoro per il personale e sono contesti che possono mettere in pratica un'efficace promozione della salute sul lavoro a beneficio di tutto il personale e, di conseguenza, degli studenti.

Le competenze individuali in materia di salute

Gli studenti acquisiscono, in relazione all'età, conoscenze, capacità ed esperienze, che, da un lato, consentono loro di acquisire competenze e di intraprendere delle azioni per migliorare la salute e il benessere di se stessi e degli altri e, dall'altro, migliorano anche il loro rendimento scolastico.

Esse fanno riferimento a tutte le attività curriculari ed extra curriculari.

In particolare, nel corso del corrente anno scolastico, sulla base dell'analisi dei bisogni emersi dal confronto con i docenti durante lo svolgimento degli incontri effettuati negli anni precedenti, si intende avviare un percorso di ricerca-azione che abbia come focus un'area specifica, tenendo conto di una sintesi di evidenze riguardo all'approccio per tematiche di salute, e si collochi fisiologicamente all'interno del contesto scolastico e dell'attività curriculare:

I'ATTIVITÀ FISICA e il rapporto fra benessere e sviluppo delle capacità cognitive.

Le evidenze indicano che:

- le iniziative di attività fisica nelle scuole sono più efficaci se adottano un approccio globale; ad esempio lo sviluppo di competenze, la creazione e il mantenimento di un ambiente fisico e di risorse adatte, l'appoggio a politiche di sostegno che permettono a tutti gli studenti di partecipare;
- un'attività fisica giornaliera svolta a scuola aumenta la motivazione degli alunni e ha effetti molto positivi sullo sviluppo cognitivo, sebbene tolga un po' di tempo da dedicare alle attività cognitive;
- esiste una correlazione diretta tra lo svolgere attività fisica a scuola e successivamente nell'età adulta;
- gli studenti ottengono più benefici dall'attività fisica se hanno l'opportunità di svolgerla in modo regolare durante le ore scolastiche;
- se gli studenti collaborano con il personale scolastico nel decidere che tipo di attività fisica svolgere - che potrebbe comprendere altre attività non viste come sport, come per esempio la danza - sono più invogliati a parteciparvi;

Finalità del percorso è un progressivo coinvolgimento dei docenti più esperti e motivati nella funzione di supporto e formazione rivolta ai colleghi, nella logica di promuovere un "passaggio del testimone" che permetta effettivamente di affermare che la salute si promuove e costruisce nella normalità e nei contesti di vita delle persone e delle comunità.

Al tal fine si intende organizzare un percorso con la seguente struttura che ricalca, il più possibile, lo schema proposto in Unità Formative **(25 ore)** all'interno del Piano Nazionale di Formazione docenti.

SEDE: Istituto Cremona Zappa

PRIMO INCONTRO - N° 2 Convegni iniziali (3 ore ciascuno) aperti a tutti:

Tema: Rapporto tra benessere e sviluppo delle capacità cognitive e delle competenze di cittadinanza in relazione all'età evolutiva

Seminario A) per docenti di scuola materna e primaria –

Moderatori: Prof. Mantovani / UST Stampini

- | | |
|------------------------|---|
| Relatori: Prof. Triani | – titolo: Le sfide per la Scuola |
| Prof. Ambrosini | – titolo: Movimento e corpo in una didattica finalizzata al benessere del bambino nella scuola dell'infanzia e primaria |
| Prof. Benincasa | – titolo: Quali modalità educative della didattica creano occasioni di benessere nella scuola. |
| Dott. Iannaccone | – titolo "Movimento e gioco: un binomio per promuovere relazioni, autonomie e il superamento degli stereotipi di genere." |
| Prof. Mantovani | _ titolo: Quale forma di sport crea benessere negli studenti |

www.scuolapromuovesalute.it - info@scuolapromuovesalute.it

Seminario B) per docenti di scuole media e superiori –

Moderatori: Prof. Mantovani / UST Stampini

- Relatori: Prof. Triani – titolo: Le sfide per la Scuola
- Dott. Iannaccone – titolo: "Movimento e gioco: un binomio per promuovere relazioni, autonomie e il superamento degli stereotipi di genere."
- Prof. Benincasa – titolo: Quali modalità educative della didattica creano occasioni di benessere nella scuola secondaria.
- Prof. Mantovani – titolo: Quale forma di sport crea benessere negli studenti

SECONDO INCONTRO N° 1 convegno per tutti i docenti (3 ore aperti a tutti)

Tema: Il ruolo dei docenti per costruire sinergie virtuose

Moderatori: Prof. Mantovani / DS Franciseti

Relatori:

- Prof. Mantovani – titolo: Come possiamo rendere operative le tematiche emerse dai convegni: dal teorico al pratico.
- Dott.ssa Meraviglia - titolo: "Diseguaglianze di genere tra realtà scientifica e stereotipi socio-culturali".
- Prof.ssa Mazzanti – titolo: La Mindfulness va vissuta dal Docente prima di poterla utilizzare nella scuola. Esperienze pratiche per docenti.

Nei convegni dovranno essere messi in evidenza tutte le componenti che devono essere prese in carico dalla scuola per creare situazioni di benessere.

- Rapporto fra corpo e benessere
- Rapporto fra emotività, metodi di apprendimento e benessere
- Rapporto fra benessere e sviluppo delle capacità cognitive.
- Come può essere utile al benessere lavorare per competenze

TERZO INCONTRO - N° 4 workshop. Si prevede la partecipazione a un solo workshop in base all'interesse del singolo docente (3 ore)

max 30 partecipanti per ogni workshop

Temi da sviluppare

- | | |
|---|-----------------------|
| - Mindfulness – rilassamento – Bodyscan | Prof.ssa Mazzanti |
| - Lavoro sui rapporti spazio temporali nel gioco | Prof. Mantovani |
| - La relazione attraverso il movimento | Prof.ssa Trequattrini |
| - Comunicazione e sport, tra esercizi e allenamenti | Dott.ssa Ieluzzi |

www.scuolapromuovesalute.it - info@scuolapromuovesalute.it

In caso di adesioni numerose i workshop potrebbero essere replicati

N° 13 ore di approfondimento bibliografico- **predisposizione e attuazione di una Unità Formativa di Apprendimento** da proporre in classe

QUARTO INCONTRO - Restituzione in intergruppo dell'esperienza o di Unità Formative significative **(3 ore aperti a tutti)**

- Moderatori: - DS Francisetti, Prof. Mantovani , UST Stampini

Docenti Relatori:

- ❖ Prof. Mantovani - Vicepreside e docente di Educazione Fisica presso il Collegio San Carlo di Milano. Docente di numerosi corsi di aggiornamento e relatore presso convegni di interesse nazionale. Ricercatore in ambito neuroscientifico e in campo pedagogico
- ❖ Prof. Triani - Professore associato di Didattica Generale presso la Facoltà di Scienze della Formazione, Università Cattolica del Sacro Cuore
- ❖ Prof. Ambrosini – Terapista della Neuro-Psicomotricità dell'Età Evolutiva e psicomotricista
- ❖ Prof. Benincasa – Psichiatra e Neuropsichiatra infantile e Psicoanalista.
- ❖ Dott.ssa Ieluzzi - Coaching in comunicazione e sport.
- ❖ Prof.ssa Mazzanti – Docente di educazione Fisica
- ❖ Prof. Elena Trequattrini - Docente di educazione Fisica
- ❖ Dott.ssa Meraviglia - Medico UOS Promozione della Salute Milano - ATS Milano Città Metropolitana
- ❖ Dott. Iannaccone - UOC Percorsi integrati per il ciclo di vita familiare - ATS Milano Città Metropolitana

Coordinamento:

- Micaela Francisetti - Dirigente Scolastico Scuola capofila provinciale IC Ilaria Alpi
- Laura Stampini – Referente Promozione Salute Ufficio Scolastico Ambito Territoriale Milano
- ❖ **Al termine del percorso verrà rilasciato un attestato di partecipazione**