

Scuola Primaria Circolo
Didattico
" Madre Teresa di Calcutta"
Belpasso

Piano dell'Offerta Formativa

Progetto Curricolare



Docente
Referente
Maria Rita Nicoloso

Anno Scolastico 2016/2017

PREMESSA

Promuovere la salute significa consentire a tutti di esercitare un maggiore controllo su di essa e migliorarla.

I termini di “Educazione alla Salute” sono entrati nel mondo della scuola nel contesto di una crescente domanda sociale di “EDUCAZIONE”.

L’approccio educativo mira non tanto e non solo a “mantenere” la salute, ma persegue l’obiettivo di insegnare ai bambini in età di sviluppo ad affrontare le insidie che la minacciano: cattiva alimentazione, fumo passivo, sedentarietà, ecc... E’ opportuno, tenere presente, come insegna Ippocrate, che “Non basta prevedere la malattia per guarire ma occorre insegnare la salute per conservarla”.

La prevenzione è quell’insieme di conoscenze e informazioni necessarie per sapere come fare per rimanere SANI.

Quando si parla di prevenzione si acconsente facilmente, poi però si fa poca attenzione e ci si trova spesso di fronte a situazioni contraddittorie .

Ciò che è stato scoperto fino ad oggi, sui rapporti tra cattive abitudini da un lato e malattie dall’altro, ha cambiato poco gli stili di vita errati e i pochi cambiamenti avvenuti a riguardo, sono stati promossi più da preoccupazioni estetiche che da quelle sanitarie.

Perciò la promozione della salute e del benessere è uno degli obiettivi principali della scuola, perché stili e comportamenti di vita corretti appresi nell’infanzia e nell’adolescenza garantiscono in età adulta dei profili di

salute e di benessere qualitativamente migliori. Gli attuali Ordinamenti danno molta importanza all'educazione alla salute per quanto riguarda lo sviluppo del bambino in una dimensione educativa sia sul piano cognitivo sia affettivo-relazionale. Numerose valutazioni suggeriscono come i programmi scolastici possano influenzare, favorevolmente, i comportamenti degli alunni che, purtroppo, nella nostra società non sono sempre adeguati. Infatti è sempre più evidente quanto i bambini siano esposti a modelli e a messaggi contrastanti come la pubblicità di cibi già pronti, veloci da consumare e spesso ipercalorici.

Partendo da tali considerazioni si vuole avviare un progetto di "Educazione alla Salute" rivolto a tutti gli alunni della Scuola Primaria, con lo scopo di favorir loro una crescita armonica in una fase importante della loro vita.

PROGETTO: "SALUTE E BENESSERE"

Finalità

- Promuovere negli alunni una capacità di valutazione critica e un pensiero divergente in relazione a deleteri stili di vita indotti, in prevalenza, dalla cosiddetta società del benessere economico e dal conseguente consumismo.
- Favorire l'acquisizione di positivi, duraturi e consapevoli stili di vita mirati al mantenimento di un personale benessere psico-fisico.
- Creare i presupposti, nelle giovani generazioni per il radicamento di una cultura della prevenzione.

- Attivare comportamenti di prevenzione adeguati ai fini della salute nel suo complesso, nelle diverse situazioni di vita.
- Realizzare percorsi didattici e formativi per diffondere la cultura della salute, intesa in senso fisico, affettivo, relazionale e sociale, per promuovere il benessere del bambino; operando in sinergia anche con le famiglie.

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.

TRAGUARDI DI COMPETENZA

- Comprendere le nozioni generali del concetto di salute e benessere, ed essere consapevole dell'importanza che ha l'equilibrio psico-fisico.
- 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.

Ipotesi di lavoro - Attività specifiche - 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 (in date da concordare) 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;

rischi dell'eccessiva esposizione ai raggi solari.

- Ascolto del CD "Basta basta sigaretta".

- Conversazioni .

- Indagini. - Statistiche.

- Realizzazione di fumetti.

- Ricerche.

- Stesura di un corretto codice comportamentale.

- Drammatizzazioni libere o guidate.

-Costruzione di un cartellone "L'ABC della Salute"

Dall'esperienza maturata negli anni precedenti si ritiene necessario coinvolgere maggiormente i genitori per avere una ricaduta sui bambini più ampia e significativa, e utilizzare un linguaggio ed i tempi curriculari attivando interventi mirati e programmati all'interno di un percorso condiviso gestito dagli insegnanti che procede per unità didattiche. Gli interventi rivolti ai genitori hanno la finalità di renderli consapevoli del loro ruolo educativo.

ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO

La durata del progetto è prevista per l'intero anno scolastico.

Le attività verranno svolte in classe e in aula multimediale.

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.
- Maggiore collaborazione tra scuola e famiglia.

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.

Costi

La realizzazione del progetto non ha costi

L'insegnante

Maria Rita Nicoloso