

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Pistoia

CONTATTI

Direttore Gianna Ciampi

Email gianna.ciampi@uslcentro.toscana.it

Tel. 055 693 4506

Antonella Nanni

E.mail antonella.nanni@uslcentro.toscana.it

Tel. 0572 942896

Manuela Marchetti

E.mail manuela.marchetti@uslcentro.toscana.it

Tel. 0572 942832

Sede Massa e Cozzile (PT) 51010 - Via Primo Maggio,154
Villa Ankuri-Pucci (sede del Dipartimento della Prevenzione)

E.mail promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ADESIONE AI PROGETTI PER GLI STUDENTI

Compilare una scheda per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

☐ INFANZIA ☐ PRIMARIA ☐ SEC. I GRADO ☐ SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

INSEGNANTE REFERENTE DEL PROGETTO

CELL. _____ E.MAIL _____

CLASSE	SEZIONE	N. ALUNNI	INSEGNANTI COINVOLTI

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21

SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI

Compilare una scheda per insegnante e per ogni singolo progetto scelto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

NOME E COGNOME _____

MATERIA _____

CLASSE _____ SEZIONE _____ N. ALLIEVI _____

CELLULARE _____

E.MAIL _____

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

☐ INFANZIA ☐ PRIMARIA ☐ SEC. I GRADO ☐ SEC. II GRADO

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

EVENTUALI NOTE

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

SALUTE E BENESSERE A SCUOLA - a.s. 2020/21
SCHEDA DI ISCRIZIONE PER INSEGNANTI
Riepilogativa a cura dell'Istituto

Data _____

TITOLO DEL PROGETTO SCELTO _____

LE SCHEDE DOVRANNO PERVENIRE PER EMAIL A **promozionesalute.pistoia@uslcentro.toscana.it** ENTRO IL **15.11.2020**

ISTITUTO SCOLASTICO _____

PLESSO _____

INDIRIZZO _____

TELEFONO _____

E.MAIL _____

ELENCO INSEGNANTI ISCRITTI:

NOME E COGNOME	GRADO DI SCUOLA	CLASSE	MATERIA/DISCIPLINA

Indicare la piattaforma di videoconferenza online utilizzata dall'istituto scolastico _____

Insegnante referente Educazione alla Salute
Firma

Il dirigente scolastico
Timbro e firma

Progetti per livello scolastico

indice

LIVELLO SCOLASTICO	PROGETTO	TARGET	PAG.
SCUOLA DELL'INFANZIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	7
	Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le Life skills	INSEGNANTI	8
	A scuola di emozioni	GENITORI	9
	Help! Imparare a soccorre a scuola e a casa	INSEGNANTI - FAMIGLIE - PERSONALE NON DOCENTE	20
	Stretching... che favola!	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	29
SCUOLA PRIMARIA	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia: educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica	INSEGNANTI	7
	Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le Life skills	INSEGNANTI	8
	A scuola di emozioni	GENITORI	9
	Love & Co	ALUNNI - INSEGNANTI - GENITORI 5ª CLASSE	12
	Help! Imparare a soccorre a scuola e a casa	INSEGNANTI - FAMIGLIE - PERSONALE NON DOCENTE	20
	Istituti alberghieri e agrari per la salute	ALUNNI E INSEGNANTI CLASSE IV E V	27
	La salute s'impara	ALUNNI - INSEGNANTI	28
	Stretching in classe	ALUNNI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	30
SCUOLA SECONDARIA I° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Gaia	INSEGNANTI	7
	Affettivamente - Andiamo al consultorio	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	13
	Smart unplugged	STUDENTI - INSEGNANTI - FAMIGLIE	18
	Usa il cellulare... con la testa	STUDENTI CLASSE II - FAMIGLIE	23
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	21
	Visita alla centrale operativa	STUDENTI	22
SCUOLA SECONDARIA II° GRADO	#IORESTOSICURO	INSEGNANTI - PERS. ATA	19
	Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe	INSEGNANTI	10
	AttivaMente: dove ti incontro	STUDENTI CLASSE IV	11
	Safe sex preserva...ti: occhio ragazzi! HIV: chi lo conosce lo evita	STUDENTI CLASSE III	14
	Spazio giovani a scuola	STUDENTI CLASSE E E II	15
	Peer education	STUDENTI PEER SENIOR STUDENTI CLASSE I INSEGNANTI	17
	Emergenza sanitaria: cosa fare	STUDENTI	21
	Visita alla centrale operativa	STUDENTI	22
	Istituti alberghieri e agrari per la salute	STUDENTI CLASSE II	27
	Donare sangue: la scelta giusta	STUDENTI CLASSE IV E V	24
	La cultura del dono: stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli	STUDENTI - INSEGNANTI	25
	Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo	STUDENTI	26

Stare bene a scuola: relazioni ed emozioni

Gaia
Educare alla consapevolezza globale e alla salute psicosomatica


PREMESSA

Il "Progetto Gaia" è un programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di professionisti e dall'associazione di Promozione Sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca; approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ai sensi dell'art. 12, legge 7 dicembre 2000, n. 383, e sostenuto dall'UNESCO, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura.

Segue le direttive del MIUR basate sulle linee guida dell'OMS, per la promozione della salute attraverso le 10 competenze o Life Skills: consapevolezza di sé, gestione dello stress e delle emozioni, empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci, creatività, senso critico, prendere buone decisioni, risolvere problemi.

Tale progetto promuove un programma educativo che pone al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta, che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.

DESTINATARI

Insegnanti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado

OBIETTIVO GENERALE

Aumentare la consapevolezza di sé per il benessere dell'insegnante.

OBIETTIVI SPECIFICI

L'obiettivo trasversale del percorso è quello di permettere agli insegnanti di attivare le risorse individuali attraverso la consapevolezza di sé:

- partire dalla consapevolezza per arrivare a gestire se stessi
- migliorare la conoscenza di cosa sono le emozioni e come possono essere utilizzate come strumenti piuttosto che essere subite come fragilità o ostacoli
- ridurre lo stress e l'ansia
- migliorare il clima e la cooperazione del gruppo.

CONTENUTI

Imparare ad ascoltarsi

prendersi cura di sé

il qui ed ora: cosa penso e cosa provo

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento prevede 15 ore complessive così articolate:

1 incontro di 1 ora in plenaria in modalità online a inizio percorso per condividere il programma

2 incontri di sabato mattina di 4 ore ciascuno e 3 incontri pomeridiani di 2 ore ciascuno.

Per lo svolgimento del corso si richiede la disponibilità di una sede scolastica fornita di un'aula con attrezzatura multimediale sufficientemente ampia per eseguire la parte esperienziale e mantenere assicurato il distanziamento.

Possibilità di una diversa organizzazione in base alle disposizioni aggiornate in materia covid e/o alle richieste dei partecipanti: lezioni in modalità a distanza o all'aperto se presenti spazi esterni alla scuola fruibili.

METODOLOGIA

Il Progetto Gaia è basato sull'innovativo Protocollo Mindfulness Psicosomatica (PMP) che applica le conoscenze derivate dalle neuroscienze con un approccio "integrale" e multidimensionale della persona, integrando il livello mentale-cognitivo con quello emozionale-relazionale e corporeo-sensoriale.

Mindfulness come consapevolezza di sé, del respiro, delle emozioni e della propria mente.

Nello specifico lavoro sul corpo e sulla respirazione; esercizi e movimenti del corpo guidati; riflessione e confronto sul sentire; espressione grafica dell'esperienza.

MATERIALI E STRUMENTI

Materiale didattico

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
accreditati dall'associazione di promozione sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe con le life skills



Primo anno del corso di formazione triennale per insegnanti: 1) Life skills emotive

PREMESSA

Il progetto prevede un percorso triennale di formazione sulla metodologia delle Life Skills rivolto agli insegnanti della scuola dell'Infanzia, Primaria.

L'educazione Life Skills è una metodologia educativa raccomandata dall'O.M.S basata sullo sviluppo e il rafforzamento delle abilità di vita, cioè delle competenze socio emotive che consentono alle persone di rispondere alle richieste e alle sfide della vita quotidiana, di governare gli impulsi, di affrontare positivamente le difficoltà, evitando di assumere comportamenti a rischio per la propria salute e quella degli altri.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni, famiglie della scuola dell'Infanzia e Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Formare gli insegnanti sulle skills emotive al fine di promuovere il benessere in classe

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills emotive secondo le indicazioni O.M.S: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, empatia.

CONTENUTI

Il percorso si sviluppa in tre anni, suddiviso in moduli di apprendimento delle skills in: emotive (I°anno), relazionali (II°anno), cognitive (III°anno). I concetti affrontati durante il primo anno di formazione sono: salute, benessere, emozioni, motivazione, comportamento e apprendimento, la percezione di sé.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il training formativo si svolgerà sia in modalità online che in presenza, ove possibile anche all'aperto, in base alle disposizioni aggiornate anti Covid-19, e avrà la durata di 20 ore totali così articolate:

- 1 incontro online in plenaria iniziale di 2 ore
 - 2 campus di 4 ore ciascuno in presenza (sabato mattina), anche all'aperto
 - 5 incontri di 2 ore online o, se richiesto, in presenza a piccoli gruppi, anche all'aperto, per plesso/istituto
- Al termine dell'anno scolastico, in base alle disposizioni aggiornate in materia anti Covid-19, possibilità di co-progettare e realizzare un CAMPUS DELLA SALUTE all'aperto assieme alle famiglie e gli operatori come conclusione dell'esperienza

METODOLOGIA

Lavoro teorico-esperienziale, individuale e di gruppo, ricerca-azione, circle time

MATERIALI E STRUMENTI

Elaborazione diari di bordo, schede PEA, esercitazioni in presenza e in modalità a distanza

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Test di valutazione a inizio e termine del percorso triennale; questionario di apprendimento e gradimento

Raccolta materiale prodotto

Numero docenti, alunni e genitori partecipanti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti, Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

A scuola di emozioni

Un percorso dedicato ai genitori per diventare "ALLENATORI EMOTIVI"



PREMESSA

Nell'ambito del percorso di formazione sulla metodologia delle Life Skills rivolto agli insegnanti, proponiamo un'esperienza didattica da realizzarsi con i genitori dei bambini delle classi che avranno lavorato sulle skills emotive.

DESTINATARI

Genitori degli alunni della scuola dell'Infanzia e Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Fornire ai genitori strumenti per potenziare le proprie competenze emotive

OBIETTIVI SPECIFICI

Sviluppare e allenare le life skills emotive secondo le indicazioni O.M.S: consapevolezza di sé, riconoscimento e gestione delle emozioni, empatia. Cenni sulle tappe dello sviluppo cognitivo, emotivo e sociale infantile.

CONTENUTI

Spesso i genitori sono in difficoltà di fronte alle emozioni dei figli, in particolare di fronte a quelle riconosciute come "negative": rabbia, tristezza, gelosia ... ma sono i genitori che rappresentano per i figli una guida nel mondo delle emozioni. L'educazione emozionale si attua principalmente attraverso i modelli che i genitori offrono ai figli, mostrando loro come agiscono di fronte ai propri stati emotivi. Pianti, rabbia e capricci possono essere l'occasione per aiutare il bambino a sviluppare la sua intelligenza emotiva, facoltà fondamentale per accrescere in autostima e autoefficacia.

Il genitore "allenatore" va oltre la semplice accettazione dell'emozione, sa porre dei limiti coerenti nei confronti dei comportamenti inaccettabili dei figli, li aiuta a conoscere e regolare i sentimenti trovando adeguate soluzioni.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il training formativo si svolgerà sia in modalità online, e avrà la durata di 10 ore totali così articolate:

- 1 incontro online in plenaria iniziale di 2 ore in orario tardo pomeriggio o serale.
- 4 incontri online di 2 ore per classi plesso/istituto con possibilità in orario tardo pomeriggio o serale.

Al termine dell'anno scolastico, in base alle disposizioni aggiornate in materia anti Covid-19, possibilità di co-progettare e realizzare un CAMPUS DELLA SALUTE all'aperto, assieme ai bambini, insegnanti, operatori come conclusione dell'esperienza.

METODOLOGIA

Lavoro teorico-esperienziale, individuale e di gruppo, circle time, schede didattiche, bibliografia consigliata

MATERIALI E STRUMENTI

Elaborazione diari di bordo, schede PEA, esercitazioni in modalità a distanza

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di gradimento al termine della formazione

Numero genitori partecipanti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti, Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stare bene a scuola: costruire insieme il benessere in classe



L'educazione socio-affettiva per il benessere nella scuola

PREMESSA

Un progetto di educazione socio-affettiva prevede infatti strategie e attività che possono essere portate all'interno del mondo della scuola per favorire un clima di fiducia con i ragazzi e promuovere il loro protagonismo.

DESTINATARI

Docenti delle scuole secondarie di II grado, in particolare degli istituti scolastici che aderiscono al progetto Peer education

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la creazione di un gruppo docenti che valorizzi e metta al centro la relazione tra insegnanti e studenti, e sia di supporto ai ragazzi della Peer education.

OBIETTIVI SPECIFICI

Allenare le Skills emotive (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni ed empatia)

Stimolare abilità relazionali (comunicazione efficace e relazioni efficaci)

Individuare delle strategie per creare nel contesto scolastico le condizioni migliori e possibili per sostenere e valorizzare il progetto di educazione tra pari e incentivare la collaborazione tra i docenti.

CONTENUTI

L'educazione si è qualificata come una metodologia in grado di promuovere le cosiddette life skills (abilità della vita quotidiana) necessarie per lo sviluppo sociale ed emotivo dei soggetti in età evolutiva. Sarà presentato l'approccio ripartito descrivendone alcune pratiche.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Si terranno 5 incontri in videoconferenza con il Dr. Riccardo Romiti nelle seguenti date dalle 15.00 alle 17.00:

- 9 e 23 novembre 2020
- 8 e 22 febbraio 2021
- 12 aprile 2021

Sarà rilasciato un attestato al raggiungimento dell'80% di frequenza

METODOLOGIA

La metodologia è teorica-partecipativa in modalità online, prevede lavori in sottogruppi

MATERIALI E STRUMENTI

Materiale didattico

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

La metodologia è teorica-partecipativa in modalità online, prevede lavori in sottogruppi

OPERATORI COINVOLTI

Dott. Riccardo Romiti

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

AttivaMente: dove ti incontro?



In presenza o a distanza: modalità relazionali a confronto

PREMESSA

In un lasso di tempo brevissimo il mondo intero ha visto modificarsi per necessità tutti i rapporti interpersonali, restringendo la possibilità di relazioni in presenza solo ai familiari. Per gli adolescenti, che prediligono e necessitano del gruppo dei pari per definire loro stessi e la loro idea del mondo, questa chiusura ha significato orientarsi soltanto su relazioni attraverso supporti telematici. Nonostante questo canale comunicativo sia peculiare di questa fascia di età, l'essere obbligati a doverlo utilizzare, pena l'assoluta solitudine, può avere determinato nuovi punti di vista sulle relazioni umane.

Affinché questo periodo, con tutto quello che ci ha portato, sia occasione di riflessione, riteniamo importante dare uno spazio di lettura di ciò che è avvenuto, provando a prendere consapevolezza di cosa ha significato la RAD (relazione a distanza) per ciascuno, e cosa significa la relazione in presenza.

DESTINATARI

Studenti della classe IV della scuola secondaria superiore. In caso di numero elevato di iscrizioni sarà accettato un numero limitato di adesioni in base all'ordine di arrivo.

OBIETTIVO GENERALE

Significato di sostenere una relazione in presenza e a distanza

OBIETTIVI SPECIFICI

Riflessione sulla relazione, lettura e analisi delle differenze tra una relazione in presenza e a distanza e sull'essere in questi tipi di relazione, esprimere, raccontare, dare un nome a cosa abbia significato vivere "l'era DAD"

CONTENUTI

Lettura degli aspetti della relazione interpersonale mediata dal computer e vis-à-vis. Evitando di porre domande specifiche che rischiano di incanalare le risposte, stimolare i ragazzi alla formulazione di domande aperte, che permettano loro di esplorare la loro "relazione con la relazione"

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

2 incontri di 2 ore ciascuno in modalità online su piattaforma della scuola.

METODOLOGIA

Esercizi dal metodo autobiografico e dalla globalità del linguaggio

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute; educatori professionali e tecnici della riabilitazione psichiatrica dell'UFSMA zona distretto Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zona Pistoia

Affettività e sessualità consapevole

Love & co.



Progetto informativo-esperienziale di educazione all'affettività e sessualità per favorire maggiore consapevolezza nei pre-adolescenti dei cambiamenti psico-fisici e relazionali legati alla crescita

PREMESSA

Permettere ai pre-adolescenti di prendere parte a un percorso che rappresenti un'occasione di informazione e di educazione alla conoscenza e alla consapevolezza del proprio corpo che cambia, ma anche del proprio mondo affettivo e relazionale in via di trasformazione, significa aiutare i ragazzi ad abbattere tabù ed imbarazzi e promuovere il loro benessere.

Il progetto vuole offrire inoltre un orientamento chiaro e concreto ai docenti, in modo da assicurare agli allievi l'acquisizione di conoscenze e di comportamenti di cui hanno bisogno per prepararsi a vivere la crescita e il cambiamento puberale sotto il profilo psico-emotivo, fisico e relazionale.

DESTINATARI

Alunni della scuola Primaria classe V

Insegnanti della classe V

Genitori degli alunni classe V

OBIETTIVO GENERALE

Favorire un confronto su aspettative, paure e dubbi rispetto allo sviluppo puberale con particolare riguardo alla vita affettiva e sessuale. Fornire conoscenze riguardo ai cambiamenti psico-fisici e relazionali in età adolescenziale.

OBIETTIVI SPECIFICI

Familiarizzare con i temi e il linguaggio della sessualità

Apprendere vari aspetti (biologico, psicologico e sociale) dei cambiamenti dell'età preadolescenziale/adolescenziale

Favorire la collaborazione costruttiva tra genitori, docenti e operatori per contribuire a creare coerenza nel modo di comunicare ai ragazzi un argomento delicato come l'affettività e la sessualità.

CONTENUTI

Love & co. è un progetto educativo che ha per argomento l'ambito della vita affettiva e sessuale in tutti i suoi aspetti con contenuti adatti a bambini della quinta elementare. L'educazione sessuale, infatti, se affrontata con modalità non a carattere esclusivamente scientifico e igienico-sanitario, può dare ai bambini e ai ragazzi maggiori possibilità di esprimere i propri dubbi e le proprie fantasie e facilitare la verbalizzazione di contenuti affettivi ed emotivi. Gli ambiti trattati spazieranno tra vari temi: sviluppo puberale, amore, amicizia, sessualità, adolescenza. Durante l'iter formativo sarà dato ampio spazio ad attività ludiche con finalità didattica (role playing, circle time, brainstorming, giochi a squadre).

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto si svolgerà in modalità online ma potrà svolgersi in presenza, in piccoli gruppi, in base alle disposizioni in materia prevenzione rischio Covid-19.

Il percorso educativo è così articolato:

GENITORI: 1 incontro informativo con le famiglie di 2 ore al raggiungimento di almeno 10 partecipanti. Possibilità di effettuare l'intervento in modalità online. I genitori interessati ad approfondire il tema dell'affettività e delle relazioni efficaci in adolescenza secondo l'approccio Life skills education, potranno fare richiesta per partecipare a 2 laboratori teorico-esperienziali di almeno 4 ore ciascuno. Questi ultimi saranno organizzati in modalità online per ogni istituto scolastico.

INSEGNANTI: 2 incontri di 3 ore in presenza in piccoli gruppi oppure 3 incontri di 2 ore ciascuno in modalità online

ALUNNI: 2 lezioni di 2 ore ciascuna con la classe condotte dagli operatori

METODOLOGIA

Metodologia interattiva ed esperienziale. Durante l'iter formativo (in presenza) sarà dato ampio spazio ad attività ludiche con finalità didattica (role playing, circle time, brainstorming, giochi a squadre). Anche nelle lezioni online sarà adottato un approccio dinamico e coinvolgente.

MATERIALI E STRUMENTI

Proiezione video/slide; materiale didattico specifico a carattere ludico.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute
Psicologa, mediatrice familiare libero professionista.

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Affettivamente “Andiamo al consultorio”



Formazione per insegnanti. Realizzazione percorsi educativi in favore dello sviluppo di competenze affettive e relazionali negli adolescenti

PREMESSA

La promozione dell'affettività e della sessualità consapevole ha come obiettivo la diffusione del benessere e la prevenzione del disagio nella fascia di età di transizione fra preadolescenza e adolescenza.

Il periodo puberale impone difatti all'adolescente una ridefinizione del rapporto con il proprio corpo sessuato, configurandosi di conseguenza come un momento critico per il consolidamento della propria identità.

DESTINATARI

Per favorire un percorso graduale di avvicinamento ai temi dell'affettività e sessualità, il corso è riservato a Insegnanti/studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del ciclo completo.

Si suggerisce comunque prioritariamente la partecipazione degli insegnanti e degli studenti della classe terza, in quanto il training formativo permette la partecipazione degli studenti all'incontro presso la sede del consultorio giovani

L'iniziativa prevede anche il coinvolgimento dei genitori.

OBIETTIVO GENERALE

Allenare negli adulti e negli allievi competenze ad abilità affettive che costituiscano le basi per sane scelte di vita e di salute.

OBIETTIVI SPECIFICI

Allenare competenze utili (Linee Guida OMS: Life Skills e Intelligenza Emotiva) per la gestione delle emozioni, delle relazioni sociali ed e i rapporti affettivi, con particolare attenzione verso la conoscenza e l'integrazione dei nuovi alunni classe 1

Favorire la costruzione di relazioni positive del gruppo classe

Fornire supporto ai ragazzi per una presa di coscienza dell'evoluzione fisica-psichica tipica dell'età adolescenziale

Prevenire scorretti stili di vita in relazione alle malattie sessualmente trasmissibili

Invitare a una riflessione sui cambiamenti che la pandemia ha portato nella vita dei ragazzi in relazione alla vita affettiva: paura della malattia, isolamento, rapporto con le norme di sicurezza e vita sentimentale, amicizie ecc.

Rinforzare l'importanza delle indicazioni sanitarie anti covid-19

Facilitare la fruizione dei Consultori Giovani dell'ASL (classi terze)

CONTENUTI

Il progetto vuole promuovere le tematiche della corporeità, affettività e sessualità consapevole dei gruppi classi attraverso la condivisione degli obiettivi formativi con gli insegnanti e gli operatori Asl del territorio per una progettazione didattica multidisciplinare.

Laboratori esperienziali adattati secondo il target (classi I, II o III) su: consapevolezza, gestione delle emozioni, empatia, relazioni efficaci.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto potrà svolgersi in modalità online oppure in presenza in piccoli gruppi, anche all'aperto, in base alle richieste pervenute e alle disposizioni in materia per la prevenzione rischio Covid-19.

1) FORMAZIONE DOCENTINUOVI ISCRITTI: corso in modalità online: 4 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore; opzione: corso in presenza (piccoli gruppi): 4 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni)

2) RETRAINING DOCENTI FORMATI: corso in modalità online: 2 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 8 ore; corso in presenza (piccoli gruppi): 2 incontri di 2 ore ciascuno per quadrimestre per un tot. 16 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni). Su richiesta dei partecipanti, per entrambi i percorsi, possibilità di aggiungere il numero degli incontri per approfondimenti specifici.

3) FORMAZIONE GENITORI: corso in modalità online: 2 incontri di 2 ore ciascuno per un tot. 4 ore; corso in presenza (piccoli gruppi): 1 incontri di 4 ore per un tot. 4 ore (sede scolastica e periodo da definire in base alle nuove disposizioni). Su richiesta dei partecipanti, per entrambi i percorsi, possibilità di aggiungere il numero degli incontri per approfondimenti specifici.

4) ANDIAMO AL CONSULTORIO - FORMAZIONE STUDENTICLASSI III: si propongono due articolazioni di progetto: A) un solo incontro in modalità online di 2 ore con gli operatori del Consultorio Giovani se le disposizioni in materia anti Covid-19 non consentiranno le visite in presenza al consultorio; B) ogni classe scuola potrà scegliere la formula di 2 incontri online di 2 ore con l'operatore Asl. Un primo incontro rivolto separatamente ai maschi e uno alle femmine, per favorire maggiore spontaneità nel porre domande e focalizzare la lezione sui temi di interesse per genere, a seguire, 1 incontro a classe unificata come al punto (A)

METODOLOGIA

Metodologia interattiva, brainstorming, life skills, lavoro di gruppo, circle time.

MATERIALI E STRUMENTI

Giochi didattici ed esercitazioni adeguate al target; presentazioni digitali, video, schede operative.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario online finale per docenti, genitori, studenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e operatori del Consultorio Giovani di Pistoia e Montecatini T.

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Safe sex, preserva... ti!

Occhio ragazzi! HIV: chi lo conosce lo evita...



PREMESSA

Secondo lo studio dell'Agenzia regionale di sanità (ARS) 2018, in Toscana il 35,9% ha già avuto un rapporto sessuale. I dati sui comportamenti sessuali dei ragazzi tra i 14 e i 19 anni confermano il calo preoccupante nell'utilizzo del profilattico. Molti ragazzi non hanno la percezione del rischio e trascurano di proteggersi. La costante diminuzione dell'uso del profilattico nel corso degli ultimi 10 anni ha visto una riduzione di oltre 10 punti percentuali (nel 2018 soltanto il 58,4% dichiara di farne uso). La maggioranza delle infezioni da Hiv è attribuibile a rapporti sessuali non protetti che costituiscono nell'ultimo triennio il 90,1% di tutte le segnalazioni. I rapporti eterosessuali rappresentano la modalità di trasmissione nettamente più frequente per le donne (91,2%). Nei maschi il contagio è nel 53,8% dei casi omosessuale e nel 35,9% eterosessuale.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di II grado classe terza. Sarà ammesso un massimo di n. 30 classi in base all'ordini di arrivo

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere nei ragazzi la capacità di fare scelte consapevoli e responsabili rispetto alla propria vita sessuale e affettiva, riducendo rischi e disagi.

OBIETTIVI SPECIFICI

Dare informazioni di base sulle principali e più frequenti malattie sessualmente trasmissibili

Informare i giovani sull'importanza di una sessualità sicura, sull'uso corretto del profilattico e sulla necessità di effettuare il test per conoscere il proprio stato sierologico in caso di rapporti a rischio

Promuovere nei giovani l'uso pertinente dei servizi sanitari a disposizione nel loro territorio per i loro bisogni

CONTENUTI

Attualmente l'unica reale protezione dal contagio da virus HIV, responsabile della Sindrome da Immunodeficienza Acquisita (AIDS) è basata su comportamenti individuali e collettivi corretti e responsabili.

L'HIV non rappresenta l'unico rischio nei rapporti sessuali non protetti; adottare un atteggiamento preventivo vale quindi anche per difendersi da molte altre malattie a trasmissione sessuale: epatiti, infezioni da HPV (Papilloma virus), herpes, sifilide, gonorrea, candida.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Un incontro di 2 ore con la classe in modalità online oppure in presenza in base alle disposizioni anti Covid-19.

Per una migliore efficacia dell'intervento, si consiglia che prima dell'incontro, gli alunni abbiano effettuato con gli insegnanti alcune lezioni propedeutiche su elementi di anatomia e fisiologia dell'apparato riproduttivo.

Alla classe sarà somministrato un questionario 15-20 giorni prima dell'incontro per orientare meglio la lezione.

N.B. Per motivi organizzativi il personale della U.F. Igiene e Sanità Pubblica provvederà a contattare le singole scuole interessate per la programmazione del calendario degli incontri; in caso di nuova emergenza Covid-19, si riserva di interrompere l'attività didattica.

METODOLOGIA

Lezione frontale con approccio interattivo

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: personale infermieristico e assistenti sanitarie della U.F. Igiene e Sanità Pubblica zona Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Spazio giovani a scuola



Un'iniziativa informativa-esperienziale di educazione alla sessualità consapevole gestita dai ragazzi in condivisione con l'operatore Asl

PREMESSA

L'approccio informativo tra i ragazzi, attraverso una forma ludica e di partecipazione aiuta un apprendimento più efficace, uno scambio di informazioni facilitato rispetto ad argomenti di massimo interesse per l'età, e una maggiore apertura a parlare dei comportamenti errati rispetto al tema.

Per questo motivo l'iniziativa didattica è suggerita agli istituti in cui sia possibile il coinvolgimento dei Peer educator.

DESTINATARI

Studenti della scuola secondaria di II grado, classe I e II a discrezione della scuola.

Peer educator delle scuole che aderiscono al progetto in qualità di conduttori coadiuvati dall'operatore sanitario.

OBIETTIVO GENERALE

Fornire un'esperienza informativa sui temi dell'affettività e sessualità consapevole con particolare attenzione alla prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse e gravidanze indesiderate.

OBIETTIVI SPECIFICI

Offrire informazioni di base sulla sessualità/affettività

Conoscere l'importanza della contraccezione e della prevenzione delle malattie sessualmente trasmissibili

Incoraggiare l'accesso al consultorio giovani

CONTENUTI

Questa iniziativa, oltre a fornire informazioni di base sull'affettività/sessualità, viene proposta per far conoscere i servizi consultoriali al fine di responsabilizzare i ragazzi verso comportamenti sicuri.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto potrà svolgersi in modalità online oppure in presenza, anche all'aperto, in base alle richieste pervenute e alle disposizioni in materia per la prevenzione rischio Covid-19.

N. 1 incontro online di 2 ore con l'operatore Asl, oppure in presenza, anche all'aperto, in collaborazione con i Peer educator e la supervisione dell'operatore.

METODOLOGIA

Uso di tecniche attive: lavoro in sottogruppi, circle time, brainstorming, schede didattiche, presentazioni ppt.

MATERIALI E STRUMENTI

Giochi didattici tematici, video, schede didattiche, materiale illustrativo

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario finale online alle classi e ai conduttori Peer educator

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e U.F. Consultori di Pistoia

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Prevenzione dipendenze e comportamenti a rischio

Peer education (Scuola secondaria I°)

Progetto di educazione tra pari per la prevenzione dei comportamenti a rischio

PER QUEST'ANNO IL PROGETTO È SOSPESO

Peer education (Scuola secondaria II°)

Progetto di educazione tra pari per la prevenzione dei comportamenti a rischio



Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, il progetto non potrà svolgersi in presenza secondo il modello tradizionale. La nuova proposta progettuale prevede pertanto interventi di Media Peer education da effettuarsi prevalentemente in modalità online.

PREMESSA

La Peer Education (educazione tra pari) è una strategia educativa volta ad attivare un naturale passaggio e scambio di conoscenze, emozioni ed esperienze tramite i peer educator che assumono la veste di facilitatori nel processo di comunicazione tra pari. Questa strategia educativa si colloca all'interno dei programmi Life Skills (OMS) che consistono nello sviluppare negli studenti abilità ed atteggiamenti che li mettano in grado di fare scelte di vita e di salute sane. Anche gli insegnanti rivestono un ruolo attivo e propositivo nella Peer education, collaborano per supportare l'azione dei peer negli interventi con le classi e nell'organizzazione di eventi di promozione della salute per la scuola. Il progetto di Peer education può essere riconosciuto come attività di "Alternanza Scuola- lavoro"

DESTINATARI

Studenti Peer Senior classe IV-V delle scuole secondarie di II grado

Studenti classi prime in cui saranno svolte le attività con i Peer

Questa edizione della Peer education non prevede la formazione di nuovi Peer Junior

OBBIETTIVO GENERALE

Stimolare il protagonismo e la responsabilizzazione dei giovani rispetto alla propria salute (benessere) e quella degli altri.

OBBIETTIVI SPECIFICI

Stimolare il protagonismo e la responsabilizzazione dei giovani rispetto alla propria salute e a quella degli altri

Preparare i ragazzi al ruolo di Peer per passare informazione sui principali comportamenti a rischio

Stimolare la riflessione su rapporto emozioni/corpo/ pensiero/comportamento

CONTENUTI

Con questa strategia educativa i ragazzi apprendono con un approccio non formale e imparano a gestire il confronto diretto con i propri coetanei, con la possibilità di diventare portatori di un messaggio positivo promuovendo l'adozione di comportamenti responsabili allenando l'autoconsapevolezza, il senso critico, la comunicazione assertiva. Il percorso didattico servirà ad informare gli studenti su alcune tematiche quali l'abuso di alcol, il fumo di tabacco, le dipendenze, in particolare l'uso di sostanze stupefacenti, la contraccezione e le malattie sessualmente trasmesse.

A seguito dell'esperienza vissuta nei mesi scorsi per la pandemia Covid -19, riteniamo utile con questa edizione di Peer education, aiutare i ragazzi ad una riflessione critica sui cambiamenti che la pandemia ha portato nella vita di tutti, in particolare nei giovani: paura, preoccupazione, stress, isolamento sociale, noia ecc. per valutare eventuali strategie di problem solving anche attraverso l'approccio del Design Thinking, un metodo che fa leva sulla capacità delle persone coinvolte nell'essere creative nella ricerca di una soluzione a un problema o di adattamento al cambiamento..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Fine settembre/ottobre: Partecipazione degli insegnanti referenti e altri docenti ad un incontro di formazione – programmazione (modalità on line). Il nuovo programma per i Peer Senior prevede 2 percorsi paralleli:

1) ADOTTA UNA CLASSE PRIMA:

Percorso formativo online per i Peer Senior: 4 incontri di 2 ore per la co-progettazione (in base alle disposizioni delle scuole si può ipotizzare anche lo svolgimento in presenza, anche all'aperto, a piccoli gruppi per singolo istituto)

Incontri dei Peer con le classi prime modalità online (o in presenza se fattibile) con utilizzo del materiale prodotto dagli stessi Peer

Incontri periodici di revisione in itinere con i Peer e docenti referenti e operatori

2) GIOVANI GUIDE DIGITALI (preparazione e partecipazione alla Social challenge):

- Collaborazione con un'agenzia di animazione digitale per la formazione dei Peer (o solo di un sotto gruppo scelto tra i Peer) per la co-progettazione di materiale digitale specifico
- Preparazione del materiale per la partecipazione alla Social Challenge su TikTok con i ragazzi delle classi prime e i Peer (con il supporto dell'agenzia esterna)
- Divulgazione del materiale prodotto dai ragazzi per diffondere messaggi specifici da postare su internet (es. su sito/radio scuola, sito Asl, altro)
- Partecipazione dei Peer e delle classi coinvolte alla Social Challenge su TikTok (consentito l'uso di quest'ultima piattaforma da parte di minori di 16 anni), a distanza o in presenza in base alle necessità del momento e alle disposizioni in materia.

I ragazzi si sfideranno, divisi in squadre, in un contest Social, anche con il coinvolgimento di altri studenti e Peer di scuole del territorio (provincia Pistoia o Asl Toscana Centro), per diffondere messaggi positivi ai loro coetanei.

Le squadre che produrranno i contenuti migliori e avranno più visibilità saranno premiate.

Questa fase sarà supportata dagli operatori Asl e dall'agenzia di animazione digitale.

Maggiori dettagli organizzativi saranno forniti durante l'anno scolastico

METODOLOGIA

Interattiva, esperienziale alternata a momenti di didattica frontale, lavori di gruppo, roleplaying.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Incontri di restituzione con gli studenti. Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Consultori Pistoia, Salute Mentale Pistoia, Ser.D

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Smart-unplugged

Un programma efficace per la prevenzione dell'uso di tabacco, alcol e droghe



Per questo anno scolastico, a causa delle disposizioni anti Covid-19, non è prevista la formazione di nuovi docenti.

PREMESSA

Unplugged è un programma di prevenzione scolastica dell'uso di sostanze che si basa sul modello dell'influenza sociale e integra attività basate sulle life skills con attività focalizzate sul credo normativo. Questo intervento educativo è stato sperimentato e valutato nell'ambito dello studio multicentrico EU-Dap, che ha coinvolto sette paesi europei (Belgio, Germania, Spagna, Grecia, Italia, Austria e Svezia). Unplugged è un programma europeo di provata efficacia nel prevenire l'inizio e/o ritardare il passaggio dall'uso sperimentale a quello regolare di sostanze tra gli/le adolescenti.

Per questo anno scolastico Unplugged vede una provvisoria e diversa programmazione delle unità vista la situazione che si è creata a seguito della pandemia da Covid-19. Anche se buona parte delle attività del programma potranno essere realizzate in sicurezza senza particolari variazioni, per venire incontro alle nuove esigenze di sicurezza con le classi in presenza, l'iter formativo è stato riformulato selezionando e/o riadattando alcune esercitazioni garantendo lo svolgimento nel rispetto delle misure anti Covid-19. Al contrario, in caso di una nuova situazione epidemiologica peggiorativa oppure le direttive di ogni singola scuola impongano la didattica a distanza, presentiamo come alternativa, un piano di attività da svolgere in modalità online.

DESTINATARI

Insegnanti già formati e studenti della Scuola Secondaria di 1° grado del secondo anno o classi terze che non hanno completato il percorso nell'a.s. 2019-20

OBIETTIVO GENERALE

Prevenire/ritardare l'uso di sostanze (tabacco, alcol e droghe) negli adolescenti di età compresa tra i 12 e i 14 anni secondo una metodologia basata sul modello dell'Influenza sociale

OBIETTIVI SPECIFICI

Migliorare il benessere e la salute psicosociale dei ragazzi, attraverso il riconoscimento ed il potenziamento delle abilità necessarie per gestire l'emotività e le relazioni sociali, al fine di prevenire e/o ritardare l'uso di sostanze
Conoscere il modello dell'influenza sociale e le life skills, e il loro ruolo nella prevenzione scolastica dell'uso di sostanze e nella promozione della salute degli studenti;

Apprendere la metodologia necessaria per lavorare in classe con il modello dell'influenza sociale e delle life skills;

Migliorare le conoscenze sui rischi dell'uso di tabacco, alcol e sostanze psicoattive e sviluppare un atteggiamento non favorevole alle sostanze.

CONTENUTI

Unplugged in presenza: sono state riviste le attività in una sequenza di 10 Unità

Unplugged in modalità a distanza: alcune Unità dal programma Unplugged riadattate per lo svolgimento online

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

È previsto un incontro di Retrainig di n.2 ore in videoconferenza con insegnanti già formati sia sul nuovo programma di attività Unplugged da svolgere in presenza con la classe, sia nella modalità online.

1-2 Incontri in itinere o entro la fine dell'a.s., sempre in modalità a distanza, come monitoraggio del percorso

METODOLOGIA

Incontri in videoconferenza

MATERIALI E STRUMENTI

Nuovo manuale (provvisorio, in versione digitale) per l'insegnante ad integrazione dell'originale; quaderno per gli studenti, set di carte

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di soddisfazione degli studenti e degli insegnanti e report delle unità

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro formatori accreditati unplugged:
Promozione della Salute e Ser.D
SdS Valdinievole

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

#IORESTOSICURO



Comportamenti consapevoli e gestione dello stress a scuola al tempo della Covid-19

PREMESSA

L'esperienza collettiva dell'emergenza sanitaria da SARS-COV2 ha creato imprevedibili scenari in continuo cambiamento e ha reso necessario rimodulare le nostre proposte in termini di flessibilità, in particolare riferimento al setting scolastico.

Il progetto nasce dall'esigenza di supportare la scuola in azioni concrete rivolte alla gestione degli aspetti igienico sanitari e relazionali, utilizzando anche la metodologia Life Skills, affinché la comunità scolastica adotti consapevolmente e responsabilmente le norme di comportamento per la prevenzione del contagio.

DESTINATARI

Insegnanti, personale ATA e studenti della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere l'acquisizione consapevole di comportamenti finalizzati alla prevenzione da infezione da SARS-COV2

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere le modalità di trasmissione e le misure di prevenzione

Organizzare attività, spazi e ambienti comuni in sicurezza

Contribuire alla creazione di un clima rassicurante e sereno favorevole al benessere della comunità scolastica

Promuovere l'acquisizione consapevole nell'adozione di comportamenti corretti

CONTENUTI

Cenni di epidemiologia e modalità di trasmissione dell'infezione da SARS-COV2

Igiene personale e comportamenti (lavaggio delle mani, distanziamento fisico, uso delle mascherine, etc.)

Igiene ambientale e strutturale (sanificazione logistica)

Ascolto e confronto sui bisogni emergenti e sulle criticità

Lavoro sulle Life skills con particolare riferimento alla Gestione delle emozioni e alla gestione dello stress

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

MODULO 1

Autoformazione con interventi tematici registrati: 3 ore

- Consapevolezza e aspetti sociologici; modalità di trasmissione; misure di prevenzione; organizzazione spazi, attività e ambienti comuni; aspetti di igiene del lavoro; alimenti e Covid-19; bisogno di movimento; aspetti psicologici

Webinar in streaming on-line: 2 ore

Esperti del Dipartimento della Prevenzione Azienda USL Toscana centro ed un esperto psicologo rispondono ai quesiti pervenuti dalle scuole

MODULO 2

Webinar in streaming on-line: COVID-19 e Promozione della salute: 2 ore

- Concetto di Promozione della Salute; Life skills- abilità per la vita; autoconsapevolezza; gestione delle emozioni e dello stress; accoglienza e bisogni; la metodologia

MODULO 3

Una edizione per zona in presenza a piccoli gruppi o online

- Coprogettazione; realizzazione degli interventi con gli insegnanti; presentazione e condivisione del lavoro svolto

METODOLOGIA

Interattiva con il coinvolgimento diretto del personale della scuola. Life Skills educations

MATERIALI E STRUMENTI

Piattaforma web comune, Webinar tematici e contenuti online

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Questionario di autovalutazione e di gradimento

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Igiene Pubblica e Nutrizione, Prevenzione Igiene Sui Luoghi di Lavoro, Sicurezza Alimentare, Assistenza sanitaria in ambito preventivo
Esperto esterno Psicologo

REFERENTE

Zona Prato: Delia Trotta
Zona Firenze: Monica Rosselli, Patrizia Giannelli
Zona Empoli: Sandra Bonistalli, Giampiero Montanelli
Zona Pistoia: Antonella Nanni, Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

AUSL Toscana centro

Help! Imparare a soccorrere a scuola e a casa



PREMESSA

Prestare soccorso non vuol dire praticare azioni e metodiche particolari, di pertinenza solamente del personale qualificato, ma anche attivare semplicemente e correttamente i soccorsi ed essere in grado di assistere l'infortunato in attesa degli aiuti qualificati. È statisticamente dimostrato infatti che un primo soccorso adeguato e la riduzione dei tempi di intervento migliorano gli esiti e la prognosi. Anche alla luce dell'esperienza Covid-19 pensiamo sia necessario ancor di più educare le persone per diffondere una cultura del corretto soccorso nella comunità.

DESTINATARI

Famiglie, Insegnanti, personale scolastico non docente, scuole Infanzia e Primaria.

OBIETTIVO GENERALE

Saper attivare in modo corretto il 118; conoscere le manovre da effettuare in attesa dei soccorsi qualificati anche in riferimento ad un'eventuale emergenza Covid-19.

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere la legislazione che norma il primo soccorso in ambito scolastico

Riconoscere situazioni critiche e saper attivare in modo corretto il servizio di soccorso

Conoscere le principali manovre di soccorso (disostruzioni vie aeree, massaggio cardiaco esterno, emostasi emorragie, ecc.)

Conoscere e saper applicare semplici interventi nelle situazioni di incidenti più frequenti (ustioni, ferite, traumi, ecc.)

CONTENUTI

Saper gestire gli incidenti e i malori più frequenti che si verificano a scuola e a casa, può essere un valido strumento di aiuto sia per chi opera in ambito scolastico che in ambito domestico.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro di 2 ore con lezione frontale e simulazioni in modalità online su piattaforma delle scuole aderenti al progetto.

L'intervento sarà attivato solo se sarà raggiunto un minimo di 15 partecipanti per istituto.

METODOLOGIA

Lezione teorica interattiva esperienziale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e medici Centrale operativa 118 Pistoia-Empoli

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Emergenza sanitaria: cosa fare?



SOS Ragazzi: corretto utilizzo dei servizi di Emergenza/Urgenza e nozioni di Primo Soccorso

PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti III classe scuola secondaria I grado

Studenti I, II, III classe scuola secondaria II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la conoscenza e l'appropriato utilizzo dei servizi di emergenza/urgenza e contribuire a far acquisire competenze generiche sulle norme di primo soccorso

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

Saper attivare in modo corretto il servizio di emergenza

Trasmettere nozioni di primo soccorso

Promuovere comportamenti consapevoli e responsabili in materia di sicurezza sulle strade e abuso di sostanze

CONTENUTI

Il numero per l'emergenza sanitaria

Come effettuare una chiamata di soccorso

Cosa fare in attesa dei soccorsi

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 3 ore, con la possibilità di accorpate due classi. Verranno accolte le prime 20 classi che faranno richiesta garantendo un'equa distribuzione tra i diversi istituti richiedenti. Valuteremo la possibilità di accogliere ulteriori richieste

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva basata sulla trasmissione di conoscenze veicolate attraverso lezione frontale, brainstorming, discussione e condivisione.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Visita in centrale operativa

Conoscere il servizio di emergenza e chi ci lavora



PREMESSA

Negli ultimi anni è stato osservato un incremento del ricorso ai servizi di emergenza-urgenza. Una delle principali cause di tale situazione è attribuita alla carenza di informazioni a disposizione del cittadino circa la natura e l'utilizzo del sistema di emergenza-urgenza. E' importante pertanto realizzare un intervento informativo/educativo diretto agli alunni/studenti essendo la Scuola uno dei luoghi deputati all'educazione e alla conoscenza relativa anche a comportamenti utili per la propria vita.

Ragazzi più informati saranno cittadini più consapevoli e competenti: promuovere la conoscenza dei servizi sanitari disponibili, le modalità di accesso e il loro corretto utilizzo significa lavorare per incrementare le capacità del cittadino di prendersi cura di sé (empowerment) per favorire, di conseguenza, l'efficacia e l'efficienza dei servizi stessi.

DESTINATARI

Studenti delle scuole medie e superiori

OBIETTIVO GENERALE

Conoscere il sistema dell'emergenza sanitaria

OBIETTIVI SPECIFICI

Conoscere il sistema di emergenza sanitaria e i professionisti che ci lavorano

CONTENUTI

Presentazione della centrale e visita alle postazioni di lavoro

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento educativo si articola in un incontro della durata di 2 ore da svolgere presso la centrale operativa di Pistoia, Via Matteotti

METODOLOGIA

L'intervento verrà condotto con l'utilizzo di una metodologia interattiva tra infermiere tutor e studenti

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto conclusivo redatto dai docenti

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: infermieri SOSD infermieristica 118

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia - Empoli

Usa il cellulare... con la testa



Progetto di sensibilizzazione al corretto uso del cellulare e conoscere gli effetti dei campi elettromagnetici. Fornire ai genitori informazioni e modalità relazionali per educare i propri figli al corretto utilizzo dei dispositivi digitali

PREMESSA

Come aiutare i ragazzi a riflettere sull'importanza del condurre una vita digitale corretta, specie dopo l'iperconnessione dovuta al lockdown da Covid-19? Esiste una misura educativa nella gestione delle nuove tecnologie? Secondo i dati dell'Osservatorio nazionale sull'adolescenza, più i ragazzi crescono e più la loro dipendenza dal cellulare o al pc/tablet aumenta. E anche nei momenti di pausa restano attaccati al telefono, incapaci di gestire la noia.

Studi epidemiologici stanno spingendo affinché si riveda la classificazione dei rischi legati all'esposizione alle radio frequenze; finora erano ritenute avere solo possibili effetti cancerogeni, oggi, in seguito a specifiche ricerche potrebbero essere rivalutate come probabili cancerogeni (IARCA agenzia internazionale ricerca sul cancro). Ci sembra opportuno pertanto fornire corrette informazioni di sensibilizzazione ai ragazzi che proprio in età preadolescenziale-adolescenziale rappresentano il target che fa maggiormente uso di dispositivi a radiofrequenze.

DESTINATARI

Studenti della Scuola Secondaria di I grado classe seconda
Famiglie

OBIETTIVO GENERALE

Stimolare consapevolezza rispetto al corretto uso di tutti i dispositivi mobile (smartphone, tablet ecc.)

Favorire una riflessione sul ruolo genitoriale rispetto a regole, opportunità e limiti nell'utilizzo dei device digitali in pre adolescenza-adolescenza

OBIETTIVI SPECIFICI

Fornire informazioni di base sul corretto uso dei cellulari

Suscitare consapevolezza attraverso una riflessione critica rispetto all'utilizzo delle nuove tecnologie

Riflessione sugli effetti dei campi elettromagnetici sulla salute

CONTENUTI

Il progetto è finalizzato alla conoscenza e all'uso ottimale del cellulare, tramite suggerimenti pratici finalizzati a limitare i danni dovuti ai campi elettromagnetici da radiofrequenza.

L'obiettivo principale è quello di migliorare la qualità della vita attraverso comportamenti rivolti alla tutela della propria salute e di quella degli altri.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

FORMAZIONE STUDENTI: l'intervento è articolato in una lezione frontale a carattere interattivo di 1 ora in presenza, in base alle disposizioni anti Covid-19 oppure in modalità online su piattaforma della scuola. In caso di n. elevato di iscrizioni saranno accettate le adesioni di un numero limitato di classi in base all'ordine di arrivo. Nella circostanza di impreviste esigenze organizzative il progetto potrebbe non essere attivato.

FORMAZIONE GENITORI: incontri di 1 ora e 30' in modalità online su piattaforma delle scuole aderenti, in orario tardo pomeriggio o serale (ore 21.00-22.30)

METODOLOGIA

Lezione frontale interattiva

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale eventuale questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e tecnici della Prevenzione - Prevenzione, Igiene e Sicurezza sui Luoghi di Lavoro

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia e Valdinievole

Cultura della donazione e cittadinanza consapevole

Donazione sangue



PREMESSA

Dovendo mantenere ed accrescere la popolazione dei donatori di sangue volontari e periodici, è necessario continuare a divulgare la cultura del dono fra i cittadini, educando e sensibilizzando soprattutto i giovani. Donare sangue volontariamente e con consapevolezza permette di concretizzare la propria disponibilità verso gli altri, ma anche verso se stessi, poiché così facendo si alimenta un patrimonio collettivo di cui ciascuno può usufruire al momento del bisogno. Tutti senza alcuna distinzione possono donare il sangue, anonimamente, volontariamente, responsabilmente, periodicamente e gratuitamente. In Italia attualmente non è stato ancora raggiunto l'obiettivo dell'autosufficienza nazionale. Per raggiungerla, l'unica strada percorribile è quella di sensibilizzare fortemente i cittadini nei confronti della donazione volontaria e periodica del sangue e dei suoi emocomponenti.

DESTINATARI

Studenti scuola secondaria di II grado classe IV e V

OBIETTIVO GENERALE

Trasmettere il significato e i valori della solidarietà e della donazione.

OBIETTIVI SPECIFICI

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

Breve introduzione sul percorso per la donazione di midollo osseo, argomento riservato solo agli alunni della scuola secondaria di II grado.

CONTENUTI

Nella Medicina attuale la trasfusione di sangue, emocomponenti ed emoderivati rappresenta un presidio terapeutico prezioso ed insostituibile. E' perciò estremamente importante diffondere nella popolazione di ogni età, prima fra tutte la popolazione scolare, la cultura della donazione.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Incontro con un esperto della durata di circa 1 ora.

METODOLOGIA

Lezione frontale con modalità interattiva da svolgere in presenza o in videoconferenza su piattaforma della scuola

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Rapporto finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e medici Immunoematologia e Medicina trasfusionale

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

La cultura del dono

Stili di vita salutari per un futuro da cittadini più consapevoli



PREMESSA

La Regione Toscana con delibera n. 1367 del 4/12/2017 ha inteso ribadire l'importanza di un percorso finalizzato allo sviluppo di una cultura solidale, promuovendo le progettualità delle Aziende sanitarie per favorire stili di vita sani, prevenire le malattie croniche e promuovere la cultura del dono.

Le varie tematiche affrontate nel progetto saranno pertanto trasversali e correlate a diverse materie curriculari (es. scienze, filosofia, diritto, ecc.) delle scuole aderenti oltre che finalizzate allo sviluppo delle competenze sociali e civiche per agire in modo autonomo, responsabile e nel rispetto dei diversi punti di vista. In relazione a questi aspetti sarà tenuto conto delle priorità individuate dalla scuola nell'ambito del RAV, del piano di miglioramento e, qualora possibile, delle scuole polo di formazione.

Il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti delle scuole secondarie di II grado

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la diffusione della cultura

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzare alla cultura della donazione favorendo lo sviluppo di sentimenti di solidarietà

Promuovere sani stili di vita, potenziando la capacità di prendere decisioni coerenti per la propria salute e il proprio benessere

Informare sui temi della donazione, compresi aspetti tecnici e legali

CONTENUTI

Life skills

Sensibilizzazione alla cultura del dono

Promozione di sani stili di vita e scelte consapevoli

Aspetti sanitari : corrette informazioni scientifiche volte anche a chiarire dubbi e paure rispetto alla donazione.

Aspetti legali: nozioni e chiarimenti sulla normativa vigente.

Informazioni su programma regionale e Servizi Istituzionali preposti

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Incontro di coprogrammazione con la scuola per ricaduta su studenti e famiglie

Il progetto potrà essere sostenuto con i fondi di cui alla DGRT 1367/2017 e successivi atti di riferimento previo vidimazione della progettualità da parte dell'azienda usl toscana centro e rendicontazione finale a firma del dirigente scolastico

METODOLOGIA

Metodologia attiva e partecipativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute e Organizzazione locale aziendale Toscana Trapianti (OTT)

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Servizio civile: un'opportunità per i giovani di imparare facendo



Il Servizio Civile Nazionale e Regionale: come diventare volontario

PREMESSA

Chi sceglie di impegnarsi nel Servizio Civile volontario, sceglie di aggiungere un'esperienza qualificante al proprio bagaglio di conoscenze, spendibile nel corso della vita lavorativa; il servizio civile volontario ha per i giovani una forte valenza educativa e formativa, è una importante e spesso unica occasione di crescita personale, un'opportunità di educazione alla cittadinanza attiva

DESTINATARI

Studenti delle scuole secondarie di secondo grado, classi IV e V

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere la cittadinanza attiva

OBIETTIVI SPECIFICI

Sensibilizzazione e coinvolgimento delle giovani generazioni nella difesa della Patria con mezzi non armati e non violenti, mediante servizi di utilità sociale. I giovani che hanno svolto il Servizio Civile presso questa Azienda sono stati infatti impegnati in progetti di accoglienza ed orientamento dell'utenza nei percorsi sanitari, di inclusione sociale per minori con disagio, di sanità solidale negli Istituti di Pena per adulti e minori, di comunicazione nelle biblioteche, di lavoro di rete nei Ser.D. (Servizi delle Dipendenze)

CONTENUTI

Il Servizio Civile Nazionale opera nel rispetto dei principi della solidarietà, della partecipazione, dell'inclusione e dell'utilità sociale nei servizi resi, anche a vantaggio di un potenziamento dell'occupazione giovanile

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Intervento in plenaria tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid, le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc

Sportello informativo nelle scuole secondarie di II° grado nei mesi di marzo e di novembre attraverso la presenza di operatori e di giovani volontari impegnati in progetti di servizio civile compatibilmente alle disposizioni ministeriali vigenti.

Accesso concordato con i docenti nelle classi IV e V

Diffusione materiale informativo

METODOLOGIA

Informativa

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Ufficio Servizio Civile e Promozione della Salute

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Alimentazione e movimento

Istituti alberghieri ed agrari per la salute

Educare i giovani al ciclo della natura e al cibo sano



PREMESSA

Nel corso degli ultimi anni il progetto n. 3 PRP 2014-2019 "Istituti Alberghieri e Agrari per la salute" ha avuto una naturale evoluzione del percorso educativo che ha interessato anche gli istituti comprensivi. Gli studenti degli istituti alberghieri e agrari hanno coinvolto in qualità di peer educator/tutor un numero notevole di bambini/studenti, avvicinandoli al piacere di esplorare e scoprire i prodotti della natura, proponendo esperienze laboratoriali con un approccio multisensoriale.

Questa esperienza ha creato e rafforzato le reti fra scuole, famiglie e territorio ed ha contribuito a sviluppare abilità e competenze (cognitive, relazionali, emotive) nei ragazzi coinvolti, interpretando in maniera efficace lo spirito delle "Scuole che promuovono salute" e valorizzando le integrazioni fra le varie progettualità presentate nel catalogo e coerenti con la tematica.

La presente proposta educativa prevede un contributo economico agli Istituti Alberghieri e Agrari per la realizzazione delle attività. Il finanziamento è subordinato alla presentazione e validazione di una scheda progettuale.

Per l'a.s.2020/21 il progetto potrà essere integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale

DESTINATARI

Istituti Alberghieri ed Agrari

Istituti comprensivi scuole primarie

OBIETTIVO GENERALE

Favorire la relazione tra salute, benessere e stili alimentari salutari

OBIETTIVI SPECIFICI

Promuovere consapevolezza in tema di sana alimentazione, sostenibilità ambientale, aspetti sociali ed etici della produzione, trasformazione e consumo del cibo

Favorire collaborazione fra Istituti Scolastici, Istituzioni e territorio per le azioni di progetto

Sviluppare negli studenti competenze cognitive, emotive e relazionali, allenando in particolare l'autostima e la comunicazione efficace

Promuovere gli orti scolastici che rappresentano un forte strumento educativo, capace di riconnettere i giovani con l'origine del cibo, attraverso un apprendimento esperienziale

Realizzare laboratori didattico/esperienziali e sensoriali con il coinvolgimento dell'Istituto e della comunità attraverso eventi di condivisione del lavoro svolto

CONTENUTI

Stili di vita: salute e benessere

Passato e futuro del cibo: produzione, trasformazione e consumo consapevole degli alimenti

Coltivazione e stagionalità, semina e cura delle piante

Funzione dei sensi nell'alimentazione

Conservazione dell'ambiente e lotta allo spreco

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Incontri con i docenti delle varie discipline delle scuole coinvolte per la stesura di un progetto e di un crono programma di attività ai fini dell'erogazione del finanziamento

Incontri con gli studenti coinvolti

Laboratori esperienziali

Istituti scuole primarie

Incontri di feedback tra studenti, insegnanti e operatori dell'Azienda Sanitaria

Giornata conclusiva del progetto

METODOLOGIA

Interattiva, induttiva e laboratoriale

MATERIALI E STRUMENTI

Materie prime per la realizzazione dei laboratori

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, UFC Igiene Pubblica e Nutrizione

REFERENTE

Antonella Nanni

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

La salute s'impara



Interventi di promozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo nei bambini delle scuole primarie

PREMESSA

Le basi per una vita sana ed un adeguato rapporto con il cibo devono essere poste già durante gli anni della scuola primaria. Il progetto si propone di favorire fattori protettivi relativi all'alimentazione e al movimento.

In Italia il sistema di sorveglianza "Okkio alla salute" ci dice che all'età di 8-9 anni un bambino su tre è in eccesso ponderale, di questi il 9,3% sono obesi il 21,3% sono sovrappeso. Le cause? Cattive abitudini alimentari, scarsa attività fisica e comportamenti sedentari. Molti alunni non fanno un'adeguata prima colazione, alla ricreazione consumano quantità eccessive di alimenti ipercalorici e bevande zuccherate, mangiano poca frutta e verdura. Inoltre percentuali elevate di bambini non fanno sport, o attività fisica in quantità sufficiente e trascorrono più di 2 ore al giorno davanti alla Tv o videogiochi. Spesso le famiglie non hanno piena consapevolezza dell'importanza per la salute di tali comportamenti.

Dati internazionali dimostrano che il problema di sovrappeso e dell'obesità nei bambini è rilevante ed ha conseguenze immediate, perché compromettendone il suo benessere fisico e psicologico, inoltre rappresenta una condizione che frequentemente continua in età giovanile e adulta rappresentando un fattore di rischio per lo sviluppo futuro di molte malattie croniche tra le quali il diabete e le malattie cardio e cerebrovascolari.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti e famiglie Scuola Primaria

OBIETTIVO GENERALE

Migliorare le abitudini alimentari degli alunni, incrementare l'attività fisica, ridurre la sedentarietà.

OBIETTIVI SPECIFICI

Facilitare l'azione degli insegnanti per realizzare percorsi educativi sugli alimenti, sulla nutrizione, sulla sostenibilità ambientale della produzione di cibo.

Promuovere il consumo di frutta e verdura

Valorizzare il progetto "Pranzo sano a scuola" della Regione Toscana.

Valorizzare le ore curricolari di attività fisica

CONTENUTI

Dimensione culturale del cibo.

Il futuro del cibo: cibo sano e sostenibilità

Cibo e benessere

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

L'intervento si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno, tenendo conto della realtà organizzativa delle scuole in relazione all'emergenza Covid-19, saranno previsti webinar tematici con la possibilità di un confronto da svolgere in presenza o in forma digitale.

Realizzazione di percorsi educativi all'interno delle classi

Collaborazione con l'Istituto Alberghiero e Tecnico Agrario del territorio per la realizzazione di laboratori didattico/ esperienziali (vedi progetto "Istituto Alberghieri ed Agrari per la salute" del Piano Regionale della Prevenzione n°3)

Coinvolgimento delle famiglie: incontro in presenza o in forma digitale e distribuzione del materiale informativo

METODOLOGIA

Interattiva partecipativa

MATERIALI E STRUMENTI

Schede per giochi di movimento

Giochi didattici sui temi dell'alimentazione

Materiale informativo per i bambini e per le loro famiglie

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Area Funzionale Igiene Pubblica e della Nutrizione e Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Ausl Toscana centro

Stretching... che favola!

Favorire lo sviluppo psico-motorio nei bambini



PREMESSA

I ritmi e gli stili di vita familiari sono caratterizzati sempre più da sedentarietà e inattività fisica (utilizzo del computer, TV, playstation, mancanza di spazi e tempo per stare all'aperto ecc.), con ridotta possibilità di fare esperienza motoria. Risulta importante quindi promuovere, sin dall'infanzia, lo sviluppo di tali capacità. Queste attività non solo favoriscono un più armonico sviluppo psico-motorio ed emotivo ma contribuiscono ad acquisire un atteggiamento positivo nei confronti dell'attività motoria.

Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Docenti della scuola dell'Infanzia

Alunni e famiglie della scuola dell'infanzia

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere elementi di stretching sotto forma di gioco simbolici

OBIETTIVI SPECIFICI

Prevenire e ridurre la sedentarietà proponendo movimenti divertenti e allo stesso tempo educativi

Stimolare lo sviluppo dello schema motorio in età sensibile

Alfabetizzazione emozionale

CONTENUTI

Attraverso il gioco di imitazione dei personaggi di una favola, inventata appositamente e strutturata sulla base dei principi dello stretching, viene offerta al bambino l'opportunità di scoprire il piacere del gioco di movimento nei momenti di vita scolastica e a casa. Lo stretching abbinato alla favola agisce da stimolo allo sviluppo del pensiero simbolico e del sé corporeo, principali mediatori delle relazioni tra il mondo interno e quello esterno del bambino..

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

Il programma prevede l'organizzazione di un incontro di formazione teorica-pratica tenuto in una sede scolastica. Dopo la formazione gli insegnanti programmeranno le esperienze motorie acquisite con i bambini delle proprie classi. Sarà divulgato materiale illustrativo con le posture dei movimenti corretti da svolgere e da effettuare in base al racconto della favola scelta o ideata.

È previsto un incontro informativo con le famiglie per una sensibilizzazione delle attività di stretching orientate all'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo e dei propri stati emotivi. Sarà trasmesso materiale illustrativo alle famiglie e agli insegnanti con la rappresentazione dei movimenti e delle posture corrette da svolgere in base al racconto della favola scelta o ideata

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale VDN, Medicina dello Sport

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Stretching-in-classe

Favorire l'attività fisica e una corretta postura nei bambini



PREMESSA

Nella prospettiva di favorire un cambiamento culturale a sostegno della promozione della salute incentivando nei bambini il movimento anche in ambito scolastico, il progetto è orientato a promuovere momenti di attività motoria non strettamente legata alla pratica sportiva; esistono infatti altre forme di movimento (esercizi anche semplici) che praticati quotidianamente incidono positivamente su alcuni aspetti della salute (scorrette posture, paramorfismi, sindromi algiche, sedentarietà ecc.).

La finalità del progetto è quella di contrastare gli effetti della sedentarietà e vuole trasmettere un forte messaggio teso a favorire il movimento. In particolare l'attività di stretching punta a ridurre i problemi dovuti ad una prolungata posizione, spesso scorretta, tenuta dai bambini sui banchi di scuola.

I benefici dello stretching non si limitano all'aspetto fisico; questa pratica agisce infatti anche sul benessere psichico del soggetto. La riduzione della tensione muscolare favorisce il rilassamento, stimola la concentrazione e riattiva l'attenzione.

Lo stretching si può considerare nel complesso un'attività utile allo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo. Per l'a.s. 2020/21 il progetto sarà integrato con incontri e attività a distanza in forma digitale.

DESTINATARI

Insegnanti, alunni e famiglie delle scuole primarie. Sarà data priorità agli insegnanti della classe 3^a.

OBIETTIVO GENERALE

Incoraggiare il movimento come stile di vita sano attraverso il coinvolgimento diretto dei ragazzi da parte dei docenti di qualsiasi disciplina

OBIETTIVI SPECIFICI

Applicazione quotidiana degli esercizi di stretching in classe al di fuori delle lezioni di educazione fisica

Prevenire difetti posturali da eccessiva sedentarietà

Stimolare lo sviluppo della consapevolezza del sé corporeo ed emotivo

CONTENUTI

Proposta di alcuni esercizi da svolgere in classe, mirati alla riduzione dei problemi dovuti a una scorretta posizione sui banchi.

Percorso educativo finalizzato a favorire la consapevolezza sulle abilità personali e competenze sociali (life skills)

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO

Le azioni del progetto saranno costruite e concordate ad hoc tenendo conto della realtà organizzativa di ciascuna scuola in relazione all'emergenza Covid.

È previsto un incontro formativo rivolto ai docenti della durata di 3 ore, inerente le tecniche dello stretching, articolato in una parte teorica e una parte pratica. Sarà dato ampio spazio ad esercitazioni finalizzate all'ascolto di sé sul piano corporeo, emotivo, cognitivo e relazionale.

Successivamente gli esercizi di stretching verranno realizzati nelle classi da parte degli insegnanti formati i quali potranno avvalersi anche di musiche rilassanti.

Con il tempo saranno i bambini che si alterneranno nel ruolo di peer educator per proporre gli esercizi ormai acquisiti ai compagni di classe.

METODOLOGIA

Intervento teorico-pratico basato sui principi della Mindfulness da svolgere in presenza o in forma digitale

MATERIALI E STRUMENTI

Poster illustrativo sull'esecuzione corretta degli esercizi di stretching da affiggere in ogni classe; opuscolo informativo per le famiglie.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Report finale. Questionario online

OPERATORI COINVOLTI

Operatori Azienda USL Toscana centro: Promozione della Salute, Riabilitazione Funzionale P.O. di Pescia, Medicina dello Sport

REFERENTE

Manuela Marchetti

AMBITO TERRITORIALE

Pistoia zone Pistoia e Valdinievole

Salute e Benessere a scuola

2020 - 2021

Ambito territoriale

Pistoia