

PROGRAMMA DI AZIONE REGIONALE PROMOZIONE DELLA SALUTE 2004-2005 (DD 466 - 29.11.04)
BANDO REGIONALE 2004-2005 PROGETTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE (DD 500 - 20.12.04-BURP 51-23.12.04)

ALIMENTAZIONE ED ATTIVITÀ FISICA NELLA SCUOLA

Filone tematico	<i>Alimentazione e attività fisica</i>
Tema	Abitudini alimentari, attività fisica , ecologia urbana
Destinatari	Bambini, insegnanti, genitori, nonni
Setting	Scuole materne elementari medie, ambulatori pediatrici

Responsabile del progetto

Caputo Marcello

ASL 17 Savigliano – Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Torino 143, 12038 Savigliano (TO)

Tel. 0172-715927 Fax 0172-713792 marcello.caputo@asl17.it

ProSa on-line: P0238 VALUTAZIONE PROGETTO: 20/22 FINANZIAMENTO CONCESSO: 9000.00 €

Abstract

Il progetto intende promuovere lo sviluppo di competenze e comportamenti favorevoli in alcuni ambiti : alimentazione, attività fisica educazione ambientale. Le modalità di intervento prevedono il coinvolgimento attivo della comunità, scolastica(bambini, insegnanti, genitori, nonni) e la progettazione partecipata delle varie attività (modificazione dei cortili scolastici per favorire l'attività fisica, creazione orti, pianificazione di percorsi ed attività educative).

Oltre agli operatori del SIAN e del Comune coinvolti nell'iniziativa saranno interessati anche i Pediatri di base dell'ASL 17 che avranno il compito di sostenere e rinforzare i messaggi educativi attraverso la creazione e diffusione di materiale divulgativo sulle tematiche del progetto.

Il primo anno il progetto interesserà il Comune di Savigliano e due scuole continuando ed ampliando i progetti già realizzati di « cortili scolastici » e « progetto pedibus » . Nel secondo anno il progetto sarà riproposto in un 'altro Comune dell'ASL 17 ed in almeno una altra scuola.

2° REPORT STATO DI AVANZAMENTO

1. ATTIVITÀ E RISULTATI NELLA PROSECUZIONE DEL PROGETTO

1.1. Andamento del gruppo di progetto (max 10 righe)

Il gruppo di progetto iniziale (Assessori dei Comuni di riferimento, Dirigenti e rappresentanti degli insegnanti, personale SIAN) è stato allargato agli insegnanti delle scuole partecipanti. Sono state realizzate alcune riunioni informative preliminari ed in sede di collegio docenti al fine di stimolare l'interesse anche negli insegnanti che non avevano espresso il desiderio di partecipare al progetto. Le resistenze principali riguardavano il timore di non avere il tempo per svolgere le normali attività curricolari avendo già deciso di aderire ad altri progetti. Il problema è stato risolto costruendo una versione più "leggera" da proporre indistintamente a tutte le classi, mantenendo il progetto nella sua integrità per le 10 classi e pluriclasse che vi avevano già aderito. Alcuni docenti hanno manifestato il timore di non essere in grado di raggiungere gli obiettivi preposti a causa delle loro scarse conoscenze in materia, il problema è stato superato garantendo la collaborazione attiva degli esperti.

1.2. Alleanze tra gli attori interessati al progetto (max 10 righe)

Sono stati presi accordi precisi e strutturati con gli Assessori dei Comuni di Savigliano e Marene, con il Dirigente scolastico e i Referenti delle Scuole di Savigliano e Marene, con il Coordinamento dei Pediatri di base. Erano state ipotizzate pre-intese da ridefinire con altri soggetti istituzionali, che sono sfociate in collaborazioni più o meno strutturate (es. Servizi Sociali). E' stata fatta un'adeguata pubblicità, anche con articoli su giornali locali, per rendere note e valorizzare la partecipazione dei vari Enti o associazioni alle alleanze di progetto. Allo stesso modo il buon andamento del progetto, la visibilità ottenuta, i risultati raggiunti e comunicati via via ai vari partecipanti ne hanno sostenuto la motivazione ed ha costituito un feed back fortemente positivo per tutti gli attori interessati. L'opportunità emersa con più evidenza è stata quella di poter sfruttare appieno le risorse materiali e umane offerte dal territorio.

1.3. Diagnosi educativa (max 20 righe)

I risultati della diagnosi educativa hanno facilitato l'individuazione e il raggiungimento di alcuni obiettivi. In particolare hanno permesso di intervenire sul passaggio critico di informazioni corrette sull'importanza di un'alimentazione equilibrata che comprenda un maggior consumo di frutta e verdura ed una riduzione di snack, associata ad un'adeguata attività fisica quotidiana. Un aspetto dell'attività, emerso inizialmente fra i risultati della diagnosi educativa, che ha richiesto un particolare impegno e dispendio di tempo è stato il coinvolgimento di tutta la comunità. In questo caso nel raggiungimento dell'obiettivo molto ha contato la motivazione e l'impegno personale di alcuni operatori, insegnanti e genitori. Una grande risorsa e un fattore abilitante è stata la partecipazione e l'impegno delle istituzioni Comune, ASL, Scuola che hanno garantito adeguate risorse strutturali ed organizzative. La progettazione partecipata e le azioni pratiche che hanno coinvolto tutta la comunità scolastica hanno consentito una ridefinizione di spazi, percorsi, migliorando contestualmente le lifeskill dei partecipanti al progetto. La progettazione e realizzazione partecipata attraverso azioni pratiche sono state un elemento qualificante del progetto, forse difficilmente replicabile, poiché richiedono forte motivazione degli operatori, la capacità di coinvolgere e motivare gli attori, una forte e radicata presenza nel tessuto sociale.

La realizzazione di azioni che andassero incontro ai bisogni rilevati (desiderio dei ragazzi di continuare l'esperienza di progettazione e lavoro iniziata negli anni precedenti, osservazioni degli insegnanti rispetto alla sedentarietà degli alunni, richiesta da parte di alcuni genitori per interventi di educazione alimentare, necessità espressa dal Comune di incrementare l'educazione stradale con attività sul territorio) ha consentito la condivisione degli obiettivi iniziali.

1.4. Diffusione del progetto (max 10 righe)

Si continua a dare risonanza al progetto all'interno della comunità scolastica con periodiche riunioni genitori-insegnanti, genitori-medici ASL, psicologa, dietista ed esperti. Periodicamente si danno feed back sull'andamento delle attività ai ragazzi. Quando i ragazzi concretizzano le attività in risultati osservabili e concreti (per es. mercatino con i prodotti dell'orto) si dà risonanza attraverso il passaparola cittadino, articoli sui giornali locali riguardanti le attività nell'orto e gli incontri avvenuti. I bambini, in concomitanza di particolari eventi connessi al progetto, elaborano cartelloni che vengono esposti al di fuori della scuola per rendere note le iniziative. I Pediatri sostengono l'attenzione alla tematica della corretta alimentazione distribuendo opuscoli informativi. Il progetto e i suoi risultati è stato presentato ad un convegno organizzato a Roma dal Ministero della Salute sulle attività dei SIAN di prevenzione dell'obesità. Nel plesso di Marene i ragazzi hanno allestito uno spettacolo teatrale sul tema della corretta alimentazione, che ha avuto spazio anche sulla stampa locale.

2. GERARCHIA OBIETTIVI E PROGRAMMA ATTIVITÀ (max 1 pag.)

I tempi previsti dal progetto sono stati rispettati e a volte anticipati grazie all'interesse dimostrato da alcune classi per i lavori. A volte le attività si sono prolungate più del previsto, in quanto hanno dato origine alla necessità e desiderio, da parte dei ragazzi e delle maestre, di integrare con approfondimenti ulteriori secondo le tematiche proposte dai vari gruppi classe.

Fra le difficoltà, la scarsa autonomia nella progettazione e realizzazione delle attività da parte di alcuni insegnanti, cui è necessario fornire con continuità indicazioni e supporto alla motivazione. Altri gruppi classe, invece, hanno acquisito una buona autonomia e proseguono in modo autonomo, a volte integrando e ampliando le attività proposte. Un'opportunità favorevole emersa è il coinvolgimento dei genitori e dei nonni per il tramite dei bambini, che se richiede un po' di sforzo per vincere le resistenze iniziali, poi si dimostra efficace: infatti i genitori che si sono attivati costituiscono un feed back positivo sia per i figli (azione di rinforzo) che per gli altri genitori. Purtroppo vi sono gruppi di genitori che non è stato possibile rendere partecipi attivi del progetto per vari motivi (sono poco integrati nella rete sociale, scarsa motivazione, poco tempo a disposizione ecc...).

Prospetto delle attività svolte nel periodo gennaio - novembre 2006, da chi sono state svolte (tra parentesi quanti soggetti sono stati coinvolti):

- lavori sui giochi antichi seguendo un programma didattico con le classi terze e il coinvolgimento in classe dei nonni che "raccontano come si giocava" (circa 50 bambini)
- manutenzione dei tavoli con un gruppo di 5 genitori
- realizzazione dei giochi a terra e a muro con la collaborazione delle mamme seguendo i progetti dei bambini aumentando così le occasioni di movimento in cortile (una decina di mamme)
- presentazione ai bambini prima e ai genitori e familiari di giochi realizzati con materiale di recupero e in legno da parte del "Ludobus" (Servizi Sociali Territoriali) .
- Discussione in classe su quali giochi sarebbe opportuno e possibile realizzare nella scuola (solo con le terze)
- Coinvolgimento dei genitori e nonni per un pomeriggio di lavoro, vengono realizzati
 - N.2 calcetti
 - N.1 forza 4
 - N.2 ping pong
 - N.6 paia di sci d'erba (da due e da tre posti)
 - N.4 "U" flessibili
 - N.2 "cervelloni" con tubi flessibili
 - N.1 percorso per trottole
- Il mese del compostaggio: i bambini dopo una fase di formazione in classe, seguendo un calendario prestabilito portano da casa i rifiuti organici con cui riempiono la compostiera, precedentemente svuotata (tutti i bambini della scuola)
- Periodicamente continua a venire proposta la settimana della frutta come merenda alternativa (565 ragazzi di tutte le classi)
- Visita al mercato, ideazione e realizzazione di un menù per le classi quarte (50 ragazzi).
- Proseguimento lavori nell'orto con dissodamento e preparazione del terreno in primavera, messa a dimora di pomodori, insalate, carote, patate piante aromatiche, cavoli, cavolfiori, cavolini di Bruxelles, finocchio selvatico, rabarbaro, melanzane peperoni, potatura piante e realizzazione della recinzione con salice intrecciato. Tutto con la collaborazione dei nonni e alcuni papà. (2 classi, 4 nonni e 2 papà)
- Alcune mamme hanno rinnovato l'ingresso dell'edificio scolastico utilizzato dalle insegnanti ridipingendo la scala e con decorazioni applicate agli scalini e alla cabina enel. (una decina di mamme)
- Realizzazione da parte di genitori e nonno-pittore del disegno di abbellimento della nuova scala antincendio progettato da una classe quinta dello scorso anno.
- Proseguimento lavori nell'orto anche nel plesso di Marene.
- Lavori in cortile nel plesso di Cavallotta.
- Lavori sul pane e lettura critica della pubblicità ingannevole nel plesso di Cavallotta (tutta la comunità scolastica – 25 ragazzi)
- Due settimane di pedibus (tutto il plesso di Savigliano – circa 350 ragazzi)
- Realizzazione e stampa da parte del Comune di una mappa delle opportunità di movimento offerte dal territorio saviglianese
- Le classi quarte hanno individuato i punti critici per la viabilità pedonale nei pressi della scuola e li hanno sottoposti alle autorità comunali (assessori, ufficio tecnico, sindaco) accompagnati dalle possibili risoluzioni. (circa 50)

- In coordinamento con le attività del progetto "diamoci una mossa" i ragazzi hanno svolto un lavoro di analisi critica della fruibilità e aspetto dell'area esterna all'ingresso principale della scuola, in seguito alla quale è stata fatta un'ipotesi di ridefinizione dello spazio in questione dopo aver coinvolto i genitori con interviste.
- La scuola ha partecipato al progetto "città fiorite" mettendo a dimora piante di begonie sul lato sud della scuola e piante di beverine lungo il lato nord (dopo un lavoro con i ragazzi sull'orientamento e le caratteristiche delle piante scelte)
- Oltre al campo da volano disegnato a terra dai ragazzi e genitori, visto l'incremento di attività fisica nel cortile scolastico, la direzione ha installato un campo da pallavolo o basket in resina nel cortile

3. VALUTAZIONE DI PROCESSO E DI RISULTATO

Sono rimasti sostanzialmente invariati gli obiettivi iniziali del progetto che non vengono descritti ma ci si riferisce con l'indicazione numerica.

- 1) Coinvolgimento di due Comuni e tre Scuole con almeno 10 classi . Il primo obiettivo è stato raggiunto.
- 2) I ragazzi coinvolti hanno eseguito un pre-test per la valutazione delle conoscenze e sono state attivate alcune azioni quali lezioni e discussioni sull'importanza di una corretta alimentazione e sulla capacità di individuare una serie di comportamenti corretti e scorretti frequenti nei giovani. La verifica del raggiungimento dell'obiettivo sarà effettuata a fine progetto, ma le discussioni in classe hanno già evidenziato una buona conoscenza e capacità critica dei ragazzi che non hanno esitato a mettere in discussione comportamenti scorretti di alcuni di loro.
- 3) La collaborazione con genitori e nonni per la preparazione dell'orto ha condotto per la seconda volta alla raccolta dei prodotti coltivati, l'allestimento di una bancarella e la vendita dei prodotti per l'autofinanziamento delle attività (ricavo 2005: 165 euro; ricavo 2006: 105 euro .
- 4) Nelle classi proseguono i percorsi per favorire corretti comportamenti alimentari
- 5) La classe che studiava la mappa delle opportunità del territorio ha prodotto un elaborato che è stato stampato dal Comune e distribuito a tutti ragazzi della scuola.
- 6) Da quando abbiamo iniziato a parlare di alimentazione le maestre hanno riscontrato un maggiore interesse verso il consumo di frutta a scuola. Una valutazione più precisa è prevista a fine progetto.
- 7) I pediatri hanno già prodotto un opuscolo informativo di cui sono state stampate 8.000 copie e che continuano a distribuire.
- 9) Tutte le classi del Circolo hanno concordato di sostituire per tutto l'anno scolastico la merenda di metà mattina con un frutto a scelta per alcuni giorni la settimana
- 10) I primi risultati delle rilevazioni danno in diminuzione il consumo di snack ad alta densità calorica (meno 20%)
- 11) In oltre il 90% dei bambini sono aumentate le conoscenze e le competenze in campo alimentare: la media dei giorni alla settimana in cui i bambini fanno colazione è passata da 4,75 a 5,15; il consumo medio di verdura è passato da 3,99 volte la settimana a 6,0 volte la settimana; il consumo medio di frutta è passato da 5,51 volte la settimana a 6,19 volte la settimana; è aumentato il n° medio di giorni la settimana in cui fanno attività fisica per almeno 60 min. (da 1,92 a 2,82)
- 12) Sono aumentati almeno del 50% i bambini che vanno a scuola in bici o a piedi (è triplicato il n° dei portabici installati).
- 13) Sono aumentate e vengono utilizzate le occasioni di movimento a scuola
- 14) Il comune ha provveduto alla messa in sicurezza dei percorsi pedonali adiacenti la scuola
- 15) E' aumentata la partecipazione attiva dei genitori nelle attività scolastiche
- 16) La totalità (100%) dei ragazzi coinvolti dal progetto ha dimostrato di conoscere l'importanza di una corretta alimentazione e di un'adeguata attività fisica identificando almeno quattro comportamenti scorretti molto frequenti nei ragazzi. (165 ragazzi)
- 17) Sono stati creati almeno due spazi per attività ludico sportive ed almeno un orto (con adeguata produzione)

4. STRUMENTI E DOCUMENTI PRODOTTI

Sono stati prodotti:

- Questionario sulle abitudini alimentari
- Tabelle di consumo durante la merenda di metà mattina
- Tabelloni prodotti dai ragazzi
- Lettere informative per genitori ed insegnanti
- Opuscoli informativi dei Pediatri (8.000 copie)
- tabelle di partecipazione durante i giorni di pedibus e settimana successiva

- tabelle di partecipazione settimane della frutta
- mappa delle opportunità

5. VARIAZIONI AL PROGETTO INIZIALE

Non sono state apportate variazioni sostanziali al progetto iniziale, bensì sono stati individuati dei percorsi differenziati. Ad esempio inizialmente per quanto riguarda la settimana della merenda alternativa si era pensato di fornire la frutta gratuitamente tramite l'offerta di associazioni e cooperative, però in un secondo tempo, visti i problemi di approvvigionamento e lo scarso valore educativo nel fornire gratuitamente la frutta e forzarne il consumo in classe si è deciso di invitare i genitori a dare loro un frutto ai figli. Coldiretti ha fornito la frutta di "scorta" per coloro che la dimenticavano o volevano assaggiare altro.

6. PROSEGUIMENTO DEL PROGETTO

- Proseguire l'esperienza della frutta come merenda alternativa per tutto l'anno in giorni concordati con l'insegnante
- Visite periodiche al mercato ortofrutticolo per approfondimenti su stagionalità e territorialità
- Gita al mercato per acquisto prodotti da cucinare dopo avere progettato un menù
- Lavori in giardino e nell'orto con genitori e nonni
- Lavori in cortile con genitori.
- Giornate del gioco collettivo.
- Ripetizione della settimana della merenda alternativa
- Ripetizione del pedibus
- Verifica di eventuali cambiamenti nelle abitudini alimentari con autotest settimanali
- Verifica di eventuali cambiamenti nelle abitudini di movimento con autotest settimanali
- Verifica sulla conoscenza di comportamenti corretti e scorretti frequenti nei giovani mediante intervista e attività ludiche
- Somministrazione questionario ai gruppi iniziali e di controllo
- Progettazione di una nuova parte del cortile con coinvolgimento di genitori e nonni
- Incontro finale di restituzione a genitori insegnanti e familiari con il personale SIAN, le Istituzioni coinvolte.

7. RENDICONTAZIONE ECONOMICA

Tipologia di spesa	Voci analitiche di spesa previste	Modifiche voci di spesa*	Finanziamento richiesto	Spese sostenute (al 15.12.06)
Personale	Attivazione contratto a progetto con personale qualificato		6.000	5.400
Attrezzature	Attrezzature tecnico-informatiche		800	
Sussidi	materiale didattico: opuscoli informativi	750 (è stata una quantità maggiore di opuscoli)	400	750
Spese di gestione e funzionamento	Materiale di consumo autovetture		900	200
Spese di coordinamento	Rimborso spese, ore personale con debito orario		800	
Altro	Eventi pubblici		100	
TOTALE			9.000	6.350

* specificare, con dichiarazione del Responsabile di progetto, la motivazione della modifica riferita al potenziamento della qualità del progetto e congruente con gli obiettivi originari del medesimo.

Dr. Marcello Caputo