

PROGETTO DI PROMOZIONE DELLA SALUTE

La vita umana, prima meraviglia

Conoscere il corpo, la crescita e le emozioni per promuovere salute e benessere

1. Premessa e finalità

“La vita umana, prima meraviglia” è un progetto di promozione della salute rivolto agli alunni e alle alunne delle classi quinte della scuola primaria. Il percorso nasce con l’obiettivo di accompagnare i bambini e le bambine nella conoscenza del corpo, dei processi di crescita e dei cambiamenti che caratterizzano la pubertà, integrando la dimensione biologica e fisiologica con quella emotiva, personale e relazionale.

Il progetto si propone di offrire informazioni scientificamente corrette, aggiornate e adeguate all’età, favorendo al contempo lo sviluppo della consapevolezza di sé, del proprio corpo e delle proprie emozioni, nonché di competenze utili al benessere psicofisico, al rispetto di sé e dell’altro e alla costruzione di relazioni positive.

L’intervento è progettato e realizzato attraverso l’integrazione delle competenze di psicologhe, ostetriche e, nel modulo esperienziale ospedaliero, infermiere del reparto maternità.

2. Destinatari e setting

Destinatari finali: alunni e alunne delle classi quinte della scuola primaria degli Istituti Comprensivi della provincia di Biella, indicativamente nella fascia di età 10-11 anni.

Destinatari intermedi: docenti delle classi coinvolte e, secondo le modalità concordate con le istituzioni scolastiche, famiglie/genitori.

Setting: scuola primaria e, per il terzo modulo, reparto maternità dell’ospedale.

Il progetto adotta un approccio universalistico e inclusivo, rivolto all’intero gruppo classe e attento ai diversi tempi di crescita, alle differenze individuali e alle eventuali condizioni di vulnerabilità o svantaggio.

3. Obiettivi

Obiettivo generale

Al termine del percorso, gli alunni e le alunne avranno acquisito conoscenze scientifiche di base relative al corpo umano, ai processi di crescita e ai cambiamenti fisiologici della pubertà, sviluppando al contempo maggiore consapevolezza di sé, del proprio corpo e delle proprie emozioni, nonché competenze utili a promuovere il rispetto di sé e dell’altro e il proprio benessere psicofisico.

Obiettivi specifici

- Riconoscere e descrivere, utilizzando un linguaggio scientificamente corretto e adeguato all'età, le principali caratteristiche anatomiche del corpo umano e dell'apparato riproduttivo.
- Identificare i principali cambiamenti fisici e fisiologici che accompagnano la pubertà, riconoscendoli come parte del normale processo di crescita e comprendendo la variabilità individuale nei tempi e nelle modalità dello sviluppo.
- Riconoscere e descrivere le principali fasi della riproduzione umana, dalla fecondazione allo sviluppo della gravidanza e alla nascita, sulla base di informazioni scientifiche corrette e adeguate all'età.
- Riconoscere e denominare alcune delle principali emozioni associate ai cambiamenti della crescita, individuando modalità adeguate per comunicarle e affrontarle.
- Riconoscere i propri confini corporei e personali, comprendendo l'importanza del rispetto dei confini e dell'integrità del corpo altrui e individuando modalità adeguate per comunicare una situazione di disagio e rivolgersi a un adulto di riferimento.

4. Metodologia

Il progetto prevede quattro moduli per una durata complessiva di 11 ore per classe. La metodologia è attiva, partecipativa ed esperienziale e mira a integrare acquisizione di conoscenze e sviluppo di competenze.

Le attività saranno condotte con modalità adeguate all'età e comprenderanno discussioni guidate, domande stimolo, brainstorming, attività individuali e di gruppo, giochi didattici, situazioni esemplificative, immagini, schemi e materiali audiovisivi scientificamente corretti.

Particolare attenzione sarà posta alla creazione di un clima accogliente, rispettoso e non giudicante, che favorisca la partecipazione, la possibilità di esprimere dubbi e curiosità e il rispetto delle diverse esperienze e dei diversi tempi di crescita.

5. Articolazione del percorso

Modulo 1 – Conoscersi per crescere

Durata: 2 ore. Condotta da: Psicologa. Setting: classe.

Il primo modulo è dedicato alla conoscenza di sé come elemento fondamentale del processo di crescita e di promozione del benessere psicofisico. Attraverso attività interattive, discussioni guidate e stimoli adeguati all'età, gli alunni saranno accompagnati a riflettere sulla propria unicità, sui cambiamenti che caratterizzano la crescita e sulla possibilità di riconoscere e comprendere ciò che accade dentro di sé.

Particolare attenzione sarà dedicata alla dimensione emotiva, favorendo la capacità di riconoscere, denominare ed esprimere le principali emozioni e di comprendere come queste possano modificarsi durante le diverse fasi della crescita.

- Conoscenza e consapevolezza di sé.
- Caratteristiche individuali e unicità personale.
- Cambiamenti che accompagnano la crescita.

- Riconoscimento e denominazione delle emozioni.
- Differenza tra emozioni, pensieri e comportamenti.
- Modalità adeguate di espressione delle emozioni.
- Ascolto di sé e dei propri bisogni.
- Accettazione delle differenze individuali.

Modulo 2 – Il corpo che cambia: conoscere per prendersi cura di sé

Durata: 4 ore. Condotta da: Ostetrica. Setting: classe.

Il secondo modulo è dedicato alla conoscenza del corpo umano e dei principali cambiamenti anatomici e fisiologici che accompagnano la crescita e la pubertà.

Attraverso un approccio scientifico e adeguato all'età, l'ostetrica accompagnerà gli alunni nella conoscenza del corpo umano, con particolare attenzione all'apparato riproduttore e alle trasformazioni che interessano il corpo durante la pubertà.

- Principali caratteristiche anatomiche e fisiologiche del corpo umano.
- Apparato riproduttore maschile e femminile.
- Principali cambiamenti corporei e fisiologici della pubertà.
- Variabilità individuale nei tempi e nelle modalità della crescita.
- Significato biologico dei cambiamenti puberali.
- Principali fasi della riproduzione umana.
- Concepimento e fecondazione.
- Sviluppo della gravidanza.
- Principali fasi della nascita.

L'intervento avrà carattere interattivo e prevederà l'utilizzo di immagini, schemi, illustrazioni anatomiche e materiali audiovisivi selezionati in funzione dell'età dei destinatari. Sarà lasciato spazio alle domande degli alunni e al chiarimento di eventuali dubbi o informazioni non corrette.

Modulo 3 – Alla scoperta del percorso nascita

Durata: 3 ore. Condotta da: Ostetriche e infermiere del reparto maternità. Setting: ospedale – reparto maternità e sale parto.

Il terzo modulo si svolgerà direttamente in ospedale e avrà carattere prevalentemente esperienziale. L'incontro permetterà agli alunni di conoscere concretamente gli ambienti e le figure professionali coinvolte nel percorso nascita, collegando l'esperienza alle conoscenze scientifiche acquisite nel modulo precedente.

Gli alunni saranno accompagnati in una visita guidata al reparto maternità e alle sale parto, compatibilmente con l'organizzazione e le esigenze assistenziali della struttura.

- Visita guidata al reparto maternità.
- Visita alle sale parto, ove possibile.
- Conoscenza degli ambienti e delle loro funzioni.
- Presentazione delle principali figure professionali coinvolte nel percorso nascita.
- Illustrazione della strumentazione e dei dispositivi presenti nel reparto.
- Collegamento tra gli ambienti osservati e le conoscenze acquisite.
- Spazio per domande e curiosità degli alunni.

A conclusione della visita sarà previsto un momento conviviale con una merenda, seguito da attività ludico-didattiche di gruppo finalizzate a verificare e consolidare gli apprendimenti. Attraverso giochi, quiz, attività di associazione e altre modalità interattive, gli alunni saranno invitati a recuperare le conoscenze acquisite nei moduli precedenti e a rielaborare quanto osservato durante la visita.

Modulo 4 – Crescere nelle relazioni: amore, rispetto e confini

Durata: 2 ore. Condotta da: Psicologa. Setting: classe.

Il quarto e ultimo modulo rappresenta un momento di raccordo e rielaborazione complessiva del percorso, volto a collegare le conoscenze relative al corpo, alla crescita e ai cambiamenti della pubertà con la dimensione emotiva e relazionale.

Attraverso attività partecipative, discussioni guidate e situazioni esemplificative adeguate all'età, gli alunni saranno accompagnati a riflettere sul significato delle relazioni positive e rispettose, sulla possibilità di riconoscere e comunicare i propri bisogni e sull'importanza di rispettare le esigenze, i sentimenti e i confini dell'altra persona.

- Il significato dell'affetto e dell'amore nelle relazioni.
- Il rispetto di sé e dell'altro.
- Il riconoscimento dei propri bisogni, desideri e limiti.
- I confini personali e corporei.
- Il rispetto dei confini personali e corporei dell'altro.
- Il significato del consenso, inteso come libera possibilità di esprimere la propria volontà.
- La possibilità di comunicare un sì o un no e di vedere rispettata la propria scelta.
- L'ascolto e il rispetto del rifiuto dell'altra persona.
- La gestione delle emozioni connesse al rifiuto, alla frustrazione e al conflitto.
- Modalità rispettose di comunicazione e di relazione.

L'incontro consentirà inoltre di riprendere e collegare i contenuti affrontati nei moduli precedenti, favorendo una visione integrata della crescita come processo che coinvolge corpo, emozioni, consapevolezza di sé e relazioni.

6. Raccordo tra i quattro moduli

I quattro moduli sono progettati come parti di un unico percorso progressivo. La conoscenza di sé e delle proprie emozioni costituisce il punto di partenza per comprendere i cambiamenti corporei e fisiologici della crescita; l'esperienza diretta del contesto ospedaliero consente di consolidare le conoscenze relative alla gravidanza e alla nascita; l'ultimo modulo permette di rielaborare quanto appreso e di collegarlo alla dimensione delle relazioni, del rispetto, dei confini personali e del benessere reciproco.

Il percorso si sviluppa secondo la progressione: CONOSCERSI → CONOSCERE IL CORPO → FARE ESPERIENZA → STARE IN RELAZIONE.

7. Coinvolgimento della scuola e delle famiglie

La scuola è considerata partner attivo del progetto. Prima dell'avvio saranno condivisi con i docenti finalità, obiettivi, contenuti, modalità di realizzazione, strumenti didattici e modalità di valutazione, favorendo il raccordo con il curriculum e il percorso della classe.

Le famiglie saranno informate preventivamente sulle finalità, sugli obiettivi, sui contenuti e sulle modalità del progetto, secondo le procedure previste dall'istituzione scolastica e dalla normativa vigente.

8. Inclusione ed equità

Il progetto è rivolto a tutti gli alunni e prevede modalità di partecipazione inclusive. Saranno utilizzati linguaggi, immagini e materiali adeguati all'età e, ove necessario, adattati alle caratteristiche specifiche dei destinatari.

Particolare attenzione sarà posta ai diversi livelli di conoscenza e maturazione, ai diversi tempi individuali di sviluppo, agli alunni con bisogni educativi specifici, alle eventuali difficoltà linguistiche e alle condizioni di vulnerabilità o svantaggio.

9. Valutazione e monitoraggio

La valutazione sarà articolata in valutazione di processo e valutazione di risultato, in coerenza con gli obiettivi individuati.

Valutazione di processo

- Numero di classi coinvolte.
- Numero di alunni partecipanti.
- Numero di incontri realizzati rispetto a quelli programmati.
- Partecipazione degli alunni alle attività.
- Grado di coinvolgimento dei docenti.
- Eventuali criticità organizzative.
- Eventuali adattamenti realizzati in itinere.

Valutazione di risultato

Per verificare il raggiungimento degli obiettivi sarà predisposto un breve strumento di valutazione rivolto agli alunni, somministrato prima e dopo il percorso. Lo strumento potrà comprendere domande relative alla conoscenza del corpo umano, ai cambiamenti della pubertà, ai principali processi della riproduzione umana e situazioni esemplificative relative al riconoscimento delle emozioni, ai confini personali e al rispetto dell'altro.

Indicatori principali

- Conoscenze scientifiche: aumento della percentuale di risposte corrette agli item relativi a corpo umano, pubertà e riproduzione.
- Conoscenza dei cambiamenti della crescita: aumento della capacità di riconoscere i principali cambiamenti fisiologici della pubertà.
- Competenze emotive: aumento della capacità di riconoscere e denominare emozioni associate alla crescita.

- Confini e rispetto: aumento della capacità di riconoscere situazioni rispettose/non rispettose dei confini personali e di individuare strategie adeguate per chiedere aiuto.
- Gradimento e percezione di utilità: rilevazione della percezione degli alunni e dei docenti rispetto all'utilità e alla comprensibilità del percorso.

10. Sostenibilità e replicabilità

Il progetto sarà strutturato attraverso materiali didattici e strumenti di valutazione condivisibili, al fine di favorire la replicabilità dell'intervento in classi e istituti differenti.

La collaborazione tra professioniste sanitarie e scuola potrà favorire la costruzione di una modalità di intervento stabile e riproponibile nel tempo. I materiali didattici, le schede operative e gli strumenti di valutazione potranno essere utilizzati per successive edizioni del progetto e per il miglioramento continuo dell'intervento.

11. Durata complessiva

Durata complessiva prevista: 11 ore per classe.

- Modulo 1: 2 ore – Psicologa.
- Modulo 2: 4 ore – Ostetrica.
- Modulo 3: 3 ore – Ostetriche e infermiere del reparto maternità.
- Modulo 4: 2 ore – Psicologa.

12. Dati organizzativi da completare

- ASL Biella - Reparto di ostetricia e ginecologia, Fondazione Olly Ets
- Referenti del progetto: Elisabetta Mosca – Ostetrica, Federica De Santis _Psicologa Psicoterapeuta
- Scuole/classi coinvolte: IC della Provincia di Biella
- Numero previsto di alunni: tutti gli alunni delle classi aderenti
- Periodo di realizzazione: Ottobre 2026- giugno 2027
- Modalità di adesione: Catalogo ASL
- Contatti: elisabetta.mosca@aslbi.piemonte.it, info.federicadesantis@gmail.com