



## DIARIO DELLA SALUTE



**TEMA DI SALUTE:** Life skills/Benessere psicofisico

**DESTINATARI:** Insegnanti e studenti della Scuola Secondaria di I grado

**AREA:** tutti i distretti scolastici

**SERVIZIO RESPONSABILE e SERVIZI PARTNERS:** SSD Promozione della Salute, SSD Consultorio Familiare, SerD, Approssimazioni Saluzzo

**REFERENTE DI PROGETTO** dr.ssa Silvia Cardetti

### OBIETTIVI

promuovere il benessere e la salute tra i ragazzi di 11-13 anni; prevenire le manifestazioni di disagio e di disadattamento psicosociale in adolescenza e il coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute.

Gli obiettivi specifici del progetto sono

1. lo sviluppo e il potenziamento delle life-skills nei ragazzi, quali fattori protettivi e competenze necessarie per affrontare i compiti di sviluppo dell'età, i cambiamenti nelle relazioni personali e sociali e il coinvolgimento in comportamenti che possono compromettere il benessere psicofisico
2. fornire agli insegnanti delle Scuole Secondarie di I grado metodi e strumenti didattici adeguati per affrontare con i ragazzi i temi legati all'adolescenza (sessualità, alimentazione, videogiochi e internet, sicurezza stradale, consumo di sostanze psicoattive e illegali)

### METODOLOGIA

"Diario della Salute" è attivo da diversi anni nel territorio piemontese ed è stato recentemente aggiornato alla luce dei bisogni emersi nel periodo pandemico da Covid-19, sfruttando anche le potenzialità del digitale. Il progetto propone un insieme di attività e materiali rivolti ai ragazzi tra i 12 e i 13 anni e agli adulti che svolgono un ruolo educativo in questa particolare fase di crescita.

Il programma "Diario della Salute" prevede le seguenti azioni:

- **Formazione dei docenti** di Scuola Secondaria di I grado con metodologia didattica attiva per fornire le indicazioni operative e metodologiche necessarie alla realizzazione dell'intervento in classe. Ogni insegnante coinvolto avrà a disposizione un Quaderno per gli insegnanti "*Diario della Salute. Percorso didattico per insegnanti*", contenente le indicazioni su come realizzare in classe le attività previste; verranno inoltre illustrati e forniti gli strumenti per il coinvolgimento di genitori e studenti (Diario dei genitori; Diario dei ragazzi on line).
- **Realizzazione in classe** a cura degli Insegnanti. Ogni attività prevista è condotta dai docenti in classe durante l'orario scolastico. Agli insegnanti è richiesto di realizzare un percorso educativo-formativo di 6 unità didattiche (unità 0 introduttiva + 5 unità applicative) per un totale di 15 ore circa, finalizzato a sviluppare le capacità sociali ed emotive degli studenti (ad es. capacità di riconoscere e gestire le emozioni, empatia, comunicazione interpersonale, comunicazione efficace, capacità di instaurare relazioni positive e soddisfacenti, ecc.)

Durante la formazione dei docenti si utilizza una metodologia interattiva volta all'acquisizione delle competenze necessarie per lavorare sulle life skills e sullo sviluppo di abilità sociali generali e ad offrire la possibilità di sperimentare in prima persona le attività che andranno proposte agli studenti.

### TEMPI di ATTUAZIONE

- **Formazione Insegnanti:** due pomeriggi consecutivi (dalle 14.30 alle 17.30) a partire da novembre  
L'attivazione del corso di formazione sarà vincolata al raggiungimento di un numero minimo di iscritti (15); la sede sarà stabilita sulla base delle adesioni.
- **Lavoro in classe** a cura dei docenti da svolgersi entro maggio 2024

### MODALITA' E TEMPI di ADESIONE della SCUOLA

Compilare la scheda di adesione secondo le modalità previste dal catalogo Scuole che Promuovono Salute

### RECAPITI CONTATTI

SSD Promozione della Salute

Ass. Sanitaria Marinella Revello tel 0171 450608

email [educazione.sanitaria@aslcn1.it](mailto:educazione.sanitaria@aslcn1.it)