



UNIONE EUROPEA

FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia  
scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
Ufficio IV

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E ABILITÀ PER L'APPRENDIMENTO E IL SUCCESSO



**Istituto Comprensivo Statale "P. Ramati"**

Sezioni associate "Malusardi - Ramati"

dei Comuni di Borgolavezzaro, Cerano, Garbagna, Nibbiola, Terdobbiate, Tornaco, Vespolate

Prot.n. 6299/2B-1

Cerano, 30 novembre 2017  
All'attenzione dottor Lorenzo Brusa

Oggetto: Adesione progetto "Promozione alla salute nelle scuole"

Si invia in allegato scheda di adesione e progetto

**IL DIRIGENTE SCOLASTICO REGGENTE**

**Dott. Pierino Carnevale**

Firma autografa omessa ai sensi  
dell'art. 3 del D. Lgs. n. 39/1993

## SCHEDA DI ADESIONE AL PROGETTO

La richiedente: RIZZIO FELICIA

Docente presso l'Istituto Comprensivo "Ramati"

Viale Marchetti, 20

28065 Cerano Novara

Telefono 0321-728182; FAX 0321-771077; Mail [info@ramati.gov.it](mailto:info@ramati.gov.it)

Recapiti del docente richiedente

Telefono 3475925867; Mail [felicia.rizzio@ramati.gov.it](mailto:felicia.rizzio@ramati.gov.it)

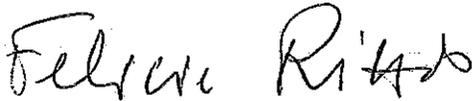
Richiede l'attivazione dei seguenti progetti:

SISP; NPI; DPD; Servizio di psicologia e consultoriale.

Si allega progetto da effettuare nell'anno scolastico 2017/2018 e inserito nel PTOF.

Si prevede di effettuare gli interventi in n.8 classi con il coinvolgimento di n.160 studenti.

Firma del richiedente



Firma per presa visione del Dirigente Scolastico



<b>SINTESI PROGETTO/ATTIVITA' A COSTO ZERO ANNO 2017/2018</b>	
<b>Denominazione Progetto/Attività</b>	Progetto SETTIMANA DEL BENESSERE FISICO
<b>Responsabile</b>	Prof. <b>Rizzio Felicia (ref.salute), Sanfelice Barbara, Santucci Amalia.</b>
<b>Soggetti coinvolti</b>	Classi: Tutte le classi Personale esterno (a costo zero) Personale esperto della ASL, specialisti di associazioni sportive, psicologo.
<b>Compito unitario</b> (Indicare il compito operativo su cui lavorare attraverso le discipline per favorire l'acquisizione delle competenze)	<p><i>Finalità-</i> La Salute secondo l'OMS "Uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o di infermità." (OMS, 1948).</p> <p>Con questo progetto ci poniamo la finalità di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ incrementare la capacità di assumere comportamenti positivi che consentano di trattare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana, promuovendo negli alunni un approccio intersettoriale per l'attuazione di interventi che modifichino i comportamenti non salutari e conducano ad un benessere fisico completo. Per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo dovrebbe saper gestire le emozioni, avere senso critico e capacità di analizzare dati e fatti della realtà e di verificarne l'attendibilità, affrontare e risolvere problemi.</li> <li>❖ promuovere le <b>Life Skills</b>. Il termine di Life Skills viene generalmente riferito ad una gamma di abilità cognitive, emotive e relazionali di base, che consentono alle persone di operare con competenza sia sul piano individuale che su quello sociale. In altre parole, sono abilità e capacità che stanno alla base delle iniziative di promozione della salute e benessere e ci permettono quindi di acquisire un comportamento versatile e positivo, grazie al quale possiamo affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana.</li> </ul> <p>Le Life Skills, quindi, giocano un ruolo importante nella promozione del benessere mentale. La promozione del benessere mentale incrementa la motivazione a prenderci cura di noi stessi e degli altri, la prevenzione del disagio mentale e dei problemi comportamentali e di salute. In questa prospettiva la scuola deve riconoscere la promozione della salute come <b>finalità</b> sottesa a tutto il curricolo formativo, promuovendo la stessa come condizione di benessere di tutti coloro che in essa operano, preoccupandosi del:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ benessere fisico (assicurando ambienti ed attrezzature idonee);</li> <li>❖ benessere psichico, attraverso la realizzazione di un clima socio-affettivo positivo;</li> <li>❖ benessere intellettuale che si assicura quando i ragazzi stanno bene a scuola perchè riescono ad acquisire delle competenze di vita trasmesse grazie ad una fruizione interessante e coinvolgente delle discipline.</li> </ul> <p>Alla fine delle attività gli alunni produrranno relazioni, lavori multimediali ed un questionario di gradimento.</p>
<b>Competenze attese</b> (Scegliere le competenze che si	<b>Favorire competenza sociale e civica:</b>

<p>ritiene utile favorire. Tale scelta deve essere fatta partendo dalle otto competenze europee)</p>	<p><b>Capacità di relazionarsi con gli altri: Relazioni efficaci, Comunicazione efficace, Empatia</b>, (skills of life) abilità di interagire con gli altri in modo positivo sapendo creare e mantenere relazioni significative, fondamentali per il benessere psico-sociale, sia in ambito amicale che familiare. Tale competenza permette anche la possibilità di interrompere le relazioni quando necessario, in modo costruttivo.</p> <p><b>Autocoscienza: Consapevolezza di sé</b> (skill of life) o conoscenza di sé, del proprio carattere, dei propri punti forti e deboli, dei propri desideri e bisogni. Abilità di comprensione dello stress. <b>Gestione dello stress</b> (skill of life) Prerequisito indispensabile per relazioni interpersonali positive.</p> <p><b>Gestione delle emozioni:</b>(skill of life) capacità di riconoscere le emozioni in se stesso e negli altri. Abilità di provare emozioni intense, come rabbia e dolore. Consapevolezza di come le emozioni influenzano il comportamento e la capacità di gestione delle stesse.</p> <p><b>Competenza di cittadinanza:</b> sviluppo di comportamenti responsabili ispirati al benessere, rispetto di sé e dell'altro.</p>
<p><b>Obiettivi</b> (Descrivere gli obiettivi misurabili che si intendono perseguire, il contesto di lavoro e le metodologie utilizzate)</p>	<p><b>Obiettivi :</b> si prevedono</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● interventi formativi (es. acquisizione e potenziamento di competenze, abilità e tecniche)</li> <li>● interventi educativi (es. educazione ad un comportamento, stile di vita)</li> </ul> <p>Promuovere negli alunni: -un insieme di abilità cognitive e sociali che li metta in grado di accedere, capire e usare le informazioni utili per il proprio benessere personale e sociale; - un set adeguato di abilità e abitudini, che li mettano in grado di sviluppare comportamenti positivi ed efficaci rispetto alle domande e alle sfide della vita quotidiana.</p> <p><b>MODALITA'</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ attivazione di percorsi educativi sulla conoscenza delle proprie emozioni e su tematiche relative alla crescita e alla maturazione affettiva sessuale (<i>incontri con psicologi, ostetrica, in collaborazione con docenti di materie letterarie e scientifiche</i>)</li> <li>❖ attivazione di percorsi educativi riguardanti in particolare gli stili di vita: educazione alimentare, prevenzione di dipendenze dall' alcool, dal fumo e dalla droga; uso controllato dei farmaci</li> <li>❖ offerta di un servizio di consulenza psicologica attivo nell'istituto rivolto a genitori, insegnanti e nella scuola secondaria I grado anche agli alunni.</li> <li>❖ attivazione di percorsi educativi riguardanti la cura ed il benessere psicofisico: lo sport, lo yoga.</li> </ul> <p><b>CONTENUTI:</b> I contenuti saranno individuati nelle diverse aree della programmazione educativa-didattica e saranno trasversali, coinvolgendo tutte le discipline.</p>

	<p><b>METODOLOGIA:</b></p> <p>-lezioni in classe con l'insegnante curriculare con utilizzo di libri di testo e strumenti a disposizione dell'I.C.</p> <p>-ogniqualevolta sarà possibile, nel corso dell'anno scolastico, si organizzeranno incontri con esperti esterni (nutrizionisti, psicologi, ed altre figure professionali specializzate...) che potranno fornire agli alunni, in collaborazione con i docenti, l'aiuto necessario per meglio affrontare le tematiche specifiche</p> <p>-restituzione del lavoro svolto attraverso produzioni personali, lavori di gruppo ed un questionario di valutazione dell'attività.</p> <p><i>Contesto di lavoro</i></p> <p><i>Discipline coinvolte-</i> Lettere, Scienze Matematiche, Tecnologia, Educazione Motoria.</p>																																	
<p><b>Modalità di valutazione e verifica</b> (indicare quali strumenti vengono utilizzati per valutare il raggiungimento degli obiettivi)</p>	<p><i>Monitoraggio del progetto</i></p> <p>In particolare si valuteranno gli obiettivi di apprendimento attraverso:</p> <p>X Predisposizione di strumenti di valutazione finale Relazione finale o presentazione</p> <p>X Autovalutazione da parte degli alunni: questionario di gradimento</p>																																	
<p><b>Tempistica</b> (descrivere l'arco temporale nel quale il progetto si attua)</p>	<p><b>Risultati attesi e tempistica (planning) anno 2017/2018</b></p> <table border="1" data-bbox="472 1308 1394 1415"> <thead> <tr> <th>Mese</th> <th>Set</th> <th>Ot</th> <th>No</th> <th>Di</th> <th>Gen</th> <th>Feb</th> <th>Mar</th> <th>Ap</th> <th>Mag</th> <th>Giug</th> </tr> <tr> <td></td> <td>t</td> <td>t</td> <td>v</td> <td>c</td> <td>n</td> <td>b</td> <td>z</td> <td>r</td> <td>g</td> <td></td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>x</td> <td>x</td> <td>x</td> <td>x</td> <td>x</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Mese	Set	Ot	No	Di	Gen	Feb	Mar	Ap	Mag	Giug		t	t	v	c	n	b	z	r	g							x	x	x	x	x	
Mese	Set	Ot	No	Di	Gen	Feb	Mar	Ap	Mag	Giug																								
	t	t	v	c	n	b	z	r	g																									
					x	x	x	x	x																									
<p><b>Condivisione del progetto</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Relazione al collegio</li> <li>•Presentazione documentata ad organo collegiale</li> <li>•Presentazione in convegno</li> <li>X Pubblicazione su sito o riviste</li> </ul>																																	

Data, 08/11/2017

Responsabili del progetto  
 Felicia Rizzio  
 Barbara Sanfelice  
 Amalia Santucci