

## SINTESI PROGETTO PRO.MUOVI SAPERI E SAPORI

**Obiettivo generale:** promuovere il benessere e la salute dei ragazzi con particolare riferimento all'alimentazione e all'attività fisica; promuovere in loro l'esercizio della cittadinanza attiva.

### Obiettivi specifici:

- supportare gli insegnanti al fine di renderli una guida competente per gli studenti in tema di promozione della salute nella comunità scolastica;
- analisi del contesto eseguita dai ragazzi con la collaborazione degli insegnanti;
- progettazione di un intervento teso a migliorare aspetti del contesto di vita.

**Destinatari:** studenti, insegnanti delle scuole secondarie di I° e II° grado ed i genitori.

### Articolazione del progetto.

Il progetto si svilupperà attraverso i seguenti momenti:

1) una riunione preliminare, tenuto dagli operatori del gruppo di progetto, con gli insegnanti aderenti, per la condivisione della metodologia e dei contenuti:

- promozione della salute nella comunità scolastica sui temi alimentazione ed attività fisica;
- promozione della cittadinanza attiva;
- osservazione da parte degli studenti del loro contesto di vita (scuola, casa, tempo libero...);
- individuazione, in collaborazione con gli insegnanti, di bisogni ed aree di miglioramento in relazione allo stato di benessere (con particolare riferimento all'alimentazione ed all'attività fisica);
- Sviluppo da parte del gruppo classe di un progetto di miglioramento, in collaborazione con la comunità locale (es: miglior utilizzo degli spazi interni alla scuola destinati all'attività fisica; riduzione degli sprechi nella mensa scolastica, organizzazione/recupero di aree verdi limitrofe all'Istituto Scolastico per l'attività fisica....);

2) un intervento nelle singole classi aderenti per presentare il progetto ai ragazzi e condividere con loro una check-list per realizzare, con l'aiuto degli insegnanti, un'analisi del loro contesto di vita. Tale lavoro costituirà il punto di partenza per progettare interventi atti a migliorare la propria situazione in tema di benessere. Restituzione del lavoro svolto ed individuazione dell'obiettivo di cambiamento;

3) incontri di approfondimento/supporto metodologico nei singoli plessi scolastici sui temi alimentazione/attività fisica, promozione delle life skills; tali incontri sono aperti ad insegnanti e genitori di tutto l'istituto scolastico partecipante al progetto;

4) elaborazione dei progetti individuati dai ragazzi. Monitoraggio a cura degli operatori dell'ASLTO4, attraverso un sostegno locale con interventi puntuali nel corso dell'anno con insegnanti e classi;

5) presentazione dei lavori prodotti dai ragazzi degli Istituti partecipanti in un evento conclusivo, con valutazione di una giuria di esperti.

La partecipazione al progetto è gratuita; l'ASLTO4 si impegna a promuovere e a sostenere con i decisori locali i progetti di miglioramento prodotti dai ragazzi.

CRONOPROGRAMMA