

## Offerta formativa regionale in tema di salute (PRP 2021 – 2025)

A.S. 2023/2024

### Titolo

**OKKIO ALLE 3 A (ALIMENTAZIONE, ATTIVITA' MOTORIA & ABITUDINI)**  
L'intervento è inserito nel "Documento pratiche raccomandate e sostenibili della Scuola Ligure che Promuove Salute"

Referenti territoriali	Ente di appartenenza	Contatti
Francesca Mazzarelli, Maria Rattazzi, Cristina Caprile	ASL 1	<a href="mailto:progetti.scuole@asl1.liguria.it">progetti.scuole@asl1.liguria.it</a> 0184534720
Marina Astengo	ASL 2	<a href="mailto:m.astengo@asl2.liguria.it">m.astengo@asl2.liguria.it</a> 0198405443 -448 Nelle richieste di adesione è preferibile inserire in copia conoscenza anche la referente dell'USR prof.ssa Fenoglio <a href="mailto:alessandra.fenoglio@posta.istruzione.it">alessandra.fenoglio@posta.istruzione.it</a>
Isabella Scopsi Antonella Ceravolo Monica Zacconi	ASL 3	<a href="mailto:isabella.scopsi@asl3.liguria.it">isabella.scopsi@asl3.liguria.it</a> 0108497994-58 <a href="mailto:antonella.ceravolo@asl3.liguria.it">antonella.ceravolo@asl3.liguria.it</a> <a href="mailto:monica.zacconi@asl3.liguria.it">monica.zacconi@asl3.liguria.it</a> 0108497953
Antonella Carpi, Bergonzini Laura, Cerioni Emma	ASL 4	<a href="mailto:acarp@asl4.liguria.it">acarp@asl4.liguria.it</a> <a href="mailto:lbergonzini@asl4.liguria.it">lbergonzini@asl4.liguria.it</a> <a href="mailto:ecerioni@asl4.liguria.it">ecerioni@asl4.liguria.it</a>
Roberta Baldi	ASL 5	<a href="mailto:educazione.salute@asl5.liguria.it">educazione.salute@asl5.liguria.it</a> -0187 533 569

### Contesto di riferimento

Contesto sociale e territoriale, fabbisogno

Nel nostro paese è crescente la preoccupazione per la notevole diffusione di patologie legate a comportamenti quali la sedentarietà e le abitudini alimentari scorrette, che riguardano un numero di bambini sempre più significativo nella nostra regione.

Da numerose rilevazioni statistiche emerge che, in Liguria, il 26% dei bambini di 8/9 anni presenta eccesso ponderale, così come una percentuale molto alta di individui risultano sovrappeso.

Questo conferma l'ampia letteratura scientifica che evidenzia come sovrappeso e obesità, già presenti in età pediatrica e adolescenziale, persistano in età adulta. Seppur in proporzione ridotta, anche una parte dei bambini oggi normopeso potrebbe diventare sovrappeso/obeso in età adulta, contribuendo ad aumentare in tal maniera la prevalenza complessiva del sovrappeso/obesità.

Dalla letteratura emergono chiare indicazioni sull'efficacia di interventi di prevenzione che richiedano un approccio combinato che coinvolga famiglia, scuola e comunità, al fine di favorire una maggiore adesione dei bambini e delle loro famiglie all'adozione di stili di vita sani. Principi che vengono ribaditi anche dal PNP 2020/25 insieme alla necessità di iniziare l'azione educativa il più precocemente possibile e di continuarla, con strumenti e linguaggi differenziati a seconda della fascia di età, lungo tutto l'arco di vita, in modo che tutto questo diventi parte del modo di essere del singolo e non semplice intervento a spot.

### Intersectorialità

Sì       No

Se sì specificare

Di fondamentale importanza, creare una rete oltre che con la scuola e con le famiglie, anche con le istituzioni sanitarie e non e con le associazioni del terzo settore impegnate nella promozione del benessere in quello specifico contesto socio ambientale, in modo da creare una sinergia che renda davvero efficace l'intervento e il suo monitoraggio nel tempo.

### Obiettivi formativi con un approccio centrato sulla persona

1 – acquisizione di sufficienti **conoscenze** sul tema del progetto:

- fornire aggiornamenti sulle tematiche e le fasi relative al progetto
- conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente socioeconomico, in modo da poter sostenere e implementare buone pratiche educative, nell'ottica di una filosofia di sviluppo ecosostenibile orientato al benessere dei singoli e della comunità
- conoscenza di strumenti di comunicazione efficace

2 – acquisizione di **competenze** in metodologie e strumenti innovativi utili al trasferimento delle conoscenze acquisite

- acquisizione e utilizzo delle competenze utili a gestire e a sostenere un armonico sviluppo (life skills) e atte ad aumentare le capacità dei bambini di compiere giuste scelte
- appropriato utilizzo dell'ascolto e del non giudizio, soprattutto per ciò che riguarda la creazione dell'alleanza con i genitori e del loro empowerment per iniziare a proporre ai bambini adeguate abitudini di vita
- capacità di osservare e accogliere i bisogni dei bambini e sostenere adeguatamente la loro autoefficacia in un ambiente di apprendimento sereno e ricco di stimoli
- uso di strumenti di apprendimento attivo per ottenere l'acquisizione e l'utilizzo delle life skills da parte dei bimbi in modo da favorire una crescita equilibrata
- capacità di osservare i bisogni delle famiglie e della comunità intorno, in modo da sostenere in modo propositivo, attraverso l'adozione di adeguati interventi e per la propria parte istituzionale, il benessere e la qualità dell'ambiente di vita
- ricerca e scelta del materiale necessario per organizzare l'intervento nelle classi interessate, in modo che risponda adeguatamente ai bisogni della popolazione target

3 - aumento della **consapevolezza** sull'appropriatezza dell'applicazione di quanto acquisito  
Mantenimento di un feed back da parte delle famiglie e dei docenti con gli alunni, rispetto alle loro esperienze di comportamenti salutari, in un continuo confronto su vissuti ed emozioni legati a queste esperienze. Sviluppare in classe un buon clima, ambientale, sociale e relazionale di apprendimento attivo nell'ambito scolastico di comportamenti e abitudini di vita corretti

### Destinatari

Target di persone a cui è rivolto il progetto

Il progetto formativo si rivolge agli insegnanti della scuola dell'infanzia e della primaria.

Il progetto prevede:

- 1) Target primario: i bambini della scuola dell'infanzia e della primaria
- 2) Target secondario e moltiplicatori dell'azione preventiva: famiglie e insegnanti. L'azione degli operatori sanitari è diretta più specificamente sul target secondario che, a sua volta agisce sui bambini

### **Precisare i/il ciclo/o d'istruzione scolastica a cui è rivolto**

Scuola dell'infanzia – 3/5 anni

Scuola primaria – 6/10 anni

### **Descrizione**

Indicare attraverso le principali azioni del progetto utili al raggiungimento degli obiettivi

- 1) Costituzione di una commissione scolastica cioè di un gruppo di lavoro composto da genitori, insegnanti, operatori sanitari ed operatori di refezione scolastica che si occuperanno dello sviluppo del progetto
- 2) Rilevazione dei "bisogni della scuola" attraverso specifico questionario (SWOT) con l'identificazione dei punti di forza e di debolezza rispetto al tema ed analisi dei bisogni emersi
- 3) Formazione specifica degli insegnanti coinvolti
- 4) Realizzazione da parte di genitori ed insegnanti di una ricerca/azione nelle classi su almeno uno di una serie di argomenti predefiniti inerenti l'alimentazione o l'attività fisica con il coinvolgimento partecipato anche dei bambini attraverso interviste, questionari e/o altre attività di volta in volta definite
- 5) Preparazione e realizzazione di un evento di comunità
- 6) Eventuali incontri a tema fra gli operatori e il target interessato

### **Metodologia e strumenti per la realizzazione delle azioni**

VALUTAZIONE DEI BISOGNI DELLA SCUOLA attraverso:

- incontri partecipati
- compilazione questionario dei Punti di Forza e di Debolezza della scuola

SCELTA DELL'INTERVENTO SULLA BASE DELLA: valutazione dei risultati, dei punti di forza e di debolezza della scuola e definizione dei bisogni emersi

IMPLEMENTAZIONE DELLE CONOSCENZE da parte degli insegnanti:

- particolarmente in merito all'area prescelta
- attraverso formazione e ricerca, ausilio di materiali didattici, sito web e coinvolgimento degli operatori sanitari

REALIZZAZIONE DI RICERCA AZIONE attraverso: intervista delle maestre della scuola infanzia / questionario nella primaria

REALIZZAZIONE DI EVENTO attraverso: incontri e attività partecipate

### **Indicatori**

Di processo:

- formazione di commissione scolastica
- compilazione del questionario dei punti di forza e di debolezza
- indicazione, in maniera condivisa, da tutti i portatori di interesse, dei principali bisogni emersi dal questionario compilato
- realizzazione di almeno una azione tra quelle emerse e riferite all'area di intervento individuata

#### Di risultato

- n. scuole aderenti al progetto
- n. di insegnanti che hanno frequentato il corso
- n. di classi coinvolte nel corso
- popolazione raggiunta dal corso rispetto alla popolazione target di quella determinata comunità

#### Durata

Arco temporale nel quale la formazione si attua e n° di ore previste

Data inizio: settembre

Data fine: giugno

Numero ore: 6/8 ore di formazione (suddivise in due giornate di formazione)

La realizzazione del progetto da parte degli insegnanti può essere quantificata in circa 6-10 ore a seconda della tipologia di scuola, infanzia e primaria

#### Logistica

Sede/i nella quale si svolgeranno le ore di formazione in presenza o in modalità telematica

Sede del corso: Sede Asl da definire, per il corso agli insegnanti in presenza; Sede scolastica, per incontri con gli alunni e i genitori; Sede del Nucleo Salute Scuola e/o SSD Consultoriale di zona per il corso in modalità telematica (completamente on line attraverso le piattaforme multimediali, o blended, cioè parte in presenza e parte on line).

#### Risorse umane

Profilo di riferimento ed ente di appartenenza dei formatori

Personale della struttura SSD Consultorio Familiare-Progetto Nucleo Salute Scuola, operatori dei servizi di Epidemiologia, Medicina dello sport, Dietologia e Pediatri di Libera Scelta

#### Eventuale coinvolgimento di altri enti (o stakeholder)

Collaborazione Società Italiana di Nutrizione Umana – Sezione Genova

Associazioni ed Enti di Promozione sportiva