

PROGETTO

Forza5, progetto di promozione della sana alimentazione e dell'attività fisica nella scuola Primaria.

Regione Emilia Romagna AUSL Reggio Emilia

Progetto avviato nell'anno 2010 - Ultimo anno di attività : 2010

Abstract

Obiettivo generale

In una progettazione integrata Scuola e Azienda Sanitaria è possibile avere un obiettivo comune e utilizzare strategie condivise per formare persone e cittadini competenti. Dove per competenza si intende il passaggio dai tre saperi (sapere, saper fare e saper essere) all'unico saper agire (e reagire). Il progetto sostiene e incentiva la motivazione degli insegnanti a lavorare su temi complessi come alimentazione e attività fisica in una modalità più innovativa. Il percorso di costruzione della "competenza" per ogni ragazzo/a si raggiunge attraverso l'acquisizione delle life skills, ed è pertanto una risorsa personale utilizzabile trasversalmente in ogni momento della propria vita. Dal punto di vista operativo nel progetto sono previsti 2 momenti formativi per gli insegnanti ogni anno e un incontro con le famiglie (primo nucleo di riferimento per i sani stili di vita). Anche negli incontri con le famiglie, partendo dai principi di una sana alimentazione e adeguata attività fisica si cerca di motivare al cambiamento di quelle abitudini consolidate, perché veloci o comode, ma purtroppo scorrette cercando soluzioni funzionali e sane soprattutto adatte alla quotidianità.

Analisi di contesto

La crescita del sovrappeso e dell'obesità infantile mostra, non soltanto effetti diretti sulla salute psico-fisico-relazionale, ma anche l'associazione con lo sviluppo di malattie cronico degenerative dell'età adulta. Per questo risulta fondamentale lavorare con la scuola per costruire non soltanto conoscenze, ma anche abilità e competenze che consentono al bambino di fare scelte salutari.

Metodi e strumenti

Il progetto è specifico per età prevedendo ogni anno tipologie differenti di lezioni che cambiano arricchendosi di contenuti e variando nella forma comunicativa. Le lezioni sono supportate da schede operativo-didattiche che coinvolgono trasversalmente più materie.

La struttura progettuale, comune per ogni anno scolastico, riguarda:

Analisi della situazione (giornata alimentare reale)

Teoria dell'alimentazione e dell'attività fisica (giornata alimentare ideale)

Attività e giochi (finalizzati allo sviluppo di competenze e al miglioramento dei comportamenti)

Collegamenti a: famiglia, momento del pranzo a scuola e a casa, attività motoria

I bambini compilano per ogni anno scolastico degli indicatori specifici, costituiti da semplici schede. Per alcune schede viene svolto un monitoraggio diretto dell'insegnante. Indicatore prima classe:

FRUTTATTACK (rilevazione consumo a scuola di frutta e/o verdura); ATTIVIAMOCI (rilevazione attività fisica nella settimana strutturata/ libera). Indicatori di seconda classe: COLAZIONE (rilevazione alimenti appartenenti almeno a due gruppi diversi di nutrienti); MERENDE (rilevazione consumo di merende di frutta e verdura). Indicatori di terza classe: ORE DI TV E VIDEO GIOCHI (rilevazione di ore TV e video giochi); IL GIUSTO PRANZO MENSA (rilevazione consumo di una porzione di carboidrati, proteine, vitamine). Indicatori di QUARTA CLASSE: CALCIO E FIBRA (rilevazione consumo di alimenti ricchi di calcio e fibra); ACQUA (rilevazione consumo di acqua). Gli indicatori di QUINTA CLASSE: SCARTO A MERENDA (rilevazione dello scarto organico/contenitore riciclabile che contiene frutta/ verdura); SCARTO A PRANZO (rilevazione dello scarto del pranzo a mensa). Nell'anno scolastico 2013/2014 è

stata eseguita una valutazione antropometrica per tutti i bambini di classe terza. Si è potuto confrontare il dato con i risultati dell'ultima sorveglianza "Okkio alla Salute 2014 dati provinciali e regionali.

Valutazione prevista/effettuata

Per ogni anno e classe sono stati valutati indicatori diversi.

Per ogni indicatore si mostra un miglioramento, in particolare riportiamo nel primo gruppo gli indicatori riferiti degli alunni e nel secondo gruppo gli indicatori con valutazione diretta degli insegnanti .

PRIMO GRUPPO

prima classe: ATTIVIAMOCI (rilevazione attività fisica nella settimana strutturata/ libera). seconda classe: COLAZIONE (rilevazione alimenti appartenenti almeno a due gruppi diversi di nutrienti); Terza classe: ORE DI TV E VIDEO GIOCHI (rilevazione di ore TV e video giochi); Quarta classe: CALCIO E FIBRA (rilevazione consumo di alimenti ricchi di calcio e fibra);

SECONDO GRUPPO indicati con * nel grafico 1.0 (vedi allegato)

Per la classe prima: miglioramento del consumo a scuola di frutta/verdura.

La differenza tra il consumo finale e iniziale espressa in % risulta del 22%.

Per la classe seconda: miglioramento della merenda a scuola a base di frutta/verdura.

La differenza tra il consumo finale e iniziale espressa in % risulta del 29,2%.

Per la classe terza: miglioramento del giusto pranzo (almeno un primo piatto, un secondo e un contorno).

La differenza tra il consumo finale e iniziale espressa in % risulta del 18,5%.

Per la classe quarta: miglioramento nel consumo di acqua.

La differenza tra il consumo finale e iniziale espressa in % risulta del 6,1 %.

Per la classe quinta: riduzione dello scarto a merenda (organico/contenitore riciclabile)

La differenza tra lo scarto finale e iniziale espressa in % risulta del -23,4 %.

Per la classe quinta: riduzione dello scarto a pranzo

La differenza tra lo scarto finale e iniziale espressa in % risulta del -13,3 %.

Nell'anno scolastico 2013/2014 è stata eseguita una valutazione antropometrica per tutti i bambini di classe terza. Si è potuto confrontare il dato con i risultati dell'ultima sorveglianza "Okkio alla Salute 2014 dati provinciali e regionali (vedi allegato risultati progetto)

Tema di salute prevalente : Sovrappeso e obesità

Temi secondari :

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola
Minori
Adulti

Mandati : Piano Regionale di Prevenzione (PRP)
Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

PALOMBA ALESSANDRA (responsabile)

Biologo nutrizionista

SIAN AUSL RE

e-mail : palombaa@ausl.re.it

Tel. : 0522 335748

DELLA GIUSTINA CLAUDIA

dietista

SIAN AUSL RE

e-mail : dellagiustinac@ausl.re.it

Tel. : 0522 335748

FABBRI ALESSANDRA

Dirigente Medico Ref. Nutrizione

SIAN AUSL RE

e-mail : fabbria@ausl.re.it

Tel. : 0522 860130

LUPPI CHIARA

dietista

SIAN AUSL RE

e-mail : luppic@ausl.re.it

Tel. : 0522 335748

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Azienda Sanitaria

AUSL di Reggio Emilia

Dipartimento di Sanit  Pubblica

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Scuola

Primaria "N. Secchi" Bibbiano

Primaria "Maria Ausiliatrice" Bibbiano

Primaria "De Amicis" Montecchio

Primaria "Rodari" Correggio

Primaria "De Amicis" San Martino in Rio

Documentazione del progetto

1. Ministero della salute "Forchetta e scarpetta"

2. Altro

3. Altro

4. Documentazione progettuale - Materiale per insegnanti classe seconda

5. Documentazione progettuale - Indicatori classe terza

6. Documentazione progettuale - Materiale per insegnanti classe terza

7. Documentazione progettuale - Gioco movimento classe seconda

8. Documentazione progettuale - Indicatori classe seconda

9. Documentazione progettuale - Lettera inizio progetto per genitori e insegnanti

10. Documentazione progettuale - Locandina progetto educativo Forza5
 11. Documentazione progettuale - Poster consegnanti per prima e seconda classe
 12. Documentazione progettuale - organizzazione progetto nei 5 anni
 13. Documentazione progettuale - Materiale per insegnanti classe prima(tempo pieno)
 14. Documentazione progettuale - Indicatore classe prima
 15. Documentazione progettuale - Indicatore classe prima
 16. Documentazione progettuale - Gioco movimento classe prima
 17. Documentazione progettuale - Gioco motoria classe terza
 18. Documentazione progettuale - Materiale per insegnanti classe quarta
 19. Documentazione progettuale - Indicatori classe quarta
 20. Documentazione progettuale - Gioco movimento classe quarta
 21. Documentazione progettuale - Materiale e indicstori classe quinta
 22. Relazione finale
-

OBIETTIVI

Aumentare le conoscenze su sani stili di vita strutturando nuove competenze comunicative e favorendo la partecipazione delle famiglie.

Incrementare le competenze e la motivazione degli insegnanti a lavorare su tematiche complesse, come alimentazione e attività fisica, utilizzando strategie comunicative interattive, che non puntano solo all'acquisizione delle conoscenze ma anche allo sviluppo di comportamenti "sani" passando attraverso l'implementazione delle life skills. Incrementare le conoscenze della famiglia, su sani stili di vita (alimentazione e attività fisica), attraverso incontri frontali e momenti interattivi. Lavorare sulla motivazione al cambiamento in ambito familiare per favorire corretti stili di vita.

INTERVENTO AZIONE #1 - 15/09/2010 - 06/06/2015

Intervento formativo per insegnanti e incontri con i genitori per promozione di sani stili di vita.

Numero edizioni : 6

Ore singola edizione : 12

Totale persone raggiunte : 1700

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

San Martino in Rio; Montecchio Emilia; Correggio; Bibbiano;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 24

Descrizione dell'intervento :

Per ogni anno si realizzano due incontri formativi con gli insegnanti differenziati in base alla classe. Nel primo incontro (generalmente Settembre) si definiscono le motivazioni e gli obiettivi del progetto e si consegna il materiale essenziale per il suo svolgimento. Nel secondo incontro (generalmente a metà Giugno) si raccolgono le schede degli indicatori, i materiali elaborati dai bambini e gli aspetti critici nell'attuazione del progetto, che vengono valutati come eventuali punti di miglioramento per l'edizione successiva.

Per ogni scuola a inizio anno scolastico viene proposto un incontro educativo/informativo con le famiglie, per coinvolgerle nel progetto affinché ci sia continuità di contenuti tra scuola e famiglia. Le tematiche degli incontri sono scelte in base ai bisogni che vengono esplicitati dagli insegnanti/genitori e riguardano principalmente la gestione delle merende a casa e a scuola e indicazioni per migliorare l'assaggio di cibi e piatti nuovi, viene comunque affrontato il concetto più ampio di alimentazione sana sia per il bambino che per la famiglia. Nell'incontro si cerca di stimolare la motivazione dei genitori a lavorare sul tema "sani stili di vita" considerando di fondamentale importanza impostare dai primi anni di vita abitudini alimentari e di attività fisica tali da costruire la salute psico-fisico-relazionale del bambino di oggi e dell'adulto di domani.

Documentazione dell'intervento :

Materiale formativo/educativo