PROGETTO

MI MUOVO STO BENE 2018

Regione Lombardia ATS Bergamo

Progetto avviato nell'anno 2018 - Ultimo anno di attività : 2018

Abstract

Obiettivo generale

Proseguire con l'offerta del programma curriculare " Mi muovo sto bene" a tutte le scuole a tutte le scuole di Bergamo e provincia

Analisi di contesto

Nella ATS di Bergamo si stima che solo una persona adulta su tre (34,5%) pratichi l'attività fisica raccomandata, mentre il 25% può essere considerato completamente sedentario.
È presente una percezione distorta dell'attività fisica praticata: circa un sedentario su quattro ritiene di praticare sufficiente movimento.
La percentuale di sedentari è più alta in sottogruppi di popolazione che potrebbero beneficiarne di più (in particolare persone con sintomi di depressione, ipertesi, obesi o in sovrappeso).
In ambito sanitario gli operatori non promuovono ancora sufficientemente uno stile di vita attivo tra i loro assistiti.
Gli effetti positivi di una diffusa attività fisica nella popolazione sono evidenti sia a livello sociale, sia economico. Lo sviluppo di strategie per accrescere la diffusione dell'attività fisica (attraverso l'attivazione di interventi di dimostrata efficacia) è un importante obiettivo che può essere raggiunto solo con l'applicazione di strategie intersettoriali, intervenendo sugli aspetti ambientali, sociali ed economici che influenzano l'adozione di uno stile di vita attivo (ad es. politica di trasporti, ambiente favorente il movimento, ecc.).

Metodi e strumenti

Il progetto "Mi muovo sto bene" viene consigliato come buona pratica di curriculum sulla promozione dell'attività fisica nella scuola (Promossi alla salute, regione Lombardia 2006).
Il metodo utilizzato per il raggiungimento degli obiettivi è quello basato sull' "imparare facendo" : la strategia metodologica consiste nel predisporre situazioni problematiche da risolvere, senza dare soluzioni preconfezionate a cui segue l'immediata sperimentazione da parte degli allievi.
L'insegnante attraverso l'alternanza tra momenti di sperimentazione e di verbalizzazione conduce i propri allievi alla soluzione. Nel corso di tali esperienze i ragazzi vengono sollecitati come costruttori attivi e consapevoli dei loro apprendimenti, ad essere propositivi, creativi e intraprendenti.
Il curriculum si snoda su 4 aree differenziate per Grado scolastico :
1 - Posture
2 - L'abitudine al movimento
3 - Il disagio e la relazione
4 - La disabilità e potenzialità

Valutazione prevista/effettuata

Il programma è stato presentato in due edizioni mediante incontro rivolto ai Dirigenti scolastici e ai referenti per la salute.
Studenti raggiunti (2016: 2384/ 2500)- 2017: 3314/2500 - 2018: 1619/2500

Tema di salute prevalente : ATTIVITA' FISICA

Temi secondari : AMBIENTI DI VITA

LIFESKILLS
inattività e sedentarietà

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola
Minori
Scuola dell'infanzia
Scuola primaria
Scuola secondaria di primo grado
Scuola secondaria di secondo grado

Mandati : Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

ROCCA GIULIANA (responsabile)
ATS Bergamo
e-mail : giuliana.rocca@ats-bg.it

Enti promotori e/o partner

Documentazione del progetto

1. Documento non definito

OBIETTIVI

Aumentare il numero di studenti che praticano attività fisica secondo il metodo proposto dal curriculum

Presentazione dei programmi di promozione dell'attività fisica per le scuole

geolocalizzazione

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/01/2017

implementare il curriculum nelle scuole

Numero edizioni : 1
Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Albino
Plesso : ALBINO BONDO PETELLO - Istituto : ALBINO G SOLARI
Scuola primaria

Albino
Plesso : ALBINO DESENZANO - Istituto : ALBINO G SOLARI
Scuola primaria

Alzano Lombardo
Plesso : ALZANO LOMBARDO
Scuola primaria

Nembro
Plesso : S M S ENEA TALPINO NEMBRO - Istituto : NEMBRO E TALPINO
Scuola Secondaria di primo grado

Ranica
Plesso : RANICA - Istituto : RANICA MARIA PIAZZOLI
Scuola infanzia

Romano di Lombardia
Plesso : ROMANO DI LOMBARDIA B MUNARI - Istituto : ROMANO DI LOMBARDIA E FERMI
Scuola infanzia

Villa di Serio
Plesso : VILLA DI SERIO - Istituto : VILLA DI SERIO F NULLO
Scuola primaria

Zogno
Plesso : ZOGNO POSCANTE - Istituto : ZOGNO
Scuola primaria

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/01/2017

Incontro di presentazione dei programmi con i Dirigenti scolastici

Numero edizioni : 2
Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Bergamo
Plesso : GIULIO NATTA
Scuola Secondaria di secondo grado

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :
La seconda edizione si è svolta presso la sede ADASM di Bergamo

INTERVENTO AZIONE #3 - 01/01/2017

geolocalizzazione 2017

Numero edizioni : 1
Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #4 - 01/01/2018

geolocalizzazione 2018

Numero edizioni : 1
Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Albino
Plesso : S M S G SOLARI ALBINO - Istituto : ALBINO G SOLARI
Scuola Secondaria di primo grado
Classi 1e : 2; Classi 2e : 2; Classi 3e : 2;

Bracca
Plesso : BRACCA - Istituto : SERINA
Scuola primaria
Classi 1e : 2;

Dossena
Plesso : DOSSENA - Istituto : S PELLEGRINO TERME
Scuola primaria
Classi 1e : 2;

Piazza Brembana
Plesso : PIAZZA BREMBANA - Istituto : VALNEGRA F GERVASONI
Scuola primaria
Classi 1e : 1;

San Pellegrino Terme
Plesso : S PELLEGRINO TERME S CROCE - Istituto : S PELLEGRINO TERME
Scuola primaria
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1; Classi 3e : 1; Classi 4e : 1; Classi 5e : 1;

San Pellegrino Terme
Plesso : S PELLEGRINO TERME
Scuola primaria
Classi 1e : 2; Classi 2e : 2; Classi 3e : 2; Classi 4e : 2; Classi 5e : 2;

San Pellegrino Terme
Plesso : S M S CAFFI S PELLEGRINO - Istituto : S PELLEGRINO TERME
Scuola Secondaria di primo grado
Classi 1e : 3; Classi 2e : 3; Classi 3e : 3;

Sedrina
Plesso : SEDRINA CAP - Istituto : VAL BREMBILLA GIOVANNI XXIII
Scuola primaria
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1; Classi 3e : 1;

Sedrina
Plesso : S M S SEDRINA - Istituto : VAL BREMBILLA GIOVANNI XXIII
Scuola Secondaria di primo grado
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1;

Zogno
Plesso : ZOGNO VIA CAVAGNIS - Istituto : ZOGNO
Scuola infanzia

Classi 1e : 1;

Zogno
Plesso : ZOGNO VIA LOCATELLI - Istituto : ZOGNO
Scuola infanzia
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1;

Zogno
Plesso : ZOGNO ENDENNA - Istituto : ZOGNO
Scuola infanzia
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1;

Zogno
Plesso : ZOGNO AMBRIA - Istituto : ZOGNO
Scuola primaria

Zogno
Plesso : ZOGNO ENDENNA - Istituto : ZOGNO
Scuola primaria

Zogno
Plesso : ZOGNO POSCANTE - Istituto : ZOGNO
Scuola primaria
Classi 1e : 1; Classi 2e : 1;

Zogno
Plesso : S M S GIOVANNI XXIII ZOGNO - Istituto : ZOGNO
Scuola Secondaria di primo grado
Classi 1e : 3; Classi 2e : 3; Classi 3e : 3;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :
Centro di formazione S. Giovanni Bianco (non inserito)