

PROGETTO

YOGA A SCUOLA (CATALOGO AS 2018/2019)

Regione Piemonte ASL Biella

Progetto avviato nell'anno 2018 - Ultimo anno di attività : 2019

Abstract

Obiettivo generale

Lo yoga ha lo scopo di aumentare nei piccoli la capacità di rilassarsi e concentrarsi, scoprendo la propria fisicità e, nel contempo, le proprie emozioni, per giungere ad uno sviluppo armonico di corpo e mente.

Con il bambino si compie un percorso di crescita consapevole e di maturazione individuale che gli permette di potenziare la sua attenzione, imparare a respirare prendendo coscienza di quest'atto vitale, migliorare la sua coordinazione, rilassarsi e capire le sue emozioni e, infine, comprendere il valore della lentezza e della pausa.

Il tutto per iniziare la pratica di uno stile di vita naturale improntato sulla salute sia fisica sia mentale

Analisi di contesto

Con il bambino si compie un percorso di crescita consapevole e di maturazione individuale che gli permette di potenziare la sua attenzione, imparare a respirare prendendo coscienza di quest'atto vitale, migliorare la sua coordinazione, rilassarsi e capire le sue emozioni e, infine, comprendere il valore della lentezza e della pausa.

Il tutto per iniziare la pratica di uno stile di vita naturale improntato sulla salute sia fisica sia mentale

Metodi e strumenti

Il progetto si svilupperà attraverso una serie di lezioni (10 per classe) svolte da un insegnante specializzato nell'educazione di questa pratica ai bambini . E' data priorità alle classi che hanno aderito al percorso formativo nell'anno precedente.

Valutazione prevista/effettuata

Questionario di gradimento/ elaborati grafici

Tema di salute prevalente : ATTIVITA' FISICA

Temi secondari : SALUTE MENTALE / BENESSERE PSICOFISICO

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola dell'infanzia

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

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

VALLI MARCELLO (responsabile)

FONDAZIONE EDO TEMPIA

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

ASL di BIELLA



Come promotore; In fase progettuale;

Categoria ente : Ministero

MIUR UFFICIO X AMBITO TERRITORIALE BIELLA

Come promotore;

Categoria ente : Fondazione

FONDO EDO TEMPIA

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

OBIETTIVI

Inserire nel catalogo dell'offerta educativa e formativa almeno un progetto sul tema di: sana alimentazione, attività fisica/capacità motorie, fumo, alcol, benessere delle relazioni, media education, gambling, cultura della sicurezza, dipendenze, sicurezza stradale e/o della promozione dei comportamenti di guida responsabile, incidenti domestici

Inserire nel catalogo dell'offerta educativa e formativa almeno un progetto sul tema di: sana alimentazione, attività fisica/capacità motorie, fumo, alcol, benessere delle relazioni, media education, gambling, cultura della sicurezza, dipendenze, sicurezza stradale e/o della promozione dei comportamenti di guida responsabile, incidenti domestici

SVILUPPARE NEI BAMBINI CAPACITÀ DI COORDINAMENTO E AUTOCONTROLLO

Inserire nel catalogo dell'offerta educativa e formativa almeno un progetto sul tema di: sana alimentazione, attività fisica/capacità motorie, fumo, alcol, benessere delle relazioni, media education, gambling, cultura della sicurezza, dipendenze, sicurezza stradale e/o della promozione dei comportamenti di guida responsabile, incidenti domestici

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/03/2018 - 29/09/2018

INSERIMENTO PROGETTO IN CATALOGO

Numero edizioni : 3

Ore singola edizione : 2

Setting : Servizi Sanitari

Comuni coinvolti nell'intervento :

Biella;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Assistente sanitario - ore 6

- Num. 1 Farmacista - ore 6

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/10/2018 - 20/12/2018

Ciclo di lezioni

Numero edizioni : 2

Ore singola edizione : 10

Totale persone raggiunte : 44

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Cossato

Plesso : COSSATO CAPOLUOGO - Istituto : I C COSSATO

Scuola primaria

Classi 4e : 1;

Valdengo

Plesso : VALDENGHI PRIMARIA - Istituto : IC VALDENGHI

Scuola primaria

Classi 4e : 1;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 20

INTERVENTO AZIONE #3 - 10/01/2019 - 30/05/2019

CICLO DI LEZIONI

Numero edizioni : 3

Ore singola edizione : 10

Totale persone raggiunte : 126

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Biella

Plesso : BIELLA CHIAVAZZA XXV APRILE - Istituto : IC BIELLA II

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 2;

Portula

Plesso : PRIMARIA PORTULA - Istituto : IC PRAY

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 1;

Pray

Plesso : PRIMARIA PRAY - Istituto : IC PRAY

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 1; Classi 5e : 1;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 30