

PROGETTO

UNA SCUOLA CHE PROMUOVE LA SALUTE: L'ATTIVITÀ FISICA E IL RAPPORTO BENESSERE/CAPACITÀ COGNITIVE - Rete di Milano e Lodi- a.s. 2017/18

Regione Lombardia ATS Città Metropolitana di Milano

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

Abstract

Obiettivo generale

Coinvolgere i docenti più esperti e motivati nella funzione di supporto e formazione rivolta ai colleghi, nella logica di promuovere un "passaggio del testimone" che permetta effettivamente di affermare che la salute si promuove e costruisce nella normalità e nei contesti di vita delle persone e delle comunità.

Analisi di contesto

Le evidenze indicano che:

? le iniziative di attività fisica nelle scuole sono più efficaci se adottano un approccio globale; ad esempio lo sviluppo di competenze, la creazione e

il mantenimento di un ambiente fisico e di risorse adatte, l'appoggio a politiche di sostegno che permettono a tutti gli studenti di partecipare;

? un'attività fisica giornaliera svolta a scuola aumenta la motivazione degli alunni e ha effetti molto positivi sullo sviluppo cognitivo, sebbene tolga

un po' di tempo da dedicare alle attività cognitive;

? esiste una correlazione diretta tra lo svolgere attività fisica a scuola e successivamente nell'età adulta;

? gli studenti ottengono più benefici dall'attività fisica se hanno l'opportunità di svolgerla in modo regolare durante le ore scolastiche;

? se gli studenti collaborano con il personale scolastico nel decidere che tipo di attività fisica svolgere - che potrebbe comprendere altre attività

non viste come sport, come per esempio la danza - sono più invogliati a parteciparvi;

Metodi e strumenti

Organizzare un percorso con la seguente struttura che ricalca, il più possibile, lo schema proposto in Unità Formative (25 ore) all'interno del Piano Nazionale di Formazione docenti.

PRIMO INCONTRO - N° 2 Convegni iniziali (5 ore ciascuno) aperti a tutti:

Tema: Rapporto tra benessere e sviluppo delle capacità cognitive e delle competenze di cittadinanza in relazione all'età evolutiva

-Seminario A) per docenti di scuola materna e primaria

-Seminario B) per docenti di scuole media e superiori

SECONDO INCONTRO N° 1 convegno per tutti i docenti (3 ore aperti a tutti)

Tema: Il ruolo dei docenti per costruire sinergie virtuose

Nei convegni dovranno essere messi in evidenza tutte le componenti che devono essere prese in carico dalla scuola per creare situazioni di benessere. Rapporto fra corpo e benessere Rapporto fra emotività, metodi di apprendimento e benessere Rapporto fra benessere e sviluppo delle capacità cognitive. Come può essere utile al benessere lavorare per competenze

TERZO INCONTRO - N° 4 workshop paralleli per docenti con impegno adesione (4 ore)

Temi da sviluppare

- 1 Mindfulness - rilassamento - Bodyscan
- 2 Lavoro sui rapporti spazio temporali nel gioco
- 3 La relazione attraverso il movimento
- 4 Comunicazione e sport, tra esercizi e allenamenti

N° 10 ore di approfondimento bibliografico- predisposizione Unità Formativa di Apprendimento da proporre in classe

QUARTO INCONTRO - Restituzione in intergruppo dell'esperienza o di Unità Formative significative (3 ore aperti a tutti)

Valutazione prevista/effettuata

N° docenti partecipanti 89

N° Unità formative realizzate nelle scuole

CONVEGNO INFANZIA-PRIMARIA

3 ore CONVEGNO SECI°E II° GRADO

3 ore convegno per tutti i docenti

3 ore workshop paralleli per docenti (max 30 per ogni WS)

3 ore Predisposizione Unità Formativa di Apprendimento da proporre in classe

13 ore RESTITUZIONE PLENARIA

3 ore data 21.03.2018- aula rossa 23.03.2018- aula rossa 5.04.2018- aula rossa 18.04.2018 - palestra 19.04.2018- palestra aprile/settembre 25.10.2018- aula rossa

Tema di salute prevalente : ATTIVITA' FISICA

Temi secondari : SALUTE MENTALE / BENESSERE PSICOFISICO
LIFESKILLS

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Insegnante

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

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

LAURA STAMPINI (responsabile)

PROMOZIONE SALUTE ? UFFICIO SCOLASTICO AT MILANO

e-mail : laura.stampini@istruzione.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Scuola

UST Milano- IC Ilaria Alpi " capofila Rete SPS Milano

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

Categoria ente : Università

Università Cattolica del Sacro Cuore: Professionisti Neuro-Psicomotricità dell'ET Evolutiva

In fase di realizzazione;

Categoria ente : Università

Facoltà di Scienze della Formazione

In fase di realizzazione;

Categoria ente : Altro ente

ATS

- Dipartimento Igiene Prevenzione Sanitaria

- DIPPAAPS

In fase di realizzazione;

Categoria ente : Altro ente

Studio NuovaMente - Train your brain

In fase di realizzazione;

OBIETTIVI

Geolocalizzazione

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/01/2018 - 31/12/2018

Geolocalizzazione 2018

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Abbiategrosso

Plesso : CARDUCCI ABBIEGRASSO - Istituto : I C VIA PALESTRO

Scuola Secondaria di primo grado

Borghetto Lodigiano

Plesso : PRIMARIA ETTORE ARCHINTI - Istituto : IC BORGHETTO LODIGIANO

Scuola primaria

Cernusco sul Naviglio

Plesso : CERNUSCO SUL NAVIGLIO

Scuola Secondaria di secondo grado

Cerro Maggiore

Plesso : ALIGHIERI CERRO MAGGIORE - Istituto : IC A STROBINO/CERRO MAGGIORE

Scuola Secondaria di primo grado

Cinisello Balsamo

Plesso : G PARINI - Istituto : IC ZANDONAI / CINISELLO BALSAMO

Scuola primaria

Cologno Monzese

Plesso : SC DELL'INFANZIA VIA VOLTA/COLO - Istituto : IC ALESSANDRO VOLTA/COLOGNO

Scuola infanzia

Gorgonzola

Plesso : CARLO COLLODI - Istituto : RITA LEVI MONTALCINI

Scuola infanzia

Gorgonzola

Plesso : GRAZIA DELEDDA - Istituto : RITA LEVI MONTALCINI

Scuola primaria

Gorgonzola

Plesso : LEONARDO DA VINCI GORGONZOLA - Istituto : RITA LEVI MONTALCINI

Scuola Secondaria di primo grado

Livraga

Plesso : PRIMARIA LIVRAGA - Istituto : IC MARIA SCOGLIO

Scuola primaria

Locate di Triulzi

Plesso : DON MILANI LOCATE DI TRIULZI - Istituto : IC DON MILANI LOCATE DI TRIULZI

Scuola primaria

Lodi

Plesso : MAFFEO VEGIO

Scuola Secondaria di secondo grado

Melzo

Plesso : GIORDANO BRUNO

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : VIA F GATTI - Istituto : IC ARBE ZARA/MILANO

Scuola infanzia

Milano

Plesso : MI MATTEI AGGR S M S CALVINO - Istituto : IC I CALVINO

Scuola primaria

Milano

Plesso : VIA VAL LAGARINA MILANO - Istituto : IC VIA VAL LAGARINA /MILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : PISACANE E POERIO MILANO - Istituto : IC PISACANE E POERIO/MILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : VIA GIACOSA MILANO - Istituto : I C VIA GIACOSA 46/MILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : VIA DELLARCADIA MILANO - Istituto : I C VIA ARCADIA

Scuola primaria

Milano

Plesso : NAZARIO SAURO - Istituto : I C VIA VESPRI SICILIANI/MILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : MI/CARNOVALI AGGR SMS CALVINO - Istituto : IC I CALVINO

Scuola primaria

Milano

Plesso : G CASATI - Istituto : IC ILARIA ALPIMILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : P ZZA GASPARRI MILANO - Istituto : IC SORELLE AGAZZI/ MILANO

Scuola primaria

Milano

Plesso : CREMONA - Istituto : L CREMONA

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : VILFREDO FEDERICO PARETO

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : I I S CATERINA DA SIENA

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : MARIE CURIE PIERO SRAFFA

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : I CALVINO - Istituto : IC I CALVINO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : I C STATALE TRILUSSA - Istituto : IC VIA TRILUSSA / MILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : CASSINIS - Istituto : IC VITTORIO LOCCHI/MILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : FRANCESCHI - Istituto : IC FRANCESCHI/MILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : VIA SALERNO - Istituto : IC ILARIA ALPIMILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : VIA MAFFUCCI - Istituto : I C VIA MAFFUCCI/MILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : CARLO PORTA - Istituto : I C VIA MOISE LORIA

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : SMS RINASCITA A LIVI - Istituto : I C VIA VESPRI SICILIANI/MILANO

Scuola Secondaria di primo grado

Milano

Plesso : BECCARIA

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : PARINI

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : CARLO TENCA

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : G MARCONI

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : ELIO VITTORINI

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : I P A A SEZ AS V F PARETO - Istituto : VILFREDO FEDERICO PARETO

Scuola Secondaria di secondo grado

Milano

Plesso : LICEO ARTISTICO STATALE DI BRERA

Scuola Secondaria di secondo grado

Parabiago

Plesso : RAPIZZI SAN LORENZO PARABIAGO - Istituto : IC VIALE LEGNANO PARABIAGO

Scuola Secondaria di primo grado

Paullo

Plesso : RODARI - Istituto : IC EUGENIO CURIEL/PAULLO

Scuola infanzia

Paullo

Plesso : EUGENIO CURIEL PAULLO - Istituto : IC EUGENIO CURIEL/PAULLO

Scuola Secondaria di primo grado

Peschiera Borromeo

Plesso : ANTICHI FONTANILI FRAZ S BOVIO - Istituto : IC FABRIZIO DE ANDRE/PESCHIERA

Scuola infanzia

Peschiera Borromeo

Plesso : VIRGILIO PESCHIERA BORROMEO - Istituto : IC FABRIZIO DE ANDRE/PESCHIERA

Scuola Secondaria di primo grado

Pieve Emanuele

Plesso : VIA GRANDI - Istituto : IC VIA DELLE BETULLE/PIEVE EMAN

Scuola primaria

Rho

Plesso : PUECHER OLIVETTI

Scuola Secondaria di secondo grado

Rho

Plesso : ENRICO MATTEI

Scuola Secondaria di secondo grado

San Colombano al Lambro

Plesso : DON GNOCCHI SAN COLOMBANO - Istituto : IC D GNOCCHI S COLOMBANO A/L

Scuola Secondaria di primo grado

San Giuliano Milanese

Plesso : JEAN PIAGET - Istituto : G CAVALCANTI

Scuola infanzia

San Giuliano Milanese

Plesso : G CAVALCANTI S GIULIANO M I - Istituto : G CAVALCANTI

Scuola primaria

San Giuliano Milanese

Plesso : VIA BEZZECA SAN GIULIANO M - Istituto : G CAVALCANTI

Scuola Secondaria di primo grado

Segrate

Plesso : CARLO COLLODI/MILANO2 - Istituto : IC A B SABIN/SEGRATE

Scuola infanzia

Segrate

Plesso : STRADA ANULARE - Istituto : ROSANNA GALBUSERA

Scuola primaria

Segrate

Plesso : A B SABIN SEGRATE - Istituto : IC A B SABIN/SEGRATE

Scuola Secondaria di primo grado

Senago

Plesso : G MARCONI - Istituto : I C LEONARDO DA VINCI SENAGO

Scuola primaria

Sesto San Giovanni

Plesso : ENRICO DE NICOLA - Istituto : IIS ENRICO DE NICOLA

Scuola Secondaria di secondo grado

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/01/2018 - 31/12/2018

Seminari e workshop per per creare situazioni di benessere.

Rapporto fra corpo e benessere. Rapporto fra emotività, metodi di apprendimento

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Milano;

Metodi non specificati