CATALOGO PER LE SCUOLE ATTIVITÀ DI PROMOZIONE ALLA SALUTE

A.S.L. VC
Azienda Sanitaria Locale di Vercelli

SCUOLE SECONDARIE DI SECONDO GRADO

PROGRAMMA delle ATTIVITÀ di PROMOZIONE alla SALUTE e al BENESSERE ASL VC

A.S. 2023/24

REGIONE PIEMONTE

PREVENZIONE PIEMONTE

www.regione.piemonte.it/sanità

"

SPUNTINO

Destinatari:

- intermedi: insegnanti delle Scuole dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

- finali: bambini scuola infanzia, studenti scuole Primaria e Secondaria di 1° e 2° grado

Premessa: l'attività prevede un corso di formazione che si configura come unità formativa composta da formazione in aula, sperimentazione in classe e valutazione finale, organizzata come unità formativa (teoria, sperimentazione, verifica) con durata di 25 ore. Nel corso saranno argomento di discussione le tematiche relative all'alimentazione, linee guida, LARN, i risultati locali dei progetti OKKIO ALLA SALUTE e HBSC, una bibliografia consigliata e una sitografia aggiornata relativa a strumenti utili a sviluppare la tematica dell' alimentazione.

Il progetto prevede:

- formazione degli insegnanti/ incontri di approfondimento su tematiche inerenti l'alimentazione;
- coprogettazione di interventi di diffusione delle linee guida per una sana alimentazione italiana e relative indicazioni, life skills, stili di vita sani.
- sperimentazione in classe da parte dell'insegnante.
- valutazione finale

Il corso di formazione fornirà ai docenti: alcuni strumenti relativi ai contenuti calorici e nutrienti delle merende più comuni e al consumo consapevole di alimenti più adeguati nutrizionalmente; nozioni utili al calcolo BMI e del suo utilizzo nelle differenti fasi della crescita, all'utilizzo del merendometro e delle linee guida per una sana e corretta alimentazione italiana; elementi di progettazione relativi all' educazione alimentare. Inoltre sarà dato supporto agli insegnanti nella realizzazione di attività con gli studenti in cui utilizzare gli strumenti acquisiti.

Obiettivo generale: prevenire il sovrappeso e l'obesità

Obiettivi specifici:

- Aumentare le conoscenze relative alle indicazioni per una sana alimentazione italiana, con particolare attenzione all'utilizzo di alimenti adeguati;

- Incrementare l'attività fisica, proponendo uno stile di vita più attivo;

Ricadute per gli studenti: miglioramento dello stile alimentare e conseguente miglioramento della performance scolastica e diminuzione degli effetti sulla salute di una cattiva alimentazione.

Ricadute per gli insegnanti: aumento delle capacità progettuali per promuovere una corretta alimentazione.

Metodologia di lavoro: formazione degli Adulti (insegnanti).

Valutazione: valutazione qualitativa da parte degli insegnanti e gradimento, focus group su progetti presentati/realizzati.

Impegno di lavoro: il corso ha una struttura modulare in 5 unità distinte con una durata complessiva di 20 ore, compresa la valutazione, la sperimentazione in classe avrà una durata di almeno 5 ore per un totale di **n. 25 ore complessive**. Il corso di formazione rivolto agli insegnanti sarà coprogettato in base alla disponibilità dei partecipanti, così come il tipo di attività da implementare che il singolo insegnante svilupperà con la sua classe.

Criteri di realizzazione: il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di 8 ed un massimo di 20 insegnanti, per favorire la maggiore interazione tra i partecipanti.

Responsabile: Dott. Gianfranco Abelli, S.C. S.I.A.N