



Ministero dell'Istruzione
ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE VARESE 2 "S. PELLICO"
Via Appiani, 15 – 21100 Varese - Tel. 0332 289297
C.F. 95039310123 – CUF: UFEDC4
Codice meccanografico VAIC873003
E-mail: vaic873003@istruzione.it
PEC: vaic873003@pec.istruzione.it
www.varese2pellico.edu.it



Circ. n. 108
Varese, 31 gennaio 2023

Ai genitori degli alunni dell'I.C. Varese 2
Al personale docente
Al sito web

Oggetto: SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE... IN MOVIMENTO – PROPOSTE FORMATIVE PER DOCENTI E GENITORI

Si comunica a tutti i genitori e a tutti i docenti dell'I.C. Varese 2 la Rete SPS di Varese promuove i seguenti percorsi di formazione, di cui si allegano locandine:

- percorso di formazione "Scuola che promuove salute... in movimento", rivolto a docenti di scuola primaria e secondaria di I e II grado
- percorso di approfondimento per genitori "Life skills & genitori"

Si ringrazia per l'attenzione.



X La Dirigente Scolastica
Prof.ssa Paola Sumiraschi

SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE...IN MOVIMENTO

Promuovere stili di vita attivi secondo il modello della Scuola che Promuove Salute

PERCORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI DELLE SCUOLE primarie, secondarie di primo e secondo grado

Premessa

“Il modello della Rete delle Scuole che Promuovono Salute non poteva non occuparsi anche di movimento promuovendo azioni che dovrebbero essere incluse sistematicamente nella vita quotidiana della scuola, integrando il movimento nella propria programmazione scolastica e nel proprio piano strutturato per la salute e il benessere di tutti gli studenti, degli insegnanti e del personale non docente.”

“L’attività motoria a scuola (intesa non solo come sport ma anche come esercizio fisico, forme attive di intrattenimento, giocare, camminare, realizzare pause attive, il trasporto attivo, imparare muovendosi) facilita lo sviluppo cognitivo, emotivo e sociale degli studenti: è fondamentale quindi integrare il movimento in modo trasversale nei processi di apprendimento e nella programmazione scolastica degli istituti di ogni ordine e grado.

- All’interno della didattica è necessario considerare l’area motoria quale fondamentale strumento per facilitare lo sviluppo cognitivo, l’inclusività, il miglioramento di memoria e concentrazione, il cooperative learning, l’assertività e l’empatia, problem solving e decision making, la consapevolezza del proprio sé e l’autostima, nonché una migliore gestione dell’ansia e della rabbia.

- L’attività fisica regolare migliora le capacità attentive e porta a un generale incremento delle prestazioni cognitive e a un notevole incremento del rendimento scolastico.

- Inoltre, la promozione del movimento a scuola è strettamente connessa con il tema della tutela dell’ambiente, del clima e della salute.”

Tratto da: **SCUOLA IN MOVIMENTO** Promuovere stili di vita attivi secondo il modello della Scuola che Promuove Salute (<https://www.scuolapromuovesalute.it/eventi-e-pubblicazioni-della-rete-sps-lombardia>)

Capofila Rete SPS - Scuole che promuono salute



I.C. VARESE 4 - ANNA FRANK

in collaborazione con



Sistema Socio Sanitario



Regione Lombardia

ATS Insubria

SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE...IN MOVIMENTO

Promuovere stili di vita attivi secondo il modello della Scuola che Promuove Salute

PERCORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI DELLE SCUOLE

primarie, secondarie di primo e secondo grado

Obiettivi del corso di formazione:

- sensibilizzare rispetto ai benefici del movimento a scuola e sull'importanza del ruolo che la Scuola può assumere nella promozione di uno stile di vita attivo
- evidenziare quanto il movimento favorisca l'apprendimento, lo sviluppo dei processi di socializzazione e le competenze relazionali ed interpersonali, promuovendo inclusione e benessere psico-fisico di bambini e ragazzi
- presentare esperienze ed attività già realizzate dalle scuole appartenenti alla Rete SPS a livello regionale.

Programma e contenuti:

1° MODULO: Promuovere il movimento a scuola

- benefici del movimento a scuola
- movimento e modello della rete delle Scuole che Promuovono salute (SPS)
- mitici 8: gli otto momenti della giornata scolastica nei quali promuovere il movimento
- movimento e curriculum scolastico: quali legami?

2° MODULO: Movimento e... benessere, apprendimento, insegnamento

- Tecniche evidence-based: pause attive, playground marking, pedibus/cyclobus, etc. (specifico per fasce di età)
- ATTIVIAMOCI: Esercizi per favorire la concentrazione, attenzione, apprendimento, socialità, esercizi per rilassarsi
- UNA MAPPA PER ORIENTARSI: spunti di programmazione e progettazione di un percorso presso la propria scuola.

Struttura

Il corso sarà articolato in 2 moduli di formazione da 3 h ciascuno e da un successivo incontro a distanza di tre mesi di accompagnamento e monitoraggio.

La formazione prevede l'utilizzo di metodologie attive e spazi di confronto e condivisione tra le scuole.

Il percorso è rivolto a tutti i docenti della scuola interessati ad approfondire la tematica.

Capofila Rete SPS - Scuole che promuovono salute



I.C. VARESE 4 - ANNA FRANK

in collaborazione con



Sistema Socio Sanitario



Regione Lombardia

ATS Insubria

SCUOLA CHE PROMUOVE SALUTE...IN MOVIMENTO

Promuovere stili di vita attivi secondo il modello della Scuola che Promuove Salute

PERCORSO DI FORMAZIONE PER DOCENTI DELLE SCUOLE primarie, secondarie di primo e secondo grado

Calendario

I corsi si svolgeranno dalle 14:30 alle 17:30
la sede del corso sarà individuata tra le scuole aderenti

Varese

Primaria:

01/03/2023 - 10/03/2023

Secondaria di primo grado:

15/03/2023 - 21/03/2023

Secondaria di secondo grado:

29/03/2023 - 04/04/2023

Como

Primaria:

01/03/2023 - 10/03/2023

Secondaria di primo grado:

14/03/2023 - 22/03/2023

Secondaria di secondo grado:

28/03/2023 - 04/04/2023

Iscrizioni ai seguenti link: **Entro il 15 febbraio 2023**

Link per Varese

<https://forms.office.com/r/34HVmHc3mM>

Link per Como

<https://forms.office.com/r/75M5DHCvN>

Per informazioni scrivere a:

promosalutevarese@ats-inubria.it - promosalutecomo@ats-inubria.it

Capofila Rete SPS - Scuole che promuono salute



I.C. VARESE 4 - ANNA FRANK

in collaborazione con



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Inubria

percorso di approfondimento per genitori

LIFE SKILLS & GENITORI

A ulteriore supporto del rafforzamento delle competenze di vita (lifeskills) all'interno del contesto scolastico, proponiamo un intervento basato sulla metodologia validata della peer-education, e rivolto ai genitori. L'obiettivo è lavorare al potenziamento delle competenze genitoriali, in un'ottica di collaborazione scuola-famiglia nei compiti educativi e a vantaggio degli alunni e delle comunità locali, supportando e valorizzando le esperienze di associazioni locali di genitori e/o comitati genitori istituiti a livello scolastico, a cui ci rivolgeremo prioritariamente per l'individuazione dei genitori aderenti.

L'intervento si basa su questi passaggi fondamentali:

- 1. individuazione genitori peer aderenti alla sperimentazione: condurremo una campagna tra le scuole del territorio per individuare la presenza di associazioni di genitori e/o comitati genitori, da coinvolgere per raccogliere adesioni da parte di interessati ad assumere il ruolo di peer e a partecipare ad una formazione specifica connessa al programma regionale di prevenzione Life Skills Training (LST) con questo obiettivo;
- 2. formazione dei genitori peer e progettazione interventi: a partire dai genitori individuati, realizzeremo percorsi di formazione di gruppo sulla metodologia peer-education e sui temi toccati dal LST, co-progettando interventi di sensibilizzazione e informazione a partire da riflessioni sulla genitorialità;
- 3. realizzazione interventi: al termine della formazione, i gruppi di genitori coinvolti e formati realizzeranno gli interventi di sensibilizzazione e informazione co-progettati, coinvolgendo altri genitori a partire dai componenti delle associazioni genitori / comitati genitori, o di quelli della classe dei propri figli, o della scuola, o dei contesti di vita in cui si trovano a contatto con loro;
- 4. monitoraggio e valutazione attività: l'intero sviluppo del progetto sarà seguito da una azione di monitoraggio in itinere, connessa con i tavoli di coordinamento e la formazione specifica sul tema peer education dei genitori, a cui affiancheremo in conclusione un passaggio di valutazione partecipata da parte dei genitori stessi.

Dal punto di vista organizzativo, contatteremo associazioni e comitati genitori locali, per proporre l'adesione al progetto e la partecipazione ai gruppi del progetto. Ogni gruppo di genitori potrebbe avere dai 10 ai 20 partecipanti circa, idealmente cercando di mantenere un bilanciamento di genere. Se le adesioni saranno maggiori potremo attivare diversi percorsi paralleli nello stesso Istituto, ad esempio accorpando i genitori per ordine scolastico (primaria, secondaria di I grado...) frequentato dai figli.

un progetto di:



finanziato da:



Particolare attenzione andrà posta alle modalità di presentazione e lancio del percorso, che potrebbe avvenire all'interno di eventi già programmati dalla scuola (ad es. assemblee di classe) utilizzando materiali predisposti ad hoc (volantini, qr-code che rimandano a contenuti digitali) che potrebbero essere veicolati anche dagli insegnanti coordinatori di classe, dopo un breve momento di presentazione. Questo passaggio è da curare particolarmente, dato che da esso dipendono le adesioni al percorso e la sua riuscita finale.

Ogni percorso avrà un'articolazione minima di 3 incontri da 2h, da tenersi idealmente presso la scuola in orario serale. Alcuni degli incontri si potranno tenere anche online, ma almeno il momento di avvio e formazione del gruppo andrebbe possibilmente realizzato in presenza.

Al termine di ogni percorso, il risultato atteso è la co-progettazione di un momento di restituzione agli altri genitori, nella possibile forma di campagne informative online (ad esempio nei gruppi whatsapp di classe), interventi durante i consigli di classe o in eventi esterni (ad es. cena di fine anno), o interventi ad hoc co-costruiti con gli istituti scolastici o appoggiati ad eventi locali.

In ogni caso sarà richiesto ai genitori coinvolti di svolgere anche un ruolo di "passaparola" ad esempio attraverso i propri canali social, condividendo post e contenuti sviluppati insieme appositamente, per ampliare la platea di altri genitori raggiunti.

Il coordinatore del progetto
Michele Di Paola

E' già possibile segnalare la presenza di associazioni genitori o comitati genitori compilando questo questionario: <https://cutt.ly/peereducationgenitori>

un progetto di:



finanziato da:

