

PIANO DI ISTITUTO

ISTITUTO COMPRENSIVO CAIATI – DON TONINO BELLO

COMMISSIONE BENESSERE E AFFETTIVITA' (SALUTE-DIPENDENZE ALIMENTAZIONE-SPORT E STILI DI VITA SANI)

Premessa

La principale missione che il nostro istituto, si propone con la propria azione educativa, è quello di sviluppare al pieno quelle competenze ritenute ormai prerequisito indispensabile per un consapevole inserimento nella società. Fondamenti comuni e priorità nell'agire educativo e didattico sono la relazionalità, la cultura della differenza, la cura, la pedagogia interculturale.

L'offerta formativa si articola quindi tenendo conto di questi aspetti generali nel rispetto degli obiettivi dell'AGENDA 2030 che mira a garantire una vita sana e a promuovere il benessere di tutti a tutte le età. L'OMS e la FAO hanno dato una precisa definizione di educazione alimentare, come di un (processo informativo) ed educativo per mezzo del quale si persegue il generale miglioramento dello stato di nutrizione degli individui, attraverso la promozione di adeguate abitudini alimentari, l'eliminazione dei comportamenti alimentari scorretti e l'utilizzazione di manipolazione più igieniche degli alimenti ed un efficace utilizzo delle risorse alimentari. La ricerca sottolinea che una condizione di benessere psicofisico consente alla persona di esprimere al meglio le proprie potenzialità e di avere una migliore condizione della vita. L'obiettivo del nostro istituto è offrire azioni di benessere a scuola attraverso l'accoglienza, l'inclusione, l'auto-efficacia percepita, il clima positivo, partecipazione, condivisione e dialogo. L'educazione all'affettività ha l'obiettivo di sviluppare l'intelligenza emotiva a partire dalla consapevolezza delle proprie sensazioni, delle proprie emozioni e dei propri sentimenti e di accrescere le abilità affettive con l'obiettivo di favorire una buona relazione interpersonale. Gestire l'emozione della rabbia, della paura, della tristezza, della gioia e della sorpresa. Lo stato di benessere è caratterizzato da una prevalenza di emozioni positive come la serenità e la gioia rispetto a quelle negative, come lo stress e la tensione. Le regole del benessere includono anche l'alimentazione sana ed equilibrata, l'idratazione, l'esercizio fisico e il riposo per promuovere uno stato di felicità e soddisfazione caratterizzato da bassi livelli di disagio, un buon stato di salute fisico e mentale che si traduce in una buona qualità di vita. Il nostro Istituto Comprensivo anche quest'anno aderirà al progetto (impariamo a mangiare sano) . Promosso da Regione Puglia e comune di Bitonto in collaborazione con Masseria Lama Balice. Un progetto che punta a sostenere iniziative per la valorizzazione delle tipicità agroalimentari della nostra regione. Impariamo a mangiare sano, si prepara dunque ad essere riproposto, dopo l'interesse suscitato dalla prima edizione, iniziata a gennaio, e conclusasi a maggio 2024, con quattro incontri dedicati all'olio di olive, all'importanza degli ortaggi e all'ambiente e alle caratteristiche naturali, geologiche e storiche di Lama Balice e al ruolo fondamentale della frutta nell'alimentazione. L'iniziativa ha portato seicento ragazzi in Lama Balice con lo scopo di educarli all'importanza di mangiare cibi naturali e di stagione possibilmente locali. In questa edizione i giovanissimi partecipanti saranno ancora di più seicentotrenta per la precisione. Questo progetto

offrirà l'opportunità di prendere parte ad interessanti iniziative su temi come la vendemmia, pianificazione, ambiente, frutta.

Il benessere della persone si esplica anche attraverso lo sport, con il miglioramento del tono dell'umore (riducendo stati di stress e ansia), dell'autostima, del controllo dell'emotività e nell'incremento della consapevolezza del sé. Il benessere psicofisico avviene anche attraverso l'ascolto dei brani della musica di Mozart che arreca benessere in generale sia mentale che fisico, come dimostrano alcuni studi scientifici. Il benessere si esplica anche attraverso la conoscenza del nostro territorio mediante la tradizione culinaria del passato. Scopo e obiettivo del nostro istituto è svolgere azioni per far emergere le potenzialità e le attitudini anche per le altre discipline .

Obiettivi o finalità

- *Incentivare la curiosità, la riflessione, la conoscenza e l'importanza delle radici del proprio territorio.*
- *Promuovere un'agricoltura sostenibile a fornire un'educazione di qualità, offrendo opportunità di apprendimento autentico e indicazioni per raggiungere il benessere.*
- *Orientare gli alunni all'uso dei prodotti biologici del territorio di origine, a condurli verso una dieta equilibrata che privilegi colazioni a base di frutta .*
- *Indirizzare verso eventi di promozione del territorio fornendo le basi per poter migliorare e valutare le "diverse competenze".*
- *Favorire l'inclusione e l'integrazione di tutti gli alunni abbattendo le barriere psicologiche che producono emarginazione e valorizzando i diversi stili di apprendimento.*
- *Includere tutti gli alunni con le loro diversità.*
- *Valorizzare diversi stili di vita e cultura alimentare.*
- *Stimolare l'espressione di sé e la consapevolezza delle proprie risorse in ragazzi che hanno sperimentato sia difficoltà negli apprendimenti che nelle autonomie personali.*
- *Conoscere e avere consapevolezza delle diverse abitudini alimentari.*
- *Individuare comportamenti utili alla salvaguardia della salute nel rispetto delle regole di una sana alimentazione.*
- *Potenziamento dell'educazione e dello sviluppo affettivo sociale e cognitivo.*
- *Sviluppo di comportamenti generali attesi che riguardano la formazione dell'uomo del cittadino.*
- *Valorizzazione di uno stato di totale benessere fisico, mentale e sociale.*

Competenza attesa

L'alunno riconosce l'importanza di una dieta equilibrata per il proprio benessere psicofisico e le conseguenze di un'alimentazione scorretta; conosce e distingue i principi nutritivi e i cibi li contengono; sa calcolare il contenuto calorico di un alimento; riconosce l'importanza del cibo come strumento di incontro e scambio fra i popoli; progetto slogan finalizzati a promuovere comportamenti utili.

OBIETTIVI EDUCATIVI

- autocontrollo
- rispetto degli altri
- rispetto delle regole
- rielaborazione socio-culturale e valoriale

OBIETTIVI FORMATIVI

1) Conoscenza di sé

- favorire la conoscenza della propria indole e dei propri comportamenti
- favorire la conoscenza delle conseguenze dei propri comportamenti

2) Relazione con gli altri

- favorire il rispetto per le persone, per l'ambiente, per i materiali
- favorire e sviluppare l'accettazione degli altri ed il rispetto per le decisioni e le scelte altrui
- favorire l'interesse per i grandi temi umani e sociali

3) Orientamento

- sviluppare la capacità di confronto fra le proprie scelte comportamentali-esistenziali e quelle di riferimento anche istituzionali

COMPETENZE

Competenze orientative generali

- acquisire una cultura ed un metodo orientativo nello sviluppo della propria identità, nelle relazioni e nelle scelte di vita

Competenze disciplinari

- riconoscere e valutare esempi
- capacità di ordinare i dati, le informazioni
- capacità di stabilire relazioni di causa-effetto
- capacità di correlare le conoscenze ad un sistema di riferimento valoriale
- capacità di organizzare le conoscenze in un modello comportamentale-esistenziale

STRUMENTI ORGANIZZATIVI

- circolari del Dirigente Scolastico
- quaderno-notizie Bandi - Progetti-Concorsi-Iniziative etc
- materiale consultazione, dispense

NUCLEI TEMATICI E ATTIVITA' PROPOSTE

Si veda allegati nn. 1 – 2

La Commissione

Angela Liso

Anna De Giosa

Rosaria Galliani

Il Coordinatore

Anna Maria Salierno

Allegato A: Tabella sinottica Azioni/Interventi e Progetti

Allegato B: Cronoprogramma

ISTITUTO COMPRENSIVO CAIATI – DON TONINO BELLO
Allegato A: Tabella sinottica Azioni/Interventi e Progetti

Allegato B: Cronoprogramma

TABELLA SINOTTICA AZIONI-INTERVENTI E PROGETTI (All. A)

AZIONI INTERVENTI	SEZIONI INFANZIA	CLASSI PRIMARIA	CLASSI SECONDARIA 1° GRADO	DOCENTI
Valore universale dell'alimentazione sana e sostenibile: sport e stili di vita sani		1 ^a - 2 ^a - 3 ^a - 4 ^a - 5 ^a	1 ^a - 2 ^a - 3 ^a Palombaio - Mariotto	Tutti
Affettività-salute dipendenze alimentari		3 ^a - 4 ^a - 5 ^a	3 ^a Palombaio 3 ^a Mariotto	Tutti
Visita guidata alla cantina: la vendemmia Percorso interdisciplinare		5 ^a Mariotto		D.ssa Filomena Di Rella Flavia Ungaro Anna M. Salierno Carmela Germano
Tavola rotonda: dall'uva al vino		2 ^a - 3 ^a - 4 ^a - 5 ^a		Tutti
Intervento di esperti, associazioni del territorio		3 ^a - 4 ^a - 5 ^a		Tutti
Inclusione e benessere dei ragazzi con lo sport: progetto extracurriculare (Si a scuola) Progetto paralimpico Progetto rivolto agli alunni disabili accompagnati da compagni di classe che fungono da tutor. Progetto sportivo Scuola Attiva Kids Progetto sportivo: Così per gioco 2 Febbraio Giornata dei Calzini Spaiani ha il significato di far riflettere i più piccoli sull'accettazione delle diversità, che non deve essere vista come un	Tutte le sezioni Tutte le sezioni	3 ^a di Mariotto 3 ^a - 4 ^a - 5 ^a di Palombaio 2 ^a - 3 ^a Primaria Caiati 2 ^a - 3 ^a Primaria Mariotto	1 ^a - 2 ^a - 3 ^a	Prof. Roberto Gasparre Tutti i docenti coinvolti Prof. Vito Sasanelli Coinvolti i docenti delle classi

ostacolo ma una ricchezza per farci capire quanto ognuno di noi è unico.				
Visita guidata in azienda agricola e masseria didattica Altamura		1 ^a - 2 ^a		
Progetto extracurriculare: educazione alimentare attraverso l'orto didattico		1 ^a C Mariotto		Anna M. Salierno Simona Barile Flavia Ungaro
Progetto curriculare: "Impariamo a mangiare sano 2" Promosso da Regione Puglia e Comune di Bitonto in collaborazione con Lama Balice Viaggio multisensoriale tra odori e sapori con assaggio di frutta e ortaggi tramite laboratory pratico manual di trasformazione di frutta in marmellata per educare a mangiare sano per il benessere del corpo: uscita alla Masseria Didattica Colicello di Molfetta	Scuola Spinelli	2^a - 3^a Caiati sezz. A/B/C 3^a A Palombaio 3^a C Mariotto		Ilaria De Chirico Anna M. Clarizio Anna M. Salierno Teodora Di Murro Lucianna Verrellio Vincenza Muscatelli
Progetto piedibus: creare nuove abitudini quotidiane di movimento Progetto: Io leggo perchè Promozione del benessere della lettura	Sezz. Dell'infanzia	3 ^a - 4 ^a - 5 ^a		Tutti i docenti delle classi interessate
Promozione del benessere emotive e relazionale, prevenendo il disagio emotivo creando una sinergia educativa attraverso la visione del Musical di Natale ELF THE ON SHELF		1^a - 2^a - 3^a - 4^a - 5^a Mariotto		Tutti i docenti delle classi interessate
Favorire l'aggregazione sociale basata sullo scambio e la condivisione della musica		3^a - 4^a - 5^a Primaria Caiati 3^a - 4^a - 5^a Madre T. Calcutta 3^a - 4^a - 5^a Don S. Passariello		Prof. Giuseppe Demichele

valorizzandone le diverse provenienze e specificità: Progetto Cantiamo il Natale Suddetto progetto si concluderà con un concerto corale negli spazi scolastici				
Frutta e verdura nelle scuole Il progetto, promosso dall'Unione Europea porta sui banchi delle scuole primarie frutta e verdure di stagione per incoraggiare i bambini e le relative famiglie al consumo di questi prodotti dell'eccellenza agroalimentare italiana fondamentali per la loro dieta e per sostenerli nella conquista di abitudini alimentari sane ed equilibrate. Coinvolge le famiglie nel processo di educazione alimentare, la diffusione dei concetti di produzione biologica e a denominazione di origine. Inoltre, il Programma prevede misure interattive di accompagnamento per gli alunni: visite alle fattorie didattiche, laboratori sensoriali e giochi a tema		Tutte le classi primaria Caiati, Madre Teresa di Calcutta Don Saverio Passariello		Coinvolti tutti i docenti delle classi
In occasione della "Giornata Nazionale contro il bullismo e cyberbullismo" che ricorre il 7 febbraio, il nostro Istituto organizzerà delle attività volte a sensibilizzare la coscienza sociale verso questo fenomeno. Somministrazione di questionari anonimi.		3^ - 4^ - 5^ Primaria Caiati 3^ - 4^ - 5^ Madre T. di Calcutta 3^ - 4^ - 5^ Don S. Passariello	1^ - 2^ - 3^ Palombaio - Mariotto	
Progetto solidarietà		Primaria Caiati		

World Kindness Day: 13 novembre Giornata della Gentilezza. Questa data ricorda il giorno dell'inizio della conferenza del World Kindness Movement svoltosi a Tokyo nel 1997 che portò alla firma della Dichiarazione Della Gentilezza. Il nostro Istituto in questo giorno promuoverà l'attenzione, il rispetto, la cortesia dei piccoli gesti attraverso letture a riguardo. Sarà una valida occasione per iniziare una riflessione in classe e per educare pian piano gli alunni a praticare la gentilezza Progetto: Il giardino della gentilezza		3^a - 4^a - 5^a primaria Caiati 3^a - 4^a - 5^a Madre T. Calcutta 3^a - 4 - 5^a Don S. Passariello Primaria Caiati		Coinvolti i docenti delle classi
Giornata Mondiale della Salute (7 aprile): La Costituzione tutela il benessere dei cittadini e delle cittadine: la salute è un bene preziosissimo perchè permette di vivere una vita tranquilla ed essere felici. La Costituzione stabilisce che la salute è un diritto, l'art. 32 infatti recita che la Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e l'interesse della collettività	Tutte le sezz.	3^a - 4^a - 5^a Primaria Caiati 3^a - 4^a - 5^a Madre T. Calcutta 3^a - 4^a - 5^a Don S. Passariello	Tutte le classi Palombaio Mariotto -	Coinvolti tutti i docenti
Educazione e prevenzione Somministrazione di schede e spiegazione di due modelli nutrizionali più famosi, quello della cosiddetta "Piramide alimentare" e quello della "Dieta mediterranea"		3^a - 4^a - 5^a Primaria Caiati 3^a - 4^a - 5^a Madre T. Calcutta 3^a - 4^a - 5 Don S. Passariello	1^a - 2^a - 3^a Palombaio Mariotto -	Insegnanti di scienze motorie, arte e scienze
8 giugno: Giornata Mondiale del Benessere (scuola attiva) prendersi cura del benessere		3^a - 4^a - 5^a Primaria Caiati		

psicologico del bambino per favorire l'integrazione, in questa giornata saranno promosse attività a volgere l'attenzione al benessere fisico inteso come prevenzione, quindi educazione alla salute e intervento di cura, nell'imprescindibile interconnessione tra mente e corpo. Per la promozione del benessere si favorirà l'accesso del bambino al mondo delle arti e della cultura al fine di stimolarne la creatività, sperimentando i molteplici linguaggi espressivi (disegno il colore, musica in movimento, narrazione e drammatizzazione).		3^ - 4^ - 5 Madre T. Calcutta 3^ - 4^ - 5^ Don S. Passariello		
---	--	---	--	--