

RELAZIONE DESCRITTIVA DEL PROGETTO

Per ogni progetto formativo occorre compilare un proprio modulo

N. progetto	4
-------------	---

SCUOLA POLO PER LA FORMAZIONE	Istituto Istruzione Superiore "Q. Sella" - Biella
-------------------------------	---

TITOLO	La scuola ti "In...forma" per una salute a pieni voti
--------	---

1. Elementi del progetto

Elementi del progetto		Indicazione sintetica dei contenuti progettuali	
Criteri	Descrizione		
Ambito/I tematico/I di intervento	Il progetto LA SCUOLA TI IN...FORMA PER UNA SALUTE A PIENIO VOTI si fonda sullo sviluppo e la promozione di alcune pratiche per il Benessere Psico-Fisico. Ogni persona infatti è composta di una complessità di aspetti fisici, emotivi e mentali che sono in continua interazione. L'equilibrio di queste differenti componenti è alla base della salute e del benessere dell'essere umano mentre un loro sbilanciamento causa disagi di vario tipo nonché patologie di tipo fisico o psicologico. Il benessere consente ai docenti di raggiungere e mantenere il loro potenziale personale nel mondo della scuola e nella società.	Aree tematiche D.M. 19 ottobre 2016 n. 797 (barrare la/le casella/e di interesse):	
		☐	1 Autonomia organizzativa e didattica
		☐	2 Didattica per competenze, innovazione metodologica e competenze di base
		☐	3 Competenze digitali e nuovi ambienti per l'apprendimento
		☐	4 Competenze di lingua straniera
		☐	5 Inclusione e disabilità
		☒	6 Coesione sociale e prevenzione del disagio giovanile
		☐	7 Integrazione, competenze di cittadinanza e cittadinanza globale.
		☐	8 Scuola e lavoro
		☐	9 Valutazione e miglioramento
		Specificare l'articolazione dei temi del progetto	
		· Sane abitudini e corretto stile di vita · L'importanza del binomio educazione alimentare e attività motoria come prevenzione generale · Il fondamentale concetto della "personalizzazione" di un protocollo di ginnastica mirata	

Obiettivi del progetto				Trasferimento dell'esperienza e dei saperi dei docenti ai propri allievi
Presenza di sistemi di supervisione, monitoraggio e valutazione del progetto	Specificare gli strumenti e la metodologia di valutazione dell'attività			Questionario rilevazione finale - questionario di gradimento.
Coinvolgimento Istituzioni scolastiche	SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE, SECONDARIE DI PRIMO E SECONDO GRADO			N. totale scuole coinvolte (autonomie) Dettaglio: D.D.: n. I.C. n. 7 scuole secondarie di primo grado: n. 7 scuole secondarie di secondo grado: n. 3 CPIA: n. 1
Collaborazioni	Indicare gli Enti coinvolti nella progettazione del percorso formativo			NON PREVISTI

Tempi e modalità di realizzazione del progetto	Indicare la cronologia delle attività previste dal progetto riferite all'a.s. 2018/2019 Lezione n.1: il corpo umano e le sue immense risorse (aula) Lezione n.2: protocollo di mobilità articolare e ginnastica posturale (palestra) Lezione n.3: alimentazione "metodo 3M" e attività motoria di prevenzione (aula) Lezione n.4: metabolismo aerobico "funzioni e metodologia d'allenamento" (palestra) Lezione n.5: protocolli personalizzati di ginnastica per obiettivi (palestra)			Cronoprogramma attività progettuali	
				Settembre 2018	
				Ottobre 2018	
				Novembre 2018	
				Dicembre 2018	
				Gennaio 2019	
				Febbraio 2019	
				Marzo 2019	
				Aprile 2019	
				Maggio 2019	16 (3 ORE) - 23 (3 ORE) - 30 maggio (3 ORE)
				Giugno 2019	6 (3 ORE) - 13 giugno (3 ORE)
				Numero di ore di attività formativa complessivamente dedicate al progetto	
				n. 15	

Modalità di erogazione	1) aula 2) e-learning 3) web base training 4) altro (specificare)	Aula con LIM, Lezione frontale interattiva, presenza palestra con i relativi attrezzi, osservazione prot
------------------------	--	---

RELAZIONE DI PROGETTO E PROGRAMMA DETTAGLIATO (inserire eventuali note aggiuntive).

- **Benessere mentale e fisico**
- **Valorizzazione "Il tuo corpo va dove la mente vuole"**
- **Sane abitudini e corretto stile di vita**
- **L'importanza del binomio educazione alimentare e attività motoria come prevenzione generale**
- **Debellare lo "stress" con l'attività aerobica**
- **Il fondamentale concetto della "personalizzazione" di un protocollo di ginnastica mirata**

Luogo e data di sottoscrizione

07/03/2019	Biella	
------------	--------	--



Firma del dichiarante (legale rappresentante)

GIANLUCA SPAGNOLO

(firma leggibile per esteso)