

Alimentazione e movimento

Progetti

1. **Mangia giusto, muoviti con gusto**

Formazione per docenti

2. **Mangia giusto, muoviti con gusto**

Concorso di Educazione alimentare e motoria

3. **Mani...in pasta**

4. **La celiachia**

La mia, la tua, la nostra dieta

5. **Adolescenza ed alimentazione**

Stili relazionali e stili alimentari

6. **Promuovere la salute: l'uso delle fonti per una informazione corretta**

Esempio: la prevenzione cardiovascolare

7. **Sorridi alla prevenzione**

Prevenzione della carie

8. **Mi muovo con piacere**

9. **Mangiando s'impara**

Percorso di educazione alimentare

10. **Alimenta il tuo benessere**

11. **Incontro con le fattorie del cibo**

8. Mi muovo con piacere



Mi muovo con piacere



Distretti	
Carpi, Castelfranco E., Mirandola, Modena, Pavullo, Sassuolo, Vignola	
Scuole	Destinatari
I grado	Docenti, Studenti

A cura delle Aziende Sanitarie di Modena e CONI Modena con la collaborazione dell'Ufficio Scolastico Provinciale

Rivolto a:

docenti e studenti delle classi prime delle Scuole Secondarie di I grado della provincia.

Obiettivi

- Promuovere l'attività motoria tra i ragazzi e stimolarli a uno stile di vita più attivo
- Stimolare la partecipazione ad attività ludico-motorie e sportive anche di ragazzi con minore propensione al movimento
- Favorire la pratica dell'attività motoria, anche quella non competitiva, come modalità per assicurare al proprio corpo un po' di movimento per mantenersi sani, evitando una specializzazione sportiva precoce
- Facilitare il recupero della dimensione ludica e salutare che dovrebbe essere insita nel movimento, aumentando le opportunità socio-aggregative, in particolare dei ragazzi sedentari, attraverso la pratica di attività fisiche di gruppo e l'offerta di una pluralità di attività sportive
- Coinvolgere attivamente i giovani nella comunicazione sui temi di salute per i loro coetanei con i quali condividono codici e modalità di espressione.

Programma, metodo, strumenti e verifica

Il progetto integra le cinque prove sportive dei Giochi della Gioventù con un'altra prova che coinvolge i ragazzi sul versante della comunicazione, facendoli riflettere sull'importanza di un sano stile di vita e rendendoli protagonisti nel trasmettere ai coetanei messaggi di salute. Alle sei prove partecipano gli studenti dell'intera classe "nessuno escluso"

e ognuno di loro contribuisce al punteggio finale ottenuto dalla classe. Le sei prove e i relativi criteri per il computo dei punteggi verranno illustrati ai docenti di scienze motorie e sportive durante incontri in cui sarà loro consegnato un apposito regolamento tecnico. Per la preparazione della prova sulla comunicazione è utile il coinvolgimento anche di docenti di altre discipline (es. scienze, tecnologia, arte e immagine, italiano, ecc).

Sono previste due fasi:

- fase di istituto: da novembre ad aprile in ogni scuola coinvolta tutte le classi partecipanti al progetto si esercitano nelle prove, fino alla giornata in cui apposite giurie interne all'istituto attribuiscono i punteggi che consentono di individuare la classe che rappresenterà la scuola alla fase successiva;
- fase provinciale: si tratta della Festa provinciale dei Giochi della Gioventù che si svolge nel corso di una mattinata nella seconda metà di maggio. Vi partecipa una classe per ognuna delle scuole coinvolte; viene stilata una classifica ma a tutte le classi partecipanti viene consegnato di un piccolo gadget. In occasione della manifestazione vengono valorizzati i lavori realizzati dai ragazzi nella prova relativa alla comunicazione.

Il percorso può essere integrato con approfondimenti da parte di alcune classi su temi legati ai sani stili di vita che i ragazzi, guidati da docenti di diverse discipline, possono sviluppare con le modalità e i linguaggi che sentono più vicini.

Adesioni:

Le adesioni dovranno pervenire **entro il 28 ottobre** a:

CONI - Comitato Provinciale di Modena
Viale dello Sport, 29 - Modena
tel. 059 374633 - fax 059 374667
e-mail: modena@coni.it

