Potenziamento delle discipline motorie e sviluppo di comportamenti ispirati a uno stile di vita sano, con particolare riferimento all'alimentazione, all'educazione fisica e allo sport, e attenzione alla tutela del diritto allo studio degli studenti praticanti attività sportiva agonistica

Attività svolte

L'Istituto promuove attività che mirano all'acquisizione di sani stili di vita potenziando la conoscenza e il rispetto dei principi di una sana alimentazione, il rispetto delle regole della convivenza civile, la promozione dello sport in tutte le sue forme e del fair play.

All'interno dell'Offerta formativa, infatti, sono inserite iniziative progettuali che promuovono

il benessere a scuola;

le attività motorie e sportive anche al fine di stimolare il rispetto delle regole, favorire una sana competitività, accrescere sentimenti di solidarietà e di amicizia nello sport;

un'alimentazione sana ed equilibrata.

I plessi di scuola primaria hanno aderito ai progetti Sport di classe, nell'a.s. 2019/2020, e Attiva kids, nell'a.s. 2021/2022. Essi sono proposti da Sport e Salute, in collaborazione con il MIUR. Il loro obiettivo prioritario è valorizzare l'educazione fisica e sportiva nella scuola primaria per le sue valenze formative, per la promozione di stili di vita corretti e salutari e per l'inclusione sociale. La realizzazione di questi progetti, infatti, grazie alla presenza di un figura specializzata che affianca il docente di classe, oltre a diffondere l'attività motoria nella scuola primaria, permette una formazione "in itinere" degli insegnanti curricolari e consente ai docenti un'osservazione mirata degli alunni, anche in un'ottica di inclusione, sia per quanto riguarda il rapporto con il proprio corpo sia in relazione all'aspetto più ampio della capacità di collaborare tra pari nei giochi di squadra e nelle competizioni proposte e di relazionarsi con figure adulte di riferimento esterne al contesto scolastico.Le attività hanno coinvolto tutti gli alunni delle classi quarte e quinte delle scuole primarie dell'Istituto.

Presso la scuola secondaria i docenti di scienze motorie hanno realizzato il Centro Sportivo Scolastico, finalizzato all'ampliamento dell'offerta formativa in ambito motorio e sportivo. Esso intende fornire a tutti gli allievi la possibilità di praticare attività sportiva nel corso dell'anno scolastico. Il CSS, pur mirando a raggiungere un risultato tecnico, ha nell'educazione allo sport il suo obiettivo prevalente. Il progetto è indirizzato agli alunni della Scuola secondaria di I grado, i quali possono aderire alle attività proposte compilando il modulo di iscrizione e indicando le discipline sportive che intendono praticare.

La finalità principale del Centro è programmare ed organizzare iniziative ed attività coerenti con le finalità e gli obiettivi del progetto nazionale, in funzione della propria realtà e delle proprie risorse. Le attività proposte sono state pallapugno, atletica leggera e calcetto.

Al fine di promuovere le attività motorie l'Istituto ha avviato collaborazioni con società sportive locali, come ad esempio l'ASD Atletica Mondovì che con le iniziative "L'atletica va a scuola" e "Atleticamente" ha fornito, sia agli alunni della scuola primaria sia agli studenti della scuola secondaria di primo grado, la possibilità di conoscere le diverse specialità dell'atletica leggera. Per alcune settimane un tecnico qualificato FIDAL, durante le ore di motoria, ha affiancato il docente curricolare.

Gli interventi volti a promuovere una sana alimentazione sono molteplici.

Fin dalla scuola primaria i bambini vengono indirizzati a scegliere almeno una volta a settimana una merenda sana, in particolar modo a base di frutta, da consumare a metà mattina nell'intervallo. Questa scelta è stata estesa anche alla scuola secondaria. In alcuni plessi di Scuola primaria sono stati invitati, in qualità di esperti, genitori che si occupano di Nutrizione ed è stato elaborato un menù settimanale per una merenda sana. Nei vari ordini di scuola sono proposti agli alunni incontri informativi con esperti qualificati della LILT (Lega Italiana Lotta ai Tumori) che sensibilizzano a corretti e sani stili di vita.

Nella scuola secondaria di I grado nell'a.s. 2021\22 sono stati realizzati incontri con una nutrizionista sia nelle classi seconde per trattare i temi dell'alimentazione sana e del pasto completo, sia nelle classi terze per approfondire l'importanza dell'alimentazione in ambito sportivo e i rischi connessi ai DCA (disturbi del comportamento alimentare).

Periodicamente i docenti dei tre ordini di scuola partecipano ad iniziative formative proposta dall'ASL CN1 nell'ambito dell'educazione alimentare, come ad esempio il percorso Salute dalla A di alimentazione alla A di ambiente, svolto nell'a.s. 2019\2020.
Il corso ha affrontato il tema dell'alimentazione in correlazione con i risvolti ambientali legati alle nostre scelte di consumo, trattando il tema sia dal punto di vista della sicurezza degli alimenti che della qualità nutrizionale.

Risultati raggiunti

Gli alunni della Scuola primaria e gli studenti della scuola secondaria dimostrano sensibilità e coinvolgimento rispetto ai temi trattati in relazione ai corretti stili di vita, includendo il movimento nelle pratiche della vita quotidiana e operando scelte in linea con i principi di ed. alimentare. Per quanto riguarda le attività motorie del CSS e dei campionati studenteschi, le studentesse e gli studenti della scuola secondaria ottengono piazzamenti positivi. In generale gli studenti della scuola secondaria apprezzano il movimento e ne conoscono i vantaggi per l'ambiente e la salute. Per quanto riguarda i bambini della scuola primaria, invece, le attività motorie e ludiche sono naturalmente apprezzate e spesso rappresentano uno stimolo ad iscriversi alle attività sportive offerte dal territorio. La maggior parte di bambini e studenti, infatti, pratica regolarmente sport. I bambini e i ragazzi hanno arricchito e affinato le proprie abilità motorie impegnandosi a mettere in atto atteggiamenti di sana competitività, fair play e rispetto delle regole e dell'avversario.
Gli insegnanti della Scuola primaria hanno avuto l'opportunità di acquisire competenze specifiche relative alla disciplina e di confrontarsi con l' esperto esterno in merito a situazioni problematiche sia dal punto di vista motorio sia dal punto di vista relazionale.