



REGIONE  
PUGLIA



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca  
Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia  
Direzione Generale

## “SBAM a scuola!”

(Salute, Benessere, Alimentazione, Movimento a scuola)



L'Assessorato allo Sport per Tutti della Regione Puglia ha inteso promuovere il programma-pilota denominato “SBAM a scuola!” (Salute, Benessere, Alimentazione, Movimento a scuola) ed ha coinvolto, quali partner privilegiati, l'Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia, il CONI Puglia, il CIP Puglia e l'Università di Foggia – Corso di Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive, Laboratorio di Didattica delle attività motorie.

Il progetto, ridefinito nei contenuti essenziali e nei tempi di attuazione, si rivolge alle **classi terze della scuola primaria** della Regione Puglia, e si articolerà secondo le seguenti linee di sviluppo:

### 1. PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

Il progetto si propone di offrire gratuitamente ai giovani studenti pugliesi un percorso didattico-motorio altamente qualificato e definito nel rispetto delle fasi di apprendimento dei ragazzi.

Le attività si svolgeranno per **2 ore a settimana in orario curriculare** presso il plesso che aderirà all'iniziativa, nel periodo ottobre 2018 – maggio 2019.

Le attività didattiche di “SBAM a scuola!” riguardanti l'Educazione Fisica curriculare saranno svolte seguendo una **guida didattica** che sarà predisposta per la circostanza (secondo le Indicazioni Nazionali del MIUR) e saranno finalizzate all'apprendimento di competenze motorie, attraverso la definizione di obiettivi disciplinari, interdisciplinari e trasversali, contenuti e modalità organizzative adattate secondo i bisogni formativi dei bambini.

Gli insegnanti di attività motoria della scuola primaria saranno affiancati da un esperto CONI (laureato in scienze motorie o ISEF), **per 1 ora a settimana per 24 settimane**; la seconda ora di attività sarà gestita in autonomia dall'insegnante rispettando il programma condiviso con l'esperto.

Gli insegnanti ed esperti dovranno inoltre sensibilizzare gli alunni sulle tematiche della corretta alimentazione e sulla mobilità sostenibile (a scuola a piedi o in bici).





**REGIONE  
PUGLIA**



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia**  
Direzione Generale

La SRDS, in collaborazione con il MIUR e l'Università di Foggia, si occuperà dell'organizzazione e svolgimento della formazione rivolta agli esperti CONI coinvolti nel progetto.

#### **L'impegno richiesto**

- **Alla scuola:** garantire l'utilizzo della palestra scolastica per lo svolgimento di attività motorie e sportive extracurricolari da svolgersi in orario pomeridiano ed affidate ad Associazioni selezionate dal CONI Regionale. Tali Associazioni dovranno garantire la partecipazione gratuita alle attività motorie e sportive a gruppi di alunni individuati dal Dirigente Scolastico, impegnandosi, altresì, a promuovere iniziative territoriali finalizzate alla pratica motoria e sportiva con servizi dedicati alla popolazione scolastica.
- **Ai docenti:** partecipare agli incontri di formazione pomeridiani sul progetto e realizzare in classe con gli alunni le attività didattiche previste durante le ore di attività motoria.
- **Alle famiglie:** supportare i bambini nello svolgimento delle attività motorie pomeridiane.

## **2. PROMOZIONE DELLA CORRETTA ALIMENTAZIONE E CORRETTI STILI DI VITA**

Il progetto intende promuovere nel contesto "scuola" conoscenze e competenze sulla corretta alimentazione e sull'attività fisica al fine di favorire una crescita sana del bambino, favorire l'adozione di stili di vita salutari e promuovere il potenziamento dei fattori di protezione (life skill, empowerment) nella popolazione scolastica.

Completa il percorso di formazione la partecipazione dell'Istituto scolastico ad uno dei Progetti a valenza regionale su corretta alimentazione e corretti stili di vita previsti dal Piano Strategico per la Promozione della Salute: *Food & Go* ed *Attivamente sani*.

### **Food & Go**

L'obiettivo è quello di offrire ad insegnanti conoscenze, competenze, strumenti e metodi per incentivare scelte alimentari salutari nei soggetti in età scolare, integrando la didattica scolastica con attività pratiche, ludiche e di animazione teatrale.

La fase propedeutica del Programma è quella della formazione ai docenti sulle tematiche riguardanti la corretta alimentazione e attività fisica in età scolare e sulle metodologie e gli strumenti da utilizzare durante l'intero percorso didattico-educativo, attraverso 4 linee di sviluppo:

- **Linea di sviluppo 1: EDUCAZIONE ALIMENTARE E NUTRIZIONALE ATTRAVERSO LA STORIA DI "MISTER FOOD E MISS FROG"** L'obiettivo principale di questa linea di sviluppo è educare i bambini alla corretta alimentazione utilizzando come strumenti didattici i personaggi di "Mister Food e Miss Frog" che, attraverso una storia "a tappe", stimoleranno i bambini a riflettere sugli errori alimentari che possono provocare conseguenze per la salute e promuoveranno scelte alimentari corrette, da integrare a uno stile di vita attivo.



Università di Foggia





**REGIONE  
PUGLIA**



*Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca*  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia**  
Direzione Generale

- **Linea di sviluppo 2:** MESSA IN SCENA DELLA STORIA DI “MISTER FOOD E MISS FROG” Al fine di consolidare e rendere proprie le informazioni nutrizionali ricevute, ai bambini sarà dato il compito di realizzare una sceneggiatura della storia, che darà vita ad una rappresentazione teatrale finale quale conclusione del percorso integrato Docenti-Alunni-Famiglie.
- **Linea di sviluppo 3:** “PROMOZIONE DELLA DIETA MEDITERRANEA” Questa linea di sviluppo intende promuovere la Dieta Mediterranea come modello alimentare salutare da adottare nel quotidiano: saranno approfonditi pertanto i temi legati alle tipicità territoriali e alle tradizioni culinarie tramandate di generazione in generazione. L'attività porterà alla produzione di una raccolta di ricette tipiche del territorio, realizzata attraverso ricerche e/o interviste ai depositari della “cultura popolare culinaria” (nonni, parenti e conoscenti) al fine di riscoprire i valori della tradizione alimentare di un tempo.
- **Linea di sviluppo 4:** “ALIMENTAZIONE E TERRITORIO” L'obiettivo è promuovere una sana alimentazione e il consumo di prodotti tipici a km zero attraverso l'approfondimento dei metodi di produzione/trasformazione dei prodotti, della stagionalità e delle tradizioni agroalimentari del territorio. Si intende, inoltre, contribuire a consolidare il legame dei bambini (e delle loro famiglie) con il proprio territorio, sottolineando come il ruolo delle attività rurali e il mantenimento delle produzioni locali siano elementi centrali per la salvaguardia del proprio patrimonio storico-culturale.

#### **Dalle attività didattiche a quelle ludiche**

I docenti, al fine di favorire l'apprendimento delle nozioni di educazione alimentare, propongono agli alunni un'attività ludico-didattica, il **Gioco dell'Oca Mangiona**. Si tratta di un gioco a squadre finalizzato a rendere consapevoli i bambini delle scelte alimentari e invogliarli ad apprezzare la varietà di cibi, senza eccedere nelle quantità, nel rispetto del proprio fabbisogno energetico giornaliero. Il gioco offre spunti di riflessione sulle attività sedentarie e su quelle che invece comportano un dispendio energetico. Tutte le linee di sviluppo saranno supportate da iniziative di promozione dell'attività fisica.

#### **L'impegno richiesto**

- **Alla scuola:** possibilità di organizzare una rappresentazione teatrale conclusiva realizzata dai bambini con il supporto dei docenti e il coinvolgimento dei genitori, monitoraggio e valutazione dei risultati.
- **Ai docenti:** partecipare ad un incontro di formazione pomeridiano sul progetto della durata di 3 ore circa e realizzare in classe con gli alunni le attività didattiche previste dalle linee di sviluppo.
- **Agli studenti:** partecipare alle attività didattiche a scuola e ad alcune attività a casa, quali la raccolta e ricerca, anche mediante interviste, delle antiche ricette della tradizione pugliese.





**REGIONE  
PUGLIA**



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia**  
Direzione Generale

- **Alle famiglie:** supportare i bambini nelle attività di ricerca dei prodotti e piatti tipici della tradizione pugliese; partecipare, in qualità di spettatori, alla rappresentazione teatrale conclusiva.

### ***Ospitalità Mediterranea***

Favorire l'adozione di stili di vita salutari e promuovere il potenziamento dei fattori di protezione (life skill, empowerment) nella popolazione scolastica.

Accrescere la consapevolezza dei comportamenti alimentari e degli stile di vita.

Nel progetto la classe attraverso un percorso ESPERIENZIALE ed esplorativo di apprendimento (*compito di realtà*) sarà coinvolta nel progettare la gestione di una giornata in cui ogni alunno e la sua famiglia dovranno accogliere un ospite per una intera giornata connotando l'accoglienza con le caratteristiche dello stile di vita MEDITERRANEO.

L'approccio educativo in classe, previa formazione dei docenti, si svilupperà in 5 fasi,

- **I FASE** Brainstorming (impegno del docente in classe di circa 1 o 2 ore in base alla numerosità della classe): Partendo dal quotidiano e dal vissuto di ognuno, il docente indurrà la classe, a trovare il legame esistente tra vita quotidiana e cibo.
- **II FASE** Approfondimento (impegno del docente in classe di circa 1 ore). Il docente spiegherà ai bambini i contenuti del progetto, ossia che ognuno di loro dovrà progettare una giornata in cui accoglieranno nella loro casa un ospite e ciò comporterà: stilare un menù che comprenda 5 pasti, prevedere degli itinerari da proporre all'ospite (escursioni, visite a monumenti, passeggiata...) prendendo a modello le caratteristiche dello stile di vita "MEDITERRANEO".
- **III FASE** Approccio autobiografico. I familiari aiuteranno a scegliere i piatti tipici della tradizione locale da inserire nel menù, ad individuare gli ingredienti e sperimentare le ricette a casa (percorso accompagnato da testimonianza fotografica) e a fornire ogni eventuale altra informazione attinente ai piatti scelti (eventuale storia, aneddoto, proverbio o valore simbolico del piatto scelto). Inoltre la famiglia aiuterà ad individuare i percorsi delle escursioni, visite ai monumenti, ecc... (percorso accompagnato da testimonianza fotografica).
- **IV FASE** Discussione (impegno del docente di circa 1 o 2 ore in base alla numerosità della classe). Confronto in classe delle singole esperienze sviluppate con la famiglia
- **V FASE** Condivisione (impegno del docente di circa 1 ore) Stilare un unico progetto di classe con la finalità di offrire la migliore "ospitalità mediterranea".

Alla fine del percorso sarà premiata la classe che avrà ideato il miglior progetto di ospitalità.

### **L'impegno richiesto**

**Alla scuola:** Garantire la partecipazione al corso di formazione dei docenti. Garantire una giornata di festa a fine anno per la realizzazione della migliore proposta.

**Ai docenti:** Partecipare all'incontro di formazione (4 ore) oltre all'impegno di svolgimento del progetto in classe (da 4 a 6 ore).





**REGIONE  
PUGLIA**



*Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca  
Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia  
Direzione Generale*

**Agli studenti:** Partecipare alle fasi del progetto in classe, coinvolgere i genitori .

**Alla famiglia:** Partecipare all'elaborazione del progetto, partecipazione all'evento finale.

### **3. Trasporto attivo (Pedibus)**

Il Pedibus è un progetto di mobilità sostenibile che, per essere realizzato, coinvolge la Famiglia, la Scuola ed il Comune. Promuove corretti stili di vita ed accresce le occasioni affinché i bambini si spostino con maggior autonomia anche nei propri contesti di vita (mobilità cittadina).

Nell'ambito delle attività progettuali, si potranno volontariamente avviare attività riguardanti il trasporto attivo, sulla base di progettazioni sia interne agli Istituti Scolastici sia esterne con i Comuni.



