



ISTITUTO COMPRENSIVO "IL GUERCINO"

Via D. Alighieri, 6 - Tel. (051) 904030 - Fax (051) 6857738 – 44042 C E N T O (FERRARA) C.F. 90012650389

E-Mail : FEIC81800P@ISTRUZIONE.IT - FEIC81800P@PEC.ISTRUZIONE.IT

<http://www.ilguercino.edu.it>

Prot. N. vedi segnature del 7 ottobre 2024

Ai genitori e ai docenti degli alunni delle classi prime scuola secondaria I grado

Progetto : Educazione posturale dalla scuola alla famiglia (Formazione integrata per docenti, genitori e studenti)

Proponiamo anche quest'anno questo progetto per l'importanza di una corretta educazione per il benessere dei nostri figli, coinvolgendo alunni, genitori e famiglie per proporre azioni condivise. Il progetto è ideato e proposto dal Dipartimento Assistenziale - Tecnico - Riabilitativo - della Prevenzione - Sociale (DATeRPS) e Medicina dello Sport (Dipartimento di Sanità Pubblica) dell'Asl di Ferrara.

Obiettivi:

- prevenzione per ridurre l'incidenza del mal di schiena e dei disturbi muscolo-scheletrici dei bambini in età scolastica;
- conoscenza delle problematiche posturali nell'età dello sviluppo in ambito scolastico;
- diffusione della cultura del movimento per un' adeguata attività motoria generale nella fascia d'età 6-14 anni;
- comportamenti corretti di ergonomia scolastica;

Programma per insegnanti e genitori in un comune incontro pomeridiano:

- cenni di posturologia, come prevenire lombalgie;
- acquisire conoscenze e competenze sulla ginnastica in classe per favorire movimenti semplici da seduti e in piedi per sbloccare l'immobilità dei muscoli vertebrali;
- Educazione ai corretti stili di vita (es non guardare la tv, o giocare al pc più di un'ora ogni giorno).

Programma per studenti:

- postura corretta in classe;
- durante l'intervallo il cambiamento d'ambiente e i giochi di movimento riducono lo stress, disturbi del comportamento e aumenta l'apprendimento;
- uso dello zaino.



ISTITUTO COMPRENSIVO "IL GUERCINO"

Via D. Alighieri, 6 - Tel. (051) 904030 - Fax (051) 6857738 – 44042 C E N T O (FERRARA) C.F. 90012650389

E-Mail : FEIC81800P@ISTRUZIONE.IT - FEIC81800P@PEC.ISTRUZIONE.IT

<http://www.ilguercino.edu.it>

Il progetto condotto da fisioterapisti dell'Asl segue la seguente articolazione:

14/10/2024 ore 15:00 - 16:30 incontro con genitori e docenti. Si raccomanda la massima partecipazione; è possibile seguire in meet collegandosi con l'account del figlio, codice schiena.

Con gli alunni:

PRIMO INCONTRO:

-martedì 15-10-2024: 1E (08:00-10:00), 1A (10:00-12:00);

-giovedì 17-10-2024: 1B (12:00-14:00);

-lunedì 28-10-2024: 1D (12:00-14:00).

SECONDO INCONTRO:

-martedì 29-10-2024: 1E (08:00-10:00), 1A (10:00-12:00);

-giovedì 07-11-2024: 1B (12:00-14:00);

-lunedì 11-11-2024: 1D (12:00-14:00).

Le classi 1F e 1C sono da pianificare a partire da gennaio 2025, si prevedono comunque i due incontri in orario scolastico durante la lezione di ed. fisica.

Vista l'importanza del progetto, consapevoli che l'orario non sia dei migliori, ci auguriamo di vedervi numerosi.

Dirigente scolastico

Anna Tassinari

Firmato digitalmente, ai sensi del Dlgs 82/2005 e norme collegate

Originale conservato agli atti dell'istituto