

RETE DELLE SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE LOMBARDIA

CORSO: IL MOVIMENTO A SCUOLA AL TEMPO DEL COVID

DESTINATARI: DOCENTI SCUOLA PRIMARIA

PROGRAMMA

PRIMO INCONTRO (MARZO 2021)

- INTRODUZIONE
- PAUSE ATTIVE COME STRUMENTO DIDATTICO
- TIPOLOGIA PAUSE
- DIMOSTRAZIONE PAUSE
- DOMANDE E RISPOSTE



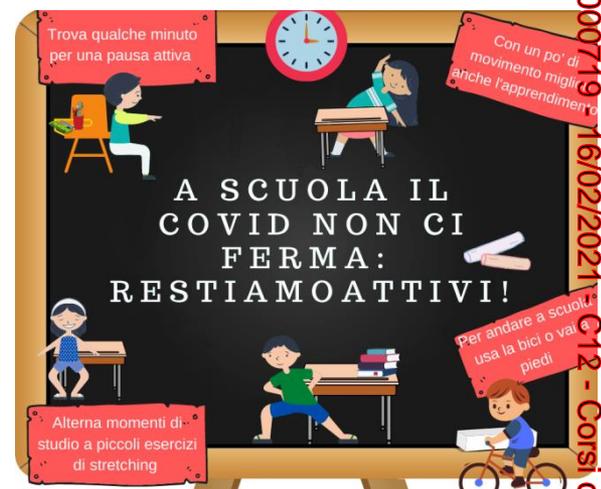
SECONDO INCONTRO (APRILE 2021)

SPERIMENTAZIONE SUL CAMPO



TERZO INCONTRO (MAGGIO 2021)

- CONFRONTO SULLE ESPERIENZE
- LO SPAZIO ESTERNO ALL'AULA
- DOMANDE E RISPOSTE
- PRESENTAZIONE CORSO 25 ORE

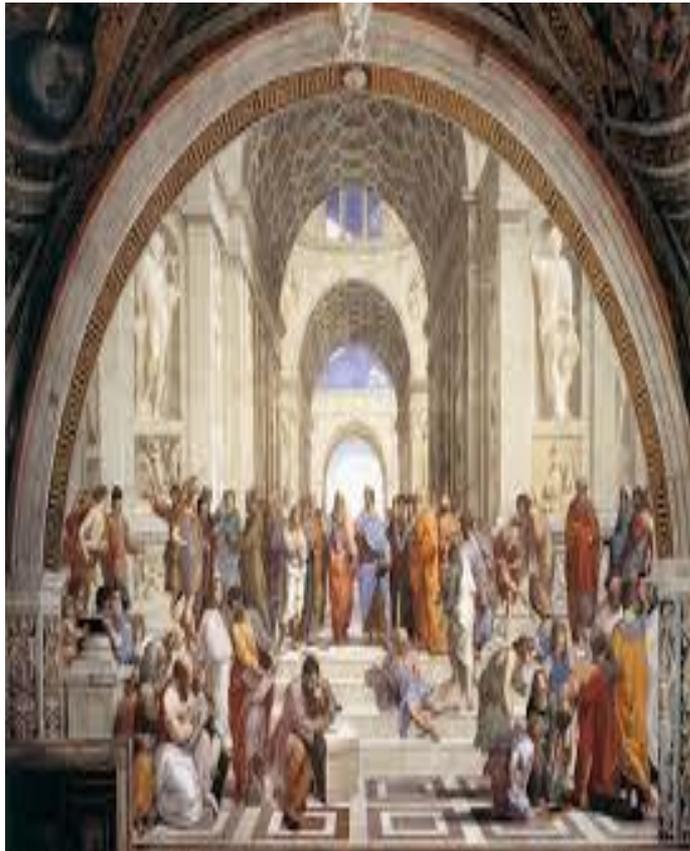


TUTOR: Maistrello Lucia, Cappello Graziella, Petruso Francesca, Denaro Chiara, Bianchi Raffaella, Russo Michela
I.C. NAZARIO - SAURO MILANO

RETE DELLE SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE LOMBARDIA

Pillole di BEN-ESSERE

LIFE SKILLS AL TEMPO DELLA DIDATTICA DIGITALE INTEGRATA



Proposta di tipo informativo/divulgativo per:

- mettere in comune percezioni e idee sull'utilità realizzabilità del programma LST ai tempi del Covid
- condividere strategie e attività spendibili sia in DDI sia presenza, attraverso l'utilizzo delle «pillole del LST»

Destinatari: docenti della scuola secondaria di primo grado

Durata: 2 incontri di 2 ore ciascuno da remoto

Relatori:

- Alessandra La Tona docente I.C.Rita Levi Montalcini Gorgonzola
- Silvia Peruzzi docente I.C.IV Novembre - Cornaredo
- Stefania Serretiello I.C. Don Milani - Novate Milanese

Tutor:

- Antonella Calaciura medico; Alice Caimi consulente tecnico UOC Promozione della Salute - ATS Milano Città Metropolitana

BENESSERE VISIVO AI TEMPI DEL CORONAVIRUS PER LE SCUOLE SECONDARIA DI SECONDO GRADO

- Il **dottor Idor De Simone**, optometrista e specialista in scienze della visione, con l'aiuto di un **video** appositamente creato, darà informazioni, suggerimenti e veri e propri esercizi di allenamento visivo per un **uso corretto e consapevole dei dispositivi digitali**.
- La formazione sarà rivolta agli insegnanti di tutte le scuole secondarie di secondo grado di ATS Milano Città Metropolitana che aderiranno. A tali insegnanti sarà chiesto di individuare 2/3 ragazzi per ogni scuola che, a seguito della formazione, avranno il compito di farsi portavoce con i loro pari portando messaggi di prevenzione su questa tematica, utilizzando la metodologia dell'**educazione tra pari**.





Webinar ATS – AIRC



TITOLO: NUTRIRE LA SALUTE NELLE SCUOLE

DESTINATARI : Insegnanti scuole materne ed Istituti Comprensivi

DATA: 18 marzo 2021

ORARIO: 17.30 (circa 2 ore)

ARGOMENTI:

- Introduzione ed Obiettivi
- La Rete delle Scuole che Promuovono Salute
- Okkio alla Salute: dati nazionali e regionali
- Cambiamento comportamentale e scelte di salute: barriere e facilitatori
- Il pasto in mensa tra diritti e opportunità
- "AIRC nelle scuole": prevenzione, ricerca, promozione della salute e cittadinanza attiva
- Discussione



Webinar ATS

TITOLO: QUICK UNPLUGGED

DESTINATARI: Insegnanti delle scuole secondarie di secondo grado

DATA: 22 marzo 2021

ORARIO: (Da definirsi)



ARGOMENTI:

- Introduzione e presentazione del programma nella sua interezza;
- Condivisione di strategie e attività spendibili sia in DDI sia in presenza;
- Approfondimento dell'importanza del contributo di questi suggerimenti per sostenere gli studenti suggerendo pratiche e tecniche orientate al potenziamento delle abilità di vita per proteggere la propria salute e promuovere comportamenti sani;
- Sperimentazione delle Quick Unplugged;
- Restituzione, confronto e discussione sull'utilizzo.

8
Fumare fa perdere peso ai fumatori?
 A. Sì
 B. No
RISPOSTA CORRETTA: B

5
Uguale quantità di alcol hanno effetti diversi su ragazzi e ragazze.
 A. Le ragazze si ubriacano con una quantità inferiore di alcol rispetto ai ragazzi.
 B. I ragazzi si ubriacano con una quantità inferiore di alcol rispetto alle ragazze.
RISPOSTA CORRETTA: B

23
Fumare cannabis anziché sigarette non è meno dannoso per l'organismo.
 A. È meno pericoloso fumare una canna invece di una sigaretta.
 B. Fumare canne e sigarette è spesso correlato.
 C. Fumare una canna è dannoso come fumare 3/5 sigarette.
RISPOSTA CORRETTA: A

RETE DELLE SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE
LOMBARDIA

ADESIONE DOCENTI

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScGO-iFA6163s40MXld6Z2qqhAAUN2C6mRLx2a-qXUmkGrTw/viewform?usp=sf_link

ISCRIZIONE STUDENTI

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdqwmWDhQkm1ceSTpQ9CxB9Xe-f-QwvwU3SxGOUJgJEcHlIteQ/viewform?usp=sf_link