



MUOVINSIEME

Promozione del movimento e
del benessere psicofisico nel contesto scolastico

Webinar – 18 Ottobre 2024 h. 15.00–17.30

ADERIRE AL PROGETTO MUOVINSIEME: GLI STEP SUCCESSIVI



Aderire al Progetto MUOVINSIEME: gli STEP successivi



Cronoprogramma

PREPARAZIONE → INIZIO ATTIVITA' → PROSEGUIMENTO ATTIVITA' → VALUTAZIONE FINALE

Ottobre 2024	Novembre – Dicembre 2024	Dicembre 2024 - Gennaio 2025	Gennaio - Maggio 2025	Maggio 2025	Giugno 2025
<p><u>18/10/2024 h. 15.00-17.30</u></p> <p>Partecipazione al Webinar – Muovinsieme: A scuola mi muovo, imparo e sto bene!</p>	<p>Partecipazione al <i>Laboratorio in presenza – Ogni lungo viaggio inizia con un primo passo</i></p> <p>→ Date da confermare</p> <p>Avvio delle attività propedeutiche alle Uscite del miglio al giorno</p> <ul style="list-style-type: none">• Monitoraggio iniziale• Diario Uscite	<p>Prosecuzione del progetto Muovinsieme:</p> <ul style="list-style-type: none">• Monitoraggio intermedio 1° quadrimestre• Diario Uscite	<p>Prosecuzione del progetto Muovinsieme:</p> <ul style="list-style-type: none">• Diario Uscite	<p>In conclusione dell'anno scolastico: Monitoraggio finale 2° quadrimestre</p> <ul style="list-style-type: none">• Checklist sostenibilità• Questionario di valutazione per gli alunni	<p>Incontro di confronto e verifica online (2h) <u>da definire</u>:</p> <p>→ condivisione delle esperienze, confronto su punti di forza e criticità nell'ottica del miglioramento e ampliamento del progetto</p>

Aderire al Progetto MUOVINSIEME: gli STEP successivi



MODALITÀ DI REALIZZAZIONE:

Percorso di “un miglio” – 1600 mt



20 minuti circa nei pressi della scuola

3 volte a settimana (almeno)



Aderire al Progetto MUOVINSIEME: gli STEP successivi



GLI OBIETTIVI PER INSEGNANTI E ALUNNI:

- aumentare progressivamente le opportunità di svolgere **movimento all'aria aperta** come parte integrante della didattica scolastica (attività educative e didattiche outdoor)
- **acquisire l'importanza di uno stile di vita attivo e salutare**
- **migliorare le relazioni interpersonali**: clima di classe, dinamiche inclusive
- **favorire occasioni di apprendimento**: osservare l'ambiente, sperimentarsi, in un contesto ricco di stimoli





PAUSE ATTIVE

Cosa sono?

10 minuti di attività motoria, da svolgere ogni giorno almeno tre volte. Gioco e divertimento per sentirmi bene e poter imparare ancora di più!



Quando svolgerle?

In classe, durante le lezioni, quando l'insegnante ritiene che "ne abbiamo bisogno" per ricaricarci (1°, 4° e 6° ora) ma anche a **casa** quando faccio i compiti, dopo aver guardato la televisione o aver giocato ai videogiochi.



Aderire al Progetto MUOVINSIEME: gli STEP successivi



BETTER
TOGETHER



GRAZIE!

Contatti:

silvia.cardetti@aslc1.it – 0172 240680 – 0171 450608

Dipartimento di Prevenzione ASL CN1

S.S.D. Promozione della salute

dalessi@aslc2.it – 0173 592638

Dipartimento di Prevenzione ASL CN2

*S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento
attività di prevenzione*

mziella@aslc2.it – 0173 594539

Dipartimento di Prevenzione ASL CN2

*S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento
attività di prevenzione*

