



## Candidatura N. 44402

### 3340 del 23/03/2017 - FSE - Competenze di cittadinanza globale

#### Sezione: Anagrafica scuola

##### Dati anagrafici

<b>Denominazione</b>	A. ORIANI
<b>Codice meccanografico</b>	RAPS01000Q
<b>Tipo istituto</b>	LICEO SCIENTIFICO
<b>Indirizzo</b>	VIA C. BATTISTI 2
<b>Provincia</b>	RA
<b>Comune</b>	Ravenna
<b>CAP</b>	48121
<b>Telefono</b>	054433085
<b>E-mail</b>	RAPS01000Q@istruzione.it
<b>Sito web</b>	www.liceoscientificoravenna.gov.it
<b>Numero alunni</b>	1006
<b>Plessi</b>	RAPS01000Q - A. ORIANI



## Sezione: Autodiagnosi

### Sottoazioni per le quali si richiede il finanziamento e aree di processo RAV che contribuiscono a migliorare

Azione	SottoAzione	Aree di Processo	Risultati attesi
10.2.5 Competenze trasversali	10.2.5A Competenze trasversali	Area 1. CURRICOLO, PROGETTAZIONE, VALUTAZIONE	<p>Acquisizione del concetto di cittadinanza globale, aumento della conoscenza delle interconnessioni globali e della consapevolezza del rapporto tra scelte locali e sfide globali</p> <p>Aumento dei livelli di competenza nelle tematiche trattate nei moduli scelti</p> <p>Potenziamento della dimensione esperenziale delle conoscenze e delle competenze attraverso attività pratiche, lavoro su casi reali e realizzazione di prodotti</p> <p>Potenziamento delle capacità relazionali e delle abilità comunicative/empatiche per interagire con persone con differenti opinioni e provenienti da culture diverse</p>



## Articolazione della candidatura

Per la candidatura N. 44402 sono stati inseriti i seguenti moduli:

### Riepilogo moduli - 10.2.5A Competenze trasversali

Tipologia modulo	Titolo	Costo
Educazione alimentare, cibo e territorio	cibo tra cultura e salute	€ 4.873,80
Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport	wellness e apprendimenti	€ 5.082,00
Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport	uno sport di cittadinanza	€ 10.164,00
Educazione ambientale	La salute dell'ambiente per il benessere delle persone	€ 4.977,90
Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva	Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere	€ 4.873,80
	<b>TOTALE SCHEDE FINANZIARIE</b>	<b>€ 29.971,50</b>



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia  
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

Scuola A. ORIANI (RAPS01000Q)

## Articolazione della candidatura

### 10.2.5 - Competenze trasversali

#### 10.2.5A - Competenze trasversali

Sezione: Progetto

Progetto: Wellness School

--	--



**Descrizione  
progetto**

L'obiettivo principale del progetto è sviluppare varie dimensioni del benessere dello studente all'interno del contesto scolastico, nella convinzione che ciò possa migliorare gli apprendimenti sviluppando, al tempo stesso, competenze di cittadinanza.

La denominazione del progetto, "Wellness School", vuole essere un simbolo distintivo di un'idea progettuale che, in coerenza con le acquisizioni delle neuroscienze cognitive, si propone di connettere l'attività motoria, la sana alimentazione ed i corretti stili di vita, la gestione delle emozioni, il protagonismo attivo degli studenti nella vita della scuola, con il miglioramento dei rendimenti scolastici.

Il progetto appare altresì collegato con la particolare situazione del territorio romagnolo, riconosciuto dalla Regione come una "wellness valley", volta a promuovere uno stile di vita che, "attraverso l'unione di esercizio fisico regolare, sana alimentazione e approccio mentale positivo, permette alla persona di raggiungere il proprio personale equilibrio psico-fisico" (delibera Giunta Regionale n. 954/2013).

Nel contesto scolastico si svilupperanno alcune dimensioni del wellness: quelle intellettiva (imparare ad imparare, creatività, miglioramento capacità attentive), fisica (attività motoria aerobica, sana alimentazione, stili di vita), sociale (capacità relazionali, capacità di lavoro in gruppo, rispetto delle regole), emozionale (riconoscere e gestire le emozioni e lo stress, capacità di prendere decisioni).

Per ognuna di queste dimensioni si sviluppa un modulo progettuale.

Afferiscono alla dimensione fisica i moduli sull'educazione alimentare, sull'educazione ambientale (collegata peraltro anche alla dimensione sociale, trattando la tematica dell'inquinamento dell'aria con riferimento alla salute e quindi alla promozione della mobilità ciclabile), sull'educazione motoria e sport.

Afferiscono alla dimensione sociale, oltre al citato modulo sull'educazione ambientale, quello sull'educazione alla cittadinanza attiva.

Afferisce alla dimensione emozionale il modulo sull'educazione al benessere (educazione emotiva). Collegato a questa dimensione, l'istituzione scolastica si propone di realizzare, nel prossimo anno scolastico e indipendentemente dal presente progetto PON, anche un corso di meditazione per una classe della sezione sportiva, finalizzato alla diminuzione dello stress e dell'ansia da prestazione, favorendo le capacità di concentrazione. Dai risultati che si otterranno si valuterà la possibilità di estenderlo, successivamente, ad altre classi.

Il modulo sull'educazione al benessere costituisce anche il punto di congiunzione con la dimensione intellettiva: si svolgerà un approfondimento sulle neuroscienze cognitive al fine di ricavarne delle ricadute operative sulle metodologie didattiche. Ed in ogni caso la dimensione intellettiva, intesa nella finalità ultima di potenziare il successo formativo degli studenti ed ampliare le loro competenze, nella nostra idea progettuale, costituisce un possibile effetto del potenziamento delle altre dimensioni.

Ognuno dei cinque moduli in cui si articola il progetto complessivo prevede una ricaduta esperienziale per dar modo di sperimentare concretamente le competenze di cittadinanza: il primo modulo (dedicato all'educazione alimentare) prevede, infatti, sia l'organizzazione di scambi culinari e ricettari interetnici, sia la costituzione di un panel di studenti per la programmazione degli acquisti biologici del bar interno.

Il secondo modulo (dedicato al benessere) si conclude con la formazione di "tutor" del benessere per favorire l'inserimento scolastico dei nuovi iscritti; il terzo (dedicato all'educazione motoria e sportiva) si caratterizza per l'organizzazione di eventi sportivi; il quarto (dedicato all'educazione ambientale) prevede la formazione di studenti che supportino il mobility manager; il quinto (dedicato alla cittadinanza attiva) si concluderà con la redazione partecipata della rendicontazione sociale della scuola.

Tra le collaborazioni a titolo gratuito che sono state acquisite si segnala, in particolare, quella con la Wellness Foundation perchè dalla stessa è atteso un ulteriore sviluppo del progetto nel corso dei prossimi anni.

**Sezione: Caratteristiche del Progetto**

## Contesto di riferimento

Descrivere le caratteristiche specifiche del territorio di riferimento dell'istituzione scolastica

Il livello economico - sociale degli abitanti in cui è insediato l'istituto si presenta medio-alto. Dal punto di vista culturale il contesto del nostro territorio si presenta connotato da una varietà di proposte. L'istituto ha stabilito buoni rapporti collaborativi con le realtà socio-culturali-territoriali ed ha organizzato diversi progetti in rete con altri istituti per la realizzazione di importanti interventi didattico-educativi e come garanzia di un ambiente scolastico sano e stimolante.

Il Liceo scientifico Oriani è una scuola statale il cui curriculum è caratterizzato dall'integrazione di "saperi" scientifici e umanistici. Gli studi scientifico-tecnologici ne rappresentano l'elemento caratterizzante, ma non viene tralasciato lo studio della lingua inglese e di quelle discipline umanistiche che permettono di acquisire conoscenze e competenze in tutti i campi del sapere. Le attività di laboratorio nelle discipline scientifiche in particolare, ma anche l'utilizzo delle tecnologie in un'ottica di innovazione metodologica e di cooperative learning sono mirate a rendere gli studenti attivi nella ricerca e nella scoperta e ad imparare ad imparare.

L'istituto è dotato di laboratori moderni di chimica, fisica e informatica, di LIM e di connessione Wifi, utilizza G suite for edu e BYOD policies. Sono attivi progetti eTwinning, di ecologia e biodiversità, fisica, tecnologia, uso consapevole del web, debate, incontro con gli autori, teatro.



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia  
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

## Obiettivi del progetto

Indicare quali sono gli obiettivi perseguiti dal progetto con riferimenti al PON "Per la scuola" 2014-2020 e, in particolare, come si intende promuovere la complementarietà e l'integrazione tra le diverse aree tematiche al fine di sviluppare un'idea complessiva di cittadinanza globale.

Due sono gli obiettivi centrali del progetto: sviluppare competenze di cittadinanza e migliorare il livello degli apprendimenti creando un ambiente accogliente, empatico, costruttivo, creativo.

Si svilupperanno alcune dimensioni del wellness: quelle intellettuale (imparare ad imparare, creatività, miglioramento capacità attentive), fisica (attività motoria aerobica, sana alimentazione, stili di vita), sociale (capacità relazionali, capacità di lavoro in gruppo, rispetto delle regole), emozionale (riconoscere e gestire le emozioni e lo stress, capacità di prendere decisioni). Afferiscono alla dimensione fisica i moduli sull'educazione alimentare, sull'educazione ambientale (collegata anche alla dimensione sociale con la tematica dell'inquinamento dell'aria, la salute e la promozione della mobilità ciclabile), sull'educazione motoria e sport; alla dimensione sociale il modulo sull'educazione alla cittadinanza attiva; alla dimensione emozionale il modulo sull'educazione al benessere (educazione emotiva). Quest'ultimo costituisce anche il punto di congiunzione con la dimensione intellettuale: si svolgerà un approfondimento sulle neuroscienze cognitive al fine di ricavarne delle ricadute operative sulle metodologie didattiche. In ogni caso la dimensione intellettuale, intesa nella finalità di potenziare il successo formativo degli studenti ed ampliare le loro competenze, nell'idea progettuale, costituisce un possibile effetto del potenziamento delle altre dimensioni.

### **Caratteristiche dei destinatari**

Indicare, ad esempio, in che modo è stata sviluppata una analisi dei bisogni e un'individuazione dei potenziali destinatari a cui si rivolge il progetto

I destinatari del progetto sono gli studenti in generale perchè per tutti valgono le interconnessioni tra azione, emozione, cognizione; quindi tutti possono beneficiare di una particolare attenzione alla dimensione corporea ed emozionale. Tutti, inoltre, hanno bisogno di sviluppare competenze di cittadinanza per poter essere protagonisti attivi della vita sociale della scuola.

L'analisi dei bisogni è avvenuta sulla base delle relazioni dello sportello ascolto psicologico, dalle quali è emersa una certa fragilità emotiva, stress ed ansia; nonchè dall'esame dei progetti già svolti in materia di educazione alla salute e dei progetti legati alla sostenibilità ambientale sull'inquinamento aria, sulla gestione dei rifiuti e delle acque, gestione dieta equilibrata (eTwinning- progetto SOS Support our sustainability- attivato come parte integrante del progetto "eTwinning e PNSD: promuovere la digital citizenship" inserito nel PTOF), dai quali è emerso un positivo interesse dei partecipanti.

### **Apertura della scuola oltre l'orario**

Indicare ad esempio come si intende garantire l'apertura della scuola oltre l'orario specificando anche se è prevista di pomeriggio, sera, di sabato, nel periodo estivo.

Gli interventi previsti dai moduli progettuali si realizzeranno oltre l'orario scolastico e quindi, necessariamente, in orario pomeridiano.

L'apertura pomeridiana della scuola sarà garantita attraverso la presenza del personale ATA e degli esperti e tutor coinvolti nei vari moduli.

L'apertura pomeridiana costituisce altresì un valore aggiunto in quanto identifica la scuola come un luogo di socializzazione per gli studenti, anche in relazione ad eventi non direttamente legati alla normale programmazione scolastica, ma a progetti nei quali gli studenti assumono un ruolo attivo.

La proposta di percorsi e laboratori formativi che portino avanti i moduli progettuali descritti nella presente candidatura, prevede la collaborazione fra la scuola e le associazioni del territorio, peraltro anche con valenze orientative per le scelte del proprio futuro; conseguentemente si cercherà di concordare tempistiche per tenere aperti i locali della scuola eventualmente anche in periodo estivo .

### **Coinvolgimento del territorio in termini di partenariati e collaborazioni**

Indicare, ad esempio, il tipo di soggetti - Scuole, Università e/o Enti pubblici o privati - con cui si intende avviare o si è già avviata una collaborazione o un partenariato, e con quali finalità (messa a disposizione di spazi e/o strumentazioni, condivisione di competenze, volontari per la formazione, etc). Indicare, inoltre, se e come si intende enfatizzare il rapporto con gli attori del territorio e lavorare su casi reali per promuovere la dimensione esperienziale.

Per la realizzazione del progetto si prevede il coinvolgimento dei seguenti partner:

- UNità Dipartimentale di Neuroscienze dell'Università di Parma (articolazione del Dipartimento di Medicina e Chirurgia) che ha svolto dagli anni '90 le ricerche sui neuroni specchio;
- Agenzia Sociale e Sanitaria della regione Emilia Romagna, che svolge da tempo consulenza per la redazione del bilancio partecipato;
- Wellness Foundation di Cesena (FC), avente la finalità istituzionale di promuovere lo stile del vivere bene in perfetto equilibrio tra aspetto fisico, mentale e sociale;
- Comune di Ravenna, ufficio del Mobility Manager.
- figure professionali (antropologo, psicologo) a comunicare dal servizio di 'sportello di ascolto psicologico' attivato presso la scuola;
- ARPA Emilia Romagna, Agenzia di Ravenna, la cui mission è quella di svolgere monitoraggi sull'impatto delle attività antropiche sul territorio, con particolare attenzione per i risvolti sulla salute. Essa da anni collabora con la nostra scuola.
- Esperti e docenti della scuola.

Con tutti questi soggetti si crea una partnership essenziale per la realizzazione dei diversi moduli, ognuno dei quali si caratterizza per una ricaduta esperienziale volta a promuovere effettive competenze di cittadinanza globale.

### **Metodologie e Innovatività**

Indicare, ad esempio: per quali aspetti il progetto può dirsi innovativo; quali metodologie/strategie didattiche saranno applicate nella promozione della didattica attiva (ad es. Tutoring, Peer-education, Flipped classroom, Debate, Cooperative learning, Learning by doing and by creating, Storytelling, Project-based learning, ecc.) e fornire esempi di attività che potranno essere realizzate; quali strumenti (in termini di ambienti, attrezzature e infrastrutture) favoriranno la realizzazione del progetto.

La metodologia sarà centrata sull'alunno e mirata a favorire lo sviluppo delle competenze disciplinari e di vita (life skills) e le ICT saranno strumenti fondamentali per la realizzazione del progetto; in particolare il Project Based Learning attraverso le ICT e in modalità Cooperative Learning quale strategia per un approccio didattico per Competenze e Learner Centered stimolando il confronto e la discussione Peer to Peer.

Gli strumenti utilizzati saranno:

- piattaforma G Suite for Edu, utilizzata in condivisione da studenti e docenti;
- classe virtuale Google Classroom;
- web tools per la promozione di una didattica attiva e collaborativa che utilizzi learning by doing, storytelling, flipped classroom, debate.

Gli studenti potranno così interagire nelle varie fasi di sviluppo dei moduli. Il principio fondante sarà la condivisione favorita dalla possibilità, nell'istituto, di lavorare anche in BYOD, utilizzando la tecnologia di cloud computing.

### **Coerenza con l'offerta formativa**

Indicare, ad esempio, se il progetto ha connessioni con progetti già realizzati o in essere presso la scuola e, in particolare, se il progetto si pone in continuità con altri progetti finanziati con altre azioni del PON-FSE, PON-FESR, PNSD, Piano Nazionale Formazione.

Si segnalano le seguenti coerenze tra il presente progetto ed il PTOF:

- Con riferimento al modulo SPORT: Centro Sportivo Studentesco, partecipazione alla Maratona Città di Ravenna, presentazione progetto PON dedicato ai licei sportivi ad indirizzo sportivo
- Con riferimento al modulo Educazione Alimentare: E-R School of food; antropologa
- Con riferimento al modulo Cittadinanza Attiva: Educazione al consumo consapevole; Web risorsa o trappola, Riciclandino
- Con riferimento al modulo Benessere: Sportello di ascolto psicologico, peer education, laboratorio teatrale, Scuole che promuovono salute, non berti la sicurezza, primo soccorso.

Ci propone di realizzare attività che rientrano nelle seguenti azioni del PNSD:

Azione #4: ambienti per la didattica digitale integrata

Azione #6: politiche attive per il BYOD

Azione #14: un frame work comune per le competenze digitali e l'educazione ai media degli studenti

Azione #15: scenari innovativi per lo sviluppo di competenze digitali applicate

Azione #22: standard minimi e requisiti tecnici per gli ambienti online per la didattica

Azione #23: promozione delle risorse educative aperte e linee guida su autoproduzione di contenuti didattici digitali.

Il progetto appare altresì coerente con le seguenti priorità del Piano Nazionale di Formazione dei docenti: 4.2 Didattica per competenze; 4.3 Competenze digitali e nuovi ambienti di apprendimento; 4.7 Integrazione, competenze di cittadinanza e cittadinanza globale.



## Inclusività

Indicare, ad esempio, quali strategie sono previste per il coinvolgimento di destinatari che sperimentano difficoltà di tipo sociale o culturale; quali misure saranno adottate per l'inclusione di destinatari con maggiore disagio negli apprendimenti.

Il progetto inoltre, partendo dall'assunto che il contesto educativo è uno dei principali luoghi per prevenire l'esclusione sociale e garantire pari opportunità a tutti, si propone anche l'uso efficace e metodologicamente funzionale delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC) in contesti inclusivi prestando particolare attenzione agli studenti con disabilità e bisogni educativi speciali, sia in fase di analisi della situazione (e quindi di individuazione di eventuali BES) che di supporto alle successive azioni compensative e/o dispensative.

Utilizzo piattaforma G Suite for Edu facilita il coinvolgimento di alunni con DSA e BES in quanto favorisce la preparazione e diffusione di moduli individualizzati, offre strumenti di sintesi vocale gratuiti.

Tipologia del lavoro (collaborativo ed attivo), creatività e dimensione esperienziale favoriscono gli studenti con BES.

Particolare rilievo assume, inoltre, il progetto (contenuto nel modulo "civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva"), di far partecipare gli studenti alla redazione di un bilancio di genere.

### **Impatto e sostenibilità**

Indicare, ad esempio, in che modo saranno valutati gli impatti previsti sui destinatari, sulla comunità scolastica e sul territorio; quali strumenti saranno adottati per rilevare il punto di vista di tutti i partecipanti sullo svolgimento e sugli esiti del progetto; come si prevede di osservare il contributo del progetto alla maturazione delle competenze, quali collegamenti ha il progetto con la ricerca educativa.

Il progetto verrà diffuso a livello scolastico e provinciale. Saranno dedicati spazi online sul sito web della scuola e blog.

I laboratori avranno come obiettivo la maturazione e consolidamento di competenze trasversali attraverso un approccio creativo e con il sostegno reciproco peer to peer e il tutoraggio. L'osservazione dell'intero processo e degli esiti dello stesso sarà sostenuta in modalità Ricerca Azione attuata sia dagli studenti che dagli insegnanti coinvolti. La ricerca educativa sarà sostenuta anche da strumenti quali diario di bordo e rubric di valutazione del processo sia in itinere sia in fase conclusiva.

La diffusione delle varie attività del progetto avverrà avvalendosi di strumenti mirati alla condivisione e alla discussione e prodotti multimediali realizzati dagli studenti e pubblicati.

### **Prospettive di scalabilità e replicabilità della stessa nel tempo e sul territorio**

Indicare, ad esempio, come sarà comunicato il progetto alla comunità scolastica e al territorio; se il progetto prevede l'apertura a sviluppi che proseguano oltre la sua conclusione; se saranno prodotti materiali/modelli riutilizzabili e come verranno messi a disposizione; quale documentazione sarà realizzata per favorire la replicabilità del progetto in altri contesti (Best Practice).

Il Progetto mira a proporre l'introduzione di moduli laboratoriali, pratiche didattiche e modalità di apprendimento supportati dall'utilizzo di nuovi strumenti tecnologici (e-Learning, Cloud Computing, Contenuti Didattici Digitali, LIM, tecnologie digitali, risorse aperte...).

Tutti i prodotti creati a seguito del progetto saranno resi disponibili online e nei corsi di formazione a sostegno dello stesso e nella rete di scuole che già funziona e condivide esperienze e best practices.

Tra i prodotti che ci si attende va annoverata la registrazione dell'esperienza da parte dei suoi protagonisti (insegnanti e studenti) con diari di bordo e blog. Questo perché l'aspetto della riflessione sulla pratica didattica, sui processi di apprendimento e acquisizione, sui risultati dell'introduzione di buone pratiche, è, e sempre più deve diventare, parte integrante del processo educativo offerto dall'istituzione scolastica, anche in modalità digitale. Il progetto prevede inoltre la cooperazione tra scuole e la messa in comune di processi e prodotti: a questo fine saranno messi a disposizione spazi online ad hoc (repository dedicata).



## Sezione: Progetti collegati della Scuola

### Presenza di progetti formativi della stessa tipologia previsti nel PTOF

Titolo del Progetto	Riferimenti	Link al progetto nel Sito della scuola
Peer education-Sportello ascolto psicologico-eTwinning e PNSD-Ricciandino-Scuola che promuove salute; primo soccorso; Non berti la sicurezza-lo e l'altro-Linguaggio e stereotipi di genere-Centro sportivo, Maratona,step-School of food	pagg.15-16-84-87-92	<a href="https://www.liceoscientificoravenna.gov.it/public/sottocategorie/1/ptof_2017.pdf">https://www.liceoscientificoravenna.gov.it/public/sottocategorie/1/ptof_2017.pdf</a>

## Sezione: Coinvolgimento altri soggetti

### Elenco collaborazioni con attori del territorio

Oggetto della collaborazione	N. so ggetti	Soggetti coinvolti	Tipo accordo	Num. Pr otocollo	Data Protocollo	All ega to
Unità dipartimentale di Neuroscienze (incorporata nel Dipartimento di Medicina e Chirurgia)- Università di Parma	1	Università degli Studi di Parma	Dichiarazione di intenti	4638	30/05/2017	Si
Mobility Manager Comune di Ravenna oggetto: consulenza e formazione	1	COMUNE RAVENNA - ISTITUZIONE BIBLIOTECA CLASSENSE Area Infrastrutture Civili - Ufficio Pianificazione e Mobilità	Dichiarazione di intenti	4694	31/05/2017	Si
Wellness Foundation - Cesena (FC) Oggetto: consulenza	1	Wellness Foundation	Dichiarazione di intenti	4528	25/05/2017	Si

### Collaborazioni con altre scuole

Nessuna collaborazione inserita.

### Tipologie Strutture Ospitanti Estere

Settore	Elemento
---------	----------

## Sezione: Riepilogo Moduli

### Riepilogo moduli

Modulo	Costo totale
cibo tra cultura e salute	€ 4.873,80
wellness e apprendimenti	€ 5.082,00
uno sport di cittadinanza	€ 10.164,00
La salute dell'ambiente per il benessere delle persone	€ 4.977,90



Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere	€ 4.873,80
<b>TOTALE SCHEDE FINANZIARIE</b>	<b>€ 29.971,50</b>

## Sezione: Moduli

### Elenco dei moduli

**Modulo: Educazione alimentare, cibo e territorio**

**Titolo: cibo tra cultura e salute**

### Dettagli modulo

Titolo modulo	cibo tra cultura e salute
<b>Descrizione modulo</b>	<p>Struttura del modulo: il modulo si articola in due fasi; la prima (ore 20) dedicata ai processi e alle dinamiche culturali connessi alla produzione, preparazione e consumo del cibo nelle diverse culture, alla loro storia e, in particolare, ai significati socioculturali a loro sottesi. Un approccio antropologico per studiare le interazioni tra gli uomini e il cibo, con il fine di conoscere i comportamenti alimentari nelle diverse culture.</p> <p>Obiettivi di questa prima fase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- conoscere le differenze attraverso il cibo, inteso come fenomeno culturale globale (differenze di genere, cultura, religione),</li> <li>- riconoscere il cibo come identificatore di migrazione, come fenomeno di scambio culturale e di viaggio/incontro, come forma di mediazione interculturale, come sviluppo all'accoglienza e all'inserimento,</li> <li>- progettare in modo partecipato percorsi di scambio culturale attraverso il cibo.</li> </ul> <p>Modalità di realizzazione:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- educazione didattica esperienziale basata su attività di gruppo, giochi di ruolo, simulazioni, ascolto attivo, metodi volti a facilitare il dibattito (tela di ragno, dibattito animato, world café);</li> <li>- progettazione partecipata e finalizzata alla creazione di momenti di scambio culturale (organizzazione scambi culinari, pasti a creazione partecipata, creazione e scrittura di ricettari interetnici).</li> </ul> <p>Le competenze che si intendono sviluppare sono quelle sociali e di cittadinanza, le competenze di base in scienze e la comunicazione nella lingua madre.</p> <p>La seconda fase (10 ore) è dedicata all'interazione cibo-salute. Le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità invitano la popolazione a comportamenti alimentari atti a prevenire molte gravi malattie, compresa l'obesità. La promozione di un'alimentazione sana tra gli adolescenti rappresenta una fondamentale strategia di prevenzione.</p> <p>Competenze attese relative a questa seconda fase: avere consapevolezza delle esigenze alimentari in relazione ai fabbisogni nutritivi ed energetici legati all'età ed all'attività fisica; saper collegare gli aspetti nutrizionali e gli stili di vita al benessere ed alla prevenzione delle malattie; comprendere che nessun singolo alimento contiene tutti i nutrienti essenziali e che nessun alimento può essere considerato di per sé sano o malsano; essere in grado di compiere scelte informate riguardo alla propria nutrizione; essere in grado di operare una scelta alimentare consapevole all'interno delle numerose proposte alimentari dalle quali siamo attratti dai messaggi pubblicitari.</p> <p>Obiettivi- conoscenze e abilità: Saper individuare i componenti di una dieta variata: proteine, grassi, carboidrati, fibre, vitamine, minerali e acqua; riconoscere l'importanza di una dieta bilanciata; essere in</p>



grado di accertare un livello alimentare e nutrizionale per le diete; essere capaci di occuparsi personalmente dei propri pasti e spuntini ; conoscere in che modo il corpo trasforma gli alimenti e rende disponibili i nutrienti e l'energia ; essere in grado di riconoscere i segnali di disordini alimentari; comprendere il rapporto tra le abitudini alimentari, le patologie legate alla dieta e la prevenzione delle malattie; sapere come leggere le informazioni sulle etichette (valori nutrizionali, ingredienti, uso di additivi e data di scadenza); conoscere gli additivi alimentari.

Argomenti proposti:

Il modulo è costituito dai seguenti argomenti articolati in 10 ore di lezione:

Questionario su abitudini alimentari - Patologie correlate alle abitudini alimentari e agli stili di vita (allergie alimentari e intolleranze) - Fabbisogno calorico e nutrizionale - Principi nutritivi calorici (glucidi, lipidi e proteine) - Principi nutritivi non calorici (sali minerali, vitamine e fibre) - I 7 gruppi principali di alimenti secondo l'O.M.S. - Dieta bilanciata (es. Mediterranea) - Principali additivi e conservanti - Lettura e interpretazione delle etichette dei prodotti alimentari.

Metodi e strumenti:

Lezione frontale, lavori di gruppo, approfondimenti. Le lezioni saranno supportate dall'ausilio di strumenti multimediali.

Risultati attesi:

l'acquisizione delle competenze sopraindicate nonché la ricaduta esperienziale prevista al termine della seconda fase, consistente nella costituzione di un panel di studenti col compito di programmare gli acquisti alimentari del bar interno e delle macchine erogatrici di bevande ed alimenti, sulla base delle conoscenze acquisite e dei principi dell'alimentazione sana e bilanciata, nonché rispettosa delle diverse tradizioni culturali. "Chi non conosce il mondo lo subisce": vale anche per questo argomento. Se si sa come alimentarsi e perchè, se si conoscono i meccanismi di condizionamento che ci spingono verso un certo stile alimentare o un determinato aspetto fisico, si saprà come comportarsi e difendersi anche dai disturbi alimentari.

Modalità di valutazione:

Le competenze acquisite verranno valutate sulla base di apposita rubric costruita in coerenza con le finalità e le competenze attese dal modulo.

Svolgimento:

le prime 20 ore richiedono il reperimento di un formatore esterno (esperto di antropologia); le altre 10 ore saranno affidate a docenti interni di scienze naturali.

Destinatari:

alunni delle classi del primo biennio.

<b>Data inizio prevista</b>	16/10/2017
<b>Data fine prevista</b>	30/05/2019
<b>Tipo Modulo</b>	Educazione alimentare, cibo e territorio
<b>Sedi dove è previsto il modulo</b>	RAPS01000Q
<b>Numero destinatari</b>	18 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
<b>Numero ore</b>	30

## Sezione: Scheda finanziaria

### Scheda dei costi del modulo: cibo tra cultura e salute

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €



Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		18	1.873,80 €
	<b>TOTALE</b>					<b>4.873,80 €</b>

## Elenco dei moduli

**Modulo: Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport**

**Titolo: wellness e apprendimenti**

### Dettagli modulo

<b>Titolo modulo</b>	wellness e apprendimenti
<b>Descrizione modulo</b>	<p>Partendo dall'assunto che l'empatia è una caratteristica genetica della specie umana, una qualità che concorre a definire la nostra specie al pari della sua peculiare dimensione culturale e storica, è importante considerare quanto questa componente sia essenziale per le dinamiche relazionali, ed in particolare per i processi di crescita e di apprendimento, che non possono attuarsi pienamente e proficuamente in assenza di un adeguato rapporto emotivo, se non addirittura 'emozionale'. La scuola quindi, anche quella superiore - a torto considerata luogo di formazione eminentemente culturale, se non addirittura meramente tecnica - deve fare di tutto per ricollocare il dialogo educativo in un contesto più umano e relazionale, a maggior ragione in un momento in cui il confronto virtuale tende a diventare la principale modalità di relazione fra pari, e non di rado anche fra adolescenti ed adulti.</p> <p>Alcune finalità su cui costruire gli obiettivi specifici di questo percorso didattico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Accrescere la capacità di percepire i problemi e le esigenze dei propri compagni di classe;</li> <li>• condurre a proficue riflessioni sulla istintiva tendenza a limitare i propri atteggiamenti empatici all'interno di un circoscritto e spesso esclusivo gruppo di compagni, cercando invece il conflitto con altri gruppi;</li> <li>• promuovere atteggiamenti di interesse e comprensione per compagni di classe tendenzialmente esclusi dai gruppi;</li> <li>• educare alla percezione e alla condivisione delle emozioni e dei vissuti di altre persone senza che questi debbano essere comunicati esplicitamente;</li> <li>• stimolare la capacità di cogliere le difficoltà di comprensione e rielaborazione che alcuni studenti presentano per determinati compiti e discipline;</li> <li>• educare studenti e docenti alla percezione e alla valorizzazione delle multiformi tipologie di intelligenza.</li> </ul> <p>Obiettivi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>illustrare la scoperta del sistema dei neuroni specchio,</li> <li>comprendere la rappresentazione neurale del sistema motorio,</li> <li>identificare la rilevanza del circuito emozionale e del sistema motorio nei processi di apprendimento,</li> <li>individuare prassi didattiche che integrino le conoscenze delle neuroscienze cognitive e favoriscano il processo empatico e gli apprendimenti.</li> </ol> <p>Competenze da raggiungere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acquisire comportamenti tolleranti e collaborativi nei confronti dei propri compagni;</li> <li>• saper lavorare in gruppo, assumendosi responsabilmente i ruoli che meglio corrispondono alle proprie inclinazioni e capacità per il raggiungimento di un fine comune;</li> <li>• superare atteggiamenti istintivamente individualistici o addirittura ostili nei confronti di alcuni compagni, fino a diventare per questi una risorsa e non più un problema;</li> <li>• comprendere come la maturazione individuale possa concorrere al benessere collettivo;</li> </ul>



	<p>• comprendere e superare il cortocircuito emotivo che molto spesso genera fra i compagni, come pure fra gli studenti e gli insegnanti, irrisolvibili conflitti personali. La prima parte del modulo sarà costituita da un corso seminariale di 10 ore con un docente del Dipartimento di neuroscienze cognitive dell'Università di Parma. Questa prima parte è aperta anche alla partecipazione del personale docente, al fine di acquisire spunti di riflessione da applicare all'attività didattica. Sul piano metodologico, oltre alle ore seminariali tenute da un docente universitario, si aprirà una fase di riflessione congiunta tra docenti e studenti anche mediante l'utilizzo del brainstorming.</p> <p>La seconda parte del modulo è costituita da un corso di 20 ore, tenuto da uno psicologo-psicoterapeuta, finalizzato a formare, tra gli studenti del primo e secondo anno, dei 'tutor per il benessere' -secondo i principi della peer education- con l'incarico di favorire l'inserimento dei futuri iscritti alle classi prime. I tutor saranno sensibili e attenti agli altri, ai comportamenti scorretti e/o escludenti, avranno senso di responsabilità verso le difficoltà scolastiche e relazionali, potranno fornire consigli su come affrontare gli impegni di studio e le nuove relazioni dentro la classe e la scuola; manterranno come referente principale lo sportello di ascolto psicologico già operante nella scuola.</p> <p>Obiettivi specifici:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a. promuovere la consapevolezza di sé,</li> <li>• b. imparare a riconoscere e gestire le proprie emozioni,</li> <li>• c. sviluppare capacità empatica e competenze relazionali,</li> <li>• d. promuovere capacità di problem solving e decision making,</li> <li>• e. promuovere la capacità di problem solving e di decision making.</li> </ul> <p>Svolgimento: 5 incontri, per un totale di 15 ore, tenuti da uno psicologo sulla conoscenza del sé, sul modello P-E-A (pensiero, emozione, azione), sulle competenze sociali e l'identikit del tutor del benessere. Seguirà una fase (5 ore) di 'supervisione' dell'attività dei tutor.</p> <p>La metodologia utilizzata spazierà dalla classica lezione frontale, al cooperative learning e all'apprendimento cognitivo nonché project work. Le competenze acquisite verranno valutate sulla base di apposita rubric costruita in coerenza con le finalità e le competenze attese dal modulo. Destinatari: studenti del primo biennio</p>
<b>Data inizio prevista</b>	02/10/2017
<b>Data fine prevista</b>	06/06/2018
<b>Tipo Modulo</b>	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport
<b>Sedi dove è previsto il modulo</b>	RAPS01000Q
<b>Numero destinatari</b>	25 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
<b>Numero ore</b>	30

### Sezione: Scheda finanziaria

#### Scheda dei costi del modulo: wellness e apprendimenti

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		20	2.082,00 €



	<b>TOTALE</b>					<b>5.082,00 €</b>
--	---------------	--	--	--	--	-------------------

## Elenco dei moduli

**Modulo: Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport**

**Titolo: uno sport di cittadinanza**

### Dettagli modulo

Titolo modulo	uno sport di cittadinanza
Descrizione modulo	<p>Il modulo, di complessive 60 ore, si articola in due parti.</p> <p>Il progetto è collegato all'orientamento formativo degli alunni in relazione alle professioni sportivo-sanitarie; fornisce l'occasione per acquisire i brevetti di Istruttore Fitness, o Istruttore Mental Training mediante convenzione con la sede locale della Federazione Italiana Fitness (FIF); è valorizzabile come Alternanza Scuola Lavoro; fornisce occasioni agli studenti di acquisire competenze per l'organizzazione di eventi sportivi.</p> <p>Prima parte : Educazione Posturale, Pilates, Yoga e ginnastica dolce.</p> <p>La prima parte, di 30 ore, si suddivide in due fasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prima fase: 10 ore tenute da un formatore esperto fitness della Federazione Italiana Fitness: 5 incontri di 2 ore che si svolgeranno un giorno alla settimana per un ciclo di un mese e mezzo, nell' Area Wellness della scuola, uno spazio-palestra dedicato al fitness, al pilates ed alla riabilitazione.</li> <li>Tale percorso offre la possibilità agli studenti di acquisire il brevetto di Istruttore di Fitness, o Istruttore Mental Training.</li> <li>- Seconda fase: 20 ore, svolte da docenti interni di scienze motorie, per la pratica di Yoga/Pilates/ginnastica posturale (20 incontri da 1 ora), rivolto a tutti gli alunni dell'istituto, come di quelli limitrofi, nonché il personale scolastico.</li> </ul> <p>Tali incontri si svolgeranno in orario pomeridiano, un'ora alla settimana alla fine delle lezioni antimeridiane e per 20 settimane; l'esperienza è valorizzabile anche come Alternanza scuola Lavoro.</p> <p>Obiettivi didattici/formativi:</p> <p>la qualità del movimento attraverso il miglioramento della percezione del corpo, della propriocettività; la consapevolezza delle proprie posture e la rieducazione posturale; consapevolezza sul ritmo del respiro e il rilassamento funzionale; miglioramento della mobilità articolare e dell'elasticità muscolare; conoscere e allenare il "core", il fulcro del corpo, l'area che collega la parte inferiore con quella superiore del corpo ( zona addominale, glutei, zona lombare) per migliorare il controllo muscolare, l'efficienza del corpo e quindi ridurre anche i rischi di infortunio ( stiramenti, strappi muscolari, contratture); acquisizione di tecniche di primo soccorso ( RCP base) e le competenze all'uso del defibrillatore (BLS-D)</p> <p>acquisizione di esercizi base per la rieducazione post traumatica e riabilitazione funzionale; miglioramento della forma e dell'efficienza fisica come stile di vita, attraverso esercizi e movimenti dolci, semplici, ma consapevoli ed efficaci; avvicinare il concetto dello sport all'idea di benessere anche in senso olistico; favorire l'inclusività dei disabili, anche in casi di riabilitazione motoria post trauma o infortunio.</p> <p>Attraverso la realizzazione del modulo ci si propone di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- realizzare un percorso di Alternanza Scuola Lavoro per una classe quarta ( ad indirizzo sportivo), anche con corsi di primo soccorso, incontri con fisioterapisti e masso fisioterapisti per l'acquisizione delle basi della riabilitazione sportiva e motoria;</li> <li>- orientare gli alunni a partire dalla classe quarta alle professioni dell'area sportiva: istruttore di functional training, yoga, pilates, ginnastica dolce e calystenica, preparatori atletici e sportivi, Personal Trainer e Mental Trainer e dell'area sanitaria ( affiancare figure</li> </ul>

professionali come fisioterapista, medico sportivo, nutrizionista sportivo, psicologo sportivo). Negli ultimi anni tali figure professionali sono molto richieste, non solo nella pratica agonistica, ma anche dilettantistica ed amatoriale e più in generale, nel quadro di una educazione alla salute rivolta a tutti;

- favorire l'acquisizione di un brevetto da Istruttore di Mental Training (tale pratica è un processo di allenamento delle abilità mentali dell'atleta, finalizzato al potenziamento della performance sportiva). Il Mental Trainer ha a disposizione differenti tecniche e strategie per allenare l'atleta a divenire maggiormente consapevole del proprio potenziale e delle proprie risorse (motivazione, goal setting, peak performance), aiutandolo ad ottimizzare le stesse potenzialità e a migliorarne le prestazioni in allenamento e in gara;
- aprire lo spazio palestra anche in orario pomeridiano agli studenti del vicino istituto comprensivo ed al personale scolastico, far tenere corsi agli alunni stessi con brevetto di fitness o Mental training, valevole come monte ore nell'alternanza scuola-lavoro;
- possibilità di acquisire il Brevetto Corso Base RCP (formazione per personale non medico per la Rianimazione Cardio-Polmonare) e il Brevetto Corso BLS-D (Basic Life Support and Defibrillation). Formazione per l'autorizzazione all'uso del Defibrillatore semiautomatico esterno (DAE)

#### CONTENUTI:

In un'ottica di interdisciplinarietà tra scienze motorie, discipline sportive, scienze naturali, si svolgeranno attività di Ginnastica posturale; yoga; gym dolce; Stretching; Pilates; Calytenic; tecniche di Mental Training.

#### PRINCIPALI METODOLOGIE:

- esercizi a corpo libero individualizzati
- esercizi in piccoli gruppi
- esercizi con l'uso di piccoli attrezzi ( bande elastiche, pesati, cavigliere...)
- esercizi con grandi attrezzi ( spalliera, panca..)
- esercizi in circuito

#### RISULTATI ATTESI/ MODALITA' DI VERIFICA E VALUTAZIONE:

- Acquisizione di Brevetti FIF e Mental Trainer per gli alunni della classe 4° del Liceo Sportivo
- Miglioramento dell'equilibrio psico-fisico generale, tonificazione e correzione della postura
- attività per lo sviluppo, il potenziamento e il recupero relativo ad ogni attività sportiva
- benessere psicofisico, attraverso un'efficace riduzione di ansia e stress
- aumento della capacità di concentrazione
- conoscenza e applicazione di tecniche di primo soccorso e competenze per l'utilizzo del defibrillatore
- conoscenza e applicazione di esercizi base per la rieducazione post traumatica e riabilitazione funzionale.

Seconda parte (30 ore): **Giovani in Gamba!**

#### Struttura:

Prima fase (10 ore): sensibilizzare i giovani in età evolutiva alla cultura del benessere psico fisico attraverso buone pratiche di vita quotidiana e attraverso la conoscenza dei principi dell'attività fisica ed alla consapevolezza di come un gesto base come il camminare, se praticato in maniera costante, possa mantenere un buono stato di salute. La camminata veloce può essere praticata ovunque a tutte le età e non richiede particolari attrezzature. Ognuno di noi cammina in modo del tutto personale e la deambulazione dipende non solo dalla conformazione dei nostri arti ma anche dal nostro modo di usarli. Camminare è quindi un'azione semplice e completa ti mantiene in forma ma favorisce relazione, dialogo e divertimento se praticato in compagnia.

#### Obiettivi Formativi:

- Ampliamento delle capacità coordinative e condizionali realizzando schemi motori complessi utili ad affrontare attività sportive;
- Conoscenza dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti;
- Favorire il mantenimento e miglioramento del proprio stato di salute;



Le pratiche motorie e sportive realizzate in ambiente naturale sono un'occasione fondamentale per orientarsi in contesti diversificati.

Conoscenze e abilità:

Conoscere i principi meccanici della camminata e i fattori che contribuiscono all'esercizio fisico (respirazione, postura, frequenza cardiaca)  
Conoscere i principi di meccanica del Fitwalking (livello base);  
Conoscere gli effetti benefici dell'esercizio fisico sul proprio benessere;  
Saper effettuare una tecnica di camminata efficace;  
Saper mettere in pratica la tecnica di camminata del Fitwalking;  
Saper orientarsi in contesti diversificati.

Argomenti proposti:

Il modulo è costituito dai seguenti argomenti articolati in 10 ore di lezioni pratiche con nozioni teoriche:

- Camminare: il movimento della salute. (Benefici dell'attività fisica),
- Nuove tecnologie ed esercizio fisico (App su smartphone personale). Attività pratica in palestra con monitoraggio (circuiti e attività aerobiche), conoscenza dei parametri durante attività fisica (FC, respirazione),
- Buone pratiche per una vita in movimento. Diario in movimento: costruzione di un quaderno personale per monitorare attività fisica. Conoscere la propria condizione fisica: test specifici in palestra (es. test del Km),
- Diversi modi per camminare: presentazione della tecnica del Fitwalking e Nordic Walking attraverso video ed esercitazioni pratiche,
- Conoscenza tecnica del Fitwalking (pratica su postura, posizione del piede, movimento delle gambe, ricerca fluidità dell'azione, armonia movimento braccia/gambe/spalle),
- Esercitazione in ambiente naturale: lavoro in piccoli gruppi con APP Runtastic e rispetto specifiche date (Velocità di percorrenza, distanze).

Metodi e strumenti:

Lezioni pratiche (esercitazioni a corpo libero, piccoli gruppi) e frontali. - Scoperta guidata - Problem Solving - Cooperative learning - LIM, fotocamera digitale, Smartphone e APP- Mappa della città e dintorni - Palestra (Piccoli e grandi attrezzi) - Spazi esterni.

Risultati attesi, modalità di verifica e valutazione:

Gli studenti al termine del percorso avranno maggiore consapevolezza e migliorato il proprio benessere psicofisico riconoscendo i fattori che lo influenzano; avranno sperimentato buone pratiche motorie che potranno trasferire nella loro quotidianità per mantenere un buon stato di salute.

Il progetto si completerà con una seconda fase, caratterizzata dall'organizzazione di eventi sportivi (20 ore):

- una mattina dedicata ad una corsa non competitiva in concomitanza con la Maratona Città di Ravenna, manifestazione internazionale organizzata una domenica del mese di Novembre in cui i partecipanti percorrono 10 km attraverso le vie del centro storico;
- una o due giornate, nei mesi primaverili, dedicate a tutti gli studenti della scuola, ma organizzate dai partecipanti di questo modulo formativo, di eventi sportivi che possono essere svolti all'aperto: una trasferta dalla scuola al litorale ravennate mediante l'uso della bicicletta, cui seguirà lo svolgimento di tornei sportivi sulla spiaggia (beach-volley, beach-tennis, dodgeball, beach - soccer ), con ritorno a Ravenna in bicicletta. Altri eventi che possono realizzarsi nel cortile esterno della scuola, ove venga finanziata la candidatura presentata in relazione all'Avvisp 1479 del 10.02.17 (FESR Laboratori sportivi), oppure partecipazione alla 'Settimana europea dello Sport' (se possibile già nel Settembre 2017, diversamente nel 2018).

Obiettivi didattici e formativi del modulo:

Comprendere l'importanza del movimento per il benessere fisico,  
Apprendere corrette tecniche degli sport coinvolti nelle attività,  
Saper gestire le energie durante un'attività sportiva,



	<p>Imparare a respirare correttamente durante uno sforzo, Saper collaborare durante la partecipazione all'evento sportivo, Incentivare una mobilità sostenibile e salutare, Agire in modo autonomo e responsabile in tutte le fasi della gara, Impegnarsi a superare i propri limiti portando a termine il percorso, Acquisire le competenze necessarie per l'organizzazione di un evento sportivo di massa, Prender coscienza delle difficoltà e dell'impegno necessari per la buona riuscita di un evento, attraverso il coinvolgimento di una classe del liceo sportivo come co-organizzatori della giornata, valido per il monte ore nell'alternanza scuola-lavoro.</p> <p>Contenuti: L'alimentazione pre-gara; allenamento dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio; gestione energetica in una corsa di 'endurance'; tecniche degli sport coinvolti; defaticamento e stretching; educazione stradale: viabilità e sicurezza; sviluppo della tattica negli sport di situazione.</p> <p>Principali metodologie: Induttiva, problem-solving, partecipata.</p> <p>Risultati attesi: Apprezzamento dell'attività all'aria aperta, Avvicinamento alla camminata e alla corsa come basi per il wellness e il fitness, Partecipazione di numerosi studenti agli eventi sportivi, Stimolo verso un allenamento costante, Aumento delle conoscenze riguardanti l'alimentazione, Collaborazione tra i partecipanti e socializzazione attraverso un evento sportivo, Consapevolezza dell'importanza di una buona forma fisica, Apprendere attraverso gli errori e le sconfitte, Mantenere il fair-play in tutte le situazioni competitive (positive e negative), Comportarsi in modo autonomo e responsabile anche in un ambiente non tipicamente scolastico.</p> <p>Modalità di verifica e valutazione: Registrare gli incrementi di partecipazione in attività simili; Redigere un testo con riflessioni sull'esperienza motoria; Verifica scritta sugli aspetti legati alla fisiologia dello sport; Valutazione delle competenze di cittadinanza attraverso lo strumento di un'apposita rubric costruita in coerenza con le finalità e le competenze attese dal modulo.</p> <p>Destinatari del modulo: in generale gli studenti del Liceo e, particolarmente, quelli iscritti alla sezione sportiva. In via conclusiva si segnala che tale modulo si integra con la candidatura, già presentata dalla scuola, al progetto PON-FSER Avviso 1479 - Laboratori sportivi.</p>
<b>Data inizio prevista</b>	18/09/2017
<b>Data fine prevista</b>	06/06/2019
<b>Tipo Modulo</b>	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport
<b>Sedi dove è previsto il modulo</b>	RAPS01000Q
<b>Numero destinatari</b>	25 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
<b>Numero ore</b>	60

## Sezione: Scheda finanziaria

### Scheda dei costi del modulo: uno sport di cittadinanza



Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			4.200,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			1.800,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		20	4.164,00 €
	<b>TOTALE</b>					<b>10.164,00 €</b>

## Elenco dei moduli

**Modulo: Educazione ambientale**

**Titolo: La salute dell'ambiente per il benessere delle persone**

### Dettagli modulo

Dettagli modulo	
<b>Titolo modulo</b>	La salute dell'ambiente per il benessere delle persone
<b>Descrizione modulo</b>	<p>L'ambiente in cui oggi ci troviamo a vivere è un ambiente modificato, nella maggior parte dei casi negativamente, dall'uomo. Diventa pertanto sempre più necessario investire sull'educazione delle nuove generazioni e sulla diffusione di una sensibilità ambientale, promuovendo l'assunzione di comportamenti attenti e rispettosi dell'ambiente e delle sue dinamiche. Questo modulo ha, quindi, come finalità principale quella di sensibilizzare gli alunni verso le problematiche ambientali gettando così le basi per promuovere nei cittadini del futuro comportamenti 'sostenibili'. Come principale ricaduta esperienziale, i partecipanti supporteranno la costituenda figura del mobility manager scolastico.</p> <p>Il modulo è costituito dai seguenti argomenti articolati in 30 ore:          Atmosfera: composizione e struttura (troposfera e stratosfera) - Principali inquinanti dell'atmosfera: ossidi di zolfo e di azoto, ozono, COV e IPA, polveri (PM10, PM2,5, nanopolveri), monossido di carbonio, cenni sullo smog fotochimico - Effetto serra - Rarefazione dell'ozono stratosferico - Principali inquinanti negli ambienti confinati (inquinamento indoor)- Principali patologie legate all'inquinamento atmosferico con gli esperti esterni - Giochi di ruolo sull'inquinamento - Biomonitoraggio (licheni e tabacco).          A questo faranno seguito, in virtù di una collaborazione a titolo gratuito, alcuni incontri con il Mobility Manager del Comune di Ravenna per acquisire informazioni sul piano mobilità del comune e suggerimenti operativi al fine di supportare il mobility management scolastico.</p> <p>Obiettivi e competenze da raggiungere:          aumentare la capacità di cogliere relazioni offrendo ai ragazzi chiavi interpretative per scoprire i legami e le interrelazioni tra i diversi fattori ambientali; sviluppare un approccio sistemico e complesso alla lettura del territorio; far comprendere il concetto di ambiente quale sistema integrato di relazioni; far comprendere l'importanza di azioni di tutela e conservazione della natura; favorire lo sviluppo di capacità progettuali e la maturazione di capacità critiche;          Acquisire la consapevolezza che l'insegnamento delle Scienze non è mai disgiunto dalla realtà (proposta di situazioni concrete e problematiche);          Acquisire la consapevolezza che la specie umana è l'unica che produce inquinamento;          Acquisire la consapevolezza delle relazioni tra inquinamento, specie dell'aria, e salute;          Assumere comportamenti consapevoli, volti a favorire la mobilità ciclabile e pedonale, al posto di quella veicolare, negli spostamenti urbani.</p> <p>Contenuti:          Conoscere la composizione e le caratteristiche principali dell'aria, con particolare riferimento alle dinamiche della troposfera; Conoscere i principali fattori di inquinamento</p>



dell'aria a livello del suolo; Conoscere la differenza tra ozono stratosferico (utile) e ozono troposferico (indesiderabile); Conoscere i meccanismi che causano il fenomeno dello smog fotochimico e quali sono i fattori ambientali che lo favoriscono; Conoscere la definizione di indicatore biologico e le principali caratteristiche di un bioindicatore, sapendone riconoscere il ruolo, le potenzialità e i punti critici ; Conoscere gli indicatori biologici utilizzati per la valutazione della qualità dell'aria (licheni, tabacco, ecc.); Conoscere le principali caratteristiche dei licheni ed il loro utilizzo come bioindicatori; Conoscere il significato di inquinamento indoor (inquinamento dell'aria negli ambienti confinati); Essere in grado di interpretare i dati sull'inquinamento divulgati dai mass media o presentati dagli enti deputati al monitoraggio dei vari inquinanti. Conoscere il significato di valore limite, valore obiettivo, soglia di attenzione, soglia di allarme. Conoscere la normativa antinquinamento e la L. 221/2015.

Metodi e strumenti:

Lezione frontale, lavori di gruppo, approfondimenti. Giochi di ruolo sull'inquinamento. Le lezioni saranno supportate dall'ausilio di strumenti multimediali.

Risultati attesi:

l'acquisizione delle competenze indicate con una ricaduta esperienziale, consistente nell'incontro e confronto con i "decisori" (Assessore all'ambiente, ARPA, Legambiente, Mobility manager del Comune di Ravenna) e conseguente progettazione della "città ideale"; produzione di materiali da pubblicare sul sito web e condividere. Infine gli studenti dovranno aiutare la figura del costituendo mobility manager scolastico nel farsi portavoce delle istanze e delle problematiche delle scuole e delle famiglie inerenti la mobilità; recepire e proporre iniziative finalizzate all'educazione alla mobilità sostenibile; favorire forme di trasporto sicure e sostenibili; partecipare ad un coordinamento tra istituti scolastici e Comune per condividere e monitorare obiettivi e progetti di mobilità sostenibile.

Modalità di verifica e valutazione:

valutazione del processo e delle competenze acquisite tramite un'apposita rubric, costruite in coerenza con le finalità e le competenze attese dal modulo.

Svolgimento: 30 ore con esperti esterni e docenti interni di scienze naturali.

Destinatari: studenti del primo biennio.

<b>Data inizio prevista</b>	01/12/2017
<b>Data fine prevista</b>	31/05/2019
<b>Tipo Modulo</b>	Educazione ambientale
<b>Sedi dove è previsto il modulo</b>	RAPS01000Q
<b>Numero destinatari</b>	19 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
<b>Numero ore</b>	30

## Sezione: Scheda finanziaria

### Scheda dei costi del modulo: La salute dell'ambiente per il benessere delle persone

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		19	1.977,90 €



TOTALE

4.977,90 €

## Elenco dei moduli

**Modulo: Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva**

**Titolo: Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere**

### Dettagli modulo

Titolo modulo	Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere
Descrizione modulo	<p>L'educazione alla cittadinanza non può prescindere dall'educazione civica (civicness) intesa come l'insieme delle regole e delle convenzioni che disciplinano il vivere comunitario. Dal punto di vista filosofico il vivere civile affonda la sua radice nel concetto di responsabilità, ossia nella piena comprensione delle conseguenze del proprio agire rispetto a sé, alla società e all'ambiente.</p> <p>Un ulteriore aspetto del concetto di cittadinanza attiva è quello che riguarda il senso di appartenenza ad una comunità (citizenship) con la quale condividere un insieme di valori e in cui trovare il riconoscimento identitario necessario ad una soddisfacente qualità della vita.</p> <p>Il concetto di cittadinanza attiva si lega al concetto di empowerment inteso come conquista della consapevolezza di sé e del controllo delle proprie scelte, sia nell'ambito delle relazioni personali sia in quelle della vita politica e sociale.</p> <p>In particolare nella scuola del wellness l'educazione alla diversità ha un ruolo fondamentale: è infatti ancor oggi acclarato che gli stereotipi condizionano i ragazzi e le ragazze nelle loro valutazioni e nel loro percorso di studi; nel caso delle ragazze, questo si traduce in una esclusione di determinate possibilità professionali.</p> <p>Inoltre rinunciare agli stereotipi significa imparare a confrontarsi al di là di schemi prefissati. Ecco perché la nostra scuola vuole affrontare questa questione educativa per evitare che la disuguaglianza di genere si trasformi poi in disuguaglianza sociale nel lavoro e nella vita. La finalità principale del progetto è quella di stimolare lo spirito critico negli studenti e studentesse nonché a riconoscersi in valori positivi, decostruendo gli stereotipi e i pregiudizi attraverso attività significative da realizzare nel gruppo anche con interscambi con il territorio. Infine la focalizzazione sui temi della differenza di genere vuole trasformare la differenza in risorsa, piuttosto che barriera e chiusura del sé.</p> <p>Il punto di connessione tra il superamento degli stereotipi di genere e la stimolazione al protagonismo studentesco può essere individuato nella redazione di un rendiconto sociale partecipato di genere, sulla base delle esperienze del gender budgeting.</p> <p><b>Obiettivi:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>promozione del superamento degli stereotipi di genere fornendo a studentesse e studenti strumenti critici di analisi che permettano loro di progettare il loro percorso di vita superando i modelli normativi di maschilità e femminilità,</li> <li>promozione e sostegno delle pari opportunità fra uomo e donna nell'offerta formativa della scuola e in tutti gli ambiti disciplinari,</li> <li>acquisizione della conoscenza dei diritti di cittadinanza, delle forme e modelli di democrazia partecipativa e deliberativa,</li> <li>acquisizione della conoscenza delle forme di partecipazione all'assunzione delle decisioni in ambito scolastico, nonché del suo bilancio e del percorso di miglioramento deliberato,</li> <li>acquisizione della competenza necessaria per realizzare percorsi di democrazia partecipativa applicata alla scuola, promuovendo una cultura di genere e del rispetto delle differenze all'interno dell' istituto,</li> <li>creazione e diffusione di materiali rivolti ai/docenti e agli studenti e studentesse dell'istituto per promuovere buone prassi educative, sia in termini metodologici che di</li> </ol>



contenuto, in merito al genere e alle differenze ,  
g. partecipazione alla redazione della rendicontazione sociale prevista per l'a.s. 2018/19 dal Sistema Nazionale di Valutazione.  
h. rispondere in modo più efficace, alle necessità delle studentesse e degli studenti, assicurando una maggiore corrispondenza tra bisogni da soddisfare e risorse disponibili;  
i. coinvolgere studentesse e studenti nel processo di gestione, ricostruendo un rapporto di fiducia tra l'istituzione scuola ed i suoi principali stakeholder.

**Svolgimento:**

le prime 20 ore mediante docenti interni di discipline umanistiche e la collaborazione enti del territorio, da effettuarsi nell'a.s. 2017/18;

le altre 10 ore mediante la collaborazione con l'Agenzia Sanitaria e Sociale della regione Emilia-Romagna, nell'a.s. 2018/19.

**Contenuti-Obiettivi formativi:**

Conoscenza dei Media (compresi social network), generi e minori - Tv e socializzazione ai ruoli di genere - Sessismo nella lingua e nei libri di testo - Effetti psicosociali della televisione e trasmissione degli stereotipi - Effetti della pubblicità e della violenza in tv sui minori - Le norme sulla parità di genere e le regole di cittadinanza attiva -

Il linguaggio delle immagini e della realtà nei social media e nei mass media -

Esercitazioni di Educazione ai Media - Media education ed esercitazioni audiovisive.

I bilanci della scuola (Programma Annuale e Consuntivo) – La rendicontazione sociale - Il Sistema nazionale di Valutazione (dal Rapporto di Autovalutazione, Piano di Miglioramento e rendicontazione).

Gli strumenti di informazione e comunicazione (sito web, social network, forum, campagna di comunicazione, pubblicazioni, depliant, ecc..) – Le modalità di consultazione e partecipazione – Le azioni che dovrebbero essere incluse nella pianificazione di un processo di bilancio partecipativo (definizione degli obiettivi - scelta del modello - definizione dei soggetti da coinvolgere - scelta e pianificazione degli strumenti - definizione delle modalità di partecipazione (fisica/virtuale, tempi e modi, votazione ecc. ) - definizione di un regolamento e diffusione- pianificazione e organizzazione del programma e degli incontri - diffusione dei risultati - pianificazione del bilancio in base ai risultati - diffusione del bilancio e feed back del processo partecipativo.

**Metodologia:**

Il metodo sarà di tipo operativo e cooperativo con utilizzo di tutte le tecniche dal problem solving allo studio di alcune tematiche e al brainstorming; la cooperazione al posto della competizione favorirà la scoperta di nuovi punti di vista e di nuovi modi di interagire.

Lo sviluppo dei contenuti avverrà? attraverso l'utilizzo di metodologie non frontali e a partire dalle domande e dalle curiosità? di ragazze/i guidati dal facilitatore del laboratorio.

Alla fine dell'esplorazione di ogni argomento, parte dell'attività verrà? dedicata a una sorta di laboratorio in cui i/le ragazzi/e, suddivisi in gruppi, lavoreranno sulle possibili elaborazioni, anche multimediali, delle tematiche affrontate .

**Risultati attesi e modalità di verifica e valutazione:**

- Produzione di materiali testuali e visuali utile alla diffusione di una cultura di genere consapevole tra le studentesse e gli studenti dell'Istituto.

- Partecipazione alla redazione del bilancio sociale, attento alle problematiche di genere.

Destinatari: alunni del secondo biennio e del quinto anno.

<b>Data inizio prevista</b>	01/12/2017
<b>Data fine prevista</b>	31/05/2019
<b>Tipo Modulo</b>	Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva
<b>Sedi dove è previsto il modulo</b>	RAPS01000Q
<b>Numero destinatari</b>	18 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)



Numero ore

30

### Sezione: Scheda finanziaria

#### Scheda dei costi del modulo: Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		18	1.873,80 €
	<b>TOTALE</b>					<b>4.873,80 €</b>



## Azione 10.2.5 - Riepilogo candidatura

### Sezione: Riepilogo

<b>Avviso</b>	3340 del 23/03/2017 - FSE - Competenze di cittadinanza globale(Piano 44402)
<b>Importo totale richiesto</b>	€ 29.971,50
<b>Massimale avviso</b>	€ 30.000,00
<b>Num. Prot. Delibera collegio docenti</b>	4095
<b>Data Delibera collegio docenti</b>	10/05/2017
<b>Num. Prot. Delibera consiglio d'istituto</b>	4096
<b>Data Delibera consiglio d'istituto</b>	10/05/2017
<b>Data e ora inoltro</b>	01/06/2017 10:52:17
<b>Si dichiara di essere in possesso dell'approvazione del conto consuntivo relativo all'ultimo anno di esercizio a garanzia della capacità gestionale dei soggetti beneficiari richiesta dai Regolamenti dei Fondi Strutturali Europei</b>	Sì
<b>Si dichiara che le azioni presentate sono coerenti con la tipologia dell'istituzione scolastica proponente</b>	Sì

### Riepilogo moduli richiesti

Sottoazione	Modulo	Importo	Massimale
10.2.5A - Competenze trasversali	Educazione alimentare, cibo e territorio: <u>cibo tra cultura e salute</u>	€ 4.873,80	
10.2.5A - Competenze trasversali	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport: <u>wellness e apprendimenti</u>	€ 5.082,00	
10.2.5A - Competenze trasversali	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport: <u>uno sport di cittadinanza</u>	€ 10.164,00	
10.2.5A - Competenze trasversali	Educazione ambientale: <u>La salute dell'ambiente per il benessere delle persone</u>	€ 4.977,90	
10.2.5A - Competenze trasversali	Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva: <u>Il protagonismo studentesco e femminile nella scuola del benessere</u>	€ 4.873,80	



FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

pon  
2014-2020



Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Dipartimento per la Programmazione  
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia  
scuolastica, per la gestione dei fondi strutturali per  
l'istruzione e per l'innovazione digitale  
MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

Scuola A. ORIANI (RAPS01000Q)

	<b>Totale Progetto "Wellness School"</b>	<b>€ 29.971,50</b>	
	<b>TOTALE CANDIDATURA</b>	<b>€ 29.971,50</b>	<b>€ 30.000,00</b>