



Regione
Lombardia

ASL Lecco



Iniziative AS 2015-2016

Rete SPS Lecco



13 ISTITUTI COMPRESIVI STATALI

- Istituto Comprensivo Statale **LECCO 2** “Don Ticozzi” capofila
- Istituto Comprensivo Statale **BARZANO’**
- Istituto Comprensivo Statale **BOSISIO PARINI**
- Istituto Comprensivo Statale **BRIVIO**
- Istituto Comprensivo Statale **CALOLZIOCORTE**
- Istituto Comprensivo Statale **CERNUSCO L.NE**
- Istituto Comprensivo Statale **CIVATE**
- Istituto Comprensivo Statale **LECCO 3** “Stoppani”
- Istituto Comprensivo Statale **MOLTENO**
- Istituto Comprensivo Statale **OGGIONO**
- Istituto Comprensivo Statale **OLGINATE**
- Istituto Comprensivo Statale **LA VALLETTA**
- Istituto Comprensivo Statale **OLGIATE**
- Istituto Comprensivo Statale **MOLGORA**

2 Scuole Secondarie di secondo Grado

Istituto Superiore “**PARINI**” di **LECCO**

Istituto Superiore IIS **BADONI** di **LECCO**

6 gruppi di lavoro attivi

LIFE SKILLS

ALIMENTAZIONE

TABAGISMO

AFFETTIVITÀ

ATTIVITÀ FISICA

SICUREZZA STRADALE

+ SICUREZZA LAVORO

Attività ASL-SPS

- **6 gruppi di lavoro attivi**
- LIFE SKILLS: corso di formazione+ LSTP
- ALIMENTAZIONE: sviluppo modello intervento
- TABAGISMO: sperimentazione ICS La Valletta
- AFFETTIVITÀ: sviluppo modello intervento
- ATTIVITÀ FISICA: Carta dei Diritti al Movimento
- SICUREZZA STRADALE: corso formazione formatori per Scuole e Polizie Locali
- + SICUREZZA LAVORO “A scuola per un lavoro sicuro



CARTA DEI DIRITTI DEI MINORI AL MOVIMENTO

 Ministero dell'Istruzione,
dell'Università e della Ricerca



Lecco



ASL Lecco

"Global Recommendations on Physical Activity for Health" © WHO 2010: bambini e ragazzi di età compresa tra i 5 e i 17 anni dovrebbero effettuare giornalmente almeno 60 minuti di attività fisica giornaliera

7 ore/settimana

La sospensione/esclusione dell'attività motoria come provvedimento disciplinare nei confronti della classe o di un singolo allievo è una scelta non coerente col mandato educativo.

OKkio alla Salute – 2014 : campione lombardo
il 18% dei bambini pratica sport per non più di un'ora a settimana, il 16% non ha fatto attività fisica il giorno precedente l'indagine,
il 42% ha la TV in camera, il 35% guarda la TV e/o gioca con i videogiochi per più di 2 ore al giorno e solo un bambino su 4 si reca a scuola a piedi o in bicicletta

**SE NON DIAMO OPPORTUNITÀ PERCHÉ
L'ATTIVITÀ FISICA
SIA UN PATRIMONIO NATURALE DEI GIOVANI,
AVREMO "FUTURI GENITORI" ANCOR MENO MOTIVATI**

Scuola, rete locale, famiglia

La **SCUOLA** rimane un setting privilegiato, ma occorre coinvolgere le **FAMIGLIE** rispetto al diritto/dovere di garantire ai propri figli **7 ore/settimana di attività fisica, ludico-motoria, sportiva**, come bisogno primario al pari dell'alimentazione e dell'affettività.

COSA PUÒ FARE LA SCUOLA

- La scuola riesce a garantire **2 ore** in ambito di **attività programmate** e ha la possibilità di attivare la fascia extracurriculare,
- La **pausa intervallo** deve costituire momento “ricreativo” utile a convogliare le energie degli studenti verso l’attività fisica (**1 ora** circa).
- Il **Piedibus** consente di far camminare per 15-20 minuti i bambini della primaria (e i loro accompagnatori): più di **1 ora** alla settimana guadagnata.
- Fare rete con l’ **Amministrazione Comunale e le Società sportive/ricreative**

Il debito familiare

- Se al termine di tutte le opportunità organizzate o quotidiane, il **bilancio delle 7 ore non è stato soddisfatto**, occorre utilizzare al meglio il **weekend familiare** che può colmare il debito con scelte intelligenti: il tempo per una passeggiata, uno sport nuovo da provare insieme, una biciclettata sono valide alternative a “divano, bibita e TV” , anche se potrebbero sembrare impegni onerosi al termine di una lunga e faticosa (anche se spesso sedentaria) settimana di lavoro.
- Anche nell’organizzazione familiare si possono considerare **compiti che prevedono l’attività fisica**: dare una mano nelle pulizie di casa tenendo in ordine la propria stanza o occuparsi dell’animale domestico facendolo giocare o portandolo fuori per una passeggiata, sono tutte opportunità per “ridurre il debito”.
- Cerchiamo sempre **l’aria aperta** e non ambienti chiusi...3 ore al centro commerciale non sono la migliore espressione di corretta regolare attività fisica.

Schede curriculari

Rete delle Scuole che Promuovono Salute della provincia di Lecco

Scheda progetto "Diritto al movimento"

Fascia di età 6-7 anni

diritto: almeno 1 ora/giorno

Scuola Primaria 1° Ciclo	ore	Famiglia	ore	Società sportive	ore
Attività in aula		giornaliere			
Riflessioni collettive sulla conoscenza del proprio corpo (scienze) e sulle norme igieniche per mantenerlo in forma. Riflessioni sulle regole e sull'importanza del loro rispetto. Avviamento schemi motori di base. Il gruppo come risorsa di diversità positive. <ul style="list-style-type: none"> • Senso del ritmo • Coordinazione • Giochi di movimento legati alle varie attività proposte nelle diverse discipline, in particolare in lingua straniera e musica Si possono recuperare "giochi popolari" intervistando i genitori o i nonni. La scuola cerca di garantire informazioni ai genitori per opportunità gratuite o a basso costo di attività sportiva.	1	REALI <ul style="list-style-type: none"> • Partecipazione al Piedibus – solo alcuni alunni e non tutti i plessi dell'istituto. • Raggiungere la scuola a piedi con i propri genitori – solo alcuni alunni. SI AUSPICANO: <ul style="list-style-type: none"> • Estensione e adesione maggiore al Piedibus o sua attivazione ove non presente • Giochi liberi all'aperto (parco giochi del paese) per favorire il movimento e anche la socializzazione dei figli in contesti diversi. 	Conoscenza delle società sportive che operano sul territorio (interventi in classe di qualche sportivo locale) Solo alcuni alunni praticano già regolarmente a questa età degli sport, in particolare ginnastica artistica e nuoto. SI AUSPICANO eventualmente prime esperienze di movimento alla scoperta del corpo e delle regole.	1 (al mese)	
Attività in palestra					
Educazione motoria con l'insegnante di classe con i seguenti obiettivi: <ul style="list-style-type: none"> • Acquisire gli schemi motori di base • Sviluppare la coordinazione • Controllare le condizioni di equilibrio • Mettere in atto comportamenti di autocontrollo • Partecipare attiva ai giochi nel rispetto delle regole • Rappartarsi correttamente con i compagni Durante l'anno, all'interno di queste due ore: <ul style="list-style-type: none"> • Giochi psicomotori – primi mesi di classe I con un esperto. • Progetto regionale "A scuola di sport" – 2° quadrimestre, classi I e II, 1 h sett con esperto. • Progetto nazionale "Sport in classe" – 2° quad., classi I e II, 1h mensile con esperto. Percorsi di diverso genere per imparare a conoscere il proprio corpo, potenzialità e limiti. Giochi individuali.	2		Progetto "prova con noi" per quanto concerne gli sport che si possono fare in palestra o al chiuso (sport vari).	1 (al mese)	

Rete delle Scuole che Promuovono Salute della provincia di Lecco

Giochi di gruppo di vario genere per imparare a "giocare con gli altri". Iniziativa "giochiamo con i nonni", i nonni insegnano ai bambini i giochi delle epoche passate. Adesione ai progetti proposti dal CONI (nazionali) e dalla regione Lombardia. Interventi di allenatori/atleti su alcuni sport offerti dalle società sportive del territorio (del paese o dei paesi limitrofi).					
Attività all'aperto		Weekend			
Utilizzazione del giardino della scuola per creare percorsi (anche stabili) Momenti di ricreazione (15 min intervallo mattina, 30 min circa pausa pranzo): si possono praticare "giochi popolari" utilizzando la ricreazione pre o post refezione giochi liberi di movimento (corsa, giochi di gruppo "ghiaccio", bandiera, giochi a contatto con la terra/prato...). Le esperienze variano molto nei vari plessi dell'istituto in base alla disponibilità di spazio esterno all'edificio scolastico. Alcune insegnanti propongono di portare, ove è possibile in base alla sicurezza, funicelle, elastici...		Compensazione delle attività sportive (la scuola potrebbe suggerire attraverso un pieghevole, qualche percorso da fare con i propri figli al parco giochi o nel proprio giardino) SI AUSPICANO: <ul style="list-style-type: none"> • Passeggiate. • Attività motorie di tutta la famiglia (gita in bicicletta, ...) 		Progetto "Prova con noi" sport che richiedono l'utilizzo di spazi all'aperto	1 (al mese)
Attività esterne (piscina, passeggiate)					
Camminate organizzate sul proprio territorio (conoscenza geografica, sociale, resistenza del corpo alla fatica, progettazione di semplici percorsi da proporre agli altri bambini e genitori). Attività di orienteering Corsi di nuoto di base		Come sopra ma percorsi nel paese (suggerimenti anche dalla protezione civile, pro loco...)		Affiancare le uscite con persone degli staff sportivi (soprattutto per passeggiate in montagna-CAI)	

Come usare le schede

- Le schede partono dall'assunto scientifico che ogni allievo debba effettuare almeno 1 ora di attività fisica ogni giorno. Pertanto **ogni settimana c'è un credito di 7 ore da assolvere**. Ogni Scuola deve garantire almeno 2 ore previste dalla didattica e verificare altri spazi/opportunità perseguibili.
- La scheda può essere utilizzata sia come strumento di **autoanalisi dell'offerta**, in analogia al Profilo di Salute in uso nella Rete SPS, al fine di effettuare un bilancio e "misurare" il debito di attività fisica settimanale da affrontare, che come **strumento progettuale** per incrementare l'offerta base.
- Una **scheda di monitoraggio individuale** nella quale ogni singolo alunno alimenta settimanalmente in modo guidato le attività effettivamente svolte sia in ambito scolastico (Piedibus, intervallo ricreazione, intervallo mensa, educazione motoria) che extrascolastico (attività sportiva, gioco libero, passeggiate) con una prima sommatoria dal lunedì al venerdì e i "compiti a casa" delle ore da integrare nel weekend per raggiungere l'obiettivo settimanale delle 7 ore.
- Una **scheda di monitoraggio settimanale di classe** ove, oltre alle attività comuni a tutti (ore di palestra, alfabetizzazione motoria), ogni allievo possa contribuire con le attività svolte a livello individuale (Piedibus, camminate giornaliere effettuate, attività fisica ordinaria, sport praticato) inserendo lo specifico minutaggio.
- Resta fondamentale che al termine della settimana scolastica, i **genitori abbiamo un report dei bisogni dei propri figli** di attività fisica da soddisfare con scelte di salute nel weekend.



Mostra storico –fotografica

**” 100 anni di CONI e 100 anni di sport in provincia di Lecco”
Malgrate presso “La Quadreria Bovara Reina”
26 settembre - 04 ottobre 2015**

serate tematiche

Martedì 29 settembre ’ ore 20.00	Conferenza :	“100 anni di sport in provincia di Lecco” Racconti , aneddoti e curiosità dello sport lecchese.
Mercoledì 30 settembre ore 20.00		“ Serata con i Campioni”
Giovedì 01 ottobre ’ ore 20.00		“ Serata di Psicologia dello sport”
Venerdì 02 ottobre ’ ore 18.00		“ Sport e Alimentazione “

A SCUOLA PER UN LAVORO SICURO



- **Promotori:**



OPTA LECCO

OPP INDUSTRIA LECCO

OPPC CONFAPI LECCO

Nell'ambito del Comitato Provinciale Coordinamento ex art. 7 D. Lgs 81/08

- **ASL LECCO**
- **INAIL LECCO**
- **Direzione Territoriale Lavoro Lecco**
- **Ufficio Scolastico Territoriale di Lecco**
- **Scuole in sperimentazione** Istituto BADONI Lecco e Istituto FIOCCHI Lecco

PERCHÉ IL PROGETTO

REALIZZARE un programma di intervento finalizzato a sperimentare percorsi di formazione rivolti agli studenti di due istituti tecnici lecchesi per **promuovere la cultura della sicurezza** e garantire l'acquisizione di conoscenze e competenze necessarie per **l'alternanza scuola lavoro** e per **l'inserimento lavorativo**.

- **IIS BADONI DI LECCO**
- **IIS FIOCCHI DI LECCO**

GLI OBIETTIVI SPECIFICI

- Promozione del **rapporto scuola lavoro** tra le aziende e gli istituti coinvolti
- Promozione della **sicurezza per i docenti** della scuola (prevedendo al bisogno anche un seminario rivolto agli insegnanti)
- Promozione della cultura della sicurezza con il **riconoscimento da parte delle imprese e degli enti preposti del valore formativo della scuola** anche in relazione alla risposta alle esigenze specifiche del mondo del lavoro e delle istituzioni del territorio
- Promozione di interventi formativi sul tema della sicurezza per **fare in modo che i giovani studenti possano inserire nuove conoscenze e nuove competenze nel proprio curriculum di ingresso e le aziende che li assumono possano considerare in buona parte assolto l'obbligo formativo** previsto dall'Accordo Stato-Regioni.
- Sperimentazione del **“libretto Formativo per la sicurezza”**