



**UISP**

---

sportpertutti

Comitato di Ciriè Settimo Chivasso

**GNAM – GIOCO, NUTRIZIONE,  
ATTIVITÀ MOTORIA**

PRESENTATO DA: UISP CIRIÈ SETTIMO CHIVASSO

SEZIONE POLITICHE EDUCATIVE E SOCIALI

VIA MATTEOTTI 16, 10073, CIRIÈ, TO

## GNAM – GIOCO, NUTRIZIONE, ATTIVITÀ MOTORIA

### LINEE GENERALI

<b>Nome del progetto</b>	GNAM – Gioco, Nutrizione, Attività Motoria
<b>Promosso da</b>	Sezione politiche educative e sociali del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso
<b>Equipe</b>	Istruttori qualificati e formati da UISP, formatori UISP

### PREMESSA

Il mondo contemporaneo vede l'obesità infantile come un'emergenza sociale, che ci coinvolge in maniera diretta o indiretta e di fronte alla quale non possiamo restare passivi, perché l'Italia si trova ai primi posti in Europa per numero di bambini coinvolti. I fattori determinanti possono essere ricercati nella crescente sedentarietà ed alimentazione non equilibrata. Gli enti pubblici si occupano del problema solo relativamente alla scuola primaria, tuttavia sarebbe bene agire anche sui soggetti compresi tra i 3 e i 6 anni, una fascia d'età in cui i bambini prendono coscienza e acquisiscono il senso del proprio sé fisico, il controllo del corpo, delle sue funzioni, della sua immagine, delle possibilità sensoriali ed espressive e di relazione e imparano ad averne cura attraverso l'educazione alla salute.

GNAM è un'azione sociale che riesce a coinvolgere i bambini, grazie alla partecipazione di genitori e insegnanti, aiutandoli a capire che educare fin dalla scuola dell'infanzia, ad uno stile di vita attivo, all'acquisizione di abitudini alimentari sane con sviluppo di occasioni di movimento formale ed informale, è un'opportunità imperdibile. A tale proposito il Comitato Territoriale UISP Ciriè Settimo Chivasso condivide, cooperando, gli obiettivi di miglioramento della salute del cittadino con l'A.S.L. TO4 di Ciriè, Chivasso e Ivrea.

### DESTINATARI

I principali destinatari del progetto sono i bambini di 3, 4 e 5 anni, ma si punta anche al coinvolgimento delle famiglie, per la divulgazione delle buone pratiche di uno stile di vita sano, non solo all'interno del contesto scolastico.

### OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

- Sottolineare come tutte le attività informali di vita quotidiana e i giochi all'aperto siano tanto significativi ed importanti quanto le attività espressive e di movimento libero o guidato.
- Contrastare la sedentarietà fin dall'infanzia: l'inattività causa, infatti, obesità e altre gravi malattie.
- Evidenziare gli stili alimentari rischiosi per la salute, rendendo competenti i bambini nella scelta di comportamenti alimentari che salvaguardano il proprio benessere psicofisico.
- Offrire strumenti attraverso i quali i bambini possano aumentare le occasioni di acquisire competenze, motivazione e risorse per intraprendere attività volte al miglioramento del proprio stile vita.

- Incentivare il movimento come veicolo di educazione al rispetto dell'altro, rispetto delle regole, veicolo di socialità, non discriminazione, convivenza civile e impegno sociale.
- Diffondere e confermare la convinzione che gli asili e le scuole dell'infanzia rappresentano un ambiente positivo per trasferire alle famiglie conoscenze sui corretti stili di vita.
- Integrare le attività del progetto con gli obiettivi e le competenze disciplinari definite dal Curricolo e dalla Programmazione d'Istituto, potenziando così l'offerta formativa della scuola.

---

## METODOLOGIA

### GIOCO, ATTIVITÀ MOTORIA (7 incontri)

Gli istruttori – laureati SUISM formati da UISP e ASLTO4 – proporranno giochi con percorsi composti da movimenti in successione, ponendosi piccoli semplici obiettivi, poiché i traguardi sono relativi: ogni piccolo passo è sempre un grande traguardo. Attraverso il racconto di storie, si cammina, si salta, si trova la strategia migliore per eseguire movimenti singoli o in sequenza, accompagnati dalla musica, per apprendere a muoversi nello spazio in maniera coordinata ma allo stesso tempo ludica e divertente.

### NUTRIZIONE (3 incontri)

Gli educatori – laureati in Scienze dell'Educazione e formati da UISP e ASLTO4 – condurranno un intervento di educazione alimentare attraverso un progetto educativo globale, metadisciplinare, mirato alla maturazione complessiva degli allievi, che potendo, dovrebbe coinvolgere tutta la comunità educativa, nel suo contesto familiare, territoriale, culturale. Il percorso educativo si svilupperà attraverso giochi che stimolano la creatività in modo da permettere ai piccoli partecipanti di assimilare le conoscenze base di una dieta sana, ma senza annoiarsi.

---

## MONITORAGGIO

Nell'ambito del progetto verranno organizzate diverse riunioni di equipe con i formatori dove verranno analizzati diversi aspetti, tra i quali la rilevazione dei bisogni dei bambini, l'identificazione degli obiettivi specifici perseguiti, riferiti anche alle finalità generali dell'educazione alla salute, della prevenzione e della, la scelta dei percorsi formativi e metodologici più adatti ad ogni classe ed infine la verifica di risultati attesi in termini di processi, esiti e modifica dei comportamenti.

---

## COSTI

Numero di ore/classe	Frequenza	Costo/bambino
10h (incontri da 1h)	1 incontro alla settimana	12€ (IVA inc.)

---

## CONTATTI

**Responsabile delle politiche educative e sociali** Fabrizia Lovarini

**TEL** 0119203302

**CELL** 3425702202

**EMAIL** [fabrizia.lovarini@uispsettemocirie.it](mailto:fabrizia.lovarini@uispsettemocirie.it)