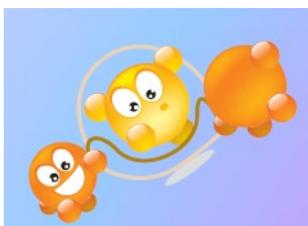


## Campagna di promozione degli stili di vita attivi

### “Diamoci Una Mossa”

**Di cosa si tratta** è un'attività educativo-sociale basata



sul **gioco** e sull'**attività fisica**

sull'acquisizione e mantenimento di **sani stili di vita**



**A chi è rivolto**

Bambini della **scuola primaria** età 6 - 11 anni



**Insegnanti** della scuola primaria



**Famiglie**



## Obiettivi

Insegnare a contenere il tempo quotidiano trascorso da seduti **privilegiando opportunità di movimento e svago**, quindi ci si rivolge in particolare a quei **bambini, le cui scarse occasioni di movimento, li rendono privi delle competenze motorie di base**



**Supportare gli insegnanti** nella **progettazione/programmazione** di attività legate all'**educazione motoria/fisica/sportiva** e nella **trasmissione agli studenti di interesse e voglia di sperimentarsi nel movimento libero o strutturato**

**Incentivare momenti di condivisione di esperienze di gioco e di movimento con i propri figli** attraverso occasioni di festa ed eventi sociali e sportivi

## Cosa facciamo

Proposte coerenti con i livelli di sviluppo e maturazione del bambino in fascia scolare:

**7 incontri in palestra o in spazio aperto** adiacente alla scuola (se presente), resta comunque condizione minima indispensabile, la disponibilità della palestra, per gli incontri fissati.

L'esperto condurrà le lezioni, impostando schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare, coordinazione e motivazione), sfruttandoli per impostare percorsi e giochi motori che sviluppino la consapevolezza del proprio corpo, il controllo dei propri movimenti nello spazio, per apprendere a muoversi con disinvoltura e infine cooperare e interagire a coppie, a gruppi e con l'intera classe, per superare diffidenze e diversità. Una parte della lezione è riservata a giochi motori e tradizionali, in cui si valuterà la capacità dei componenti del gruppo, di fare squadra, condividere esperienze, situazioni e regole.





**3 incontri in classe in cui si fanno attività pratiche legate al cibo :**

- giochi su “gusti e disgusti”
- giochi su “aspetti e sapori”
- giochi su “odori e colori”
- giochi su “identikit degli alimenti”
- giochi su “gruppi di alimenti”
- giochi su “energia e alimentazione”.

Gli argomenti vengono affrontati e modulati in base ai prerequisiti e alle conoscenze già note, alla rilevazione dei bisogni del singolo e dell'intero gruppo classe, ai processi educativi in corso e alla programmazione didattica in corso.

La metodologia proposta è basata sull'apprendimento cooperativo, quindi si utilizza un approccio laboratoriale e non frontale.

Le attività sono tenute da istruttori SUIISM, per quanto riguarda l'attività motoria e da educatori per i laboratori sull'alimentazione.

Le attività si svolgono in collaborazione con ASL TO4, servizio di igiene degli alimenti e nutrizione, che fornisce una formazione agli operatori del progetto.

**Modulo da 10 ore per ciascuna classe, al costo di € 12 per ciascun bambino, IVA compresa.**

Ad ogni bambino che partecipa per la prima volta al progetto, sarà dato un kit che comprende

- il diario di Diamoci una mossa*
- depliant informativo*
- tabloid di Diamoci una mossa*
- brochure informativa per genitori e brochure per insegnanti*
- posterone di Diamoci una mossa per l'intera classe.*

Al termine dell'anno scolastico, si terrà una festa finale per tutti i bambini partecipanti con giochi e consegna attestati di partecipazione.

**Per ulteriori informazioni:**

**Fabrizia Lovarini**  
tel. 0119203302  
cell. 3425702202  
[fabrizia.lovarini@uispsettimocirie.it](mailto:fabrizia.lovarini@uispsettimocirie.it)