

Progetto "A SPASSO CON LA TUA SCHIENA"	
Referente aziendale	
Inquadramento generale	<p>Il progetto "A spasso con la tua schiena":</p> <ul style="list-style-type: none"> • prende forma dalla consapevolezza che la diffusione di una postura scorretta tra gli studenti rappresenta un fenomeno preoccupante. Un semplice atteggiamento viziato, se non affrontato e corretto, evolve quasi sicuramente in scoliosi, artrosi precoce, discopatie, blocchi diaframmatici; • tiene conto che il "Piano Sanitario Regionale 2002-2004" sottolinea l'importanza di attivare interventi preventivi sull'insorgenza di patologie muscolo-scheletriche dovute a posture incongrue.
Ambito territoriale di attuazione	Distretto di Eboli-Buccino
Obiettivi educativi	<ul style="list-style-type: none"> • Promuovere la cultura dell'ergonomia e del corretto atteggiamento posturale come forma di prevenzione dei paramorfismi vertebrali. • Acquisire nuove conoscenze sul tema dell'ergonomia/corretta postura. • Promuovere l'adozione di competenze attinenti all'ergonomia/postura corretta. • Facilitare l'acquisizione d'idonei comportamenti ergonomici/posturali in merito all'uso dello zainetto scolastico, alla postura corretta al banco di scuola, davanti al videoterminale e in altri contesti. • Favorire la consapevolezza del proprio corpo. • Migliorare le competenze comunicative e la cooperazione.
Rivolto a	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Studenti delle scuole primarie (target diretto/finale). ▪ Docenti delle scuole primarie, genitori degli studenti coinvolti (destinatari/moltiplicatori correlati al target diretto/finale). ▪ Operatori di altre istituzioni/agenzie e organismi del non profit coinvolgibili nel progetto (destinatari/moltiplicatori correlati al target diretto/finale).
Tematiche	<ul style="list-style-type: none"> • Nozioni riguardo l'apparato muscolo-scheletrico, ed in particolare l'anatomia e fisiologia della colonna vertebrale. • Le cause del mal di schiena. • Le patologie muscolo-scheletriche più comuni nell'infanzia e nella pre-adolescenza. • Come scegliere lo zainetto e come utilizzarlo al fine di evitare il mal di schiena. • La corretta posizione seduta al banco di scuola e in altri contesti. • Le caratteristiche di una postazione al videoterminale ergonomica per il bambino e la corretta posizione seduta davanti al videoterminale. • Esercizi per mantenere il sistema muscolo-scheletrico in salute e per contrastare la staticità delle attività al videoterminale, al banco di scuola e al tavolo di studio.
Attività Metodo Strumenti	<p>Il progetto prevede le seguenti azioni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • un <u>percorso educativo-formativo rivolto agli insegnanti</u>, aventi le seguenti caratteristiche: <ul style="list-style-type: none"> ○ si articola in 3 incontri; ○ assume le seguenti finalità: <ul style="list-style-type: none"> ▪ presentare il progetto e condividere il modello delle "Scuole Promotrici di Salute"; ▪ migliorare le conoscenze/competenze su l'educazione alla salute, le tecniche educative e la comunicazione efficace; ▪ migliorare le conoscenze sul tema dell'ergonomia scolastica, sulle corrette regole comportamentali e sui segnali che il corpo comunica; ▪ acquisire abilità e potenziare le competenze per promuovere processi educativi nel gruppo classe, per favorire l'adozione, da parte degli studenti, di idonei abitudini ergonomiche/posture corrette; ▪ condividere un percorso didattico/educativo - in termini di contenuti, sussidi e materiali didattici, periodo, n° di incontri mensili - per sviluppare il tema del progetto in classe da parte dei docenti; ▪ condividere le schede per i docenti (es. schede di osservazione, di monitoraggio delle attività); ○ prevede il trattamento di vari argomenti(es. - il concetto di Salute ed i suoi determinanti; - la Scuola che Promuove la Salute; - la comunicazione efficace e l'educazione alla salute; - l'anatomia e fisiologia della colonna vertebrale, le cause del mal di schiena; - le corrette modalità di scelta e di utilizzo dello zainetto; - il banco di scuola e la corretta postura da prendere; - i rischi legati ad un uso prolungato del videoterminale e la corretta postura da adottare; - esercizi per conservare il sistema muscolo-scheletrico in un buono stato di salute; - la postura quale elemento di comunicazione non verbale);

- prevede l'illustrazione del materiale didattico, affinché i docenti possano sviluppare il tema nel setting scolastico. Tale materiale si configura come una proposta da condividere con loro;
- prevede, oltre a momenti frontali, una metodologia didattica di tipo attivo, che favorisca la partecipazione dei docenti.
- un percorso educativo - formativo rivolto ai genitori. Il percorso prevede 1-2 incontri, affinché anche i genitori siano parte attiva nel cambiamento degli stili di vita e nell'adozione di comportamenti virtuosi, sul tema dell'ergonomia e corretta postura. Le finalità del percorso sono le seguenti:
 - illustrare il progetto (es. obiettivi, azioni integrate da realizzare, etc);
 - migliorare le conoscenze e facilitare l'acquisizione di competenze sul tema della ergonomia/corretta postura, sulle corrette regole comportamentali e sui segnali che il corpo comunica;
 - consigliare i familiari sulle strategie per riconoscere le patologie del rachide, informarli e sensibilizzarli sulla ergonomia/corretta postura;
 - stimolare i genitori affinché assumano specifici impegni sul tema progettuale, quali:
 - sostenere il proprio figlio nei compiti formativi previsti dal progetto;
 - adottare in prima persona coerenti comportamenti sul tema della ergonomia/corretta postura;
 - incentivare l'acquisizione d'idonei comportamenti inerenti all'uso dello zainetto scolastico, alla postura corretta in casa, davanti al videoterminale e in altri contesti.
- un percorso educativo - formativo per gruppo classe. Le attività rivolte agli studenti prevedono prevalentemente due azioni:
 - una condotta dagli insegnanti che, a seguito della formazione, sviluppano nel gruppo classe la tematica dell'ergonomia e corretta postura (avvalendosi dei sussidi didattici ricevuti), configurandola come parte integrante dell'attività didattica curriculare;
 - un'altra dal gruppo di lavoro dell'ASL che assicura il supporto metodologico alle insegnanti e prevede un incontro finale con il gruppo classe per ampliare le conoscenze degli alunni, sul tema della corretta postura, nonché a rafforzare il messaggio educativo, precedentemente trattato dagli insegnanti.
- azioni di orientamento e supporto verso il dirigente scolastico e i docenti, affinché ogni Istituto configuri/rafforzi il modello di "Scuola Promotrice di Salute", in accordo con i principi di HIAP. Le azioni di sostegno metodologico che si prevedono di garantire ad ogni Scuola sono diverse, quali:
 - aiutare ad analizzare il contesto scolastico, definire check list per individuare le aree criticità e le opportunità - in merito al tema del progetto e alle diverse aree di attività per promuovere la salute nel contesto scolastico - e, in tal modo, delineare il "Profilo di Salute" della Scuola;
 - sostenere la definizione del "Piano di miglioramento" (in base al "Profilo di Salute" predisposto) per attivare le azioni identificate, superare le criticità e migliorare il contesto scolastico;
 - aiutare ad individuare/predisporre sussidi per le azioni migliorative da realizzare.

Metodi e Strumenti

Il progetto assume i seguenti elementi metodologici di riferimento: - tener conto della funzione centrale degli insegnanti per il loro rapporto diretto/continuo con gli studenti e per il loro ruolo specificamente rivolto al trasferimento di conoscenze e competenze agli studenti; - garantire una stretta integrazione tra gli operatori, gli insegnanti e gli ulteriori attori delle altre Istituzioni/Agenzie coinvolte; - adottare la metodologie esperienziale per favorire la partecipazione "attiva" degli insegnanti/studenti e genitori; - adottare una idonea modalità relazionale e porsi in maniera empatica ed utilizzare un linguaggio idoneo, chiaro e semplice salvaguardando, al tempo stesso, il contenuto scientifico; - prevedere lo sviluppo della tematica del progetto da parte dei docenti, nell'ambito dell'attività curriculare, al fine di far vivere l'intervento educativo come parte integrante dell'attività didattica, nonché assicurare la continuità e l'estensione delle azioni educative.

E' previsto l'impiego di sussidi didattici, schede stimolo, materiali educativo/formativo, oggetti esplicativi.

Modalità di avvio e gestione del progetto

La fase di avvio prevede un incontro, con i vari partner coinvolti, per presentare il progetto e la modalità per attivare la programmazione integrata di contesto. La fase di co-progettazione prevede di:

- costituire un coordinamento di lavoro inter-istituzionale (composto dal referente del progetto, da un referente di ogni Scuola coinvolta e da un referente di ciascuna altra istituzione/agenzia aderente alla progettualità) al fine di: - definire e condividere gli impegni che ciascun componente del tavolo assume (ASL, Scuole, altre Istituzioni/Agenzie) funzionali a realizzare il progetto nell'ottica dell'intersectorialità; - delineare un piano comune funzionale a realizzare gli interventi nel setting scolastico e, eventualmente, nel contesto della comunità;
- costituire, presso ogni Scuola coinvolta, un gruppo di lavoro inter-istituzionale (composto da una rappresentanza del gruppo di lavoro dell'A.S.L., degli insegnanti e da operatori di altre istituzioni/agenzie

	<p>aderenti al progetto) al fine di: - conoscere ed integrare le altre iniziative della Scuola con le attività progettuali; - definire un piano di comune inerente agli interventi da attuare, che tenga conto dei bisogni e delle caratteristiche di ciascuna Scuola, del rapporto tra questa e l'ambiente sociale; - definire le modalità per favorire la partecipazione ai percorsi formativi dei docenti/genitori; - individuare le classi da coinvolgere nel percorso educativo-formativo, nonché strutturare il percorso d'intervento (definendo n° di incontri, contenuti, sussidi didattici, i compiti tra gli attori coinvolti, etc.); - condividere il modello "<i>Scuola Promotrice di Salute</i>" e le azioni consequenziali; - realizzare, in stretta integrazione, gli interventi e assicurare la valutazione dei risultati.</p>
<p>Verifica e diffusione dei risultati</p>	<p>La valutazione è basata, oltre che sulla verifica di processo, anche sull'analisi: - dei questionari ingresso/uscita per valutare il miglioramento delle conoscenze/competenze inerente la tematica del progetto, da parte dei fruitori degli interventi; - delle schede di gradimento per valutare la soddisfazione delle attività da parte dei fruitori degli interventi.</p> <p>Per la diffusione dei risultati si prevede di: - tenere rapporti con i mass media per garantire ampia diffusione delle diverse azioni realizzate e dei risultati raggiunti; - inserire nei siti web dell'ASL e delle altre Istituzioni coinvolte materiale e documentazione sulle attività realizzate; - diffondere i risultati ottenuti, tramite report ed incontri/eventi, verso le Scuole che partecipano alla realizzazione del progetto.</p>