



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO COMPRENSIVO GUICCIARDINI
Scuola Infanzia, Primaria, Secondaria di primo grado

PROGETTO DI ISTITUTO BEN-ESSERE A SCUOLA

Delibera del Collegio Docenti n. 25 del 4/11/2025

Delibera del Consiglio di Istituto n. 21 del 13/11/2025

Premessa

Il benessere psicofisico di bambini e adolescenti rappresenta una condizione imprescindibile per garantire uno sviluppo armonico, equilibrato e duraturo, sia sul piano individuale che su quello sociale. La salute, come definita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), non si limita all'assenza di malattia, ma si configura come uno stato di completo benessere fisico, mentale ed emotivo, in cui la persona può esprimere pienamente le proprie potenzialità, instaurare relazioni significative e partecipare attivamente alla vita comunitaria. Il benessere è un concetto complesso e multidimensionale, influenzato da una molteplicità di fattori: biologici, psicologici, relazionali, ambientali e culturali. Esso si costruisce giorno dopo giorno attraverso esperienze, scelte e contesti educativi che ne favoriscono la consapevolezza e la cura. Promuovere il benessere significa sostenere l'autoefficacia, la resilienza, la soddisfazione personale e la capacità di affrontare le sfide della vita con equilibrio e fiducia. In ambito scolastico, ciò si traduce in una maggiore motivazione allo studio, in relazioni positive tra pari e con gli adulti, e in un clima inclusivo e accogliente.

La scuola, in quanto agenzia educativa primaria, ha il compito non solo di trasmettere conoscenze, ma anche di formare cittadini consapevoli, responsabili e solidali. Educare alla salute, alla sicurezza, alla cittadinanza attiva e alla consapevolezza affettiva significa offrire agli studenti strumenti concreti per prendersi cura di sé e degli altri, per riconoscere e gestire le proprie emozioni, per adottare comportamenti sani e rispettosi, e per contribuire al benessere collettivo.

In questo contesto, l'ambiente scolastico si configura come uno spazio privilegiato per la promozione di stili di vita salutari, per la prevenzione di comportamenti a rischio e per la valorizzazione della cultura della solidarietà, della donazione e dell'inclusione. Particolare attenzione va riservata anche agli studenti che, per motivi di salute, vivono situazioni di ospedalizzazione: il servizio di "Scuola in ospedale" rappresenta un presidio fondamentale per garantire il diritto allo studio, la continuità educativa e il mantenimento del legame con la comunità scolastica. Investire nel benessere a scuola significa investire nel futuro, costruendo una società più sana, più equa e più consapevole.

Obiettivi generali

- Diffondere la cultura della salute e del benessere.
- Promuovere stili di vita sani: alimentazione equilibrata e movimento.
- Educare all'affettività e alla sessualità consapevole.
- Prevenire dipendenze e comportamenti a rischio.
- Promuovere la cultura della sicurezza e della donazione.
- Favorire la cittadinanza consapevole e responsabile.
- Garantire il diritto allo studio anche in situazioni di ospedalizzazione.
- Coinvolgere famiglie e territorio in un'azione educativa condivisa.

Obiettivi Specifici



- Informare sui fattori di rischio e protezione per la salute.
- Potenziare le competenze emotive e relazionali (empatia, ascolto, gestione dei conflitti).
- Sensibilizzare sull'importanza dell'attività fisica e dell'alimentazione equilibrata.
- Educare alla sessualità consapevole e al rispetto reciproco.
- Promuovere comportamenti sicuri e responsabili.
- Valorizzare la cultura della donazione e della solidarietà.
- Attivare laboratori tematici con esperti qualificati.
- Offrire uno spazio di ascolto e consulenza attraverso lo sportello psico-pedagogico.
- Intercettare precocemente situazioni di disagio emotivo, relazionale o scolastico.
- Sostenere studenti e famiglie nel percorso educativo e formativo.
- Favorire il benessere del personale scolastico attraverso momenti di confronto e supporto.

Destinatari

- Studenti di tutte le classi
- Docenti e personale scolastico
- Famiglie
- Enti e associazioni del territorio

Articolazione del Progetto

Fase Informativa

- Incontri con esperti (psicologi, medici, nutrizionisti, educatori)
- Visione di film e documentari tematici
- Questionari iniziali per rilevare conoscenze e bisogni

Fase Laboratoriale

- Laboratori di educazione alimentare e cucina sana
- Attività motorie e sportive (yoga, camminate, tornei)
- Percorsi di educazione affettiva e sessualità consapevole
- Laboratori sulla prevenzione delle dipendenze e comportamenti a rischio
- Attività sulla sicurezza personale e ambientale
- Iniziative sulla cultura della donazione e della cittadinanza attiva

Fase Territoriale e Inclusiva

- Collaborazioni con ASL, consultori, associazioni sportive e culturali
- Giornate tematiche aperte alle famiglie ("Giornata della Salute", "Giornata della Sicurezza")
- Partecipazione a campagne nazionali ("Settimana del Benessere Psicologico", "Giornata della Donazione")
- Attivazione e supporto del servizio "Scuola in ospedale"

Metodologia

- Didattica attiva e partecipativa (role playing, cooperative learning)
- Educazione tra pari (peer education)
- Apprendimento esperienziale e laboratoriale
- Incontri interattivi con esperti
- Approccio integrato tra salute, affettività, sicurezza, inclusione e cittadinanza

Verifica e Valutazione

- Questionari finali di gradimento e autovalutazione
- Raccolta di materiali prodotti (relazioni, cartelloni, video)

- Monitoraggio della partecipazione
- Report finale per Collegio Docenti e Consiglio d'Istituto

Tempi di Realizzazione

Anno scolastico 2025/2026 - Da ottobre a giugno

Risorse Necessarie

- Esperti esterni
- Materiale didattico e informativo
- Spazi scolastici per attività laboratoriali
- Collaborazioni con enti pubblici e privati
- Coordinamento con strutture ospedaliere per il servizio "Scuola in ospedale"

Progetti

- Progetto "Esploriamoci per conoscerci" laboratorio ludico esperienziale di promozione del benessere in collaborazione con il Meyer Health Campus di Firenze
- Progetto Mensa "Salute e Benessere": alimentazione e benessere
- Sportello Pedagogico a scuola
- Adesione alla Rete Scuole Promuovono Salute Toscana
- Realizzazione di progetti Area Salute per le scuole -Azienda Usl Toscana Centro in collaborazione con UFC Promozione della Salute nelle aree tematiche previste dal Piano Regionale di Prevenzione: area affettività e sessualità consapevole adesione al percorso "Affettivamente" (Sec. I grado); area alimentazione e movimento adesione al progetto "Stretching in classe" (Primaria) e "Stretching che favola!"(Infanzia); area la cultura del donazione e della cittadinanza consapevole corso "Il mio mondo online"(Primaria).
- Incontro tematici con esperti: medici, nutrizionisti, professionisti della salute per incontri formativi e di sensibilizzazione per studenti, docenti; famiglie e territorio
- Attività fisica: attività di sensibilizzazione sull'importanza del movimento fisico
- Progetti di Educazione alla sostenibilità e attività che sensibilizzano gli studenti su come la salute dell'individuo si colleghi alla salute dell'ambiente
- Progetto "Aula Aquilone -A scuola il riciclo della carta vola" L.C.I. Lavorazione Carta Riciclata Italiana. Sensibilizzare e responsabilizzare le nuove generazioni nell'ambito dell'economia circolare, sull'importanza del recupero sostenibile della carta
- AVIS progetti per la cultura della solidarietà e del dono del sangue

I/LE DOCENTI

LA DIRIGENTE SCOLASTICA

Prof.ssa Anna Maria VECCHIO

