ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE «C. EDERLE»
Corso Fraccaroli, 58 – 37049 Villa Bartolomea (VR)
C.M. VRIC84600R · C.F. 82000230233 · Tel. 0442 1833810
vric84600r@istruzione.it · vric84600r@pec.istruzione.it · www.icvillabartolomea.edu.it

BENESSERE A SCUOLA · EDUCAZIONE ALLA SALUTE · INFANZIA · PRIMARIA · SECONDARIA

A Scuola di Benessere

Nutrire il corpo, muovere la mente, coltivare la salute

Alimentazione, movimento, igiene e sonno con la rete delle Scuole che promuovono salute · a.s. 2026/2027

IL PROGETTO IN BREVE

Rete «Scuole che promuovono salute» e Azienda ULSS 9 Scaligera

Programma «Frutta e latte nelle scuole»

Protocollo con i Coltivatori Diretti: cibo a km 0

Giornate a tema in mensa con dietisti ed esperti

Pause attive e giochi all'aperto

Igiene personale e igiene del sonno

ESTREMI

Destinatari: bambini e alunni dei tre ordini di scuola

Reti: Scuole che promuovono salute; Frutta e verdura nella scuola; Coldiretti

Priorità RAV: scuola dell'infanzia; competenze chiave; benessere a scuola

Coordinamento: Funzione strumentale area 4 (inclusione e benessere) e referente per l'educazione alla salute

Allegato al PTOF 2025-2028 – aggiornamento a.s. 2026/2027
L'Offerta formativa › Benessere a scuola – «Educazione alla salute e ai corretti stili di vita»

Indice

Parte prima – Il progetto

1 Scheda di sintesi
2 Premessa e finalità
3 Coerenza con PTOF, RAV e riferimenti
4 Le azioni
5 Metodologie
6 Risorse
7 Risultati attesi
8 Monitoraggio e valutazione

Parte seconda – Monitoraggio e valutazione

M1 Indicatori e valori obiettivo
M2 Scheda settimanale di classe: merenda e movimento
M3 Griglia di osservazione nella scuola dell'infanzia
M4 Questionario sulle abitudini

1. Scheda di sintesi

Denominazione	«A Scuola di Benessere: nutrire il corpo, muovere la mente, coltivare la salute»
Destinatari	Bambini e alunni della scuola dell'infanzia, della primaria e della secondaria di I grado
Articolazione	Rete delle Scuole che promuovono salute e Azienda ULSS 9 Scaligera; programma «Frutta e latte nelle scuole»; protocollo con i Coltivatori Diretti; giornate a tema con la ditta di ristorazione; integrazione nel curricolo di scienze, Educazione civica ed educazione motoria
Periodo	Anno scolastico 2026/2027
Obiettivi formativi (L. 107/2015)	Art. 1, comma 7: lett. d) cittadinanza attiva; e) sostenibilità ambientale; g) discipline motorie e stili di vita sani; m) scuola aperta al territorio
Priorità RAV	«Risultati di sviluppo e apprendimento nella scuola dell'infanzia», «Competenze chiave europee», «Esiti in termini di benessere a scuola»
Risorse finanziarie	Fondo dell'istituzione scolastica (FIS)
Coordinamento	Funzione strumentale area 4 (inclusione e benessere); referente per l'educazione alla salute e per la rete SPS
Collocazione nel PTOF	PTOF 2025-2028, aggiornamento 2026/27: L'Offerta formativa › Benessere a scuola e prevenzione disagio e fragilità, voce «Educazione alla salute e ai corretti stili di vita»

2. Premessa e finalità

L'Istituto considera la promozione della salute e dei corretti stili di vita parte integrante del successo formativo e del benessere della persona. Il percorso adotta un **approccio di sistema e di rete** per favorire scelte consapevoli su **alimentazione equilibrata, movimento, igiene personale e ritmi di riposo e sonno**.

Finalità

- Riconoscere i gruppi alimentari e la composizione di un pasto equilibrato; preferire merende sane.
- Muoversi di più ogni giorno, a scuola e fuori, contrastando la sedentarietà.

- Curare l'igiene personale e dentale e rispettare i tempi del sonno, riducendo gli schermi la sera.
- Riconoscere il valore del cibo locale e il legame tra agricoltura sostenibile, paesaggio e salute.

3. Coerenza con PTOF, RAV e riferimenti

Obiettivo formativo	Contributo del progetto
Lett. g) – Discipline motorie e stili di vita sani	È l'obiettivo primario: attività motoria strutturata e abitudini alimentari corrette.
Lett. e) – Sostenibilità ambientale	La salute individuale si collega al cibo locale, alla riduzione degli sprechi e all'impronta ecologica della filiera.
Lett. m) – Scuola aperta al territorio	Collaborazione con l'Azienda ULSS 9 Scaligera, i Coltivatori Diretti, gli esperti di nutrizione e la ditta di ristorazione.
Lett. d) – Cittadinanza attiva	Responsabilità verso la propria salute e verso il benessere della comunità scolastica.

Elemento del RAV	Contenuto
Priorità «Risultati di sviluppo e apprendimento nella scuola dell'infanzia»	Rendere omogeneo e sistematico il processo di osservazione e valutazione dello sviluppo dei bambini, attraverso l'adozione condivisa di griglie di osservazione strutturate per sezioni e plessi, così da garantire criteri comuni, confrontabilità dei dati e monitoraggio continuo dei progressi.
Traguardo	Entro il triennio, tutte le sezioni utilizzeranno in modo sistematico le griglie di osservazione d'istituto, compilate in momenti definiti dell'anno e discusse nei team delle sezioni; i dati raccolti consentiranno di monitorare con maggiore precisione i traguardi di sviluppo e di ridurre la variabilità interna ai plessi.
Priorità «Competenze chiave europee»	Potenziare le competenze sociali e civiche e lo spirito di iniziativa degli studenti, promuovendo responsabilità, collaborazione e autonomia operativa all'interno di contesti scolastici concreti.
Traguardo	Entro il triennio, aumentare il numero di alunni che partecipano attivamente a progetti di gruppo, attività di cittadinanza attiva e laboratori interdisciplinari, utilizzando rubriche di osservazione del comportamento collaborativo e registri di partecipazione.
Priorità «Esiti in termini di benessere a scuola»	Favorire un clima scolastico positivo e inclusivo, promuovendo il benessere emotivo, relazionale e sociale degli studenti.
Traguardo	Entro il triennio, incrementare la percezione di sicurezza, inclusione e soddisfazione degli alunni, monitorata tramite questionari periodici sul clima scolastico, osservazioni strutturate in classe, interventi di supporto socio-emotivo, laboratori di educazione alla cittadinanza e alla gestione dei conflitti, attività cooperative in piccoli gruppi.
Contributo del progetto	Il percorso coinvolge i tre ordini di scuola: nella scuola dell'infanzia le abitudini di cura di sé sono osservate con la griglia comune (M3); in tutte le classi sviluppa responsabilità e collaborazione e promuove il benessere psicofisico.

Riferimenti

- Rete delle **Scuole che promuovono salute** e programmi di prevenzione dell'**Azienda ULSS 9 Scaligera**.
- Programma europeo **«Frutta e latte nelle scuole»**.
- **Indicazioni nazionali per il curricolo** (decreto 9 dicembre 2025, n. 221) e **legge 20 agosto 2019, n. 92** (Educazione civica: educazione alla salute e al benessere).

4. Le azioni

Azione	Che cosa si fa
Rete «Scuole che promuovono salute» e Azienda ULSS 9 Scaligera	Interventi validati per la prevenzione dell'obesità infantile, della sedentarietà e delle dipendenze comportamentali, con i dipartimenti di prevenzione dell'Azienda ULSS.
«Frutta e latte nelle scuole»	Nella scuola primaria distribuzione periodica di prodotti ortofrutticoli e lattiero-caseari di qualità, con attività in classe per favorire il consumo quotidiano di frutta, verdura e alimenti genuini.
Protocollo con i Coltivatori Diretti	Filiera corta, cibo a km 0, agricoltura sostenibile e stagionalità: incontri con i produttori locali, laboratori del gusto e uscite nelle fattorie didattiche del territorio veronese.
Ristorazione scolastica ed esperti in classe	Con la ditta che gestisce la mensa della primaria e il Comitato mensa: «Giornate a tema» (ad esempio Giornata della frutta, Menù della tradizione e del territorio, Menù dei colori) e interventi di dietisti e nutrizionisti sulla piramide alimentare e sulla prima colazione.
Integrazione nel curricolo	Scienze ed Educazione civica: principi nutrizionali, igiene personale e dentale, sostenibilità alimentare, igiene del sonno. Educazione motoria: movimento, giochi tradizionali all'aperto, pause attive durante le lezioni, sport inclusivo.

5. Metodologie

- **Laboratori del gusto e sensoriali** con esperti e Coltivatori Diretti.
- **Pause attive:** brevi intervalli di movimento guidato di 3-5 minuti tra una lezione e l'altra.
- **Peer education e giornate a tema:** gli alunni preparano cartelloni, podcast o slogan per le giornate del menù speciale.
- **Incontri interattivi** con gli esperti dell'Azienda ULSS 9 Scaligera e i dietisti, con modelli visivi della piramide alimentare e del «piatto della salute».

6. Risorse

Risorse professionali

- **Docenti di classe e referente per l'educazione alla salute:** coordinamento didattico e moduli di scienze, Educazione civica ed educazione motoria.
- **Operatori sanitari e medici dell'Azienda ULSS 9 Scaligera:** interventi di prevenzione e formazione.
- **Dietisti e nutrizionisti della ditta di ristorazione:** laboratori alimentari e menù a tema.
- **Coltivatori Diretti:** testimonianze, prodotti a km 0, fattorie didattiche.

Risorse materiali

- Materiali del programma «Frutta e latte nelle scuole»; materiali informativi dell'Azienda ULSS 9 Scaligera; attrezzi per l'attività motoria; monitor interattivi.

7. Risultati attesi

Area	Risultati attesi
Abitudini alimentari	Più merende sane (frutta di stagione, yogurt, pane e olio) al posto di prodotti ultra-processati; conoscenza dei gruppi alimentari e del pasto equilibrato.

Area	Risultati attesi
Movimento e cura del corpo	Più tempo dedicato al gioco attivo e allo sport; meno schermi la sera e sonno migliore; routine autonome di igiene personale e dentale.
Cultura e territorio	Valorizzazione del patrimonio agroalimentare veronese e comprensione del legame tra agricoltura sostenibile, paesaggio e salute.

8. Monitoraggio e valutazione

Nelle classi della primaria e della secondaria si rileva per una settimana, a inizio e a fine anno, il tipo di merenda e il movimento quotidiano (M2); nella scuola dell'infanzia le insegnanti osservano le abitudini di cura di sé (M3); gli alunni più grandi compilano un breve questionario sulle abitudini (M4).

Villa Bartolomea, 31/10/2026

La Funzione strumentale area 4 (inclusione e benessere)

_____

Il Dirigente scolastico
Avv. Giuliano Risi

_____

PARTE SECONDA

Monitoraggio e valutazione

Strumenti semplici, ripetibili a inizio e fine anno. Valori obiettivo proposti, da confermare nei team e nei consigli di classe.

Codice	Strumento	Chi lo compila	Quando
M1	Indicatori e valori obiettivo	Funzione strumentale area 4 (inclusione e benessere)	Inizio e fine anno
M2	Scheda settimanale di classe: merenda e movimento	Docenti di classe	Una settimana a inizio e a fine anno
M3	Griglia di osservazione nella scuola dell'infanzia	Insegnanti di sezione	Avvio, metà e fine anno
M4	Questionario sulle abitudini	Alunni di primaria (classi 4ª-5ª) e secondaria	Inizio e fine anno

STRUMENTO M1

Indicatori e valori obiettivo

Valori obiettivo proposti, da confermare nei team e nei consigli di classe.

Indicatore	Valore obiettivo	Come si rileva
Merende sane nella settimana di rilevazione	In crescita tra inizio e fine anno	Scheda M2
Classi che fanno pause attive	Almeno una pausa attiva al giorno in tutte le classi della primaria	Scheda M2
Giornate a tema in mensa	Almeno tre nell'anno	Calendario del Comitato mensa
Alunni che riducono gli schermi la sera	In crescita tra inizio e fine anno	Questionario M4

STRUMENTO M2

Scheda settimanale di classe: merenda e movimento

Si contano gli alunni per ogni giorno della settimana di rilevazione.

Plesso: _____ Classe: _____ ☐ inizio ☐ fine anno

Dato	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Alunni presenti (n.)					
Merenda con frutta, yogurt o pane (n.)					
Merenda confezionata (n.)					
Pause attive svolte (n.)					
Minuti di gioco attivo all'aperto					

STRUMENTO M3

Griglia di osservazione nella scuola dell'infanzia

Livello osservato: N = non ancora · P = in parte · S = sì. A = avvio · M = metà anno · F = fine anno.

Plesso: _____ Sezione: _____

N.	Bambino/a	Si lava le mani da solo/a	Assaggia frutta e verdura	Partecipa ai giochi di movimento	Riconosce cibi sani
1		A M F	A M F	A M F	A M F
2		A M F	A M F	A M F	A M F
3		A M F	A M F	A M F	A M F
4		A M F	A M F	A M F	A M F
5		A M F	A M F	A M F	A M F
6		A M F	A M F	A M F	A M F
7		A M F	A M F	A M F	A M F
8		A M F	A M F	A M F	A M F
9		A M F	A M F	A M F	A M F
10		A M F	A M F	A M F	A M F
11		A M F	A M F	A M F	A M F
12		A M F	A M F	A M F	A M F

STRUMENTO M4

Questionario sulle abitudini

Anonimo. Per ogni frase scegli quanto è vera per te.

Classe: _____ ☐ inizio ☐ fine anno

N.	Affermazione	Sempre	Spesso	A volte	Mai
1	Faccio colazione ogni mattina.	☐	☐	☐	☐
2	Mangio frutta o verdura ogni giorno.	☐	☐	☐	☐
3	Faccio almeno un’ora di gioco o sport al giorno.	☐	☐	☐	☐
4	Spengo telefono e tablet almeno un’ora prima di dormire.	☐	☐	☐	☐
5	Mi lavo i denti dopo i pasti.	☐	☐	☐	☐