

PP01

SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE

Buone Pratiche



IC ARCO

Francesca Umana



APPROCCIO SCOLASTICO GLOBALE



APPROCCIO SCOLASTICO GLOBALE



Politiche per una
scuola in salute



Competenze
individuali in
materia di salute
e Life skills



Relazioni all'interno
della comunità
scolastica

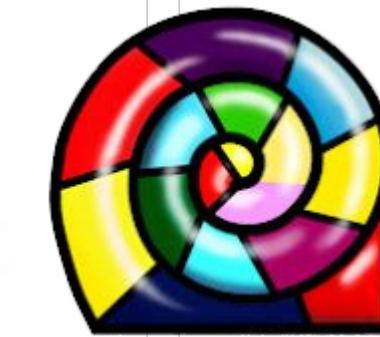


RETE TRENTINA
Scuole che Promuovono Salute

Ambiente fisico
della scuola



Legami con la
comunità



RISTO3



Servizi sanitari



APPROCCIO SCOLASTICO GLOBALE



Politiche per una scuola in salute

Ambiente fisico della scuola

Competenze individuali in materia di salute e Life skills

Relazioni all'interno della comunità scolastica

Legami con la comunità

Servizi sanitari

RETE TRENTINA
Scuole che Promuovono Salute

a.s. 25_26

RISTO3

Comunità Alto Garda e Ledro

RESEARCH
SOLUTION
TEAMWORK
FREE ASSOCIATION
THINK
EVALUATION
COMBINE
BRAINSTORMING

FAI DEL TUO MEGLIO PER PRANZARE AL MEGLIO

- 1 ENTRA IN MENSA CON ORDINE, rispettando la fila, senza spingere
- 2 SIEDI CORRETTAMENTE AL TAVOLO, finché tutti i compagni hanno finito il pranzo
- 3 MANTIENI UN TONO DI VOCE BASSO
Meno rumore = cibo più gustoso
- 4 AL TERMINE DEL PRANZO
spareccchia ed esci in modo ordinato.
Se non hai finito il pane, portalo con te
- 5 CHIEDI EDUCATAMENTE la quantità giusta di cibo: sul vassoio deve esserci almeno una pietanza e una verdura. Quando hai finito tutto, puoi chiedere il bis, se disponibile

ABBASSO LO SPRECO! Prendi il pane e la frutta solo se li mangerai

7 RISPETTA IL PERSONALE, che svolge un compito importante

8 QUANDO TI ALZI, porta i vassoi nei carrelli e sistema le sedie

9 AGLI INSEGNANTI si chiede di rispettare e far rispettare questi suggerimenti, curati dalla Commissione Mensa

10 PER SEGNALAZIONI, scrivere al referente (marco.campetti@scuole.provincia.tn.it) oppure alla Presidente della Commissione mensa (presidente.mensa@icarco.net), indicando la data del pasto e il problema riscontrato

BUON APPETITO!

Alcuni lavori e momenti di attività

La dieta longeva

In base a come si mangia cambia anche la durata della vita. Ci sono persone che mangiano solo fast food, per esempio loro hanno una durata di vita fino a 60 anni circa. Altre che da sempre mangiano in modo sano e che quindi possono superare addirittura i 100 anni.

Mattia-Constantin-Alessio





LO SPRECO DEGLI ALIMENTI



CAMI

Obiettivi Agenda 2030

Porre fine alla fame, raggiungere la sicurezza alimentare, migliorare l'alimentazione e promuovere l'agricoltura sostenibile.

Questo è l'obiettivo principale riguardo alla fame.

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE



Mattia-Constantin-Alessio

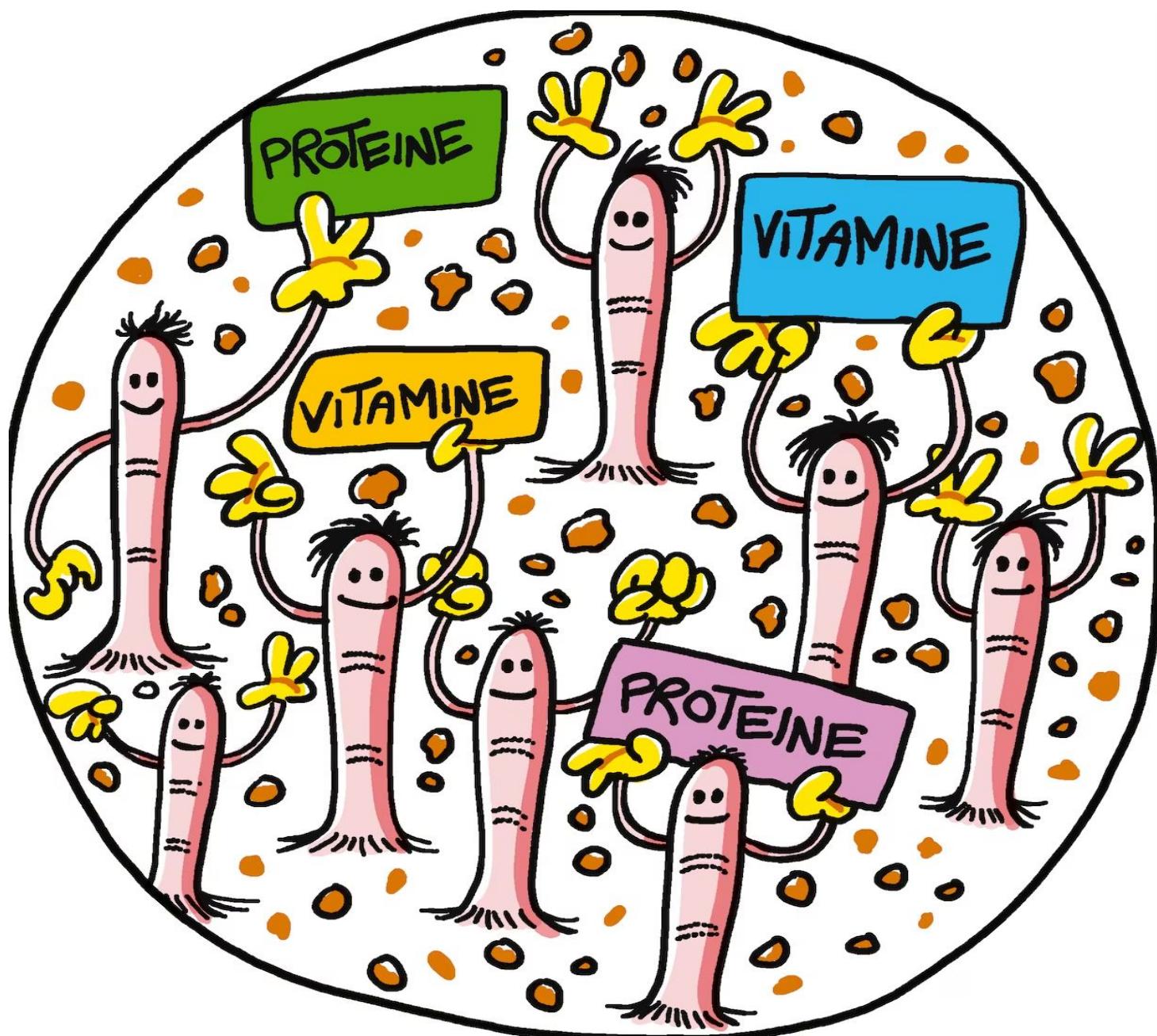
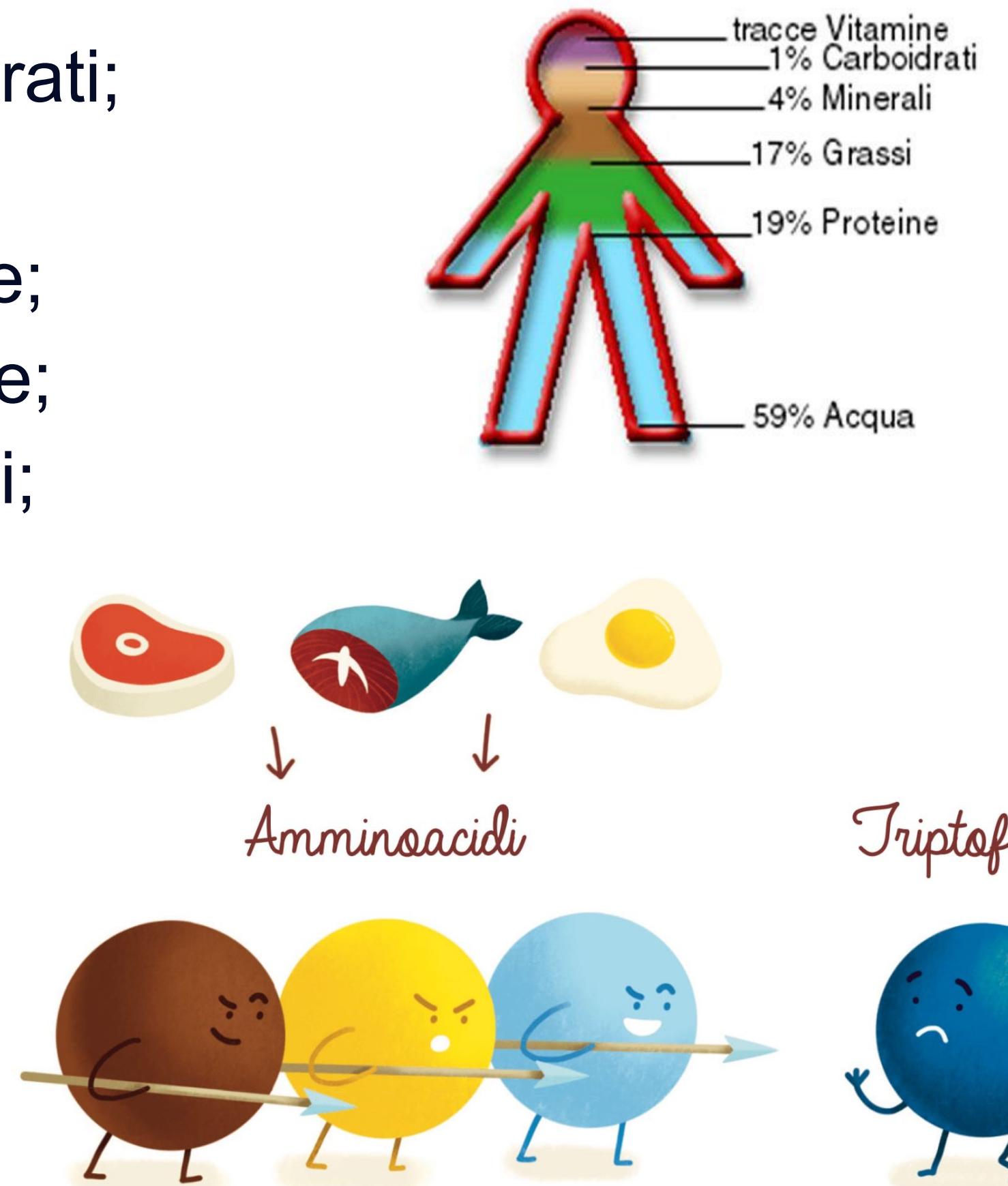
LA PIRAMIDE ALIMENTARE:



ALMA

Il corpo ha bisogno:

- acqua;
- carboidrati;
- grassi;
- proteine;
- vitamine;
- minerali;
- fibre;

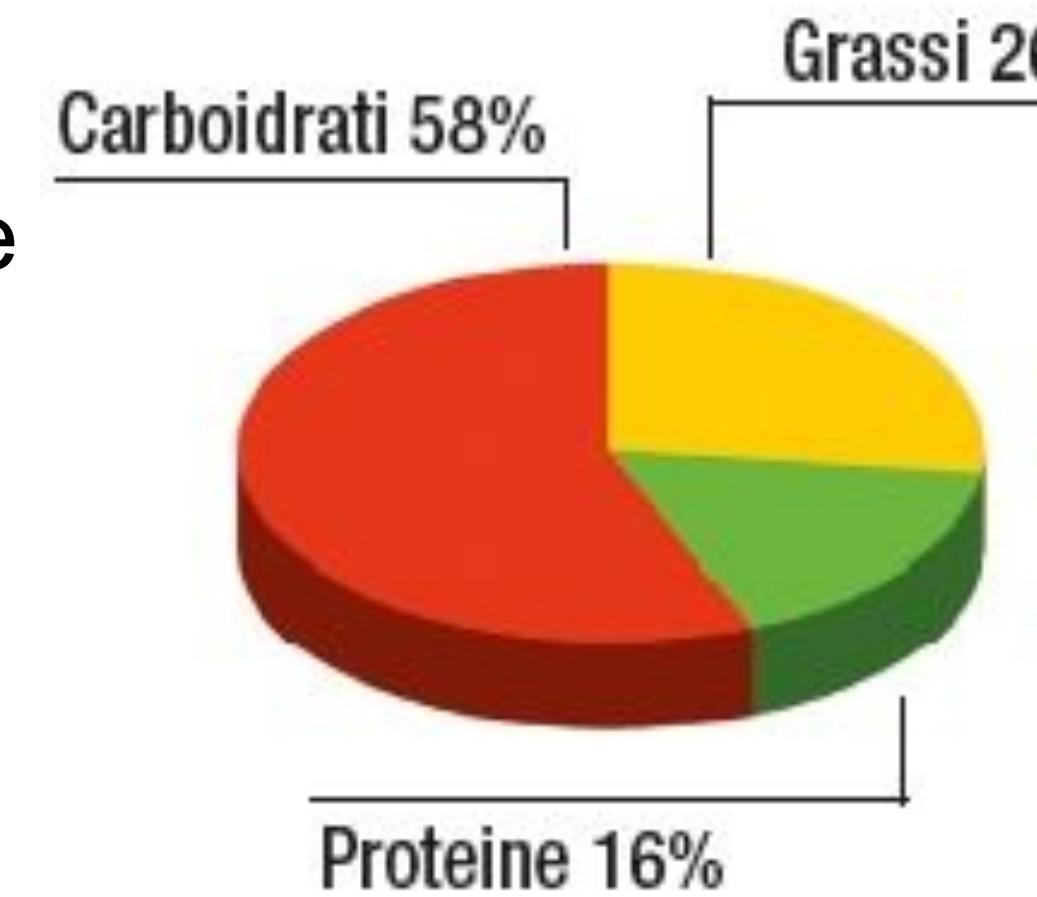


Delia

DIETA

Molti pensano che la dieta sia solo mangiare e dimagrire ma in realtà è una serie di cose:

- Praticare sport, muoversi spesso
- Mangiare salutare
- Relazioni con le persone
- Mangiare piano e non essere stressato.



Per l'alimentazione sana bisogna cercare di rispettare questa percentuale



Cami

Il cambiamento

mangiare meno merendine,
ma mangiare la frutta per merenda.



Delia

Decalogo

- Ora ci divideremo in 10 coppie
ogni coppia scriverà una regola.
- Dopo le uniremo per avere il decalogo della vostra classe completo.



Griglia Valutazione

attenzione

5 6 7 8 9 10

partecipazione
impegno

5 6 7 8 9 10

coerenza del
decalogo con i
contenuti proposti

5 6 7 8 9 10

feedback per la
classe

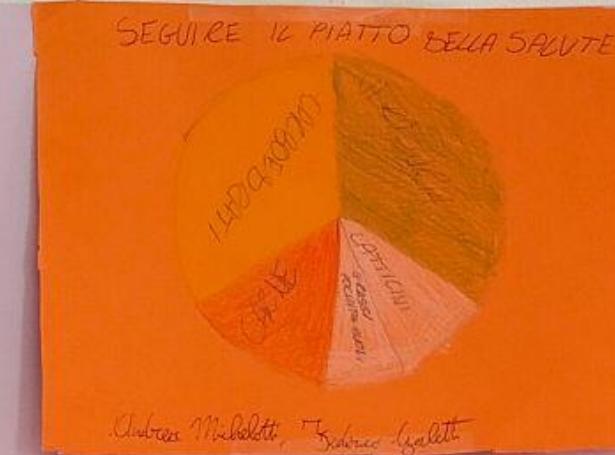
+ oppure -



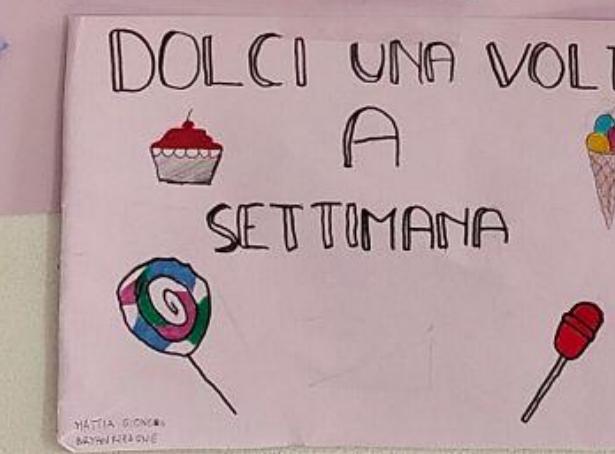
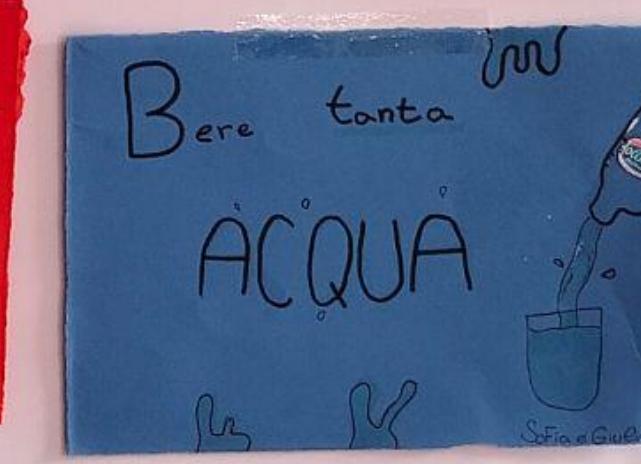


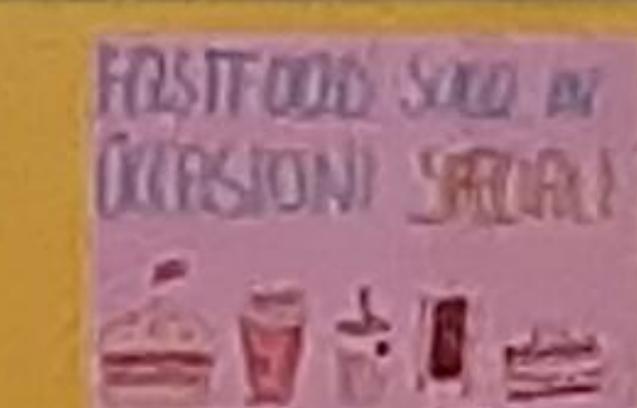
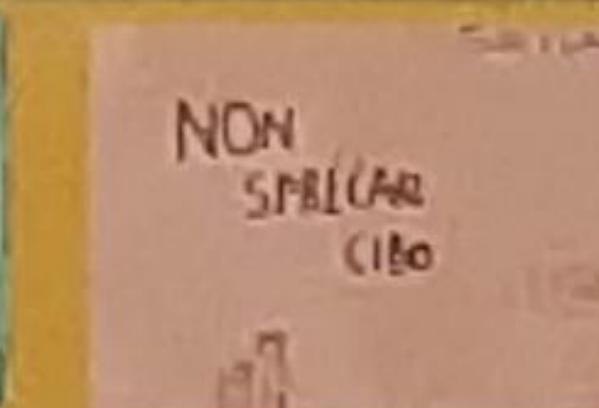
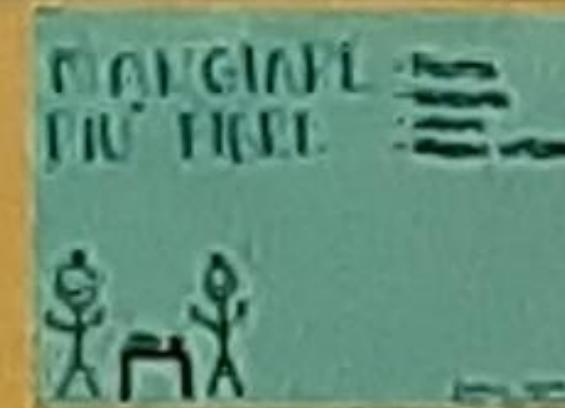
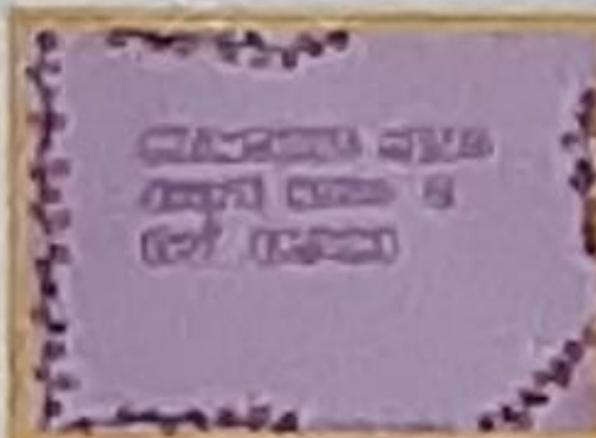




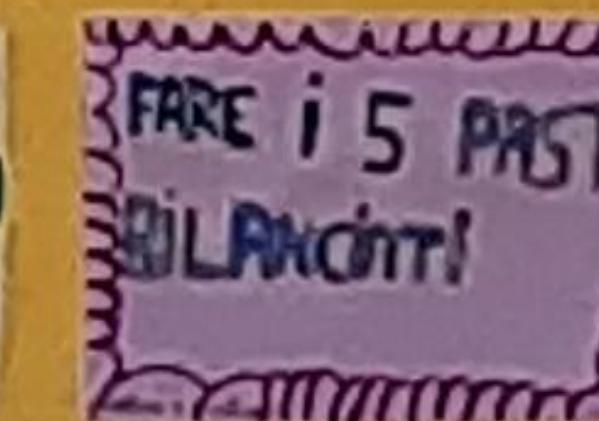
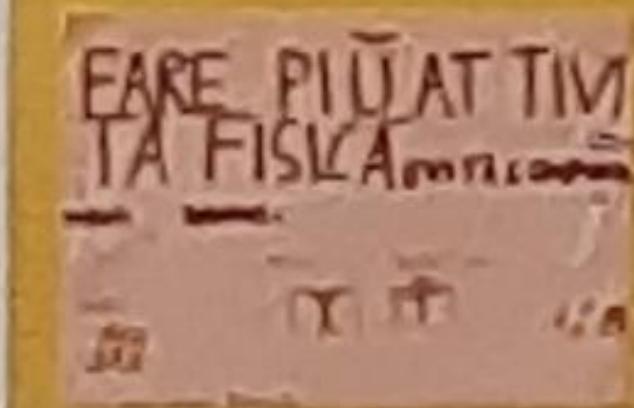
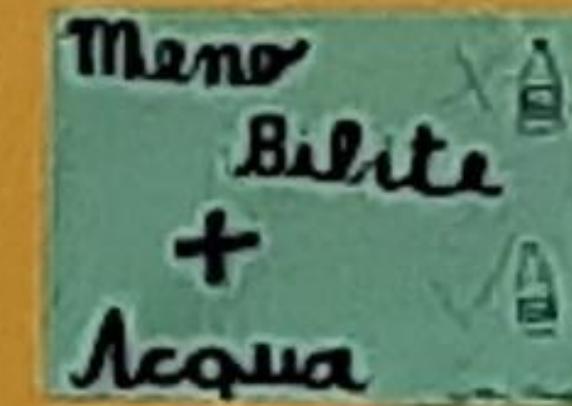


DECALOGO SANA ALIMENTAZIONE





DECALOGO ALIMENTAZIONE della 1^ B



SALARE
Poco
I GIBI

Rete
acqua

NO MERENDE
TROPPO
DOLCI !!!

Non leggere
Zucchero
Biscotti

Riposare
Ogni
giorno

10 DELLA
SALUTE IN
'SA!!!

FARE
ATTIVITA'
FICA
GIORNO

Mangiare
SALUTE

DECALOGO ALIMENTAZIONE

SANA

per la

salute

del

corpo

mentre

si

sviluppa

il

corpo

mentre

si

Concorso Classe Virtuosa

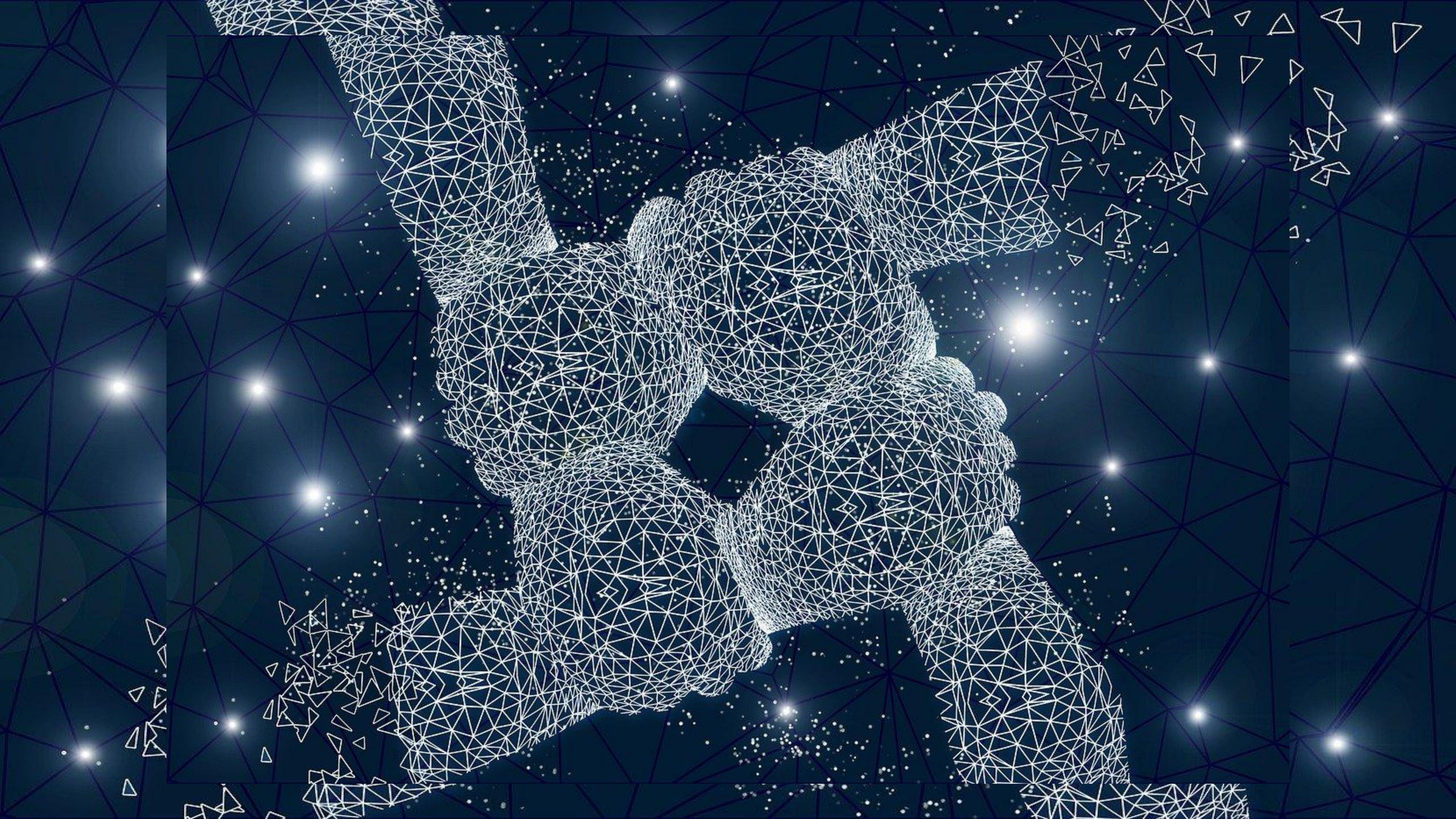


Tutte le classi, tramite i referenti ambientali, contribuiranno a definire le categorie FRUTTA - PANE- IMBALLAGGI e i relativi punteggi.

Inoltre la commissione dei referenti ambientali sceglierà il nome del concorso

Frutta	Pane	Imballaggi
?	?	?







CHANCE



CHANGE