

**Istituto Comprensivo Statale “Francesco Tadini”
SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO DI CAMERI
A.S. 2023/2024**

EMOZIONI E CORPO



INFORMAZIONI

Referente: prof.ssa Marcella Cardani

Alumni coinvolti: classi seconde e terze

Obiettivi:

- far comprendere agli studenti il ruolo svolto dai fattori culturali nello sviluppo dei disturbi alimentari
- aiutare gli studenti a rifiutare i messaggi sociali non salutari riguardo la bellezza, la magrezza e la dieta e ad assumere un approccio più critico
- illustrare le principali caratteristiche dei disturbi dell'alimentazione
- sottolineare il legame tra autostima e preoccupazione per il peso
- promuovere capacità positive nell'affrontare lo stress
- fornire conoscenze rispetto al significato e valore dei singoli alimenti
- stimolare una buona accettazione di sé, del proprio corpo e della propria immagine corporea

DESCRIZIONE BREVE

Il Progetto mira a dare spunti di riflessione significativi per comprendere e prevenire i disturbi legati ad una scorretta alimentazione.

METODOLOGIA

Il Progetto prevede un incontro della durata di 2 ore per ciascuna delle classi seconde e terze dell'Istituto. La metodologia utilizzata è composta da una parte più strettamente teorica-informativa e una parte più specificamente esperienziale che coinvolge attivamente gli studenti, al fine di consentire una maggiore

acquisizione dei messaggi di prevenzione attraverso modalità immediate e concrete. A tal fine verranno, quindi, svolti: lezioni frontali, lavori di gruppo, riflessioni guidate, brain-storming, confronti sui lavori svolti.

RISORSE

- **Docenti della scuola:** docenti in servizio di assistenza
 - **Esperti esterni:** Dirigente psicologo ASO Maggiore Dott.ssa Marta Sacchetti e personale in corso di specializzazione coordinato dalla Dott.ssa Sacchetti
 - **Costi a carico della scuola:** nessun costo
 - **Costi a carico delle famiglie:** nessun costo
-

SPAZI

- Aule della scuola
-

PERIODO

- Novembre 2023
-

DESCRIZIONE ESTESA E COMPLETA

Il Progetto mira a far comprendere agli studenti il ruolo svolto dai fattori culturali nello sviluppo e nel mantenimento dei disturbi alimentari; ad aiutare gli studenti a rifiutare i messaggi sociali non salutari riguardo la bellezza, la magrezza e la dieta e ad assumere un approccio più critico verso tali pressioni socioculturali; ad offrire spunti di riflessione su alcuni fattori di rischio e di mantenimento dei disturbi alimentari; a sottolineare il legame tra autostima e preoccupazione per il peso e le forme del corpo nello sviluppo e nel mantenimento dei disturbi dell'alimentazione, facilitando una considerazione più armonica e articolata del sé, in cui l'aspetto fisico, sia pur importante, non sia l'unico valore in base al quale giudicare se stessi e gli altri e soprattutto ad incoraggiare abitudini, comportamenti ed atteggiamenti alimentari più corretti riconoscendo l'inappropriatezza fisica e psicologica dell'uso di diete restrittive ed altri metodi finalizzati al controllo del peso.

VERIFICA E VALUTAZIONE

Il Progetto non sarà oggetto di valutazione didattica, ma verrà sottoposto ai ragazzi un questionario di gradimento per raccogliere suggerimenti e osservazioni.