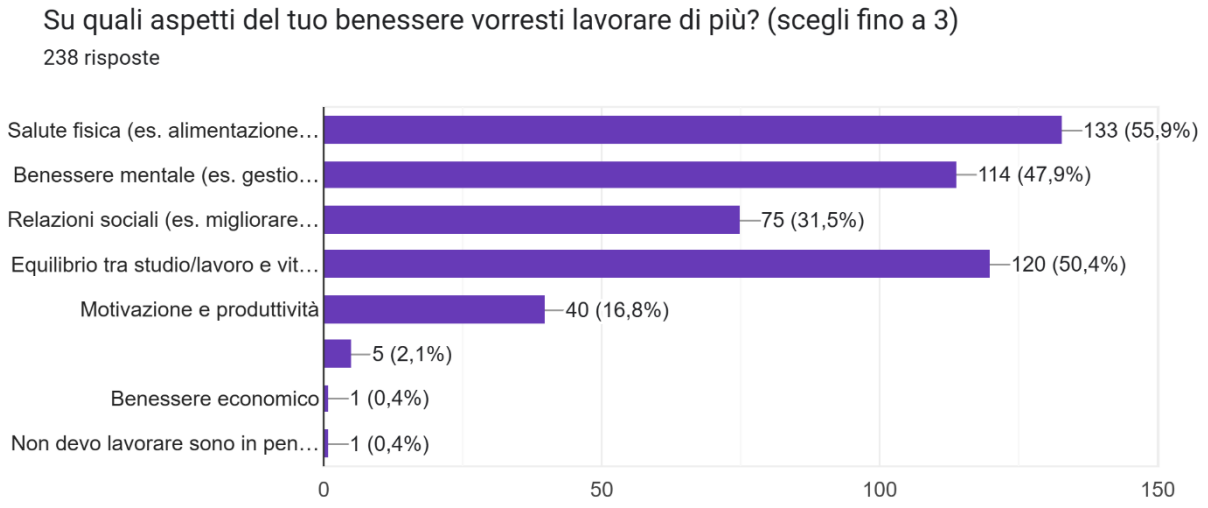
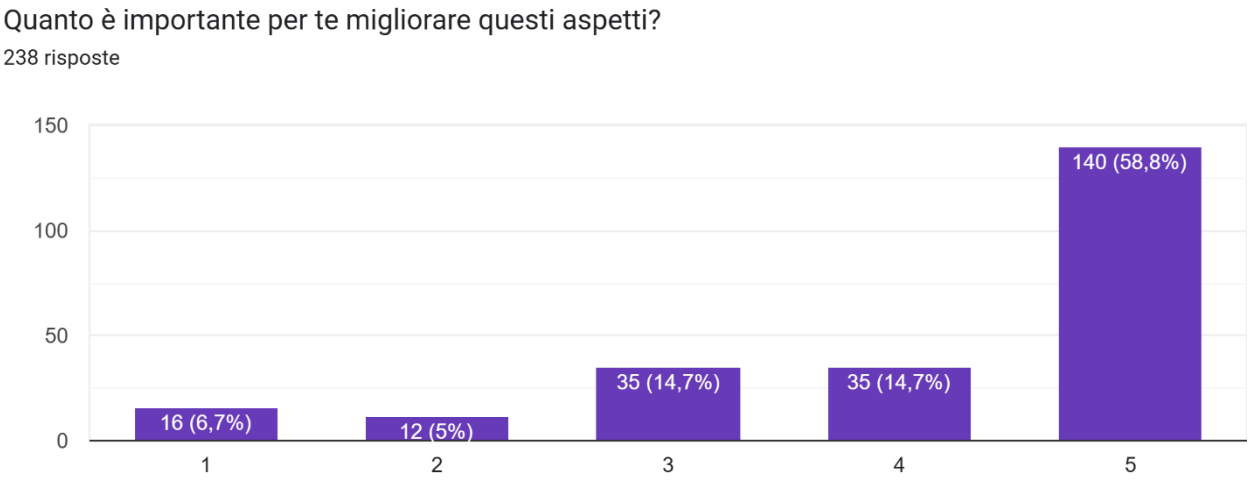
Relazione sulle Attività Svolte nell'Ambito della Funzione Strumentale Salute e Benessere presso il CPIA di Foggia

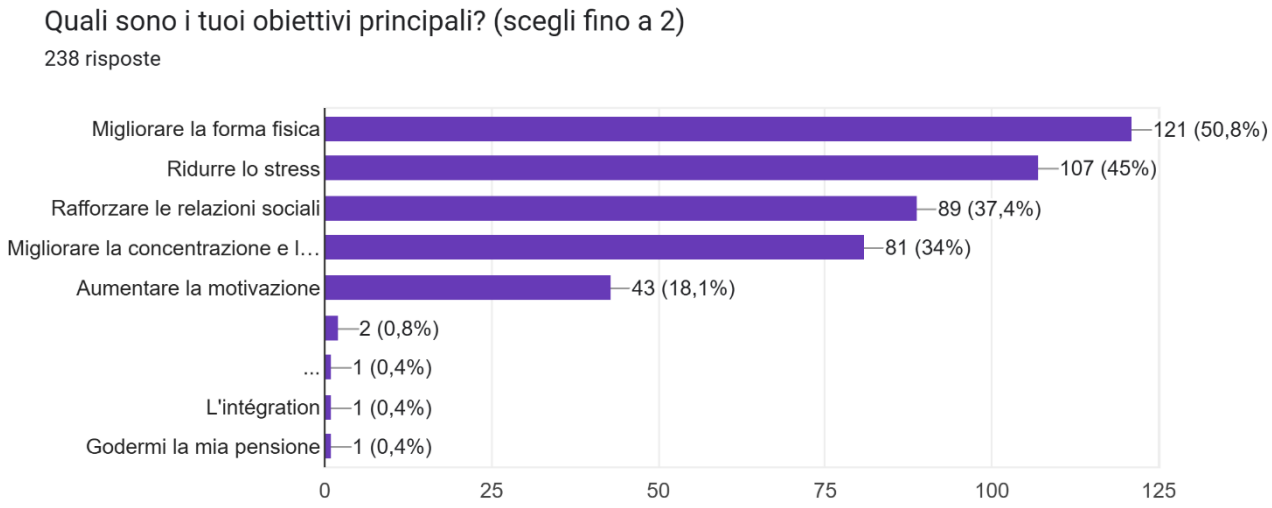
Anno Scolastico 2024-2025

Premessa

Il benessere psicofisico rappresenta una componente fondamentale per la qualità dell'ambiente scolastico e il successo educativo. Lo dimostrano i grafici sottostanti, emersi da un monitoraggio effettuato in tutti i punti di erogazione.







Pertanto, nel corso dell'anno scolastico 2024-2025, la funzione strumentale Salute e Benessere ha portato avanti una serie di progetti finalizzati a promuovere la salute e il benessere di docenti e studenti. Tali iniziative sono state sviluppate anche grazie al supporto della Regione Puglia e si sono focalizzate su attività pratiche e riflessive in grado di migliorare l'equilibrio tra mente e corpo.

Obiettivi Generali

1. **Promuovere il benessere psicofisico** attraverso attività che stimolino la riflessione e la pratica quotidiana di abitudini sane.
2. **Favorire l'inclusività, la socialità** e il benessere di tutti i membri della comunità scolastica, creando un ambiente sereno e positivo.
3. **Sensibilizzare alla gestione dello stress** e alla cura del corpo come elemento centrale per un apprendimento efficace e duraturo.

Progetti Realizzati durante l'Anno:

1. **Pausa Stretching Settimanale**
    - **Descrizione**: Questo progetto è stato sviluppato come parte di un'iniziativa regionale promossa dalla Regione Puglia. L'obiettivo era quello di migliorare il benessere fisico degli studenti e del personale docente attraverso esercizi di stretching. Ogni settimana, in ogni punto di erogazione, venivano forniti dei movimenti da eseguire, distribuiti tramite un file PDF inoltrato a tutti i partecipanti. Gli esercizi erano studiati per contrastare gli effetti negativi di lunghe sedute e per migliorare la postura e la circolazione.
    - **Partecipanti**: Docenti e studenti in tutti i punti di erogazione del CPIA di Foggia.

- **Risultati**: Un miglioramento generale nella gestione dello stress fisico e una maggiore consapevolezza dell'importanza di pause attive per il benessere quotidiano.

2. **Progetto "Cuori Pensanti" -** Regione Puglia un'iniziativa della Regione Puglia inserita nel *Piano Strategico regionale per la promozione della salute nelle scuole*. Si tratta di un programma che sensibilizza docenti e studenti sull'importanza del primo soccorso e delle manovre salvavita. Un progetto che riconosce situazioni di emergenza e saper contattare tempestivamente il 118 (o 112).

   Partecipanti: Docenti di tutti i punti di erogazione del CPIA di Foggia.

3. **Concorso Natalizio per la Realizzazione di una Palla di Natale**

   - **Descrizione**: In occasione delle festività natalizie, è stato lanciato un concorso interno volto alla realizzazione di una palla di Natale da appendere all'albero scolastico. Gli studenti e i docenti sono stati invitati a partecipare con la realizzazione di decorazioni natalizie, stimolando la creatività e l'aggregazione sociale. L'attività è servita anche a rafforzare il legame comunitario all'interno del CPIA.
   - **Partecipanti**: Studenti e docenti di tutti i punti di erogazione.
   - **Risultati**: Oltre ad avere un forte valore simbolico, il concorso ha rappresentato un momento di condivisione e allegria, contribuendo a un clima positivo all'interno dell'istituto.

4. **Progetto "Scoprire il Benessere attraverso i Cinque Sensi"**

   - **Descrizione**: Questo progetto multisensoriale è stato strutturato come un percorso che coinvolgeva tutti i partecipanti in un'esperienza sensoriale unica. Ogni partecipante ha ricevuto una scatola contenente materiali per stimolare e risvegliare i cinque sensi (udito, vista, tatto, olfatto e gusto). L'attività ha incluso momenti di riflessione, esperienze pratiche e discussioni di gruppo, per comprendere come la stimolazione sensoriale possa influire positivamente sul nostro benessere psicofisico.
   - **Partecipanti**: Studenti e docenti.
   - **Risultati**: Il progetto ha consentito di approfondire la consapevolezza riguardo al legame tra sensazioni fisiche e stati emotivi, stimolando i partecipanti a riflettere sul benessere in maniera più globale e integrata.

Conclusioni

Il CPIA di Foggia con l'ausilio della funzione strumentale Salute e Benessere, grazie alla collaborazione con la Regione Puglia e al coinvolgimento attivo di docenti e studenti, ha portato avanti progetti che hanno avuto un impatto significativo sul benessere complessivo della comunità scolastica. Ogni iniziativa ha contribuito in modo diverso alla promozione di una cultura del benessere, facendo emergere l'importanza di prendersi cura di sé stessi non solo dal punto di vista fisico, ma anche emotivo e psicologico. Il bilancio finale di quest'anno

è quindi estremamente positivo, con numerosi partecipanti e una crescente consapevolezza riguardo al tema della salute.

Foggia, 8 luglio 2025

Docente Funzione Strumentale Salute e Benessere

Prof.ssa Victoria Tarantino

