

	Ministero dell'Istruzione e del Merito ISTITUTO COMPRENSIVO di Scuola dell'infanzia, scuola Primaria e Scuola secondaria di I° Grado <i>"Eduardo De Filippo"</i> COD.MECC.SAIC8BA00C –C.F.80028470658 –COD.UNIVOCO UFR428 VIA G. LEOPARDI, 1 84010 SANT'EGIDIO DEL MONTE ALBINO(SA)TEL. 0815152203 – FAX 081915064 email: saic8ba00c@istruzione.it; saic8ba00c@pec.istruzione.it; sito web: www.icedefilippo.edu.it	
---	---	---

S. Egidio del M.A., data del protocollo

Alla C. A.
Sigg. Docenti
di Scuola Primaria e Secondaria di 1° grado dell'Istituto
Docenti referenti del Centro sportivo scolastico
DSGA
Albo Pretorio/Circolari
Sito istituzionale/ Notizie & Avvisi
LLSS

Oggetto: Manifestazione di interesse per il "Progetto BenEssere" – Educazione ai sani stili di vita e al movimento.

Nell'ottica di una possibile adesione, da parte del nostro Istituto, al **"Progetto BenEssere"**, un'iniziativa finalizzata a promuovere la consapevolezza sull'**educazione alimentare**, lo **sport** e gli **stili di vita sani** attraverso il coinvolgimento attivo di studenti, docenti e famiglie, si richiede alle SSLL una formale manifestazione di interesse, da inviare ai docenti referenti del Centro sportivo scolastico, **entro e non oltre il 24 marzo 2026**, al fine di consentire la dovuta informativa e relativa delibera del Collegio Docenti, previsto per il 26 marzo 2026:

- Docente referente attività motoria scuola Primaria Ins. D'Acunzo Rosa: rosa.dacunzo@icedefilippo.edu.it
- Docenti referenti di Scienze Motorie scuola Secondaria Prof.ssa Cucci Lucia:
lucia.cucci@icedefilippo.edu.it e Giordano Giovanna: giovanna.giordano31@istruzione.it

1. Obiettivi e Metodologia Il progetto mira a contrastare la sedentarietà e l'obesità, migliorando al contempo l'umore e la salute mentale degli studenti attraverso l'esercizio fisico strutturato. Le attività si basano sulla fruizione di **video pillole brevi** (circa 3 minuti), facilmente accessibili tramite LIM in classe o dispositivi mobili. I contenuti riguardano:

- **Movimento:** esercizi per migliorare postura ed equilibrio.
- **Alimentazione consapevole.**
- **Coaching.**

2. La "Challenge" e il Contatore di Energia. Il progetto prevede una sfida (Challenge) tra le classi aderenti. Il "cuore" della competizione è il **Contatore dell'Energia**, una pista di atletica virtuale presente sulla piattaforma che si colora settimanalmente in base agli esercizi svolti in classe e alle lezioni seguite a casa. Un elemento distintivo è il coinvolgimento delle **famiglie e dei nonni** (over 65), che possono accedere alle risorse open source contribuendo al punteggio della classe.

3. Risorse per i Docenti. Sulla piattaforma(<https://www.opesitalia.it/benessere-opes/>) è disponibile un **KIT Digitale per adulti** che include:

- Descrizione dettagliata delle attività e modalità di utilizzo della piattaforma.
- Approfondimenti sull'adozione di stili di vita sani.

	Ministero dell'Istruzione e del Merito ISTITUTO COMPRENSIVO di Scuola dell'infanzia, scuola Primaria e Scuola secondaria di I° Grado <i>"Eduardo De Filippo"</i> COD.MECC.SAIC8BA00C – C.F.80028470658 – COD.UNIVOCO UFR428 VIA G. LEOPARDI, 1 84010 SANT'EGIDIO DEL MONTE ALBINO(SA) TEL. 0815152203 – FAX 081915064 email: saic8ba00c@istruzione.it; saic8ba00c@pec.istruzione.it; sito web: www.icedefilippo.edu.it	
---	--	---

- **Schede-gioco** per stimolare la riflessione degli studenti sui temi trattati.

4. Adempimenti Operativi. I docenti referenti o di classe dovranno seguire la seguente procedura:

1. **Registrazione:** Accedere al link <https://sbam.life/progetti/benessere/> e inserire i dati richiesti (denominazione scuola, plesso, referente, numero alunni).
2. **Documentazione:** Caricare la lettera di adesione firmata dal Dirigente scolastico.
3. **Monitoraggio:** Somministrare agli allievi il **questionario anonimo** sui sani stili di vita sia all'**inizio** che alla **conclusione** dell'attività.
4. **Attuazione:** Avviare la visione delle pillole e lo svolgimento delle attività giornaliere di movimento.

Si ringrazia per la consueta collaborazione.

Il Dirigente Scolastico
Dott. Angelo De Maio
Firma autografa sostituita
a mezzo stampa ai sensi
dell'art. 3 comma 2 del D.Lgs. 39/93