



Scheda informativa

Articolazione Progetto AVATAR

L'adolescenza è un periodo di transizione associato ad importanti cambiamenti fisici, emotivi, cognitivi e sociali e caratterizzato da uno sviluppo dinamico in cui l'interazione con l'ambiente modula le risorse individuali responsabili del benessere e dello stato di salute. Di qui l'importanza di sostenere efficacemente l'adozione di programmi di promozione della salute e benessere mediante un approccio trasversale ai determinanti di salute, per ciclo di vita e setting (scuole, famiglie, comunità locali, servizio sanitario), con il coinvolgimento di tutti i livelli interessati ed includendo in questo anche le dimensioni psicologiche e sociali dell'individuo.

Uno degli scopi del progetto AVATAR è di accompagnare gli adolescenti ad una riflessione verso il proprio benessere attraverso la partecipazione attiva e consapevole a programmi di prevenzione, educazione e formazione. In questo modo, i fattori modificabili, quali lo stile di vita e fattori di natura psicosociale potranno diventare il target di interventi mirati a promuovere lo stato di salute e benessere.

Alla luce delle necessità sul piano della prevenzione ed in linea con il piano strategico europeo in materia di benessere dell'adolescente, **il progetto AVATAR mira a promuovere lo stato di salute e il benessere in età scolare (10-14 anni) attraverso programmi di gruppo ed individuali costruiti e sviluppati sulla base del profilo individuale ottenuto dall'analisi dello stile di vita, del contesto sociale, dello stato emotivo e delle abilità mentali.**

AVATAR nasce e si sviluppa all'interno dell'Istituto di Fisiologia Clinica del CNR di Pisa, in collaborazione con la Rete Ulisse, di cui la Scuola di suo/a figlio/a fa parte, nell'ambito dell'azione strategica che guarda allo sviluppo e al potenziamento della qualità della vita, del mantenimento dello stato di salute, orientando percorsi ed iniziative di elevato impatto sociale e sanitario, al fine di contrastare il peso delle malattie cronico-degenerative.

DESTINATARI:

Studenti delle classi 4° e 5° della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di Primo Grado.

OBIETTIVI FORMATIVI rivolti all'adolescente:

- ✓ **aumentare** la consapevolezza (*awareness*) dello stato psico-fisico,
- ✓ **potenziare** le capacità attitudinali (*empowerment*) dell'adolescente;
- ✓ **aumentare** la risposta adattativa agli stimoli ambientali (*resilience*), tappe intermedie per il raggiungimento del benessere.



Scheda informativa

Articolazione Progetto AVATAR

METODOLOGIE



Il Progetto si basa su di una piattaforma multimediale e modulabile rivolta a Dirigenti Scolastici, Docenti, Studenti e Genitori che, in assoluta riservatezza, in conformità al D.Lgs 196/2003, art. 13, potranno accedervi per consultare ciò che la piattaforma offre. La piattaforma consente un

monitoraggio dello stato di salute e benessere dello studente attraverso questionari, validati in letteratura, compilati via web durante il corso dell'anno scolastico a discrezione del docente.

ATTIVITA' PREVISTE

- ✓ **Elaborazione** di interventi orientati al benessere nella scuola, alla prevenzione e al contrasto del disagio giovanile e dei comportamenti a rischio nella popolazione scolastica;
- ✓ **Realizzazione** di una Rete nazionale di scuole per la definizione di un modello condiviso di educazione alla salute;
- ✓ **Sviluppo di** un modello didattico formativo, integrato e modulabile in base alle necessità della scuola.

RISULTATI ATTESI

- ✓ **promozione** di attività innovative di educazione alla salute, al corretto stile di vita, promozione del benessere a scuola, anche in collaborazione con università ed enti di ricerca;
- ✓ **predisposizione** e scambio di materiale didattico utilizzabile dai docenti per attività didattiche sperimentali, in collaborazione con enti di ricerca, associazioni, soggetti pubblici o privati operanti nell'ambito dell'educazione e della ricerca didattica;
- ✓ **miglioramento** del benessere percepito dallo studente oggettivamente mediante questionari;
- ✓ **miglioramento** del rendimento scolastico e riduzione del drop-out;
- ✓ **sensibilizzazione** della Comunità (Scuola, Famiglia, Enti pubblici) ai temi della prevenzione della Salute;
- ✓ **verificare** in modo oggettivo l'impatto delle azioni didattiche realizzate dalle singole Scuole.