

## APPROFONDIMENTO DEL PERCORSO DI EDUCAZIONE ALLA SALUTE PER LE CLASSI SECONDE DI SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Durante l'ultimo mese di attività scolastiche, in seguito alla somministrazione del questionario di "Educazione alla Salute e al Benessere", i docenti di scuola secondaria componenti del Team digitale hanno proposto di approfondire ulteriormente il tema delle abitudini alimentari, già affrontato nel programma di Scienze, relativamente agli aspetti dell'anatomia e della fisiologia dell'Apparato Digerente, attraverso un percorso multidisciplinare che ha previsto le seguenti azioni:

- 1) Somministrazione di un **questionario specifico sul consumo di bevande** da parte degli alunni di classe seconda (insegnanti di Matematica e Scienze)
- 2) Visione di un **filmato/documentario** relativo alle abitudini alimentari (insegnanti di Italiano)
- 3) Realizzazione di una **scheda tecnica**, per ciascun alunno, sul quantitativo di zuccheri presenti nelle bevande di consumo maggiore tra i ragazzi (insegnanti di Tecnologia)

Ciascuna attività è stata seguita da discussioni di classe che hanno evidenziato un graduale cambiamento nella percezione da parte degli alunni delle proprie abitudini alimentari. La visione di parti del film/documentario "Super Size Me" ha fornito alle classi diversi spunti di riflessione che si sono concretizzati nella elaborazione di testi personali. Nel corso dell'attività con il docente di Tecnologia, il riuscire a quantificare in modo concreto l'apporto calorico della propria bibita preferita, pesando personalmente la quantità di zucchero presente in essa, ha lasciato molti studenti impressionati.

In merito ai risultati relativi alla somministrazione del questionario sul consumo delle bevande, tra quelle più consumate/preferite, oltre l'acqua, risultano la cola e il tè freddo. Da alcune risposte si evince che qualche alunno preferisce/consuma bevande ad alto contenuto di caffeina, pertanto particolare attenzione verrà posta il prossimo anno scolastico agli effetti sul Sistema Nervoso degli energy drink, oltre che delle bevande alcoliche, soprattutto in relazione alla delicata fase di sviluppo che interessa i nostri alunni.

Attraverso le varie azioni proposte, quindi, le nozioni inizialmente acquisite come informazioni oggettive e fredde sono state contestualizzate e trasformate, speriamo per molti dei nostri alunni, in strumenti efficaci che hanno consentito loro di orientarsi in modo più consapevole nella realtà complessa e spesso ingannevole che li circonda.

I prodotti di questa attività di approfondimento, insieme a quelli relativi al percorso di Educazione all'affettività, diventeranno parte di una **Cartella di Educazione alla Salute e al Benessere** che il prossimo anno potrà arricchirsi di nuove riflessioni sul Sistema Nervoso (consumo di bevande alcoliche, energy drink e di sostanze stupefacenti).

Si allegano:

- report questionario specifico sul consumo delle bevande
- immagini relative ai prodotti elaborati dai ragazzi