



MUOVINSIEME+WIP

Attività motoria, alimentazione e life skill a scuola

WALK IN
PROGRESS

Per l'a.s. **2026-2027** la SSD Promozione della Salute ASLTO4 rivolge agli Insegnanti delle **Scuole di ogni ordine e grado** una “duplice” formazione nell’ambito del progetto **MUOVINSIEME**, con l’intento di valorizzare anche il contributo delle scuole secondarie di secondo grado che hanno aderito al progetto sperimentale **Walk in Progress**.

Gli obiettivi generali sono:

- promuovere il movimento, l’attività all’aria aperta e la didattica out-door per contrastare la sedentarietà e come parte integrante della giornata a scuola;
- migliorare le conoscenze sulla corretta alimentazione, con particolare riguardo agli spuntini, all’incremento del consumo di frutta e verdura, al controllo e alla riduzione del consumo di sale, zuccheri e grassi;
- aumentare la consapevolezza di sé nella dimensione fisica, emotiva ed affettiva;
- promuovere lo sviluppo delle life skill;
- fornire agli insegnanti degli strumenti operativi per lavorare con le classi

L’attività formativa si articola con le seguenti modalità:

- una sessione di formazione di base per i nuovi insegnanti di tutti gli IC, in presenza (7h)
- una sessione di formazione “avanzata” per tutti gli insegnanti di ogni ordine e grado, in presenza (7h);
- un laboratorio di valutazione conclusivo a fine a.s. per tutti gli insegnanti (4 h)
- attività di ricerca, monitoraggio, valutazione e documentazione per tutti gli insegnanti (16h)

A fine anno saranno rilasciati gli attestati di frequenza con le ore formative, di valutazione e di attività conseguite.

Programma della formazione di base per i *nuovi insegnanti* delle scuole dell’Infanzia, della Primaria e della Secondaria di 1° grado per il progetto MUOVINSIEME

GIOVEDÌ 15 OTTOBRE H. 9.00-16.30

presso SALA LEVI

BIBLIOTECA ARCHIMEDE - SETTIMO TORINESE

- Muovinsieme: dal Miglio al CCM. (Bellan)
- Modalità di avvio del progetto: la piattaforma e i nuovi tool video (Mazzetto)
- Pausa caffè
- Laboratorio pratico del progetto “Spuntini e altri spunti” (Richeda, Sciancalepore)
- Pausa pranzo
- Esperienza pratica: “Un miglio di immagini: una lezione di educazione civica” (Rubino)
- La valutazione e il monitoraggio (Mazzetto, Rubino)
- Feedback e discussione
- Proiezione dei video di presentazione dei servizi ASLTO4 e questionario di gradimento

Comitato scientifico e segreteria organizzativa

Dott.ssa Sonia Mazzetto - tel. 011/8212311

Dr. Vincenzo Rubino - tel. 011/8212463

indirizzo e-mail: promozionesalute@aslto4.piemonte.it



MUOVINSIEME+WIP

Attività motoria, alimentazione e life skill a scuola

**WALK IN
PROGRESS**

Programma della formazione “avanzata” per *tutti gli insegnanti di ogni ordine e grado* per i progetti MUOVINSIEME e Walk In Progress

MARTEDI' 20 OTTOBRE H. 9.00-16.30
presso SALONE F. PAGLIA DI AGLIE' - Strada per Bairo 2 - Agliè (TO)

- Introduzione con la presenza di Fondazione Compagnia di Sanpaolo (Bigica, Rubino)
- Presentazione del progetto WIP (Bellan, Mazzetto)
- I risultati della sperimentazione di WIP e replicabilità (Rubino, Reineri, Bazzarone, Morese)
- La Mindfulness come strumento di presenza, nel movimento e nell'apprendimento outdoor (Giacone)
- Pausa Caffè
- Muvinsieme+WIP: esperienza pratica in gruppo di walking coaching e mindfulness in movimento
- Discussione plenaria.
- Pausa pranzo
- Proiezione dei tool della piattaforma Muovinsieme e dei video di promozione dei servizi ASLTO4
- L'insegnante coach e il walking coaching: camminare per sviluppare talenti e competenze (Boscherini).
- Discussione plenaria.
- Opportunità formative per gli insegnanti LAB SPS 2026-2027 (Mazzetto, Rubino)
- Questionario di gradimento

Relatori delle due giornate formative

- Dott. M Bigica - PhD, Program Officer, Fondazione Compagnia di Sanpaolo
- Dr. G. Bellan - Esperto in Promozione della Salute
- Dott.ssa S. Mazzetto - Educatrice Pro.le SSD Promozione della Salute ASLTO4
- Dott.ssa S. Richeda - Dietista - SIAN
- Dott.ssa M. Sciancalepore - Dietista - SIAN
- Dott. V. Rubino - Educatore Pro.le SSD Promozione della Salute ASLTO4

- Dott.ssa B. Giacone - Professional Counselor, Coach, Facilitatrice Mindfulness
- Dott.ssa E. Boscherini - Life e business coach, Psicologa del lavoro e delle organizzazioni
- Dott. M. Odino - Life e mental coach e counselor
- Dott.ssa V. Ventura - Life e business coach e counselor
- Prof.ssa S. Reineri (Liceo C. Botta)
- Prof.ssa S. Bazzarone (ITS A. Moro)
- Prof. G. Morese (IPS Settimo)
- Dott.ssa A. Colosimo - Biblioteca Archimede
- Dott.ssa E. Palaia - Biblioteca Archimede

Modalità di iscrizione: on-line entro il 7/10/2026 al link:
<https://forms.cloud.microsoft/e/CJLHTdFw9z>

Comitato scientifico e segreteria organizzativa
Dott.ssa Sonia Mazzetto - tel. 011/8212311
Dr. Vincenzo Rubino - tel. 011/8212463
indirizzo e-mail: promozionesalute@aslto4.piemonte.it

