



## ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE n. 4 "BAROLINI"VICENZA

VIA R. PALEMONE, 20 - C.A.P. 36100 - ☎ 0444 500094 - ☎ 0444 504659 - ✉ [viic839009@istruzione.it](mailto:viic839009@istruzione.it)  
pec: [viic839009@pec.istruzione.it](mailto:viic839009@pec.istruzione.it) CODICE FISCALE 80016410245 - CODICE SCUOLA VIIC839009

Circolare n. 65g

Vicenza, 19 gennaio 2017

Ai genitori degli alunni delle classi quinte A, B, C, D  
delle classi quarte A, B, C  
delle terze A, B, C, D  
delle classi seconde B, C, D  
della Scuola Primaria "G.B. Tiepolo"

### **Oggetto:** Progetto Happy Time

La scuola primaria "G.B. Tiepolo" ha avuto l'onore di essere selezionata per partecipare ad un progetto chiamato "Happy Time" al quale hanno aderito le seguenti classi: terze (B, C, D), quarte (A, B, C), quinte (A, B, C, D).

### **Premessa**

Happy Time è un progetto promosso dall'ULSS 6, in collaborazione con l'UAT e con il Dipartimento di Scienze Biomediche dell'Università di Padova. L'obiettivo finale è quello di promuovere le **pause attive** in classe, cioè di momenti di attivazione e rilassamento durante la lezione per contrastare in modo efficace l'affaticamento inevitabile provocato dallo stare seduti a lungo. La scuola diviene in tal modo rispettosa del bambino e del suo benessere psicofisico e quindi contribuisce a promuovere la sua salute: si riducono i momenti di stanchezza e di inevitabile disturbo; si recuperano più facilmente l'attenzione e la concentrazione; migliorano le relazioni e il clima in classe.

### **Finalità**

"Scuola e salute sono legate in modo indissolubile" come afferma l'Organizzazione Mondiale della Sanità. La salute e il benessere dei giovani influiscono sulla capacità di avere successo nello studio, così come il successo scolastico genera maggior benessere e salute nell'individuo e nella popolazione (International Union for health Promotion and Education, 2009). È risaputo che attenzione e concentrazione sono fondamentali per stimolare un apprendimento efficace. Le cellule neuronali cerebrali devono essere attivate tramite stimoli sensoriali e rifornite con ossigeno a sufficienza: il movimento stimola entrambe le cose. Studi scientifici dimostrano i risultati ottenibili tramite le pause attive che possono essere così sintetizzati:

- canalizzazione dell'energia dei bambini (dai casi di irrequietezza a quelli di aggressività);
- sostegno delle loro capacità di apprendimento e sviluppo delle life skills;

- sviluppo e valorizzazione delle potenzialità e delle autonomie degli alunni nel rispetto del processo evolutivo, favorendo l'autostima, il senso di autoefficacia e il processo di inclusione;
- miglioramento della relazione tra bambini e tra bambini e insegnante.

La finalità del Progetto è, in sintesi, quella di inserire durante l'attività didattica delle pause studiate per il benessere psicofisico del bambino e per il conseguente recupero della piena efficienza di apprendimento.

### **Obiettivi**

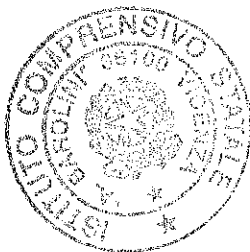
- Favorire la promozione dei livelli di attività fisica raccomandati dall'Oms: per i bambini e ragazzi (5-17 anni) praticare almeno 60 minuti al giorno di attività moderata -vigorosa includendo almeno 3 volte alla settimana giochi di movimento o attività sportive.
- Favorire, tramite l'attività fisica, il potenziamento cardio-vascolare, osteoarticolare e muscolare, il miglioramento della coordinazione e dell'equilibrio: tutti concorrono allo sviluppo di un benessere psicofisico generale.
- Favorire il recupero dell'attenzione e della concentrazione durante l'attività didattica.
- Favorire l'apprendimento delle "Life Skills". Secondo l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) con il termine Skills for life si intendono tutte quelle Skills (abilità, competenze) che è necessario apprendere per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana. La mancanza di tali Skills socio-emotive può causare, in particolare nei giovani, l'instaurarsi di comportamenti negativi e a rischio in risposta agli stress: tossicodipendenza, alcolismo, fumo di sigaretta ecc.

Durante la sperimentazione del progetto, per rendere attivabile la ricerca scientifica, sarà necessario sottoporre ai bambini dei questionari di ingresso e finali. Le classi 3 A, 2 B, 2 C e 2 D saranno coinvolte come gruppi di controllo: gli alunni che non seguiranno il progetto potranno fungere da termine di paragone con quelli che, invece, saranno coinvolti attivamente. In questo modo sarà possibile misurare lo stato di benessere dei bambini e l'efficacia del progetto. A tal fine si chiede di compilare il questionario (in allegato) che è stato redatto dall'Università di Padova.

Per ulteriori chiarimenti ci si può rivolgere alle docenti di classe.

Confidando nel contributo di tutti, si porgono distinti saluti.

Insegnante referente del progetto  
Cinzia Capitanio



La Dirigente Scolastica  
dott.ssa A. Emanuela Vicari

*Av*



Padova, 18 Gennaio 2017

Gentili Genitori,

con la presente chiediamo la Vostra autorizzazione a far partecipare i Vostri Figli ad una ricerca condotta da ricercatori dell'Università di Padova e preventivamente autorizzata dal Dirigente Scolastico.

La ricerca, che prevede il coinvolgimento di insegnanti e allievi dell'istituto, vuole osservare i cambiamenti sui comportamenti positivi e sul clima di benessere percepito dagli allievi in seguito all'attivazione del progetto Happy Time.

I dati verranno raccolti tramite la compilazione di alcuni questionari da parte degli allievi e dei loro insegnanti e saranno proposti agli allievi all'inizio e alla fine del percorso programmato.

Si assicura inoltre che tutti i dati raccolti saranno trattati ai sensi delle norme che regolano il rispetto della privacy, in accordo al Dlgs. n. 196/2003.

Ringraziando per l'attenzione, si porge un cordiale saluto

Prof. Attilio Carraro  
Dipartimento Scienze Biomediche,  
Università di Padova  
Via F. Marzolo 3, 35131 Padova  
tel. 049 8275307 fax 049 8275301  
[attilio.carraro@unipd.it](mailto:attilio.carraro@unipd.it)

Dott.ssa Erica Gobbi  
Dipartimento Scienze Biomediche,  
Università di Padova  
Via F. Marzolo 3, 35131 Padova  
tel. 049 8275307 fax 049 8275301  
[erica.gobbi@unipd.it](mailto:erica.gobbi@unipd.it)



Il Sottoscritto \_\_\_\_\_

Genitore di \_\_\_\_\_, dichiara di essere stato informato  
riguardo alla ricerca sull'efficacia del progetto Happy Time e di

**acconsentire**

**non acconsentire**

alla partecipazione del proprio figlio/a a tale ricerca.

Data \_\_\_\_\_,

Firma \_\_\_\_\_