

EDUCAZIONE ALLA SALUTE

TEMATICHE DA SVILUPPARE

1. DIPENDENZE: ALCOL, TABACCO, DROGHE
2. ALIMENTAZIONE
3. MALATTIE SESSUALMENTE TRASMESSE (MST) E INFEZIONI SESSUALMENTE TRASMISSIBILI (IST)

FINALITA'

- Acquisizione da parte degli studenti di una responsabilità liberamente assunta nella scelta di stili di vita salutari;
- Promuovere la conoscenza dei fattori di rischio inerenti la salute;
- Sviluppare riflessioni sulle convinzioni e sui comportamenti corretti;
- Modificare le abitudini di vita errate e rinforzare i comportamenti idonei non ancora radicati.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Promozione della salute attraverso un corretto stile alimentare;
- Aumentare la consapevolezza del legame alimentazione e salute;
- Contribuire a migliorare le conoscenze delle sostanze stupefacenti legali ed illegali e a rafforzare nei giovani la capacità di resistere alle pressioni negative del loro contesto relazionale;
- Conoscenza dei rischi legati alle MTS ed IST.

CONTENUTI

- Come funziona il cervello umano;
- Gli effetti delle droghe sul cervello;
- Le principali classi di droghe naturali e sintetiche;
- I principi nutritivi;
- La piramide alimentare e la dieta mediterranea;
- Corretta alimentazione;
- Le malattie legate alla cattiva dieta alimentare;
- Le malattie e le infezioni sessualmente trasmissibili.

METODOLOGIA

- Problem based learning (PBL)
- Attività di gruppo
- Power point
- Riflessioni in gruppo
- Video/film

Montelbano, 08/11/2016

Prof.ssa Elisabetta Mancarella

Elisabetta Mancarella