



**Ministero dell'Istruzione**  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Calabria**  
*Direzione Generale - Ufficio III Ambito Territoriale di Crotona*  
**Ufficio Educazione Fisica e Sportiva**

Piazza Montessori, 17, 88900 - CROTONE - Tel. 0962/963605 Fax 0962/969176

Ai Dirigenti Scolastici  
delle Scuole di ogni ordine e grado

Ai Docenti di Educazione Fisica

Ai Rappresentanti della Consulta Studentesca

LORO SEDI

Oggetto: IL TEOREMA DEL BENESSERE - Attività Motorie, Alimentazione e Prevenzione per promuovere corretti stili di vita.

Questo opuscolo è la sintesi di quanto realizzato nell'A.S. 2018/2019 dall'Ambito Territoriale di Crotona-Ufficio Educazione Fisica, dall'ASP Magna Grecia e dalla Consulta degli Studenti, con un'azione di sistema che ha visto migliaia di ragazzi coinvolti.

Esiste una diretta relazione tra attività motoria, alimentazione e prevenzione: un vero e proprio **“Teorema del benessere”**, da mettere in pratica tutti i giorni attraverso la conoscenza di adeguate informazioni, con l'ausilio di docenti di educazione fisica, insegnanti di educazione motoria, operatori sanitari, associazioni e istituzioni.

L'intento è quello di diffondere tra gli studenti i principi che presiedono ad un corretto stile di vita, per preparare le nuove generazioni ad un ruolo di cittadinanza attiva.

Il Teorema del Benessere vuol dire, comunicare per mettersi in relazione con il sistema educativo, ma anche con il variegato mondo dello sport, del volontariato, delle istituzioni e delle famiglie.

La documentazione diviene risorsa e strumento di programmazione tra queste realtà che collaborano con la scuola, per far conoscere l'attività scolastica e far comprendere il perché di determinate scelte, ma soprattutto la documentazione rappresenta un percorso più profondo, quello del recupero, dell'ascolto, della rielaborazione e della comunicazione dell'esperienza.

Ci rivolgiamo agli alunni come amici speciali per condividere una missione specifica: convincere adulti e ragazzi a fare attività motoria e mangiare bene per crescere sani.

Si ringrazia per la fattiva collaborazione.

Referente EMFS – Salute – Consulta  
Santino Mariano

USR per la Calabria- AT Crotona  
Angela Rosa Mazzeo