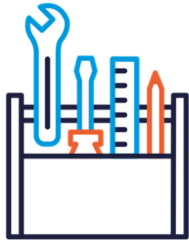




# SCUOLE SECONDARIE I DI PRIMO GRADOI

PROGRAMMA delle ATTIVITA' di  
PROMOZIONE alla SALUTE e al BENESSERE  
ASL VC





**In cordata**  
**"DIARIO DELLA SALUTE"**  
**PROMOZIONE DEL BENESSERE**  
**TRA I PRE-ADOLESCENTI**

**Destinatari:**

- **insegnanti: referenti cyberbullismo, animatori digitali, referenti promozione della salute, referenti per l'inclusione**
- **genitori/adulti di riferimento**
- **studenti delle classi SECONDE delle Scuole Secondarie di I° grado**

**Premessa:** è un progetto di promozione del benessere psicologico attraverso lo sviluppo e il potenziamento delle competenze socioemotive (life-skills) con l'obiettivo di prevenire le manifestazioni di disagio, il disadattamento psicosociale in adolescenza e il coinvolgimento in comportamenti a rischio per la salute.

Il programma prevede un corso di formazione per insegnanti che successivamente svilupperanno con le loro classi II° il percorso educativo-formativo descritto nel Quaderno per insegnanti "Diario della salute" contenente le indicazioni su come realizzare le attività previste. Il percorso si articola in 6 unità didattiche (unità 0 introduttiva + 5 unità applicative) per un totale di 15 ore circa. **Quest'anno le attività sono state riviste e aggiornate.** A supporto delle attività è stato realizzato un Diario della salute per i ragazzi in formato web ([www.diariodellasaluteragazzi.it](http://www.diariodellasaluteragazzi.it)) che affronta con linguaggio giovanile argomenti pregnanti per il target d'età: i cambiamenti del corpo, i comportamenti trasgressivi, la sperimentazione dell'affettività e della sessualità. I genitori saranno invitati a consultare il materiale preparato per facilitare la comunicazione con i figli sugli stessi temi collegandosi al Diario per i genitori in versione web all'indirizzo [www.diariodellasalute.it](http://www.diariodellasalute.it). Inoltre saranno organizzati, con la collaborazione degli istituti scolastici, incontri informativi rivolti ai genitori.

**Obiettivo generale:** promuovere il benessere psicologico ed emotivo dei ragazzi di 12-13 anni.

**Obiettivi specifici:**

- Fornire agli insegnanti delle scuole secondarie di 1° grado metodi e strumenti didattici adeguati per potenziare alcune life-skills emotive, sociali e cognitive al fine di guidare i ragazzi a riconoscere e prendere coscienza di sé, delle proprie emozioni e dei propri bisogni e orientarli ad affrontare in modo adeguato le situazioni problematiche quotidiane tipiche della loro fase evolutiva;

- Migliorare le capacità e le competenze (life skills) dei ragazzi necessarie per affrontare le trasformazioni corporee, i cambiamenti nelle relazioni sociali e la gestione delle emozioni proprie e altrui.
- Migliorare il clima relazionale in classe.
- Sostenere i genitori nella gestione delle emozioni e delle reazioni legate alla relazione con i figli in una fase delicata della loro crescita e a migliorare la capacità di ascolto dei figli.

**Ricadute per i ragazzi:** miglioramento del rapporto con i peer e con gli adulti, potenziamento delle capacità di apprendimento, maggiore adattamento sociale, prevenzione dei comportamenti a rischio.

**Ricadute per gli insegnanti:** Miglioramento del clima in classe e potenziamento delle capacità di apprendimento.

### **Metodologia di lavoro:**

- Formazione degli adulti (insegnanti) attraverso un'attività per complessive 25 ore: 7 ore di formazione d'aula, 15 ore di sperimentazione in classe e 3 ore di valutazione.
- Incontri interattivi condotti dall'insegnante in classe, utilizzando la guida "Diario della salute", materiale distribuito durante il corso di formazione.
- Incontri interattivi con i genitori condotti da personale psico-educativo dell'ASL VC sulla relazione genitori-figli e i comportamenti a rischio dei pre-adolescenti.
- Incontro di remoto per docenti già formati negli anni precedenti.

**Impegno di lavoro:** 25 ore di corso di formazione (formazione d'aula, sperimentazione in classe e monitoraggio e valutazione).

**Responsabile:** Dott.ssa Raffaella Scaccioni, S.C. Psicologia e Referente Promozione della Salute. La realizzazione del progetto si avvale della collaborazione degli educatori SerD.

Link al progetto:

[https://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=3201](https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=3201)