

Circolare N° 25

Bergamo, 12 novembre 2019

**Ai genitori degli alunni iscritti alla classe 1^A
Scuola Secondaria di I Grado Leonardo da Vinci**

Oggetto: attività complementare "LifeSkills Training"

Cari Genitori,
con la presente vi inviamo il programma dell'attività complementare "LifeSkills Training":

Nome dell'attività.	LifeSkills Training
Descrizione dell'attività.	<p>Il LifeSkills training è un programma educativo, svolto in collaborazione con l'ATS di Bergamo e Regione Lombardia, che si focalizza sullo sviluppo delle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali. In particolare agisce su diversi mediatori quali:</p> <ul style="list-style-type: none"> • la percezione delle norme; • la capacità di rifiuto delle sostanze nocive (alcolici, sigarette, droghe); • l'assunzione del rischio; • l'assertività; • l'ansia sociale; • la capacità di risolvere problemi e prendere decisioni. <p>Dal momento che i fattori implicati nell'abuso di sostanze hanno a che fare sia con le influenze esterne (l'ambiente, i media e i pari) sia con fattori interni (ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti), questo</p>

	<p>approccio, aumentando nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane, favorendo un maggior senso di controllo personale e fornendo informazioni sulle sostanze, rende possibile contrastare la loro motivazione ad usare droghe e ridurre la vulnerabilità e suscettibilità alla pressione esterna, diminuendo così il ricorso ai comportamenti a rischio.</p> <p>Lo sviluppo del LifeSkills Training prevede che gli studenti coinvolti costruiscano un proprio progetto di auto-miglioramento. Esso vuole rappresentare un'opportunità offerta loro per migliorare, nel corso del programma, qualche abilità specifica o comportamento personale, in modo da incrementare il loro stato di benessere. Agli studenti è chiesto di individuare il proprio obiettivo generale di auto-miglioramento e di suddividerlo in una serie di sotto obiettivi settimanali per migliorare gradualmente il proprio comportamento e poter verificare settimanalmente i propri progressi.</p>
Durata prevista.	<p>Il programma completo prevede 15 moduli di due ore, 6 dei quali saranno proposte come attività complementari. Il primo ciclo di 3 lezioni si svilupperà come segue:</p> <p>mercoledì 13/11 dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 20/11 dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 27/11 dalle 14.30 alle 16.10</p> <p>Il secondo ciclo di 3 lezioni sarà svolto seguendo il seguente calendario:</p> <p>mercoledì 12 febbraio dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 19 febbraio dalle 14.30 alle 16.10 mercoledì 26 febbraio dalle 14.30 alle 16.10</p>
Docente/i ed esperto/i responsabile/i del progetto.	<p>Enzo Guerini Silvia Facchinetti (non sarà coinvolta nelle lezioni pomeridiane di attività complementari)</p>

<p>Obiettivi formativi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sviluppare armonicamente la propria personalità in tutte le inclinazioni (etiche, sociali, intellettuali, affettive, operative, creative) per agire in maniera autonoma e responsabile. • Conoscere la realtà contemporanea per poter interagire. • Acquisire la conoscenza di sé • Autovalutarsi per poter operare scelte realistiche ed elaborare un progetto di vita personale. • Essere disponibile al dialogo con adulti e compagni per poter esprimere anche bisogni e disagi. • Risolvere problemi che di volta in volta si incontrano. • Acquisire gli strumenti culturali per la propria formazione.
<p>Competenze chiave per l'apprendimento permanente definite dal Parlamento Europeo e dal Consiglio dell'Unione Europea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare • Spirito di iniziativa e imprenditorialità • Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali • Competenza in materia di cittadinanza

È gradita occasione per porre cordiali saluti.
La Direzione Didattica