

Scuole che promuovono salute

Rete Provincia di Bergamo

L'inizio

- Il 18 maggio su iniziativa di ATS Bergamo, che ha ben colto un bisogno, viene organizzato un seminario

EMERGENZA COVID E SCUOLA

EMERGENZA COVID E SCUOLA INCONTRO FORMATIVO PER DOCENTI

L'Istituto Comprensivo di Calcinate, capofila provinciale della rete "Scuole che Promuovono Salute" in collaborazione con ATS Bergamo, propone il

18 maggio 2020 dalle ore 14.30 alle ore 17.00
(collegamento e registrazione dalle ore 14.10)

un incontro formativo per tutti i docenti anche di scuole non aderenti alla rete SPS, con l'obiettivo di offrire spunti di riflessione ad ampio spettro sulla situazione attuale e sui possibili sviluppi futuri e verterà sulle seguenti tematiche:

- **Risvolti psicologici dell'emergenza COVID;**
- **Stimolare resilienza nei contesti scolastici;**
- **Abilità di vita e emergenza COVID;**
- **Come prepararsi al prossimo anno scolastico.**

All'incontro parteciperanno:

- ✓ Antonella Giannellini Ufficio Scolastico – Ambito territoriale di Bergamo
- ✓ Stefania Sacchezin – Associazione EMDR Italia (psicologia dell'emergenza)
- ✓ Andrea Greco – Università di Bergamo
- ✓ Veronica Velasco – Università di Milano Bicocca
- ✓ Luca Biffi – ATS Bergamo
- ✓ Alessandro D. Mazzaferro – D.S. I.C. di Calcinate (capofila BG Rete SPS)

Materiali su

<https://www.iccalcinatate.edu.it/evento/>

Video youtube: [clicca qui \(inizio dopo circa dieci minuti\)](#)

Partecipanti in diretta: circa 1100

Visualizzazioni video a oggi: circa 2900

2020-21 – Formazione Docenti

Fornire fin dai primi giorni di settembre un corso di formazione per docenti sul ritorno in classe dopo tanti mesi

Incontri in presenza (25 ore)

Rivolto a docenti di scuola primaria, secondaria di I grado e di II grado delle scuole della provincia di Bergamo. (ca. 150 docenti complessivamente, 30 per ambito scolastico).

[Sarà però attivato solo su 4 ambiti per circa 110 iscritti]

Il corso è promosso dalla Rete delle Scuole che Promuovono Salute della Provincia di Bergamo, in collaborazione con USP di Bergamo e ATS. Si avvale della collaborazione dell'Università di Bergamo e dell'Università Bicocca di Milano

Programma completo:

<https://www.iccalciate.edu.it/wp-content/uploads/2020/09/corso-spsp-definitivo-1.pdf>

Convenzione tra ATS e IC Calciate per la realizzazione del progetto:

ATS ha destinato fondi specifici alla scuola per la realizzazione di attività formative.

2020-21 – Formazione Docenti – 1 tema

Argomenti

- come stiamo (ansie, paure, aspettative in docenti e studenti)
- Laboratori per proporre attività (modello LSTP)
- Materiali dei primi incontri
- <https://www.iccalciate.edu.it/informazioni-corso-promuovere-la-salute-a-scuola-in-epoca-covid/>

PRIMO TEMA: DUE INCONTRI DA QUATTRO ORE “Il Covid e la scuola”

| DATA | ORA | RIVOLTO A DOCENTI | LUOGO |
|-----------------|-------------|-------------------|---|
| 7 settembre | 14-18 | AMBITO 3 | I.C. CALCINATE – Largo de Sanctis 2 |
| 22 settembre 20 | 14.30-18.30 | AMBITO 4 | Scuola Primaria Alberico Da Rosciate – Via Codussi 5 – Bergamo |
| 24 settembre 20 | 14.15-18.15 | AMBITO 5 | Succursale I.S. Zenale e Butinone – Via Caravaggio 52 - Treviglio |
| 25 settembre 20 | 14.30-18.30 | AMBITO 2 | I.C SOVERE – Via Silvestri 1 Sovere |

SECONDO INCONTRO:

| DATA | ORA | RIVOLTO A DOCENTI | LUOGO |
|--------------|-------------|-------------------|---|
| 6 ottobre 20 | 14-18 | AMBITO 3 | I.C. CALCINATE – Largo de Sanctis 2 |
| 7 ottobre 20 | 14.30-18.30 | AMBITO 4 | Scuola Primaria Alberico Da Rosciate – Via Codussi 5 – Bergamo |
| 8 ottobre 20 | 14.15-18.15 | AMBITO 5 | Succursale I.S. Zenale e Butinone – Via Caravaggio 52 - Treviglio |
| 9 ottobre 20 | 14.30-18.30 | AMBITO 2 | I.C SOVERE – Via Silvestri 1 Sovere |

CRITICITÀ

RELAZIONI

LA DISTANZA FISICA E SOCIALE E I DPI METTONO IN DISCUSSIONE LE RELAZIONI: DOCENTE-DOCENTE; DOCENTE-STUDENTI; FAMIGLIA-DOCENTI; STUDENTI-STUDENTI

Lo smart working, la didattica a distanza (DAD) e le regole rendono difficoltosa la comunicazione e la collaborazione.



SOLIDARIETÀ PIÙ DIFFICILE

Non si possono prestare oggetti e viene difficile trovare attività da fare di gruppo.

DIFFICOLTÀ NELLA GESTIONE DELLE RELAZIONI NEL GRUPPO CLASSE E DELLE NORME

Le modalità di didattica miste (alcuni alunni online, altri in classe) non facilitano la creazione di buone relazioni tra compagni e tra alunni-docente. Quest'ultimo legame sembra venire ulteriormente indebolito dal ruolo del docente di "controllare".

AULE GRANDI IN ALCUNI ISTITUTI: COMUNICAZIONE ANCOR PIÙ DIFFICILE

Il distanziamento crea spazi enormi e quindi anche difficoltà di farsi sentire dalle ultime file.

CRITICITÀ

GESTIONE DELLE EMOZIONI

SENSO DI INCAPACITÀ DEI DOCENTI NELLA GESTIONE SIA DELLE PROPRIE EMOZIONI, SIA DI QUELLE DEGLI STUDENTI

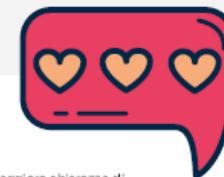
Stati di continuo stress e incertezza non favoriscono la gestione di emozioni negative che si sovrappongono.

EMOZIONI NEGATIVE*

Perenni sensazioni quali: paura del contagio, ansia, tristezza, nervosismo e agitazione, continuo stato di allerta, tristezza, senso di solitudine, carico di responsabilità per il controllo.

DIFFICOLTÀ NEL RISPETTARE E FAR RISPETTARE LE REGOLE

Questo aumenta ulteriormente i livelli di arousal (attivazione emotiva).



*Il termine *Emozioni negative* è stato utilizzato in questo lavoro per una maggiore chiarezza di esposizione, nella convinzione comunque che tutte le emozioni siano positive per la loro valenza adattiva.

CRITICITÀ

REGOLE

MANCANZA DI CONOSCENZA DELLE NORME (SIA COVID, SIA REGOLAMENTI) DA PARTE DELLE FAMIGLIE E DI ALCUNI DOCENTI

Difficoltà delle famiglie straniere a comprendere i regolamenti spesso scritti in italiano. Mancanza di condivisione tra le figure educative.

MANCANZA DI COMPrensIONE DELLA NECESSITÀ DELLE REGOLE E QUINDI MANCANZA DI INTERIORIZZAZIONE E RESPONSABILITÀ DEL SINGOLO

Questo sembra essere una delle cause che porta alla violazione della norma, soprattutto nei momenti destrutturati.



LIBERA INTERPRETAZIONE DELLE REGOLE DA PARTE DEI DOCENTI, CON MANCANZA DI COERENZA NEGLI ATTEGGIAMENTI

Con conseguente effetto negativo sul rispetto delle norme da parte degli studenti.

REPENTINI MUTAMENTI E MANCANZA DI CHIAREZZA DELLE REGOLE

Questi portano ad uno stato di confusione e all'aumento delle emozioni negative.

INCONGRUENZA TRA REGOLE A CASA E A SCUOLA

Con conseguente utilizzo delle regole improprio da parte degli studenti.

DIFFICOLTÀ DI GESTIONE DELLE NORME, SOPRATTUTTO IN MOMENTI DESTRUTTURATI (INTERVALLO)

BISOGNI

LUOGHI E SPAZI DI ASCOLTO, CONFRONTO, SFOGO E CONDIVISIONE DI ESPERIENZE POSITIVE E NEGATIVE TRA DOCENTI



CONDIVISIONE E CO-COSTRUZIONE DEI REGOLAMENTI TRA FAMIGLIE E DOCENTI

TROVARE STRUMENTI ALTERNATIVI ALLA PUNIZIONE

Attivazione delle risorse comunicative per promuovere ascolto, empatia, autostima



CAPIRE QUANTI FONDI CI SONO A DISPOSIZIONE

CASSETTA DEGLI ATTREZZI

Sulla base delle criticità e dei bisogni emersi è stata definita dai docenti una serie di azioni che potrebbero aiutare a risolvere alcune problematiche attuali e future. Di seguito verranno presentate tali attività suddivise per ordine scolastico, con due avvertenze:

- ognuna di esse può ovviamente essere rivista e ridefinita per ogni classe;
- alcune attività possono riguardare più ordini scolastici e sono pertanto ripetute.



**La risposta sono 24
pagine di azioni possibili
per aiutare a risolvere
alcune problematiche.**



SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO



RELAZIONI



La distanza fisica e sociale e i DPI mettono in discussione le relazioni:
docente-docente;
docente-studenti;
famiglia-docenti;
studenti-studenti

Difficoltà nella gestione delle relazioni nel gruppo classe e delle norme

Il rappresentante di classe

Ogni alunno potrà candidarsi come rappresentante attraverso la campagna elettorale che durerà fino al giorno della votazione. Una volta eletto dalla classe, il rappresentante avrà tre compiti:

1. fare da collante tra docenti e gruppo classe;
2. dovrà chiedere e gestire le assemblee di classe mensili per far emergere punti di forza e problematiche presenti sia all'interno del gruppo classe, sia con i docenti;
3. fare rispettare le regole.

In parallelo si potrebbe istituire il "cartellone delle buone pratiche" su cui ogni alunno appunta quanto sia o meno riuscito a rispettare le regole e ad ascoltare gli altri ("oggi ho ascoltato il mio compagno in difficoltà", ad esempio).

- Responsabilizzare ogni singolo, aumentare le capacità comunicative e di ascolto
- Aumentare il senso di fiducia e l'inclusione nella classe
- Facilitare la relazione tra gli insegnanti e il gruppo classe
- Aumentare la collaborazione e i legami del gruppo classe
- Sostenere i ragazzi più fragili



SCUOLA PRIMARIA



GESTIONE DELLE EMOZIONI



Prendiamo fiato!

Utilizzare tutti i momenti possibili per uscire all'aperto, anche per fare lezione.

- Favorire il distanziamento e diminuire le possibilità di contagio
- Aumentare il benessere dei bambini

Spazio alla fantasia

Momenti di pittura creativa con tempere, acquerelli e musica di sottofondo.

- Rilassamento
- Positività
- Benessere

Be positive!

Lavorare sul pensiero positivo: leggere libri rilassanti, fare camminate, dare più pause (anche ai ragazzi in difficoltà).

Lettera ad un bambino del futuro

A partire dalla riflessione condivisa e guidata dall'insegnante con i bambini sul significato delle regole, della buona alimentazione e di una corretta attività fisica, fare scrivere una lettera ai posteri per mostrare come si è vissuto in questo periodo, accompagnata da un bauletto contenente i DPI utilizzati. Si può pensare di farla costruire o singolarmente da ciascun bimbo, oppure crearla insieme!

- Interiorizzare le regole
- Aumentare il grado di conoscenza e consapevolezza rispetto a tematiche fondamentali per la salute del singolo e della collettività



SCUOLA SECONDARIA DI SECONDO GRADO



RELAZIONI



...stanza fisica e
...e i DPI
...mettono in
discussione le
relazioni:
docente-docente;
docente-studenti;
famiglia-docenti;
studenti-studenti

Difficoltà
nella gestione delle
relazioni nel gruppo
classe e delle norme

Solidarietà
più difficile



Un mondo di stimoli

Utilizzare stimoli di diversa natura nelle spiegazioni.

- Tenere vivo l'interesse dei ragazzi
- Favorire la relazione tra docente e studente

Sono sempre io

Rassicurare i ragazzi rispetto all'identità di ciascuno: dietro la mascherina c'è sempre la stessa persona, la sostanza non cambia.

- Rassicurare i ragazzi

On-off: è sempre relazione!

Utilizzare la LIM per mantenere le relazioni tra compagni e includere anche quelli a casa.

- Aumentare il senso di appartenenza al gruppo classe

Non siamo soli

Coinvolgere lo psicologo scolastico e la famiglia in momenti di riflessione e condivisione delle esperienze, per poterle poi mettere su carta e condividerle con tutta la scuola.

- Migliorare le relazioni

Per la lettura integrale del documento:

<https://www.iccalciate.edu.it/informazioni-corso-promuovere-la-salute-a-scuola-in-epoca-covid/>

Questionario a metà corso

Documento in fase di
pubblicazione sul sito della
SPS Bergamo

Confronti: temi emersi come più importanti

- ✓ **IGIENE**
- ✓ **SOCIALITÀ**
- ✓ **SALUTE MENTALE**
- ✓ **INCLUSIONE**
- ✓ **MOVIMENTO**

Difficoltà operative

- ✓ lavori di gruppo
- ✓ metodologie attive
- ✓ life skill
- ✓ far muovere gli studenti

Tematiche in cui emerge maggiore competenza

- ✓ Gestione delle emozioni

RICADUTA OPERATIVA:
Approfondire aspetti
metodologici e pratici

Sintesi:

Le tematiche percepite più importanti in questo momento per la promozione della salute sono: attività motoria, salute mentale, igiene, socialità; quelle più trascurabili sono quelle legate all'uso di sostanze e dipendenze

Gli insegnanti della scuola primaria e secondaria di I grado mostrano una percezione di autoefficacia rispetto allo **svolgimento della propria professione in presenza** medio-bassa. In particolare si sentono meno in grado di proporre lavori di gruppo, promuovere movimento e potenziare le life skills degli studenti. Viceversa si sentono maggiormente capaci di accogliere le emozioni, motivare gli studenti, incentivare stili di vita salutari.

Nello **svolgimento delle pratiche professionali a distanza**, le insegnanti delle Scuole secondarie esprimono una percezione di autoefficacia medio-bassa. Anche in questo caso l'attività in cui si sentono maggiormente in difficoltà è la promozione dell'attività motoria; quelle in cui si percepiscono più capaci sono il creare e rafforzare il legame tra docente e studenti, sviluppare competenze di cittadinanza, motivare gli studenti, incentivare stili di vita salutari.

Le **docenti della scuola secondaria di I grado** si sentono maggiormente in grado di **affrontare le sfide della propria pratica professionale in presenza, anziché a distanza**. La percezione di autoefficacia rilevata è comunque a livelli medio-bassi (soprattutto a distanza).

Incontro 16 ottobre per Dirigenti

- Fatiche di questo inizio
- Rischio di sentirci soli / *Avere cura di noi*
- Non domandarci la formula che mondi possa aprirti,
sì qualche storta sillaba e secca come un ramo.
Codesto solo oggi possiamo dirti,
ciò che non siamo, ciò che non vogliamo.

2020-21 – Incontro Dirigenti I ciclo – 16 ottobre

Partecipano circa 30 Dirigenti del I ciclo

Lavoro su tematiche «dimenticate» dagli incontri ufficiali

Promozione della cittadinanza / educabilità

Apprendimento e metodologie attive

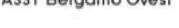
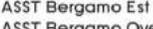
Socialità e movimento

2020-21 – prosegue Life Skills

Continua la formazione LSTP sia per nuovi docenti che per docenti Master

104 scuole hanno richiesto le pillole LST e Quick Unplugged

Continua la sperimentazione LS scuola primaria



Presentazione manuale docenti e quaderno studenti 1° livello
LSTP 2020



Webinar rivolto ai docenti delle scuole secondarie di primo grado formati sul livello 1 Life Skill Training Program negli anni dal 2010 al 2019.

- **Mercoledì 25 novembre 2020**
- **14.30-17.00**

Organizzazione evento DIPS-ATS Bergamo.
Piattaforma di collegamento utilizzata ZOOM.

Obiettivo del webinar è quello di informare i docenti dei contenuti del nuovo strumento di lavoro e dei suoi ampliamenti, approfondendone le evoluzioni e le applicazioni, in modo da facilitarne un utilizzo efficace e consapevole con gli studenti.

2020-21 – La Rete per il Supporto Psicologico delle scuole Superiori

29 scuole superiori della Provincia stanno lavorando per mantenere viva un'esperienza pluriennale della Provincia di Bergamo: gestire il supporto psicologico delle scuole superiori in rete.

Il coordinamento del Progetto sarà affidato alla rete SPS

Per maggiori informazioni

<https://www.iccalciate.edu.it/informazioni-corso-promuovere-la-salute-a-scuola-in-epoca-covid/>

grazie