



Candidatura N. 987979

3340 del 23/03/2017 - FSE - Competenze di cittadinanza globale

Sezione: Anagrafica scuola

Dati anagrafici

Denominazione	IS VITTORIO EMANUELE II-RUFFINI
Codice meccanografico	GEIS00600R
Tipo istituto	ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
Indirizzo	LARGO ZECCA, 4
Provincia	GE
Comune	Genova
CAP	16124
Telefono	0102470778
E-mail	GEIS00600R@istruzione.it
Sito web	www.vitemruf.gov.it
Numero alunni	1232
Plessi	GERC00601Q - CASA CIRCONDARIALE PONTEX /RUFFINI GERC00602R - I.P.S. - J.RUFFINI - GERC00603T - CASA CIRCONDARIALE DI MARASSI / RUFFINI GERC006526 - I.P.S.C.-J.RUFFINI/SERALE- GETD006013 - I.T.S. - VITTORIO EMANUELE II - GETD00651C - I.T.C.S.- V.EMANUELE II/SERALE



Sezione: Autodiagnosi

Sottoazioni per le quali si richiede il finanziamento e aree di processo RAV che contribuiscono a migliorare

Azione	SottoAzione	Aree di Processo	Risultati attesi
10.2.5 Competenze trasversali	10.2.5A Competenze trasversali	Area 2. AMBIENTE DI APPRENDIMENTO Area 3. INCLUSIONE E DIFFERENZIAZIONE	Acquisizione del concetto di cittadinanza globale, aumento della conoscenza delle interconnessioni globali e della consapevolezza del rapporto tra scelte locali e sfide globali Potenziamento della dimensione esperenziale delle conoscenze e delle competenze attraverso attività pratiche, lavoro su casi reali e realizzazione di prodotti Potenziamento delle capacità relazionali e delle abilità comunicative/empatiche per interagire con persone con differenti opinioni e provenienti da culture diverse



Articolazione della candidatura

Per la candidatura N. 987979 sono stati inseriti i seguenti moduli:

Riepilogo moduli - 10.2.5A Competenze trasversali

Tipologia modulo	Titolo	Costo
Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport	€ 5.082,00
Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva	CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA	€ 5.082,00
	TOTALE SCHEDE FINANZIARIE	€ 10.164,00



Articolazione della candidatura

10.2.5 - Competenze trasversali

10.2.5A - Competenze trasversali

Sezione: Progetto

Progetto: PROGETTO GAIA EDUCAZIONE ALLA CONSAPEVOLEZZA INDIVIDUALE E GLOBALE

<p>Descrizione progetto</p>	<p>Il "Progetto Gaia" è un avanzato programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di docenti, professori universitari, educatori, psicologi e medici dell'associazione di promozione sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca, che è stato approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e che è sostenuto dalla Federazione Italiana Centri e Club UNESCO, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura.</p> <p>Il Progetto Gaia è stato sviluppato per contribuire alla prevenzione e risoluzione di questi grandi problemi dei bambini e dei giovani in età scolastica, e anche per rispondere alle necessità educative di una società sempre più globalizzata, espresse nelle linee educative internazionali del "Global Education First Initiative", espresse con il "Nuovo Umanesimo" di Irina Bokova, General Director dell'UNESCO e riprese nelle "Indicazioni Nazionali per il Curricolo dell'Infanzia e del primo ciclo di Istruzione" del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. Quest'ultimo invita a sviluppare programmi educativi capaci di "fornire strumenti teorici ed esperienziali agli studenti di ogni età al fine di sviluppare competenze che permettano la realizzazione di una società globale", e a facilitare "L'elaborazione dei saperi necessari per comprendere l'attuale condizione dell'uomo planetario... Premessa indispensabile per l'esercizio consapevole di una cittadinanza nazionale, europea e planetaria".La finalità del Progetto Gaia è di promuovere un programma educativo che ponga al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta e che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.</p> <p>Il Progetto Gaia, al fine di sviluppare una reale consapevolezza globale, prevede un protocollo articolato in quattro principali aree educative che corrispondono alle principali dimensioni neuro-psicologiche umane: la consapevolezza di sé, che corrisponde alla funzione centrale del cervello, la consapevolezza corporea-emotiva del cervello sottocorticale, la consapevolezza scientifica dell'emisfero razionale e la consapevolezza etica dell'emisfero intuitivo. La comprensione integrata di queste quattro dimensioni porta ad una consapevolezza globale, che integra la dimensione personale con le dimensioni sociali e culturali.</p>

Sezione: Caratteristiche del Progetto

Contesto di riferimento

Descrivere le caratteristiche specifiche del territorio di riferimento dell'istituzione scolastica

L'Istituto Tecnico Commerciale Vittorio Emanuele II dal 1865 ad oggi è ubicato in Largo della Zecca 4 e per molti aspetti può considerarsi il 'padre' di alcuni importanti Istituti di Genova. Dall'anno scolastico 1995/96 al Vittorio Emanuele II è stato aggregato un altro importante Istituto tecnico commerciale del centro città: l'I.T.C. 'M. Tortelli', sorto nel 1918. Nell'anno scolastico 2000-2001, dall'unione con l'Istituto professionale 'J. Ruffini', è nata la struttura temporaneamente denominata Istituto Superiore Commerciale 'Vittorio Emanuele II - Ruffini'. La popolazione scolastica del corso serale-pomeridiano seppure eterogenea, ha un livello socio-economico-culturale basso e medio-basso. Notevole l'affluenza degli studenti stranieri, di varia provenienza, età e condizione lavorativa; molti i disoccupati; la disomogeneità riscontrata nel back ground differente degli studenti si evidenzia anche nel relativo rendimento scolastico. L'aumento del disagio sociale e giovanile degli ultimi anni si ripercuote anche nella discontinuità della frequenza e nella necessità per i docenti di individuare piani di studio individualizzati rispetto alle singole esigenze degli alunni



Obiettivi del progetto

Indicare quali sono gli obiettivi perseguiti dal progetto con riferimenti al PON "Per la scuola" 2014-2020 e, in particolare, come si intende promuovere la complementarietà e l'integrazione tra le diverse aree tematiche al fine di sviluppare un'idea complessiva di cittadinanza globale.

La finalità del Progetto Gaia è di promuovere un programma educativo che ponga al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta e che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.

Gli obiettivi pratici del Progetto Gaia sono:

- Sviluppare una maggiore autoconsapevolezza psicosomatica di Sé (corpo ed emozioni).
- Migliorare il benessere psicofisico riducendo lo stress, l'ansia e la depressione.
- Migliorare il rendimento scolastico aumentando attenzione, presenza e riducendo aggressività e tensione.
- La gestione delle emozioni e contenimento della reattività e degli impulsi (autoregolazione).
- Migliorare il clima e la cooperazione del gruppo classe.
- Offrire una base di informazioni etiche, scientifiche e culturali per una cittadinanza globale.

MODULO I - FASI:

1- Iniziare a sperimentare la consapevolezza di se' per il benessere individuale e di gruppo

2- Consapevolezza corporea e attività' motoria

3- consapevolezza dei blocchi, intelligenza emotiva per incrementare capacita' relazionali

4- consapevolezza etica globale per la pratica del "saper essere insieme"

MODULO II-FASI:

1 : cittadini consapevoli

2: consapevolezza globale etica e sostenibilità

3: consapevolezza individuale dei diritti umani

4: il nuovo paradigma per una cittadinanza attiva e i film Olos e Globalshift



Caratteristiche dei destinatari

Indicare, ad esempio, in che modo è stata sviluppata una analisi dei bisogni e un'individuazione dei potenziali destinatari a cui si rivolge il progetto

I destinatari del progetto sono gli alunni delle dei corsi pomeridiano e serale dell'Istituto per un numero max di 25 a quadrimestre per un totale di 50 -La scelta è nata dall'esigenza di permettere ai giovani, anche in condizioni di grave disagio sociale e culturale, di attivare le risorse personali e di migliorare la fiducia in se stessi in modo da relazionarsi positivamente con gli altri e con la società in trasformazione. Mindfulness è una modalità di prestare attenzione, momento per momento, in modo intenzionale e non giudicante, al fine di risolvere (o prevenire) la sofferenza interiore e raggiungere un'accettazione di sé attraverso una maggiore consapevolezza della propria esperienza: sensazioni, percezioni, impulsi, emozioni, pensieri, parole, azioni e relazioni. Migliorare la modalità di prestare attenzione permette di cogliere, con maggiore prontezza, il sorgere di pensieri negativi che contribuiscono al malessere emotivo. La padronanza dei propri contenuti mentali e degli stili abituali di pensiero (capacità di automonitoraggio e metacognizione) permette maggiori possibilità di esplorazione, espressione e cambiamento di tali contenuti. Il Progetto Gaia realizza i suoi obiettivi, grazie alla formazione dei docenti che lo praticano sulla base del Protocollo PMP (Mindfulness Psychosomatic Protocol) utilizzando le più efficaci pratiche di consapevolezza di sé, benessere psicofisico ed intelligenza emotiva (attraverso il respiro consapevole).

Apertura della scuola oltre l'orario

Indicare ad esempio come si intende garantire l'apertura della scuola oltre l'orario specificando anche se è prevista di pomeriggio, sera, di sabato, nel periodo estivo.

La scuola individuata dal progetto è l'Istituto Vittorio Emanuele II Ruffini situato in Largo della Zecca 4 a Genova. Le classi interessate sono **o appartenenti sia al corso pomeridiano che al corso serale che osservano rispettivamente il seguente orario:**

- dal Lunedì al venerdì: ingresso ore e uscita ore....

Non sarà necessario avere classi di età omogenee, in quanto, attraverso una scelta consapevole in collaborazione con il consiglio di classe, si potrà procedere alla costruzione di un clima di armonia del gruppo. Non sarà necessario garantire l'apertura della scuola oltre l'orario dato che gli incontri previsti dai moduli del progetto verranno svolti in orario pomeridiano cìper le classi del corso serale e in orario serale per le classi del corso pomeridiano La realizzazione dell'attività didattica dei Moduli I e II verrà svolta concordando l'orario con gli studenti

Coinvolgimento del territorio in termini di partenariati e collaborazioni

Indicare, ad esempio, il tipo di soggetti - Scuole, Università e/o Enti pubblici o privati - con cui si intende avviare o si è già avviata una collaborazione o un partenariato, e con quali finalità (messa a disposizione di spazi e/o strumentazioni, condivisione di competenze, volontari per la formazione, etc). Indicare, inoltre, se e come si intende enfatizzare il rapporto con gli attori del territorio e lavorare su casi reali per promuovere la dimensione esperienziale.

L' Istituto Vittorio Emanuele II Ruffini per la realizzazione del progetto si può avvalere della presenza e collaborazione di qualche familiare degli studenti, che in alcuni momenti, laddove lo si ritenga importante, può sporadicamente contribuire alla condivisione del lavoro, prevista per ogni fase. Inoltre essendo il "Progetto Gaia" un avanzato programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di docenti, professori universitari, educatori, psicologi e medici dell'associazione di promozione sociale "Villaggio Globale" di Bagni di Lucca, (che è stato approvato e finanziato dal **Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali** e che è sostenuto dalla **Federazione Italiana Centri e Club UNESCO**, l'agenzia delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura) costituirà riferimento costante l'equipe scientifica del Villaggio Globale, nella persona in particolare del suo Presidente Dr. Nitamo Montecucco. Inoltre ci sono associazioni nella provincia di Genova che praticano la Mindfulness con adulti e ragazzi, tema particolare, delicato e molto specifico, a cui eventualmente è possibile chiedere collaborazioni.

Metodologie e Innovatività

Indicare, ad esempio: per quali aspetti il progetto può dirsi innovativo; quali metodologie/strategie didattiche saranno applicate nella promozione della didattica attiva (ad es. Tutoring, Peer-education, Flipped classroom, Debate, Cooperative learning, Learning by doing and by creating, Storytelling, Project-based learning, ecc.) e fornire esempi di attività che potranno essere realizzate; quali strumenti (in termini di ambienti, attrezzature e infrastrutture) favoriranno la realizzazione del progetto.

Metodologie: Protocollo PMP e validazioni scientifiche

Il Progetto Gaia basa la sua formazione sul Protocollo PMP (*Mindfulness Psychosomatic Protocol*) che utilizza le più efficaci pratiche di consapevolezza di sé, benessere psicofisico e intelligenza emotiva per permettere a bambini e giovani, anche in condizioni di grave disagio sociale e culturale, di attivare le risorse personali e migliorare la fiducia in se stessi e per relazionarsi positivamente con gli altri e con la società.

Gli effetti delle pratiche di consapevolezza utilizzate nel Progetto Gaia sono state validate scientificamente da numerose ricerche psicologiche internazionali che provano l'efficacia di questi strumenti per la riduzione di stress, ansia e depressione, per il miglioramento del benessere psicofisico, della stima di sé e per il miglioramento dell'attenzione, concentrazione e rendimento scolastico.

Dalle ricerche statistiche è emerso che il Progetto Gaia consegue risultati molto significativi per il miglioramento di repertori emotivo-comportamentali come: Ritiro/depressione, Problemi sociali, Disattenzione, iperattività/impulsività, Comportamento aggressivo, Ansia/Depressione, Trasgressione delle regole.

Il Progetto Gaia è stato sperimentato con eccellenti risultati in tutte le regioni italiane su 7000 adulti e nel 2013-2014 e 2014-2015 su oltre 13.000 studenti di scuole in Toscana, Liguria, Lombardia, Lazio, Abruzzo, Calabria, Campania, e sedi Universitarie a Pisa, in Veneto e Umbria.



Coerenza con l'offerta formativa

Indicare, ad esempio, se il progetto ha connessioni con progetti già realizzati o in essere presso la scuola e, in particolare, se il progetto si pone in continuità con altri progetti finanziati con altre azioni del PON-FSE, PON-FESR, PNSD, Piano Nazionale Formazione.

Il POF d'Istituto si prefigge di garantire a tutti gli studenti il diritto allo studio, innalzando i loro livelli di istruzione e di competenza, contrastando le disuguaglianze socio-culturali, per prevenire e recuperare l'abbandono scolastico, realizzare una scuola aperta come laboratorio permanente di ricerca, sperimentazione e innovazione didattica, di partecipazione ed educazione alla cittadinanza attiva ed il miglioramento delle competenze disciplinari e dei traguardi formativi previsti dalle Ind. Naz. e delle competenze chiave e di cittadinanza, con riferimento alle Raccomandazioni del Parlamento Europeo del 18/12/2006.

Nelle varie azioni che l'Istituto propone vi sono l'implementazione di progetti comuni nelle scuole che prevedano lo sviluppo delle competenze chiave e di cittadinanza con metodologie didattiche innovative, l'organizzazione di spazi scolastici che tengano conto delle avanguardie educative e la formazione dei docenti.

La pratica dell'esperienza di gruppo riveste la funzione di dare risposte adeguate, finalizzate al miglioramento anche dell'aspetto relazionale di ogni alunno, e facilitarli l'acquisizione di nuove conoscenze, soprattutto di s stesso, ed abilità relazionali che si potranno sviluppare in competenze.

Il gruppo come unione dei singoli che sperimenta la pratica della Mindfulness ed il percorso di consapevolezza, costituisce pertanto il contesto primario per promuovere e sviluppare competenze come quelle di cittadinanza.

Inclusività

Indicare, ad esempio, quali strategie sono previste per il coinvolgimento di destinatari che sperimentano difficoltà di tipo sociale o culturale; quali misure saranno adottate per l'inclusione di destinatari con maggiore disagio negli apprendimenti.

Gli effetti delle pratiche di consapevolezza utilizzate nel Progetto Gaia sono state validate scientificamente da numerose ricerche psicologiche internazionali che provano l'efficacia di questi strumenti per la riduzione dello stress, dell'ansia e della depressione, per il miglioramento del benessere psicofisico, della stima di sé e anche per il miglioramento dell'attenzione, della concentrazione e del rendimento scolastico.

In particolare dalle ricerche statistiche è emerso che il Progetto Gaia consegue risultati altamente significativi per il miglioramento di una vasta gamma di repertori emotivi-comportamentali come: Ritiro/depressione, Problemi sociali, Disattenzione, iperattività/impulsività, Comportamento aggressivo, Ansia/Depressione, Trasgressione delle regole.

Per coinvolgere gli alunni che sperimentano difficoltà di tipo socio-culturale e di conseguenza, di consapevolezza fisico-emotiva-relazionale, il progetto prevede un ambiente di apprendimento strutturato ma accogliente verso la diversità di ognuno, adeguato ai bisogni formativi emergenti dai singoli partecipanti, curato negli aspetti organizzativi, metodologici e relazionali del lavoro d'aula.

Impatto e sostenibilità

Indicare, ad esempio, in che modo saranno valutati gli impatti previsti sui destinatari, sulla comunità scolastica e sul territorio; quali strumenti saranno adottati per rilevare il punto di vista di tutti i partecipanti sullo svolgimento e sugli esiti del progetto; come si prevede di osservare il contributo del progetto alla maturazione delle competenze, quali collegamenti ha il progetto con la ricerca educativa.

Al fine di valutare l'impatto dei due moduli del progetto sui destinatari (50 ragazzi frequentanti classi del corso serale/pomeridiano) verranno elaborati e somministrati dal Team di progettazione un test iniziale sui motivi della scelta ed aspettative, ed uno finale (test di performance) in relazione agli obiettivi proposti

Per quanto concerne la rilevazione della partecipazione degli studenti e il loro punto di vista rispetto all'esito del progetto saranno redatti test di gradimento già previsti dal Progetto Gaia. Di norma vengono compilati, fuori orario scolastico, solo dai conduttori ma il test stesso può essere adattato per essere somministrato ai minori partecipanti.

Sui risultati dell'esito del progetto e dei test di gradimento sarà data ampia diffusione alla comunità scolastica nelle sedute del Collegio dei docenti e del Consiglio di Istituto oltre alla pubblicazione degli stessi sul sito. Inoltre per la valutazione del contributo del progetto sulla maturazione delle competenze verrà utilizzata una griglia di osservazione, rubrica valutativa delle competenze trasversali sociali e civiche, elaborata dai docenti dell'istituto e pubblicata sul sito.

Prospettive di scalabilità e replicabilità della stessa nel tempo e sul territorio

Indicare, ad esempio, come sarà comunicato il progetto alla comunità scolastica e al territorio; se il progetto prevede l'apertura a sviluppi che proseguano oltre la sua conclusione; se saranno prodotti materiali/modelli riutilizzabili e come verranno messi a disposizione; quale documentazione sarà realizzata per favorire la replicabilità del progetto in altri contesti (Best Practice).

Qualora la proposta progettuale dovesse essere approvata dalla Commissione Esaminatrice, si procederà a darne ampia diffusione mediante comunicazione verbale (assemblea e interclasse giuridica) e scritta agli alunni interessati, pubblicata sul sito anche in area dedicata su Amministrazione Trasparente.

Si potrebbe valutare la prosecuzione del progetto qualora fossero stanziati risorse finanziarie specifiche per l'acquisto di altri materiali e per il personale competente, con il reperimento di fondi aggiuntivi. Il materiale prodotto potrà essere costituito da eventuali cartelloni, testi o testimonianze registrate (e trascritte) durante uno dei momenti fondanti che è "la condivisione" al gruppo e verrà messo a disposizione dei docenti dell'Istituto.

Per replicare tale progetto in altri contesti, sarà necessario usufruire di una sala silenziosa, lavagna LIM, collegamento internet , riproduttore video-audio e materiali quali carta A4, cartoncino, pastelli a cera.



Sezione: Progetti collegati della Scuola

Presenza di progetti formativi della stessa tipologia previsti nel PTOF

Titolo del Progetto	Riferimenti	Link al progetto nel Sito della scuola
8.4.1 Sport tra i banchi 8.2 Educazione alla salute 8.7.1 Sportello di Ascolto Psicologico	32 - 33 -34	http://www.vitemruf.gov.it/indm_content&view=article&id=471&Itemid=128&jsmallfib=1&dir=JSROOT/OffertaFormativa/pof&download_file=JSROO

Sezione: Coinvolgimento altri soggetti

Elenco collaborazioni con attori del territorio

Nessuna collaborazione inserita.

Collaborazioni con altre scuole

Nessuna collaborazione inserita.

Tipologie Strutture Ospitanti Estere

Settore	Elemento
---------	----------

Sezione: Riepilogo Moduli

Riepilogo moduli

Modulo	Costo totale
Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport	€ 5.082,00
CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA	€ 5.082,00
TOTALE SCHEDE FINANZIARIE	€ 10.164,00

Sezione: Moduli

Elenco dei moduli

Modulo: Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport

Titolo: Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport

Dettagli modulo

Titolo modulo	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport
Descrizione modulo	<p>Obiettivi del progetto</p> <p>La finalità del Progetto Gaia è di promuovere un programma educativo che ponga al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta e che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.</p> <p>Per entrambi i moduli</p> <p>-Primo MODULO: INIZIARE A SPERIMENTARE LA CONSAPEVOLEZZA DI SE' PER IL</p>



BENESSERE INDIVIDUALE E DI GRUPPO

Secondo MODULO: CITTADINI CONSAPEVOLI

Gli obiettivi pratici del Progetto Gaia sono:

- Sviluppare una maggiore autoconsapevolezza psicosomatica di Sé (corpo ed emozioni).
- Migliorare il benessere psicofisico riducendo lo stress, l'ansia e la depressione.
- Migliorare il rendimento scolastico aumentando attenzione, presenza e riducendo aggressività e tensione.
- La gestione delle emozioni e contenimento della reattività e degli impulsi (autoregolazione).
- Migliorare il clima e la cooperazione del gruppo classe.
- Offrire una base di informazioni etiche, scientifiche e culturali per una cittadinanza globale.

MODULO I : BENESSERE, CORRETTI STILI DI VITA, EDUCAZIONE MOTORIA E SPORT

PRIMA FASE: Iniziare a sperimentare la consapevolezza di sé per il benessere individuale e di gruppo

Mindfulness, cioè pienezza della coscienza, è uno stato di consapevolezza senza giudizi. Si utilizza la mindfulness come tecnica di base per sviluppare una consapevolezza globale di Sé da cui parte l'intero percorso di benessere psicofisico, orientato alla liberazione dei blocchi e alla crescita personale. Quindi: Preparazione-attivazione, "esplorazione del corpo o body scan leggero". Consapevolezza globale. Riconoscimento e realizzazione, cioè percezione del campo. "Circle time" cioè condivisione e consapevolezza della presenza e dei blocchi, per sviluppare l'intelligenza emotiva e la relazione con il gruppo.

SECONDA FASE : Consapevolezza corporea e attività motoria

La salute psicofisica e tre cervelli (Video) (per i bambini sperimentare gli animali) + energetica dolce (grounding, aperture e ascolto suoni) + consapevolezza/mindfulness. Gli esercizi di energetica dolce (sistema parasimpatico) sono un'esplorazione dinamica del corpo, un body scan attivo, e portano consapevolezza del corpo e delle sue energie fluide o bloccate. Sono basati sulla consapevolezza e il piacere della lentezza dei movimenti, di sentire il corpo, la fluidità del respiro, il rilassamento e il senso di pace e leggerezza. Stimolano il sistema nervoso parasimpatico: presenza, centratura e rilassamento, energia fluida e sincronizzazione, radicamento (grounding), tensioni e rilassamenti, mobilitazioni delle giunture, aperture orizzontali, respirazione globale, consapevolezza, silenzio e vuoto. Si conclude con il disegno psicosomatico che è una modalità grafica/artistica che permette di esprimere sensazioni ed emozioni spesso difficili da tradurre in parole, ma più facilmente esplicabili con un linguaggio intuitivo e non verbale.

TERZA FASE : consapevolezza dei blocchi, intelligenza emotiva per incrementare capacità relazionali

I sistemi delle emozioni . Il lavoro parte sempre con un video del Progetto Gaia. In questa fase si sperimentano soprattutto esercizi di energetica forte (sistema simpatico). Sono basati sulla consapevolezza del piacere della propria forza corporea e di sentire l'energia maschile/attiva del corpo. Sono molto utili per migliorare la sensazione di potere personale, per vincere la paura, la timidezza e il senso di debolezza; lasciar esprimere la propria forza difensiva-protettiva, la fluidità del respiro e il senso di pienezza.

Radicamento, tensioni e rilassamenti, respirazione della centratura, risalita dell'energia, liberare l'energia difensiva, la dignità, respirazione globale, consapevolezza, silenzio e vuoto.

QUARTA FASE: consapevolezza etica globale per la pratica del "saper essere insieme".

I Principi Etici (Video). Sviluppo di una consapevolezza globale; sentire che il cambiamento verso una società inizia dentro di sé. Sentire di essere parte della rete della vita. La consapevolezza di sé genera un senso di spontaneità, unità e integrità dell'essere che rappresenta la base umana del paradigma olistico-sistemico, cioè esperienza e comprensione dell'unità delle cose e della loro profonda interrelazione. Si propone, attraverso l'esperienza, il modello di una società globale più umana, etica e sostenibile.

Data inizio prevista	10/10/2017
Data fine prevista	06/02/2018
Tipo Modulo	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport



Sedi dove è previsto il modulo	GERC00602R GETD006013
Numero destinatari	25 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
Numero ore	30

Sezione: Scheda finanziaria

Scheda dei costi del modulo: Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. soggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		20	2.082,00 €
	TOTALE					5.082,00 €

Elenco dei moduli

Modulo: Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva

Titolo: CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA

Dettagli modulo

Dettagli modulo	
Titolo modulo	CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA



Descrizione modulo

La finalità del Progetto Gaia è di promuovere un programma educativo che ponga al centro lo sviluppo di una consapevolezza globale di sé stessi e del pianeta e che dia le basi etiche, scientifiche e umane per essere cittadini creativi della società globalizzata in cui viviamo.

Secondo MODULO: CITTADINI CONSAPEVOLI

Gli obiettivi pratici del Progetto Gaia sono:

- Sviluppare una maggiore autoconsapevolezza psicosomatica di Sé (corpo ed emozioni).
- Migliorare il benessere psicofisico riducendo lo stress, l'ansia e la depressione.
- Migliorare il rendimento scolastico aumentando attenzione, presenza e riducendo aggressività e tensione.
- La gestione delle emozioni e contenimento della reattività e degli impulsi (autoregolazione).
- Migliorare il clima e la cooperazione del gruppo classe.
- Offrire una base di informazioni etiche, scientifiche e culturali per una cittadinanza globale.

**MODULO II: CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA
PRIMA FASE : cittadini consapevoli**

I successivi incontri del Progetto Gaia rappresentano un'importante occasione per approfondire e stabilizzare i risultati ottenuti nel primo modulo. Continuano ad offrire un miglioramento della salute e della stabilità psicofisica dei partecipanti. Approfondimento, sempre attraverso la tecnica della respirazione consapevole, dei blocchi psicosomatici, problemi fisici, emotivi o mentali che bloccano, ostacolano o limitano l'intensità e la profondità dell'esperienza della consapevolezza di sé. Energie che, se liberate, possono diventare importanti risorse umane per realizzare le nostre potenzialità nel mondo.

SECONDA FASE: consapevolezza globale etica e sostenibilità

Esercizio l'Albero della vita. Questo esercizio riprende quello che Joseph Campbell riteneva il più antico mito dell'umanità: l'essere umano come un albero. Apre la sensazione di contatto e di gratitudine verso la Terra. Esercizio "Essere un Pianeta". L'esercizio è significativo e importante per lo sviluppo di una consapevolezza globale e per sentire che il cambiamento verso una società globale inizia dentro di sé. Eventuale tema scritto e successiva discussione sulle tematiche emerse. Presentazione, discussione sui creativi culturali e sull'uguaglianza e il rispetto della diversità. Elaborazione di un progetto in team per diventare cittadini attivi e essere parte dei creativi culturali. Presentazione della Teoria dei sei gradi di separazione ed esercizi di presenza empatica con Mindfulness.

TERZA FASE: consapevolezza individuale dei diritti umani

La Mindfulness rappresenta l'esperienza di ogni incontro. La consapevolezza mindfulness rappresenta uno stato naturale e spontaneo dell'essere e richiede solo la percezione della realtà, senza giudizi, osservando e accettando ciò che si sperimenta dentro di sé. Body scan psicosomatico e disegno psicosomatico. Esercizi di presenza empatica. Esercizio della "Dichiarazione Personale dei Diritti Umani". La Dichiarazione di Ginevra dei diritti del Fanciullo. La Carta della Terra+ Tema Scritto+Discussione. Elaborato del gruppo in team sulla consapevolezza dei diritti umani.

TERZA FASE: consapevolezza individuale dei diritti umani

La Mindfulness rappresenta l'esperienza di ogni incontro. La consapevolezza mindfulness rappresenta uno stato naturale e spontaneo dell'essere e richiede solo la percezione della realtà, senza giudizi, osservando e accettando ciò che si sperimenta dentro di sé. Body scan psicosomatico e disegno psicosomatico. Esercizi di presenza empatica. Esercizio della "Dichiarazione Personale dei Diritti Umani". La Dichiarazione di Ginevra dei diritti del Fanciullo. La Carta della Terra+ Tema Scritto+Discussione. Elaborato del gruppo in team sulla consapevolezza dei diritti umani

QUARTA FASE: il nuovo paradigma per una cittadinanza attiva e i film Olos e Globalshift.

Spiegazione del passaggio dal Vecchio al Nuovo Paradigma Scientifico. Film Olos con domande e condivisioni. Film Globalshift con domande e condivisioni. Incontri extra 4° Modulo: consapevolezza globale e sostenibilità. Conclusione 2° Ciclo: cosa è cambiato nella cooperazione e coesione del gruppo? Mindfulness, momento di celebrazione e di festa e attestati partecipazione.

Data inizio prevista

13/02/2018



Data fine prevista	05/06/2018
Tipo Modulo	Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva
Sedi dove è previsto il modulo	GERC00602R GETD006013
Numero destinatari	25 Allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
Numero ore	30

Sezione: Scheda finanziaria

Scheda dei costi del modulo: CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA

Tipo Costo	Voce di costo	Modalità calcolo	Valore unitario	Quantità	N. so ggetti	Importo voce
Base	Esperto	Costo ora formazione	70,00 €/ora			2.100,00 €
Base	Tutor	Costo ora formazione	30,00 €/ora			900,00 €
Gestione	Gestione	Costo orario persona	3,47 €/ora		20	2.082,00 €
	TOTALE					5.082,00 €



Azione 10.2.5 - Riepilogo candidatura

Sezione: Riepilogo

Avviso	3340 del 23/03/2017 - FSE - Competenze di cittadinanza globale(Piano 987979)
Importo totale richiesto	€ 10.164,00
Massimale avviso	€ 30.000,00
Num. Prot. Delibera collegio docenti	3254
Data Delibera collegio docenti	29/11/2016
Num. Prot. Delibera consiglio d'istituto	2687
Data Delibera consiglio d'istituto	08/11/2016
Data e ora inoltro	12/06/2017 10:50:02
Si dichiara di essere in possesso dell'approvazione del conto consuntivo relativo all'ultimo anno di esercizio a garanzia della capacità gestionale dei soggetti beneficiari richiesta dai Regolamenti dei Fondi Strutturali Europei	Sì
Si dichiara che le azioni presentate sono coerenti con la tipologia dell'istituzione scolastica proponente	Sì

Riepilogo moduli richiesti

Sottoazione	Modulo	Importo	Massimale
10.2.5A - Competenze trasversali	Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport: <u>Benessere, corretti stili di vita, educazione motoria e sport</u>	€ 5.082,00	
10.2.5A - Competenze trasversali	Civismo, rispetto delle diversità e cittadinanza attiva: <u>CIVISMO, RISPETTO DELLE DIVERSITÀ E CITTADINANZA ATTIVA</u>	€ 5.082,00	
	Totale Progetto "PROGETTO GAIA EDUCAZIONE ALLA CONSAPEVOLEZZA INDIVIDUALE E GLOBALE"	€ 10.164,00	
	TOTALE CANDIDATURA	€ 10.164,00	€ 30.000,00