PROGETTO LABORATORIALE PER LE SCUOLE

MENO SBATTI

Sperimenta oggi. Usa per sempre.

Un percorso laboratoriale esperienziale rivolto agli studenti delle classi seconde, terze, quarte e quinte delle scuole superiori e dei CFP.

> Strategie pratiche per studiare meglio, organizzarsi con più facilità e vivere lo studio e la scuola con meno stress.

Destinatari	**Approccio**	**Finalità**
Studenti Istituti superiori	Pratico ed esperienziale	Autonomia e metodo



PROGETTO A CURA DI SARA VOLONTIERI
FORMATRICE, COACH E PROFESSIONAL ORGANIZER

IL CONTESTO E IL BISOGNO

Crescere in un mondo che cambia.

Viviamo in un mondo che cambia rapidamente, ricco di stimoli, informazioni e nuove richieste. Per i ragazzi orientarsi, gestire il tempo, mantenere l'attenzione e riconoscere le priorità è una sfida quotidiana.

Meno Sbatti offre strumenti pratici per organizzarsi, trovare il proprio equilibrio e affrontare con maggiore autonomia lo studio e la vita.

Chi ne beneficia



Gli studenti

Maggiore consapevolezza, autonomia e capacità di affrontare gli impegni, con più spazio ed energie da dedicare anche alla vita oltre lo studio.



Le famiglie

Strumenti condivisi per accompagnare i ragazzi nella gestione dello studio e degli impegni, favorendo maggiore autonomia e serenità nella quotidianità.



I docenti

Studenti più consapevoli del proprio modo di apprendere, capaci di utilizzare strategie organizzative e gestire con maggiore autonomia le attività scolastiche.

DESTINATARI E COMPETENZE

A chi si rivolge e cosa vuole sviluppare

Il progetto è rivolto agli studenti delle classi seconde, terze, quarte e quinte di licei, istituti tecnici, istituti professionali e Centri di Formazione Professionale (CFP).

Le attività vengono adattate all'indirizzo formativo, all'età e alle caratteristiche del gruppo.

Obiettivi formativi

AUTONOMIA

Imparare a gestire il proprio lavoro e affrontare le attività scolastiche con maggiore indipendenza.

ORGANIZZAZIONE

Pianificare tempi, attività e priorità, imparando a distribuire il carico di studio.

APPRENDIMENTO

Conoscere e sperimentare strategie per raccogliere, comprendere, rielaborare e ricordare le informazioni.

CONSAPEVOLEZZA

Riconoscere i propri punti di forza e le difficoltà, individuando le strategie più adatte alle proprie esigenze.

Focus dell'intervento: fornire strumenti pratici e strategie operative per costruire una personale cassetta degli attrezzi. Ogni partecipante viene accompagnato a conoscere, sperimentare e scegliere le soluzioni più efficaci per il proprio modo di funzionare, imparando anche ad adattarle alle diverse situazioni e alle nuove richieste.

IL MODELLO OPERATIVO

Quattro aree per costruire il proprio sistema

TEMPO E ORGANIZZAZIONE

Pianificare e gestire il proprio tempo, lo studio e le cose da fare.

- Pianificazione settimanale e gestione delle scadenze.
- Definizione delle priorità.
- Valutazione del carico reale di studio.
- Suddivisione delle attività e organizzazione dei tempi.

INFORMAZIONI E APPRENDIMENTO

Raccogliere, organizzare, comprendere le informazioni.

- Tecniche per prendere appunti.
- Individuazione delle parole chiave e gerarchia delle informazioni.
- Sintesi, schemi e mappe.
- Strategie di memorizzazione, ripasso e autoverifica.

ATTENZIONE ED ENERGIE

Gestire la concentrazione e le risorse personali.

- Gestione delle distrazioni e delle notifiche digitali.
- Strategie per superare la fatica di avvio.
- Ritmi di concentrazione e pause.
- Riconoscimento dei propri livelli di energia e dei momenti più favorevoli allo studio.

SPAZI, STRUMENTI E STRATEGIE PERSONALI

Organizzare l'ambiente di studio e scegliere gli strumenti più adatti.

- Organizzazione di zaino, scrivania e materiali.
- Utilizzo di strumenti analogici e digitali.
- Riconoscimento dei propri punti di forza e delle difficoltà.
- Sperimentazione e scelta di strategie personalizzate.

Il risultato: un sistema personale di organizzazione, da utilizzare nello studio e adattare alle diverse situazioni

METODOLOGIA ED ESPERIENZA

Non una lezione su come si dovrebbe studiare

"Meno Sbatti" ribalta la consueta lezione frontale: è un laboratorio dinamico, partecipativo ed esperienziale, ancorato a situazioni scolastiche reali, interrogazioni vere e carichi di compiti concreti.



Esercitazioni pratiche

Attività individuali e di gruppo su situazioni concrete di organizzazione e studio.



Sperimentazione guidata

Prova di strumenti e tecniche differenti, analogici e digitali, per comprenderne l'utilità e l'applicazione.



Approccio neuroinclusivo

Attività e strumenti flessibili, pensati per valorizzare le differenti modalità di funzionamento e apprendimento.

CONOSCERE, PROVARE, SCEGLIERE

Ogni partecipante sperimenta le strategie proposte e impara a riconoscere quelle più adatte al proprio modo di lavorare.

PROPOSTA FORMATIVA

Tre modalità per portare "Meno Sbatti" in classe

Gli interventi possono essere modulati per integrarsi nella programmazione didattica dell'istituto, nelle attività di orientamento e nei progetti dedicati allo sviluppo delle competenze trasversali.

Formato	Durata	Contenuti e obiettivi operativi
Percorso Start	**2 ore**	Un primo approccio al tema dell'organizzazione dello studio, con attività esperienziali e sperimentazione di alcune strategie immediatamente applicabili.
Percorso Lab	**6/8 ore**	Un percorso articolato sulle quattro aree di intervento, con esercitazioni dedicate all'organizzazione del tempo, alla gestione delle informazioni, all'attenzione e agli strumenti personali.
Percorso Pro	**12/16 ore**	Un percorso approfondito di sperimentazione e applicazione delle strategie, con attività tra gli incontri e costruzione di un sistema personale di organizzazione.

Flessibilità per l'istituto: le durate e l'articolazione degli incontri possono essere adattate al monte ore disponibile, all'indirizzo formativo e alle caratteristiche del gruppo classe.

RIFERIMENTI ISTITUZIONALI

Competenze per la scuola e per la vita

AGENDA 2030 – NAZIONI UNITE

Il progetto si inserisce nel quadro dell'Obiettivo 4 dell'Agenda 2030, dedicato a un'istruzione inclusiva, equa e di qualità e alla promozione di opportunità di apprendimento permanente. Il Target 4.4 richiama lo sviluppo di competenze rilevanti per i giovani e gli adulti, utili per l'occupazione, il lavoro dignitoso e l'imprenditorialità.

UNIONE EUROPEA RACCOMANDAZIONE 2018

La competenza personale, sociale e la capacità di imparare a imparare comprende la gestione del tempo e delle informazioni, l'organizzazione del proprio apprendimento, la capacità di lavorare autonomamente, la resilienza e la gestione dell'incertezza e della complessità.

UNICEF – GLOBAL FRAMEWORK ON TRANSFERABLE SKILLS (2019)

Il framework UNICEF promuove lo sviluppo di competenze trasferibili nei diversi contesti educativi e di apprendimento, valorizzando capacità come autogestione, resilienza, pensiero critico e problem solving.

IDEAZIONE E CONDUZIONE

Sara Volontieri



Formatrice, Coach e Professional Organizer, da oltre vent'anni lavora con le persone per trasformare complessità e difficoltà organizzative in strategie concrete e sostenibili. Integra coaching, professional organizing e apprendimento esperienziale per sviluppare competenze trasversali, migliorare la gestione del tempo e facilitare i processi di apprendimento, valorizzando le differenti modalità di funzionamento e le potenzialità di ciascuno.

CONTATTI E APPROFONDIMENTI PER GLI ISTITUTI
Disponibile per incontri di presentazione con dirigenza e docenti.
www.saravolontieri.it · info@saravolontieri.it · 3470502306