



Emanuela Caprarulo

«QR CODE ADOLESCENTI»



a.s. 2025-2026



**Area
Salute e
Benessere**



Approccio Pedagogico Integrato

Percorsi educanti

Ambienti scolastici sereni

Relazioni positive

Stili di vita consapevoli

Introduzione



Informare su servizi
Area Salute e Benessere

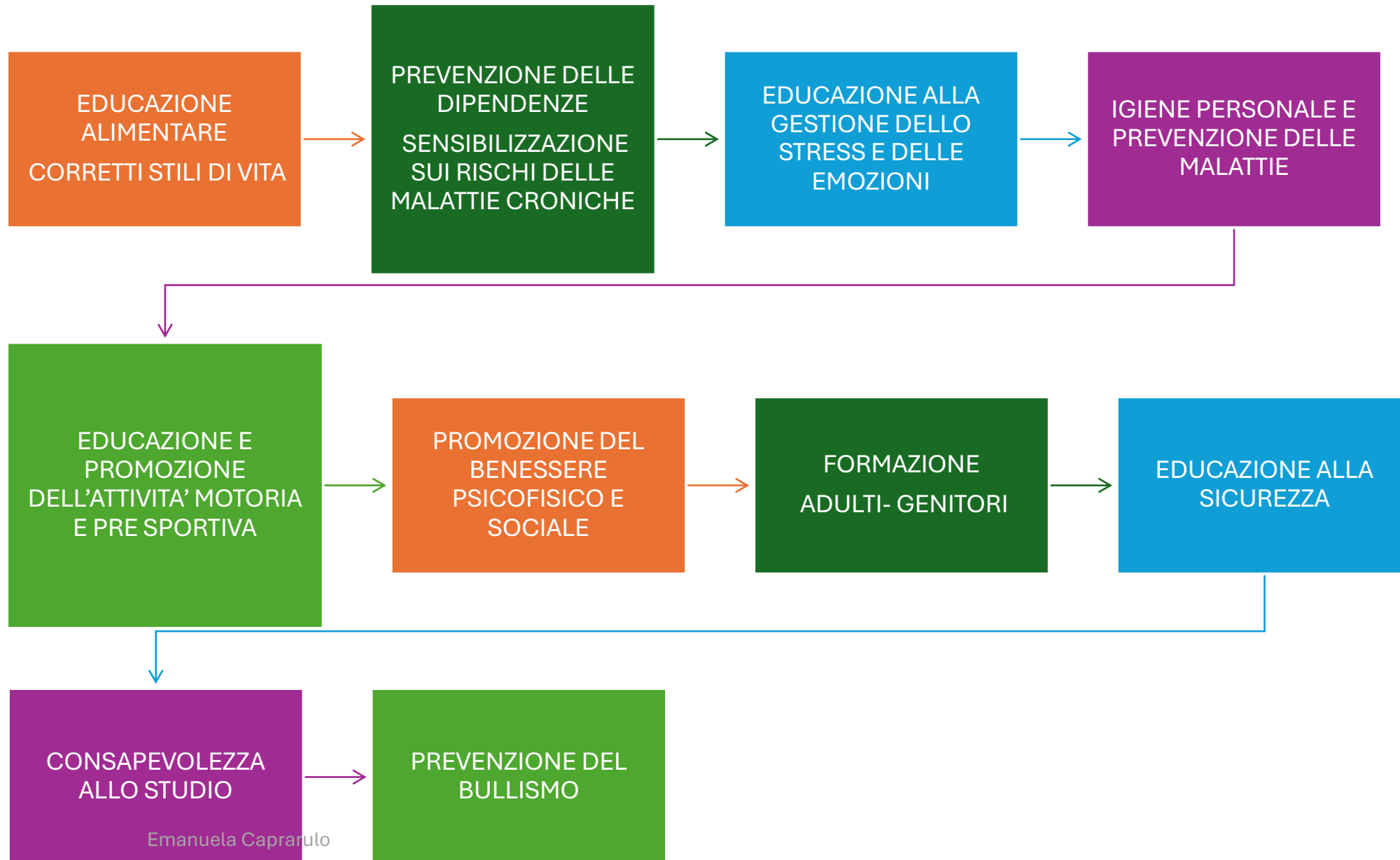


**Promuovere l'accesso
consapevole ai servizi**



Coordinare e valorizzare
le risorse interne
dell'istituto

AREE DI INTERESSE







Grazie



Dott.ssa Emanuela Caprarulo



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI” _ Emanuela Caprarulo a.s. 2025-2026

Progetto: PEER EDUCATION

Referente di progetto: Emanuela Caprarulo

Destinatari: studenti/sse triennio

Orario: orario extra scolastico, secondo calendario definito

Scheda attività:

Il progetto di **Peer Education** attivato nell'ambito di **Q R Adolescenti ITIS** promuove percorsi educativi tra pari finalizzati alla prevenzione, alla promozione di corretti stili di vita e alla diffusione di buone pratiche. Gli studenti, opportunamente formati, diventano protagonisti attivi nella trasmissione di messaggi positivi, sviluppando competenze relazionali, comunicative e di cittadinanza attiva.

Gli argomenti trattati durante i percorsi formativi e laboratoriali includono:

- ❖ La Pedagogia come percorso di crescita personale; importanza della relazione educativa in adolescenza. Orientamento di consapevolezza e responsabilità nelle scelte di vita.
- ❖ Le relazioni tossiche tra adolescenti riconoscere i segnali di relazioni disfunzionali, promuovere relazioni affettive sane basate sul rispetto reciproco.
- ❖ Corretti stili di vita e malattie oncologiche: sensibilizzazione sull'importanza di alimentazione equilibrata, prevenzione dei comportamenti a rischio e ruolo delle abitudini nella prevenzione dei tumori..
- ❖ Sport e salute: riflessione sul valore dell'attività motoria per il benessere psicofisico, promozione dello sport come strumento di crescita e prevenzione.
- ❖ Mediazione dei conflitti e comunicazione gentile: educazione alla gestione pacifica dei conflitti, valorizzazione del dialogo efficace e del rispetto nelle relazioni tra pari.

La Peer Education si configura come un'azione educativa trasversale, che favorisce l'ascolto, il confronto tra pari e la responsabilizzazione degli studenti, contribuendo a creare una comunità scolastica più consapevole, inclusiva e attenta al benessere collettivo.



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI” _ Emanuela Caprarulo a.s. 2025-2026

Progetto: STUDIANDO-SI terza edizione

Referente di progetto: Emanuela Caprarulo

Destinatari: classi prime

Periodo: settembre- ottobre 2025

Orario: calendario pubblicato circolare n° 17

Scheda attività: Il progetto

STUDIANDO-SI nasce come proposta di orientamento rivolta agli studenti delle **classi prime della scuola secondaria di secondo grado**, nel delicato momento dell'accoglienza e dell'inserimento del nuovo percorso d'istruzione e contesto scolastico. **concludendosi** con un incontro dedicato alle famiglie. La finalità del progetto è **promuovere una riflessione educativa e formativa** sulla consapevolezza dell'essere "studente", accompagnando gli adolescenti in un percorso di esplorazione del sé, del proprio ruolo e delle proprie potenzialità, al fine di **favorire un apprendimento più efficace, motivato e consapevole**. Il progetto si articola in **tre incontri settimanali da un'ora**, nelle ore di Educazione Civica, nelle tre settimane consecutive e prevede **metodologie attive e laboratoriali** (brainstorming, cooperative learning, tutoring), con l'obiettivo di: sviluppare l'autoconsapevolezza e la motivazione allo studio; riconoscere il valore dello studio come diritto e opportunità di crescita; favorire il senso di appartenenza al gruppo classe; fornire strumenti per leggere e costruire il proprio futuro scolastico e personale.

I contenuti affrontati spaziano dal riconoscimento delle intelligenze multiple, all'ascolto attivo, dall'autostima e autoefficacia alla dimensione sociale del "sentirsi studenti tra studenti". Particolare attenzione è stata rivolta anche alle **famiglie**, coinvolte attraverso un incontro conclusivo di formazione, finalizzato a condividere strategie educative efficaci e a riflettere sul ruolo del genitore nell'accompagnamento scolastico, tra aspettative e pressioni da gestire.



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI” _ Emanuela Caprarulo a.s. 2025-2026

Progetto: SPORTELLO PEDAGOGICO

Referente di progetto: Emanuela Caprarulo

Destinatari: studenti, famiglie e docenti

Orario: scolastico ed extrascolastico, su appuntamento

Scheda attività:

Lo **Sportello Pedagogico** attivato nell'ambito di **Q R Adolescenti ITIS** si configura come uno spazio di ascolto, consulenza e orientamento rivolto a tutta la comunità scolastica. È un servizio educativo che intende promuovere il benessere, l'inclusione e la riuscita scolastica degli studenti, attraverso il coinvolgimento attivo anche di famiglie e docenti.

Le attività previste includono:

- Consulenze individuali per studenti che presentano difficoltà scolastiche, relazionali o emotive, al fine di supportare l'autonomia nello studio e la gestione delle dinamiche scolastiche.
- Colloqui con genitori, per offrire strumenti utili alla comprensione e alla gestione dei comportamenti adolescenziali, favorendo un'alleanza educativa tra scuola e famiglia.
- Supporto agli insegnanti nella lettura di situazioni complesse e nella definizione di strategie inclusive e personalizzate.
- Percorsi di orientamento scolastico e professionale, mirati a sostenere le scelte formative degli studenti, con particolare attenzione ai bisogni educativi speciali.
- Laboratori formativi su tematiche pedagogiche attuali, come la motivazione, la gestione dell'ansia scolastica, l'educazione affettiva, rivolti a classi o gruppi specifici.

Lo sportello pedagogico rappresenta una risorsa stabile e accessibile, che contribuisce a rendere la scuola un ambiente accogliente, capace di prendersi cura delle fragilità e valorizzare le potenzialità di ciascuno.



Ambito Salute e Benessere

“QR CODE ADOLESCENTI”

Progetto: *TUTTO CIO' CHE NON E' DONATO E' PERSO.*

DONAZIONE SANGUE (ADVS-AVIS)

Referente di progetto: Laura Bezzi

Destinatari: Studenti maggiorenni

Periodo: Lezioni di formazione durante il primo quadrimestre a cui segue una prima donazione libera e su base volontaria.

Scheda attività:

Ciclo di lezioni, curato da medici specializzati, sul sistema circolatorio ed ematologico e sull'importanza di un sano stile di vita.

Il Progetto mira a promuovere e organizzare la donazione volontaria, anonima, gratuita e periodica di sangue e di emocomponenti, contribuendo così all'autosufficienza del sistema trasfusionale nazionale e alla riflessione sull'importanza della solidarietà e dell'aiuto reciproco, secondo ciò che sancisce l'art. 2 della nostra Costituzione. 'La Repubblica riconosce e garantisce i diritti inviolabili dell'uomo, (...) e richiede l'adempimento dei doveri inderogabili di solidarietà politica, economica e sociale'.

E' possibile al termine delle lezioni iniziare il percorso di donazione attraverso visite mediche e colloqui con gli operatori sanitari fissati dal nostro Istituto.

Mail di riferimento: laura.bezzi@team.itisravenna.it



Ambito Salute e Benessere

“QR CODE ADOLESCENTI”

Progetto: *‘SALVA UNA VITA IN VITA!’*

DONAZIONE DEL MIDOLLO OSSEO (ADMO)

Referente di progetto: Laura Bezzi

Destinatari: Studenti maggiorenni

Periodo: Lezioni di formazione durante il primo quadrimestre, a cui segue una prima tipizzazione del midollo osseo, libera e su base volontaria. effettuata da personale specializzato, tramite tampone salivare.

Scheda attività:

Il nostro Istituto collabora da diversi anni con l'ADMO (Associazione Donatori Midollo Osseo) che si occupa di informare e sensibilizzare gli studenti sulla donazione di midollo osseo e delle cellule staminali, con l'obiettivo principale di incrementare il numero di donatori iscritti al Registro Italiano Donatori Midollo Osseo (IBMDR) e di offrire una speranza di vita ai pazienti affetti da malattie del sangue come leucemie e linfomi che necessitano di trapianto.

L'associazione svolge anche attività di accompagnamento ai donatori e supporta i centri trapianti. Circa un centinaio di nostri studenti sono già iscritti e contribuiscono alla Speranza di vita di molti malati.

Durante le lezioni viene effettuata una riflessione sul valore della donazione e della solidarietà all'altro sancite anche dall'art. 2 della nostra Costituzione.

Mail di riferimento: laura.bezzi@team.itisravenna.it



Ambito salute e benessere

“QR CODE ADOLESCENTI”

Progetto: ‘CURA IL PRESENTE PER UN FUTURO DI BENESSERE’

CHECK-UP ANDROLOGICO GRATUITO

Referente di progetto: Laura Bezzi

Destinatari: Studenti di Classe seconda

Periodo: Lezioni di formazione e di prevenzione andrologica, svolte da personale specializzato, durante il **secondo quadrimestre**, in aula o presso il Consultorio Giovani di Ravenna.

Scheda attività:

Studi approfonditi in ambito medico rilevano l’incremento di problemi andrologici che minano la fertilità maschile. È necessaria una mirata prevenzione, volta a curare e/o a prevenire patologie andrologiche che potrebbero essere minimizzate per pudore, per mancanza di conoscenza o per superficialità dai nostri studenti.

A tal fine il nostro Istituto promuove lezioni in Aula e presso il Consultorio Giovani di Ravenna con la finalità di prevenire disturbi e patologie andrologiche. Inoltre, fissa per i nostri ragazzi, visite gratuite con andrologi e urologi dell’ASL.

Mail di riferimento: laura.bezzi@team.itisravenna.it



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI” _ Emanuela Caprarulo A.S. 2025-2026

Progetto: *‘Sportello di Counselling didattico e metodo di studio’ (area3)*

Referente di progetto: *Cristina Angelini (area3@itisravenna.it)*

Destinatari: *studenti, famiglie e docenti.*

Orario: *su appuntamento tutti i giovedì e sabato ore 11.00 - 12.00*

Scheda attività:

Lo sportello di counselling didattico e metodo di studio si propone di fornire una consulenza individuale e un supporto di 1° livello, agli studenti, famiglie e docenti, in collaborazione con gli altri sportelli dell’Istituto, psicologico e pedagogico, per esaminare le possibili forme di disagio e incertezza scolastica, e incentivare la motivazione e la crescita personale degli studenti.

Si occupa di supportare gli studenti

- nel mantenere alta la motivazione allo studio,
- nell’acquisire o migliorare il proprio metodo di studio,
- nello scoprire e valorizzare le proprie potenzialità, promuovendo l’autoconsapevolezza e determinazione,
- nell’organizzare in modo autonomo un piano d’azione per raggiungere obiettivi futuri,
- facilitare le dinamiche relazionali ed emotive.

È rivolto ai genitori

- per fornire loro sostegno e strumenti nell’affrontare le sfide quotidiane e migliorare la relazione con i figli e la scuola.

È uno spazio di confronto per i docenti

- nell’intento di promuovere un clima di classe positivo e migliorare la comunicazione con alunni e famiglie.

È possibile prenotare un incontro scrivendo all’indirizzo email area3@itisravenna.it



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI” _ Emanuela Caprarulo a.s. 2025-2026

Progetto: *‘ITISolidale: la domenica in mensa’ c/o Caritas diocesana di Ravenna*

Referente di progetto: *Cristina Angelini (cristina.angelini@team.itisravenna.it)*

Destinatari: *Alunni di tutte le classi del triennio e genitori*

Orario: *extrascolastico (la domenica)*

Scheda attività:

Il progetto ‘Mensa solidale’ si inserisce nell’ambito dell’educazione alla cittadinanza, alla prossimità e al servizio solidale.

È rivolto a tutti gli studenti delle classi del triennio e ai genitori di tutta la scuola, che desiderano vivere un’esperienza concreta di servizio e impegnarsi attivamente nel mondo del volontariato, in collaborazione con la mensa della Caritas diocesana di Ravenna.

La Mensa della Caritas è un servizio di assistenza alimentare, offerto tutte le domeniche a pranzo (ore 9.00 – 14.00), destinato alle persone più vulnerabili e fragili, come i senza fissa dimora, le famiglie in difficoltà economica e i migranti, senza distinzione di età, nazionalità e religione. Si propone come obiettivo principale quello di alleviare la povertà e promuovere la dignità delle persone, fornendo un luogo di accoglienza e sostegno.

In cosa consiste nello specifico l’attività:

- supporto alla preparazione dei pasti;
- accoglienza e distribuzione dei pasti agli ospiti della mensa;
- pranzo comunitario con gli ospiti e gli altri volontari per favorire momenti di relazione e di condivisione;
- allestimento iniziale e pulizia finale.

L’attività si svolgerà la domenica mattina, dalle ore 9.00 alle ore 13.30, c/o la cucina dell’opera Santa Teresa di Ravenna.

I volontari, in gruppi da 10, saranno accompagnati per tutta la giornata da un docente di religione e guidati in loco da volontari adulti presenti in struttura.

Sarà condiviso un calendario delle domeniche a disposizione, da Dicembre a Maggio, attraverso un modulo google, nel quale si potrà dare la propria disponibilità per una o più giornate.

Non solo è un gesto di aiuto e cura verso chi vive in condizioni di fragilità e marginalità, ma soprattutto è un'occasione di crescita personale umana e spirituale, in cui ognuno potrà mettersi in gioco con le proprie risorse, nella bellezza di ciò che è e ha.

Vi aspettiamo!



Ambito salute e benessere

“QR CODE ADOLESCENTI” _Emanuela Caprarulo a.s. 2025-2026 **Progetto: sezione” formazione adulti”**

Referente di progetto: Emanuela Caprarulo

Destinatari: genitori e docenti

Periodo: novembre 2025 a marzo 2026

Orario: 17.30-19.30 aula Ceci

Scheda attività:

Obiettivo 1

Promuovere la consapevolezza dei genitori rispetto ai segnali precoci di disagio e ai comportamenti potenzialmente a rischio negli adolescenti, offrendo strumenti pratici di osservazione e comprensione.

Azioni previste:

- Organizzare incontri informativi con esperti (medici esperti, psicologi e pedagogisti,).
- Fornire informazioni utili per le osservazioni in famiglia.

Obiettivo 2

Sostenere le competenze educative delle famiglie attraverso incontri formativi e momenti di confronto, per rafforzare la capacità di dialogo, ascolto e gestione delle situazioni critiche.

Azioni previste:

- Laboratori esperienziali sulla comunicazione efficace genitori-figli.
- Gruppi di confronto e condivisione di buone pratiche educative.

Obiettivo 3

Favorire la costruzione di una rete di supporto tra famiglie, scuola e servizi territoriali, al fine di prevenire l'isolamento e garantire un accompagnamento condiviso nella crescita dei ragazzi.

Azioni previste:

- Creare momenti di incontro tra famiglie e operatori scolastici/territoriali.
- Attivare uno sportello di ascolto Psicologico, pedagogico/orientamento e di counseling didattico per genitori.

PROGRAMMA:

- **20 novembre 2025**

"Il fascino stupefacente degli adolescenti" ipotesi di dialogo possibile in materia di droghe.

Dott. Edoardo Polidori: già Direttore SERT (Forlì-Rimini), Professore Università di Bologna

- **-12 febbraio 2026**

" Riflessioni sui disturbi del comportamento alimentare" - Presentazione dell'associazione "sulle ali delle menti" e testimonianze.

Dott.ssa Angela Proto: Ambulatorio DNA, disturbi alimentari adulti Ravenna AUSL Romagna

Dott.ssa Alessia Zaccarini.: Ambulatorio disturbi alimentari minori; UONPIA Faenza AUSL Romagna

Dott.ssa Daniela Santini: Associazione" sulle ali delle menti"

- **12 marzo 2026**

"La relazione educativa in adolescenza, buone prassi per un dialogo condiviso". Dagli stili di attaccamento alla pedagogia della famiglia.

Dott.ssa Emanuela Caprarulo: Docente e Pedagogista dell'istituto Nullo Baldini Ravenna



Ambito salute e benessere

“Q R CODE ADOLESCENTI”

Progetto: Gruppo sportivo scolastico – Tornei sportivi d’Istituto tra le classi

Referente di progetto: prof. Spadoni Alex

Destinatari: studenti e studentesse di tutte le classi

Periodo: dal 01/11/2025 al 30/04/2026

Orario: tutti i giovedì dalle 13:00 alle 15:00

Scheda attività:

L’attività dei tornei sportivi d’Istituto è rivolta a tutti gli studenti e le studentesse di tutte le classi, senza distinzione di livello di abilità, con l’obiettivo di favorire la partecipazione attiva, la socializzazione e la promozione del benessere psicofisico attraverso lo sport. I tornei prevedono la pratica dei principali sport di squadra insegnati a scuola al fine di offrire un ventaglio ampio di esperienze motorie.

Le modalità di svolgimento comprendono la formazione di squadre rappresentative delle classi, l’organizzazione di calendari di incontri e la supervisione diretta dei docenti di scienze motorie, che garantiscono il rispetto delle regole, la sicurezza e la valorizzazione delle abilità di tutti i partecipanti.

I principali risultati attesi riguardano lo sviluppo delle competenze tecniche e tattiche, il miglioramento della condizione fisica generale, l’apprendimento delle regole degli sport, del fair play e del rispetto reciproco. Particolare attenzione viene posta alla collaborazione e al rinforzo dell’identità di gruppo, con l’obiettivo di trasformare l’esperienza sportiva in un’occasione di crescita personale, sociale e di benessere complessivo.



Ambito salute e benessere

“QR CODE ADOLESCENTI”

Progetto: Ipotonia muscolare e atteggiamenti posturali scorretti, un valido aiuto dal movimento, in palestra e in sala pesi

Referente di progetto: Prof. Candolfini Lorenzo

Destinatari: Studenti e Studentesse delle classi 1° e 2°

Periodo: Novembre - Maggio

Orario: Martedì dalle 13.00 alle 15.00

Scheda attività:

Il progetto si svolge in palestra e in sala pesi per gli studenti e le studentesse delle classi 1° e 2° con l'obiettivo di far acquisire consapevolezza del proprio sé corporeo. Le attività proposte saranno svolte alla ricerca della simmetria muscolare, dell'atteggiamento posturale corretto, e alla consapevolezza degli enormi benefici che derivano dalla contrazione muscolare e dal movimento. Le lezioni si terranno il martedì dalle 13.00 alle 15.00 per il periodo Novembre - Maggio

- **Lunghezza:** massimo 1.500 battute, spazi inclusi.
- **Carattere e dimensione:** utilizzare *Times New Roman*, corpo 10, interlinea singola.
- **Struttura del testo:** presentare in breve i destinatari, gli obiettivi principali, le modalità di svolgimento e i risultati attesi.



Ambito Salute e Benessere

“QR CODE ADOLESCENTI”

Progetto: *IL BULLISMO NON E' UNO SCHERZO.*

Referente di progetto: Laura Bezzi

Destinatari: Studenti dell'Itis

Periodo: Anno scolastico 2025-26

Scheda attività:

L'azione antibullismo del nostro Istituto, supportata da un vero e proprio Protocollo che coinvolge tutta la comunità educante, è finalizzata a rendere evidente presso gli studenti la non accettabilità di comportamenti di bullismo e cyberbullismo. Inoltre a:

- evitare che un caso non venga riconosciuto;
- capire il livello di gravità del caso;
- interrompere/alleviare la sofferenza della vittima;
- responsabilizzare il bullo e prendersi cura della maturazione delle sue competenze sociali;
- occuparsi di tutti i soggetti coinvolti (sostenitori della vittima, complici del bullo e spettatori);
- collaborare in maniera efficace con i genitori considerandoli alleati con i quali condividere strategie, obiettivi ed informazioni sulle competenze dei ragazzi;
- costruire rete col territorio;

Mail di riferimento: laura.bezzi@team.itisravenna.it

stefania.mosca@team.itisravenna.it

MODELLO DI SEGNALAZIONE DI UN CASO DI (PRESUNTO) BULLISMO O CYBERBULLISMO (all. 1)

Nome di chi compila la segnalazione*: _____

Data*: _____

(si garantisce la riservatezza di colui che fa la segnalazione entro i limiti disposti dalla legge)

La persona che ha segnalato il caso di bullismo/CB è:

- La vittima
- Un compagno della vittima, nome _____
- Madre/padre/ tutore della vittima, nome _____
- Insegnante, nome _____
- Personale ATA, nome _____
- Altri

Vittima/e (compagno o compagna di classe, di altra classe, figlio/a.....)

Nome _____ classe o scuola _____

Bullo o bulli (o presunti)

Nome _____ classe o scuola _____

Nome _____ classe o scuola _____

Altre persone coinvolte

nome _____

Descrizione breve del fatto presentato (indicare, se ripetuti, il numero degli episodi)*

Nota: nel caso in cui il segnalatore non fosse in possesso di tutti i dati richiesti, può lasciare lo spazio bianco e descrivere solo l'episodio.

Con l'asterisco sono indicati i campi obbligatori