



Schema per presentazione di progetti

Ambiti Specifici

- Educazione alla cultura economica
- Bisogni individuali e sociali dello studente
- Alternanza scuola-lavoro**
- Dialogo interculturale e interreligioso
- Conoscenza e rispetto della realtà naturale e ambientale
- Sviluppo della cultura digitale ed educazione ai media
- Didattica singole discipline previste dagli ordinamenti
- Orientamento e dispersione scolastica**
- Problemi della valutazione individuale e di sistema
- Inclusione scolastica e sociale
- Gestione della classe e problematiche relazionali**
- Tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro
- Cittadinanza attiva e legalità

Ambiti trasversali

- Didattica e metodologie
- Innovazione didattica e didattica digitale
- Gli apprendimenti**
- Metodologie e attività laboratoriali**
- Didattica per competenze e competenze trasversali

l'ambito deve essere scelto tra i 5 evidenziati in rosso

Iniziativa formativa da proporre

Titolo **Rilassamento e meditazione guidata**

Descrizione

La meditazione si svolge seduti in cerchio ad occhi chiusi e guidati dalla voce della relatrice, con il sottofondo di una musica rilassante. Alla fine un breve momento di condivisione tra i partecipanti.

Obiettivi

Ridurre lo stress e ritrovare la gioia e la creatività del bambino interiore

Programma

Incontri settimanali da un'ora ciascuno con orario serale/preserale

Anno svolgimento 2024/2025

Sedi (Regione, Comune e Indirizzo della sede o scuola di svolgimento)
Piemonte, piazza Roma 29 Pinerolo -TO-

periodo svolgimento (Mesi da Settembre a Giugno)

20 incontri con cadenza settimanale da un'ora ciascuno, con orario serale/preserale

da Novembre ad Aprile escluse vacanze e festività scolastiche

Durata (ore) 20

Ore minimo di partecipazione

Destinatari

- Docenti scuola infanzia
- Docenti scuola primaria
- docenti scuola secondaria di I grado
- docenti scuola secondaria II grado
- personale ata

Costo a carico dei destinatari

Metodologie

- aula lezioni frontali
- Laboratori
- Webinar
- Aula lavori di gruppo
- E learning
- Mista tra parentesi blended
- Altro (specificare): incontro di gruppo

Materiali e tecnologie usati

-
-
- Lim
- CD Rom
- Video proiettore
- PC
- E book
- Stampanti tre d
- Slide

- Video
- Tablet
- Dispense
- Web
- Altro (specificare): CD MUSICALE con lettore o PC

Tipologie verifiche finali

- Questionario risposte aperte
- Test a risposta multipla
- Altro (Specificare): tema finale

Mappatura delle competenze

Naturopata, numerologa e op. olistica, pratico e insegno meditazione da oltre 20 anni e mi occupo di ri-equilibrio psico-fisico

Direttore responsabile PAROLIN CLAUDIO

Relatori formatori facilitatori

Tamara Zedda via Bricherasio, 4 10060 Osasco -TO- temri78@libero.it tel. 340/5449776

Inoltre **allegare CV in formato europeo)**

ALLEGARE ANCHE LOCANDINA IN pdf del corso