



Cofinanziato
dall'Unione europea



Ministero dell'Istruzione
e del Merito



Ministero dell'Istruzione e del Merito

UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
LICEO SCIENTIFICO STATALE "FEDERIGO ENRIQUES"
VIA F. PAOLINI, 196 - 00122 ROMA (RM)

Tel. 06121126340 fax 065681579 PEO rmps090001@istruzione.it PEC rmps090001@pec.istruzione.it
Codice Fiscale: 80204630588 Codice Meccanografico: RMPS090001 Distretto 21 Ambito Territoriale Lazio 10
Istituto capofila della Rete territoriale di scopo "Lazio 10"

Roma, 1 ottobre 2025

Ai genitori/tutori e agli studenti delle classi prime e seconde
Al personale docente
Al DSGA

SEDI

Oggetto: Sogna, Cresci, Realizza: il tuo cammino con il tuo mentore e il tuo coach II Edizione

Sono aperte le iscrizioni per partecipare al progetto (20681) *Sogna, Cresci, Realizza: il tuo cammino con il tuo mentore e il tuo coach II edizione* inserito all'interno del progetto "Oltre la campanella: percorsi educativi tra saperi, avventure e sport" nell'ambito dei progetti finanziati con Fondi Strutturali Europei – Programma Nazionale "Scuola e competenze" 2021-2027. Priorità 01 – Scuola e Competenze (FSE+) – Fondo Sociale Europeo Plus – Obiettivo Specifico ESO4.6 – Azione A4.A – Sottoazione ESO4.6.A4.A – Avviso Prot. 59369, 19/04/2024, FSE+, Percorsi educativi e formativi per il potenziamento delle competenze, l'inclusione e la socialità nel periodo di sospensione estiva delle lezioni negli anni scolastici 2023-2024 e 2024-2025, Fondo Sociale Europeo Plus.

Il progetto prevede la realizzazione di un programma di mentoring e coaching per i ragazzi del biennio, iniziativa molto utile per favorire il loro sviluppo personale e accademico. È previsto un numero massimo di partecipanti fissato a 20 studenti dell'Istituto.

Gli obiettivi sono:

- Supportare gli studenti nella transizione alla scuola superiore.
- Migliorare le competenze socio-emotive e relazionali.
- Favorire l'orientamento scolastico e professionale.
- Potenziare le competenze di studio e gestione del tempo.

Il progetto prevede 15 incontri da 2 ore ciascuno che si terranno presso la sede di via Paolini secondo il programma allegato.

I docenti referenti sono i proff. Maria Letizia De Rosa e Davide Gioia.

Le famiglie degli studenti interessati sono pregate di compilare, entro **lunedì 10 ottobre**, il modulo al seguente link: <https://forms.office.com/e/KMMfTdfJji>.

In caso di iscrizioni oltre il numero massimo si terrà conto dell'ordine di invio.

La Dirigente Scolastica
Prof.ssa Monica Bernard

(documento firmato digitalmente ai sensi del CAD e norme ad esso connesse)

14 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 1

Introduzione e conoscenza reciproca

- Presentazione del programma e obiettivi.
- Attività di ice-breaking.
- Condivisione di aspettative e definizione di obiettivi personali.

16 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 2

Team building e dinamiche di gruppo

- Workshop sul mentoring e coaching.
- Giochi di squadra e attività di cooperazione.
- Introduzione a tecniche di negoziazione e gestione dei conflitti.

21 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 3

Gestione delle emozioni

- Riconoscimento e gestione dello stress.
- Mindfulness e tecniche di rilassamento.
- Esercizi guidati di consapevolezza emotiva.

23 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 4

Comunicazione ed empatia

- Tecniche di comunicazione efficace.
- Ascolto attivo ed esercizi in coppia.
- Role playing su situazioni quotidiane.

28 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 5

Competenze di studio I

- Tecniche di lettura e memorizzazione.
- Metodi per schematizzare e riassumere.
- Applicazione pratica con materiali scolastici.

30 ottobre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 6

Competenze di studio II

- Uso di strumenti digitali per l'apprendimento.
- Strategie per migliorare concentrazione e attenzione.
- Gestione delle distrazioni digitali.

Novembre

4 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 7

Competenze di studio III

- Organizzazione dello spazio di studio.
- Obiettivi SMART (specifici, misurabili, realistici).
- Pianificazione settimanale.

6 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 8

Studio guidato e metodo personale

- Laboratorio su come prendere appunti efficaci in diverse discipline (lingue, materie scientifiche, umanistiche).
- Esercizi pratici di sintesi e mappe concettuali.
- Condivisione di strategie tra pari: “cosa funziona per me nello studio”.

11 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 9

Didattica orientativa disciplinare I

- Attività interdisciplinari per collegare le materie a competenze reali e professioni (es. matematica nella vita quotidiana, lingue per comunicare nel mondo, scienze per capire l'ambiente).
- Mini-laboratori pratici (es. risolvere un problema reale con strumenti matematici, tradurre un messaggio utile in una lingua straniera).
- Discussione su come ogni materia contribuisce al proprio futuro percorso.

13 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 10

Didattica orientativa disciplinare II

- Focus sulle attitudini individuali attraverso attività di gruppo (es. project work su un tema scelto dagli studenti che coinvolga più discipline).
- Role playing su scenari scolastici/professionali (“come usare quello che sto studiando nella vita reale”).
- Stesura di un piccolo diario riflessivo: “Cosa ho scoperto su di me attraverso lo studio delle discipline?”.

18 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 11

Costruire il proprio percorso

- Creazione di un piano d'azione scolastico-personale.
- Vision board individuale (cartacea o digitale).
- Condivisione di obiettivi a medio termine.

20 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 12

Mentoring e resilienza

- Superare ostacoli e insuccessi.
- Strategie per mantenere la motivazione.
- Esercizi di problem solving creativo.

25 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 13

Project work finale

- Lavoro di gruppo: elaborare un “Manifesto della Classe” con valori, obiettivi e impegni.
- Sintesi delle competenze acquisite.

27 novembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 14
Valutazione e riflessione

- Questionario di autovalutazione.
- Discussione plenaria sui progressi.
- Restituzione da parte dei mentori e dei coach.

Dicembre

2 dicembre dalle ore 14.30 alle ore 16.30 – Incontro 15
Evento di chiusura

- Presentazione dei lavori e del “Manifesto della Classe”.
- Consegna attestati simbolici di partecipazione.
- Cerimonia di chiusura con feedback finale.