



BI  SPHAERA

PROPOSTE PROGETTI PSICOEDUCATIVI



AVVICINAMENTO AL METODO DI STUDIO

4 e 5 Primaria

Percorso che avvicina studenti e studentesse alla gestione e organizzazione di compiti e studio in modo più autonomo e consapevole.

Temi:

- organizzazione del carico di compiti e/o studio
- gestione del tempo
- esplorazione di tecniche di riassunto e schematizzazione efficaci.

GUIDA AL METODO DI STUDIO

Secondaria I Grado

Percorso che guida studenti e studentesse nella pianificazione, organizzazione e gestione di tempo libero e tempo per lo studio, alla scoperta delle diverse strategie di apprendimento.

Temi:

- pianificazione e organizzazione del carico di compiti e/o studio
- gestione del tempo e delle pause
- esplorazione delle proprie attitudini e di tecniche di studio diversificate ed efficaci.

SUPPORTO PRATICO AL METODO DI STUDIO

Secondaria II Grado

Laboratorio volto alla costruzione di una pianificazione settimanale equilibrata e autonoma tra studio, impegni e tempo libero, sperimentando tecniche di studio e apprendimento personalizzate.

Temi:

- pianificazione settimanale di studio, impegni e tempo libero
- gestione del tempo e delle pause
- sperimentazione guidata e personalizzata di diverse tecniche di studio.



ORIENTAMENTO ALLA SCELTA DELLA SCUOLA SECONDARIA

Secondaria I Grado

Percorso di esplorazione personale e consapevole delle proprie attitudini e opportunità future, mirato ad allenare la capacità di scegliere, pianificare e costruire in modo consapevole.

Temi:

- scoperta e sperimentazione delle proprie attitudini
- come mi immagino in futuro?
- presa di decisione in modo consapevole
- panoramica scuole superiori.

ORIENTAMENTO ALLA COSTRUZIONE DEL PROPRIO FUTURO

Secondaria II Grado

Percorso di esplorazione personale e professionale delle proprie attitudini, competenze e aspirazioni volto a promuovere la capacità di scelta, pianificazione e costruzione verso il mondo dopo la scuola superiore (universitario e/o lavorativo) in modo autonomo e consapevole.

Temi:

- esplorazione delle proprie attitudini
- presa di decisione in modo consapevole
- le competenze del futuro
- come mi immagino nel futuro dopo la scuola superiore?
- panoramica opportunità dopo la scuola.

ORIENTAMENTO E CRESCITA PERSONALE

4 e 5 Primaria, Secondaria I e II Grado

Laboratorio volto a promuovere l'esplorazione e la scoperta dei propri talenti, desideri, punti di forza e limiti, in un contesto sicuro e creativo volto a promuovere resilienza e consapevolezza di sé.

Temi:

- come mi vedo? come mi vedono gli altri? alla scoperta di talenti e punti di forza
- esplorazione guidata dei propri punti di debolezza e/o limiti
- finestra del miglioramento, gestione dell'errore e della frustrazione
- pressione sociale e resilienza.

EDUCAZIONE DIGITALE E BENESSERE CONSAPEVOLE ONLINE

5 Primaria, Secondaria I e II Grado

Percorso volto alla promozione di un utilizzo più responsabile e consapevole dei dispositivi digitali e delle relative piattaforme nel rispetto di sé stessi e degli altri, attraverso attività volte ad allenare pensiero critico e cittadinanza, attiva online e offline.

Temi:

- uso consapevole dei dispositivi
- tra fake news, pensiero critico e cittadinanza digitale
- la mia identità digitale
- cyberbullismo, pressione sociale e autostima.

EDUCAZIONE ALLE RELAZIONI E ALL'AFFETTIVITA'

Primaria, Secondaria I e II Grado

Laboratorio volto alla promozione di relazioni positive, rispettose e consapevoli attraverso attività che promuovono dialogo, ascolto e riconoscimento degli stati emotivi propri e dell'altro, gestione dei conflitti, inclusione.

Temi:

- relazioni sane, consenso e rispetto reciproco
- ascolto e comunicazione assertiva
- comunicazione assertiva e gestione dei conflitti
- stereotipi di genere e rispetto delle differenze.

EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA ATTIVA E AL FARE SQUADRA

Primaria, Secondaria I e II Grado

Percorso esperienziale incentrato sul lavoro di gruppo e la responsabilità collettiva nel raggiungimento di obiettivi condivisi e nel rispetto dei beni comuni.

Temi:

- fiducia, responsabilità e ruoli nel lavoro di squadra
- collaborazione, ascolto e gestione dei conflitti
- rispetto dei beni comuni
- micro-progettazione a livello locale.





REGOLAZIONE EMOTIVA E GESTIONE DELLA RABBIA

Infanzia, Primaria, Secondaria I e II Grado

Percorso che guida piccoli e grandi nel mondo delle emozioni accompagnando ognuno a riconoscere, comunicare e sperimentare serenamente le proprie emozioni (comprese quelle che ci piacciono meno come rabbia e frustrazione) e i relativi stati emotivi, con una parte finale dedicata proprio alle tecniche di rilassamento e regolazione.

Temi:

- cosa sono e dove sono le emozioni che proviamo
- ascolto, riconoscimento e comunicazione assertiva delle emozioni proprie e dell'altro
- focus su rabbia, frustrazione, gestione dell'errore e autostima
- tecniche di rilassamento e strategie di regolazione emotiva.

REGOLAZIONE EMOTIVA E GESTIONE DI STRESS E ANSIA

4 e 5 Primaria, Secondaria I e II Grado

Percorso mirato a promuovere il riconoscimento, la comunicazione e la sperimentazione consapevole delle proprie emozioni e dei relativi stati emotivi, con un focus esperienziale sul riconoscimento dei segnali di stress e ansia (anche scolastica) e sulle pratiche di rilassamento e regolazione.

Temi:

- cosa sono e dove sono le emozioni che proviamo
- ascolto, riconoscimento e comunicazione assertiva delle emozioni proprie e dell'altro
- focus su stress, ansia, paura e relativi segnali
- tecniche di rilassamento e strategie di regolazione emotiva.

SOCIALIZZAZIONE, INCLUSIONE E CREATIVITA' ATTRAVERSO LA ROBOTICA EDUCATIVA

Infanzia, Primaria, Secondaria I e II Grado

Laboratorio hands-on in cui la robotica educativa diventa strumento di cooperazione, inclusione, problem solving e progettazione sostenibile.

Temi:

- fiducia, responsabilità e ruoli nel lavoro di squadra
- collaborazione, ascolto e gestione dei conflitti
- robotica educativa e futuro sostenibile
- sperimentazione e programmazione in collettivo.

SOCIALIZZAZIONE, INCLUSIONE E CREATIVITA' ATTRAVERSO IL PODCASTING

Secondaria I e II Grado

Laboratorio creativo in cui ragazzi e ragazze imparano a raccontarsi attraverso un media innovativo ma antichissimo: la voce. Creiamo assieme un podcast, unendo creatività, collaborazione e competenze digitali.

Temi:

- fiducia, responsabilità e ruoli nel lavoro di squadra
- collaborazione, ascolto e gestione dei conflitti
- storytelling efficace, racconto e condivisione dei propri mondi
- scrittura, registrazione e montaggio di un podcast.

SOCIALIZZAZIONE INCLUSIVA, STEAM E CONTRASTO AL GENDER GAP

Primaria, Secondaria I e II Grado

Laboratorio finalizzato a guidare ragazzi e ragazze alla scoperta ed esplorazione delle discipline STEAM oltre stereotipi e pregiudizi di genere con attività cooperative che promuovano inclusione, pari opportunità e fiducia nelle proprie capacità.

Temi:

- fiducia, responsabilità e ruoli nel lavoro di squadra
- collaborazione, ascolto e gestione dei conflitti
- esplorazione e sperimentazione STEAM, oltre pregiudizi e differenze
- micro-progettazione per un futuro più inclusivo.





VINCERE L'ANSIA PER LA MATEMATICA

Infanzia e Primaria

Percorso volto ad avvicinare piccoli e grandi al mondo delle STEM in modo pratico e cooperativo per riscoprire nella logica, matematica e scienza strumenti di gioco, esplorazione e scoperta.

Temi:

- collaborazione, ascolto e fiducia nel lavoro di squadra
- matematica e logica giocando
- stereotipi di genere nelle STEM
- strategie di buona gestione della performance.

EDUCAZIONE AMBIENTALE E BENESSERE

Infanzia, Primaria, Secondaria I e II Grado

Laboratorio sul cambiamento climatico, la biodiversità e la sostenibilità che unisce la cura dell'ambiente locale alla promozione del benessere personale e collettivo attraverso attività pratiche di micro-progettazione.

Temi:

- fiducia, responsabilità e ruoli nel lavoro di squadra
- collaborazione, ascolto e gestione dei conflitti
- cambiamento climatico e biodiversità
- micro-progettazione per un futuro più green.





STORIE IN TASCA **Infanzia e Primaria**

Laboratorio di avvicinamento al mondo delle storie e della lettura attraverso l'esplorazione creativa e libera di albi illustrati e silent book, imparando a giocare con lo spazio magico che esiste tra parole e immagini, riconoscendo in esso parti di sé e del proprio mondo.

Temi:

- avvicinamento alla lettura come piacere e scoperta
- esplorazione di diversi strumenti narrativi quali silent book, albi, carte Dixit
- guida all'osservazione, immaginazione e racconto
- creazione e condivisione della propria storia.

TRA LE RIGHE **Secondaria I e II Grado**

Laboratorio che accompagna ragazzi e ragazze nel leggere, rappresentare e raccontare il proprio mondo interiore e quello di chi li circonda, utilizzando diversi strumenti narrativi per esplorare identità, emozioni e relazioni.

Temi:

- esplorazione di diversi strumenti narrativi quali carte Dixit, silent book, albi e graphic novel
- guida all'osservazione, immaginazione e riconoscimento tra parole e immagini
- esplorazione e rappresentazione del proprio mondo e della propria identità
- condivisione della propria storia e apertura alla storia dell'altro.



Formazione per docenti!

È inoltre possibile richiedere percorsi formativi per docenti incentrati su mindfulness e regolazione emotiva, gestione di classi difficili, intelligenza artificiale e transizione digitale.

PROPOSTA	Inf.	I	II	III	IV	V	I	II	III	I - II superiore		III - IV - V superiore		
Avvicinamento al Metodo di Studio					✓	✓								
Guida al Metodo di Studio							✓	✓	✓					
Supporto Pratico al Metodo di Studio										✓	✓	✓	✓	✓
Orientamento alla Scuola Secondaria								✓	✓					
Orientamento al Proprio Futuro											✓	✓	✓	✓
Orientamento e Crescita Personale					✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Educazione Digitale Online						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Educazione alle Relazioni		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Educazione alla Cittadinanza attiva				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Regolazione Emotiva - Rabbia	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Regolazione Emotiva - Stress e Ansia					✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Robotica Educativa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Podcasting e Storytelling							✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
STEAM e Contrasto al Gender Gap		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vincere l'Ansia per la Matematica	✓	✓	✓	✓	✓	✓								
Educazione Ambientale e Benessere	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Storie in Tasca	✓	✓	✓	✓	✓	✓								
Tra le Righe							✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓



BIOSPHERA s.c.s

Sede Legale

via Paraiso n.60

36015 Schio (VI)

tel. 0445 1716489

email info@biosphaera.it

SEDE DI PADOVA

piazza Donatore di Sangue n.10

35136 Padova

t: 049 6951201

email info.pd@biosphaera.it