

PROGETTO EXTRA-CURRICOLARE
DinamicaMente
Per massimizzare le capacità di studio

DESTINATARI: Il progetto extra-curricolare gratuito “**DinamicaMente**” è rivolto a studenti della scuola secondaria di secondo grado.

OBIETTIVI: Prendere coscienza dei propri meccanismi mentali e familiarizzare con tecniche di apprendimento tradizionali e moderne per aumentare la propria autostima e facilitare soluzioni creative alle proprie problematiche scolastiche ed extra-scolastiche.

Succede spesso che ci si senta destinati al patibolo di fronte alla prospettiva di passare ore a studiare: ci vediamo seduti su una sedia di tortura, cercando di domare la nostra mente che propone miliardi di alternative avvincenti, sentendo dentro di noi crescere la rabbia che si trasforma in un pesante macigno che ci schiaccia.

Molto dipende dal non conoscere noi stessi e la nostra maniera di apprendere le cose, dal confrontarsi allo studio senza nessun tipo di tecnica o, ancora peggio, utilizzando tecniche per “tradizione”, ottime per altri, ma magari estremamente inadatte per noi.

E da qui la rabbia e l'insofferenza al momento di studiare, e la frustrazione al momento dei risultati, che porta ad uno stato di disagio, alla perdita di autostima e alla voglia di gettare la spugna.

Il presente progetto extra-curricolare, attraverso giochi, riflessioni ed esercitazioni, si propone di spiegare il funzionamento della nostra mente; di presentare diverse tecniche di apprendimento, sia tradizionali che innovative, al fine di capire le più adatte alle nostre capacità; di insegnare a comunicare, condividere e collaborare adeguatamente per superare le difficoltà; e di facilitare così un approccio più sereno, più creativo e fruttuoso al mondo scolastico e extra-scolastico.

Questo percorso formativo si svolgerà all'interno dell'Istituto Tecnico Agrario di Alvito, per un totale di 10 ore, suddivise in 5 incontri a cadenza settimanale, ogni venerdì, dalle ore 12.20 alle 14.20, nel periodo marzo/aprile 2026. L'esatto calendario verrà comunicato alla brevità possibile.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato, spendibile anche nell'ambito dei crediti formativi.

=====

Autorizzazione da riconsegnare, debitamente compilata e firmata dai genitori, al docente referente del progetto:

☐ -----

Il/la sottoscritto/a _____ nato/a a _____ il _____
residente in _____ via/piazza _____ tel _____ genitore
dell'alunno/a _____ della classe _____ sez _____ dell'Istituto Tecnico Agrario

AUTORIZZA il/la proprio/a figlio/a a partecipare al corso extra-curricolare gratuito “**DinamicaMente**” nei termini e tempi precedentemente specificati.

Data,

Firma del genitore
