

CIRCOLARE n.419	Crema, 28.04.2026
Modalità di pubblicazione: <ul style="list-style-type: none">• Albo Comunicazioni del sito WEB• Albo cartaceo	Destinatari: <ul style="list-style-type: none">• Alla classe 3IB• A tutti i docenti

PROGETTO EMOZIONI 2.0: incontro conclusivo

Il **Progetto Emozioni 2.0** attivato all'interno del programma di Educazione Civica con l'obiettivo di migliorare il benessere psico-fisico degli studenti della classe, si è svolto nelle seguenti fasi:

- 1) Presentazione delle 6 emozioni basiche da parte degli insegnanti;
- 2) Mindfulness per ascoltare il corpo e le emozioni più difficili;
- 3) Rilevazione delle emozioni studenti per due settimane tramite apposita App condivisa;
- 4) Analisi statistico-matematica di rilevazione del mood del gruppo classe;
- 5) Valutazione ed interpretazione risultati tra insegnanti, nel Cdc e restituzione agli studenti;
- 6) Ripresa da parte delle psicologhe per aiuto nella gestione delle emozioni più frequenti e difficoltose.

A conclusione del percorso è previsto un incontro della classe **3IB** il giorno **29/05/2026** dalle ore 10.10 alle 12.00 con la psicoterapeuta dott.sa I.Musoni.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa Paola Orini