ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
ERMANNO CORTIS
INFANZIA - PRIMARIA
SECONDARIA DI 1° GRADO
QUARTUCCIU

Via Ales – 09044 Quartucciu (CA) – tel 070/845068 –

e-mail caic87300a@istruzione.it – pec caic87300a@pec.istruzione.it sito web www.istitutocomprensivoquartucciu.edu.it

CF 92168500921 - Codice Ufficio FatturaPA UFDBRU

Allegato n. 3 Verbale collegio dei Docenti 17 dicembre 2025

PROGETTO PER IL CONTRASTO E LA PREVENZIONE
DEL BULLISMO E DEL CYBERBULLISMO
a.s. 2025/2026

Premessa

Il progetto mira a prevenire e contrastare il bullismo e il cyberbullismo attraverso la formazione di studenti, insegnanti, personale ATA e famiglie coinvolgendo il territorio.
La violenza e l'aggressività, sia in forma tradizionale che online, rappresentano un problema sempre più diffuso che può portare a conseguenze drammatiche.
È nostro dovere comune, attraverso un impegno pervasivo e costante nel tempo, comprendere meglio questi fenomeni ed acquisire gli strumenti necessari per affrontarli e prevenirli.
Gli esperti, coinvolti nel progetto a vario titolo, si occuperanno di approfondire la conoscenza dei temi del bullismo e del cyberbullismo, le varie forme in cui si possono manifestare, gli attori coinvolti, il riconoscimento delle conseguenze psicologiche e fisiche e di far acquisire gli strumenti per individuare precocemente i segnali e agire in modo tempestivo davanti al problema.
La prevenzione è la chiave per un contrasto efficace. Le azioni da intraprendere includono: la sensibilizzazione, la promozione del rispetto, l'educazione emotiva, la gestione dei conflitti, il riconoscimento della diversità, la promozione delle life skills, l'uso consapevole della tecnologia.

Obiettivi a medio e lungo termine

- Sensibilizzazione sui temi del bullismo e del cyberbullismo;
- la promozione del rispetto;
- imparare a gestire i conflitti;
- educazione delle life skills;
- il riconoscimento e la valorizzazione della diversità;
- sviluppare la capacità di coping;
- creare senso di appartenenza;
- educazione alla cittadinanza digitale;
- promuovere il benessere in un clima sereno e inclusivo;
- favorire la conoscenza della recente normativa e del Regolamento d'Istituto riguardante il contrasto al bullismo ed al cyberbullismo;
- promuovere maggiore consapevolezza dei rischi legati all'utilizzo dei dispositivi digitali.

Competenze attese

- Conoscenza delle cause e delle conseguenze del bullismo e del cyberbullismo;
- comprendere e rispettare le regole;
- comunicazione assertiva;
- gestione delle emozioni;

- empatia e comportamento pro-sociale;
- problem solving;
- decision making;
- pensiero critico;
- consapevolezza di sé;
- competenze digitali;
- capacità di dialogo e ascolto.

Metodologie/ strumenti
Peer education; circle time; interdisciplinarità; role-playing; cooperative learning; lavoro nel gruppo classe e in classi parallele; attività laboratoriali; apprendimento esperienziale; incontri con esperti; utilizzo di strumenti digitali.

Destinatari
I destinatari del progetto sono: gli alunni di tutti gli ordini di scuola e le loro famiglie, gli insegnanti, il personale ATA.

Tempi
Le attività saranno svolte durante tutto l'anno scolastico, in orario curricolare per gli alunni ed extracurricolare per docenti, personale Ata e genitori.

Azioni programmate

Destinatari	Attività	Relatore/Esperto	Obiettivo/Tematica
Classi 5 scuola primaria	Educazione al senso di sé, alla responsabilità individuale, educazione emotiva Durata 2 ore	Dott. Stefania Ragatzu Psicologa/genitore Membro del Tavolo di monitoraggio bullismo	Conoscere e gestire le emozioni. La consapevolezza di sé. Imparare a fare scelte responsabili
Classi 5 scuola primaria	Incontri di sensibilizzazione e prevenzione del bullismo e cyberbullismo	Dott. Vittorio Sanna maestro, giornalista, scrittore, formatore	Effettuare scelte responsabili, riconoscere le emozioni e strategie di regolazione emotiva, saper

Destinatari	Attività	Relatore/Esperto	Obiettivo/Tematica
			esprimere le proprie idee.
Classi 5 scuola primaria	Progetto Scuola Debullizzata	Salvatore Bandinu	Prevenzione e contrasto del bullismo e del cyberbullismo
Scuola Primaria e Secondaria di primo grado	Incontro di sensibilizzazione	Comandante dei CC di Selargius	Conoscere e approfondire l'argomento. Riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni
Alunni classi 3 scuola secondaria	Incontro di approfondimento sul Hikikomori	Dott.ssa Laura Caddeo	Conoscere e approfondire l'argomento. Confronto e dialogo tra pari.
Alunni classi 3 scuola secondaria	Incontro di prevenzione **4 dicembre 2025** Dalle 9.00 alle 11.30	Maurizio Mascia Ispettore di Polizia Membro del Tavolo Monitoraggio bullismo	Prevenzione delle dipendenze e i comportamenti a rischio. Valore e conseguenze delle scelte per se stessi e per gli atri
Classe 1 scuola secondaria	Progetto Scuola Debullizzata	Salvatore Bandinu	Prevenzione e contrasto del bullismo e del cyberbullismo
Classi 1-2 scuola secondaria	Incontro informativo-legale	Avvocati Melis e Lixi Membri del Tavolo Monitoraggio bullismo	Diritti e doveri, conseguenze dei comportamenti a rischio. Sensibilizzazione: testimonianza di una

Destinatari	Attività	Relatore/Esperto	Obiettivo/Tematica
			ragazza vittima di bullismo
Alunni 1-2 scuola secondaria	Incontro di sensibilizzazione	Polizia Postale	Sicurezza digitale e uso consapevole della rete
Alunni 1-2 scuola secondaria	Incontro di sensibilizzazione	Maurizio Mascia Ispettore di Polizia Membro del Tavolo Monitoraggio bullismo	Prevenzione. Conoscere e Approfondire l'argomento. Sviluppare l'empatia
Alunni di tutti gli ordini di scuola	Realizzazioni elaborati sul tema, attraverso varie forme di espressione, all'interno delle attività programmate: disegni, poesie, musica, ecc	Coinvolgimento docenti disponibili	Prevenire, sensibilizzare, conoscere e approfondire l'argomento. Esprimere le proprie emozioni Sviluppare l'empatia
Alunni scuola di tutti gli ordini di scuola	Visione di cortometraggi, film, letture	Docenti	Sensibilizzazione, prevenire, conoscere e approfondire l'argomento. Sviluppare l'empatia
Alunni scuola di tutti gli ordini di scuola	Educare le life skills. Educazione emotiva	Docenti	Prevenzione. Promuovere le life skills e le competenze emotive
Genitori	Incontro di sensibilizzazione	Dott. Beppe Farci pedagogista,	Utilizzo del digitale e uso consapevole della

Destinatari	Attività	Relatore/Esperto	Obiettivo/Tematica
		insegnante, formatore	rete. Impatto sullo sviluppo dei bambini/ragazzi
Genitori Docenti	Incontro di sensibilizzazione **26 novembre 2025**	Salvatore Bandinu	Prevenire, sensibilizzare, conoscere e approfondire l'argomento. Presentazione del progetto Scuola Debullizzata
Genitori	Incontro di sensibilizzazione e conoscenza del bullismo e cyberbullismo	Dott. Giampaolo Farci Referente per il contrasto e la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo USR	Prevenire, conoscere e approfondire l'argomento.
Genitori	Incontro informativo-legale	Avvocati Lixi e Melis Membri del Tavolo monitoraggio bullismo	Diritti e doveri, conseguenze dei comportamenti a rischio
Docenti	Incontro di sensibilizzazione e conoscenza del bullismo e cyberbullismo	Dott. Giampaolo Farci Referente per il contrasto e la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo USR	Sensibilizzazione, prevenire, conoscere e approfondire l'argomento.
Docenti di tutti gli ordini di scuola	Incontro preliminare + Formazione Coping Power Scuola	M.L.Monica Gaias Docente di sostegno, pedagogista e referente per il contrasto e la prevenzione del	Gestione dei comportamenti problematici, promuovere le abilità sociali e sviluppare le competenze emotive

Destinatari	Attività	Relatore/Esperto	Obiettivo/Tematica
		bullismo e del cyberbullismo	
Genitori Docenti	Incontro di sensibilizzazione e conoscenza del bullismo e cyberbullismo	Maurizio Mascia Ispettore di Polizia Membro del Tavolo monitoraggio bullismo	Prevenire, sensibilizzare, conoscere e approfondire l'argomento.
Docenti Genitori	Incontro sensibilizzazione	Dott. Giampaolo Farci Referente per il contrasto e la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo USR	Prevenire, sensibilizzare, conoscere e approfondire l'argomento.

https://istitutocomprensivoquartucciu.edu.it/scheda-progetto/progetto-bullismo-e-cyberbullismo/

https://istitutocomprensivoquartucciu.edu.it/documento/codice-interno-bullismo-e-cyberbullismo/

PROGETTO PREVENZIONE BULLISMO E CYBERBULLISMO

ALL TOGETHER

Il percorso si articolerà in tre incontri dedicati ai bambini delle classi quinte e verteranno sulle seguenti tematiche:

- **Responsabilità e scelte.** La capacità di distinguere tra obbligo e scelta e comprensione delle conseguenze. Interazione con i bambini con video, slides, test di verifica.

- **Emozioni e fiducia in sè**. Riconoscere le sei emozioni base e acquisire le strategie per gestirle. Esercizi e semaforo emotivo, con slides e verifica.

- **Originalità e comunicazione.** Riconoscere la diversità come ricchezza, esprimere le proprie idee con rispetto. Riconoscere i talenti con badge, slides e verifica.

Gli incontri saranno condotti dal formatore, insegnante, educatore Vittorio Sanna, avranno una durata di due ore ciascuno, si svolgeranno nei giorni di mercoledì o venerdì a distanza di due settimane l'uno dall'altro.

La Farmacia Nuti finanzia questi incontri con l'intento di contribuire al percorso di crescita dei bambini di Quartucciu.

Verrà consegnato un toolkit per i genitori dei bambini partecipanti, in modo da informarli di quanto verrà fatto con i loro figli e per poter proseguire il lavoro a casa.

CORSO DI FORMAZIONE PER INSEGNANTI

COPING POWER SCUOLA

PREMESSA

Sempre più spesso all'interno delle nostre classi ci troviamo ad affrontare problemi di condotta, limitato rispetto delle regole, comportamenti aggressivi e provocatori, incapacità di gestire le emozioni (in particolare la rabbia) e scarsa collaborazione. I docenti focalizzano la loro attenzione e spendono gran parte delle loro risorse con gli alunni che presentano tali problematiche "trascurando" il resto della classe che manifesta: senso di abbandono, chiusura, noia, frustrazione, apatia. Tra l'altro, alcuni alunni mettono in atto atteggiamenti di imitazione e sostenimento delle condotte problematiche.

In queste classi diminuisce notevolmente il rendimento scolastico e gli apprendimenti sono deficitari.

È risaputo, che per facilitare l'apprendimento, sia fondamentale promuovere il benessere emotivo e creare un clima sereno e collaborativo. È quindi necessario acquisire nuove strategie e strumenti per prevenire e ridurre tali problematiche.

Il Coping Power Scuola è un programma per lo sviluppo delle competenze emotive e prosociali integrato nel percorso didattico. È rivolto all'intero gruppo classe e viene svolto come parte integrante delle normali attività didattiche durante l'orario scolastico. Gli alunni sviluppano abilità emotive, sociali e relazionali mentre svolgono le attività scolastiche quotidiane.

Il Coping Power Scuola è efficace in quanto riduce le condotte problematiche, in particolare la disattenzione-iperattività e i problemi di condotta. Migliora il clima della classe e questo ha una ricaduta positiva sul rendimento scolastico e sugli apprendimenti.

In sintesi, i punti di forza del Programma Coping Power Scuola sono:

- la riduzione di comportamenti inadeguati negli alunni con difficoltà e/o disturbi;
- la possibilità, per ciascun alunno, di allenarsi a migliorare alcuni aspetti del proprio comportamento in collaborazione con tutto il gruppo classe;
- favorire e aumentare i comportamenti prosociali;
- migliorare le relazioni e il clima di classe;
- favorire la cooperazione;
- promuovere e sviluppare la capacità di riconoscere, capire e gestire le proprie emozioni e quelle altrui;
- capacità di porsi obiettivi a medio e lungo termine;
- rafforzare le abilità di perspective taking;
- sviluppare le capacità di problem solving;
- la ricaduta positiva sull'apprendimento e il rendimento scolastico;
- l'inserimento del programma nel percorso didattico;
- la prevenzione delle condotte problematiche e la promozione del benessere psicofico.

Il programma può essere applicato in tutti gli ordini di scuola:

- Coping Power Scuola dell'Infanzia: gestire le emozioni e promuovere i comportamenti prosociali;
- Coping Power Scuola Primaria: gestire i comportamenti problematici e promuovere le abilità relazioni in classe;
- Coping Power Scuola Secondaria: gestire le problematiche relazionali e promuovere comportamenti prosociali in classe.

OBIETTIVI

Il corso ha l'obiettivo di formare i partecipanti all'applicazione del programma Coping Power Scuola attraverso la conoscenza e l'approfondimento dei 6 moduli che lo costituiscono.

DESTINATARI

Il corso è rivolto ai docenti di tutti gli ordini di scuola che operano nell'Istituto Comprensivo "E.Cortis" di Quartucciu.

TEMPI

Il corso ha una durata di **10 ore**.

FORMATORE

M. L. Monica Gaias insegnante specializzata per le attività di sostegno, pedagogista, trainer Coping Power Scuola 1° livello,

ATTESTATO

Ai corsisti verrà rilasciato l'attestato di partecipazione.