

*Documento tecnico regionale*  
**LIFESKILLS TRAINING**  
**LOMBARDIA**

**Scuola primaria**



# **DOCUMENTO TECNICO REGIONALE**

## **LIFESKILLS TRAINING LOMBARDIA – SCUOLA PRIMARIA**

**Regione Lombardia – DG Welfare – UO Prevenzione**

**Anno di avvio:** a.a. 2021/2022 – In corso

Questo documento tecnico descrive in modo schematico e analitico il processo di implementazione del Programma LIFESKILLS TRAINING LOMBARDIA – SCUOLA PRIMARIA a livello territoriale, precisandone attori, fasi, modalità operative e risorse necessarie. Funge da Linea Guida per l'implementazione e la rendicontazione appropriate di quanto realizzato.

### **INQUADRAMENTO E OBIETTIVO GENERALE DEL PROGRAMMA**

Il programma LifeSkills Training (LST) rappresenta nel panorama mondiale uno dei programmi di prevenzione che ha dimostrato maggiore efficacia preventiva verso una ampia serie di comportamenti a rischio.

LST Lombardia, frutto di un percorso di traduzione e adattamento al contesto italiano della versione originale (Botvin et Al., USA) avviato nel 2007, è un programma educativo per prevenzione dei principali comportamenti a rischio per la salute (uso di droghe, abuso di alcol, fumo di tabacco, violenza) basato su strategie di rafforzamento delle abilità personali e sociali dei giovani.

Il Programma, nella cornice metodologica della Scuola che Promuove Salute, e quale strumento attuativo del PRP di Regione Lombardia nel setting scolastico, è stato integrato per permettere l'azione preventiva della Scuola (mediante l'ingaggio di docenti opportunamente formati e accompagnati) anche in tema di: gioco d'azzardo patologico, bullismo/cyber bullismo, infezioni sessualmente trasmissibili, corretta alimentazione e incremento dell'attività motoria.

LST, infatti, mira ad aumentare nei soggetti le capacità di gestione delle sfide quotidiane e a favorire un maggior senso di controllo personale. A tal fine interviene sui diversi fattori che favoriscono l'iniziazione all'uso di sostanze e agli altri comportamenti a rischio, siano essi relativi alle *influenze esterne* (l'ambiente, i media, i pari, ecc.) o a *fattori psicologici interni* (ansia sociale, bassa autostima, propensione a ricercare emozioni forti, ecc.). Utilizza una strategia educativo-promozionale e si focalizza sul rinforzo delle capacità di resistenza all'adozione di comportamenti a rischio, all'interno di un modello più generale di incremento delle abilità personali e sociali legate alla promozione della salute.

LST è inserito nella programmazione di Regione Lombardia dal 2011 fra i programmi preventivi regionali che supportano il consolidamento della collaborazione intersettoriale fra SSR e Scuola e l'attuazione del Piano Regionale Prevenzione.

## LifeSkills Training program – Scuola Primaria (LST Primaria)

Dal 2016, anche su input della Cabina di regia regionale della Rete Lombarda delle Scuole che Promuovono Salute (SPS Lombardia) è stato avviato il percorso di traduzione e adattamento al contesto italiano anche del Programma rivolto alla Scuola Primaria, che ha visto coinvolti attivamente Dirigenti scolastici e Docenti, accanto a professionisti della sanità. Ciò permette di valorizzare il suo contenuto preventivo all'interno della "programmazione verticale" degli Istituti Comprensivi, garantendo l'offerta di un programma di comprovata efficacia, riconosciuto a livello internazionale, adattato per integrarsi con la programmazione didattica curricolare, in grado di favorire la promozione di stili di vita salutari fin dal terzo anno del primo ciclo scolastico.

LST Primaria rappresenta quindi un ulteriore strumento per il perseguimento degli obiettivi del Piano Regionale Prevenzione nel setting scolastico. Risponde all'esigenza delle Scuole di trattare le più rilevanti tematiche di salute all'interno della propria offerta formativa (PTOF) organizzata per competenze alla luce delle indicazioni sui curricula scolastici e della L. 107/2015.

Il Programma si sviluppa in un triennio, a partire dalla classe Terza, e per la sua implementazione prevede un processo a cascata che coinvolge gli operatori delle ATS/ASST, i dirigenti scolastici, gli insegnanti, altri attori della scuola e gli studenti.

### STRUTTURA DEL PROGRAMMA

LST Primaria è proposto agli alunni a partire dalle classi Terze, con sessioni di rinforzo in Quarta e in Quinta. I temi trattati durante la prima annualità sono ripresi durante i successivi due anni scolastici in un'ottica di rafforzamento delle abilità e competenze, considerate quali fattori predisponenti all'apprendimento.

L'articolazione del Programma è progettata in prospettiva verticale, considerando la possibilità che gli studenti continuino a partecipare al LifeSkills Training anche durante la Scuola Secondaria di Primo Grado.

La tabella che segue sintetizza lo schema triennale del percorso previsto:

UNITÀ	Classe III Livello 1	Classe IV Livello 2	Classe V Livello 3
<b>1. Autostima</b>	Le cose che so fare	Essere unici	Ho fatto goal!
<b>2. Prendere decisioni</b>	Fa' la cosa giusta!	Cosa mi influenza?	Scegliere bene per stare bene
<b>3. Pubblicità e pensiero critico</b>	Sarà vero?	Consumatori consapevoli?	Caccia alla pubblicità di alcolici
<b>4. Sano e non sano</b>	Gestione delle emozioni: le cose che sento	Sano e non sano: questione di abitudini	Abitudini non sane: tabacco e alcol
<b>5. Gestione dello stress</b>	Cosa posso fare per calmarmi	Stress: buono o cattivo?	Organizzo il mio tempo
<b>6. Abilità comunicative</b>	Le parole per dire come sto	Comunicare senza parole	Imparo ad ascoltare

<b>7. Abilità sociali</b>	Essere amici	Stare bene con gli amici	Litigare bene
<b>8. Assertività</b>	Come dire di «no»	Farsi valere	Dico come la penso
<b>TOTALE ore in classe (3 ore per unità)</b>	24 h	24 h	24 h

Parallelamente allo svolgimento delle Unità di lavoro in classe, LST Primaria prevede il coinvolgimento delle famiglie degli studenti, in modo da rinforzare fra Scuola e Famiglia la coerenza dei messaggi trasmessi.

## **REALIZZAZIONE DEL PROGRAMMA**

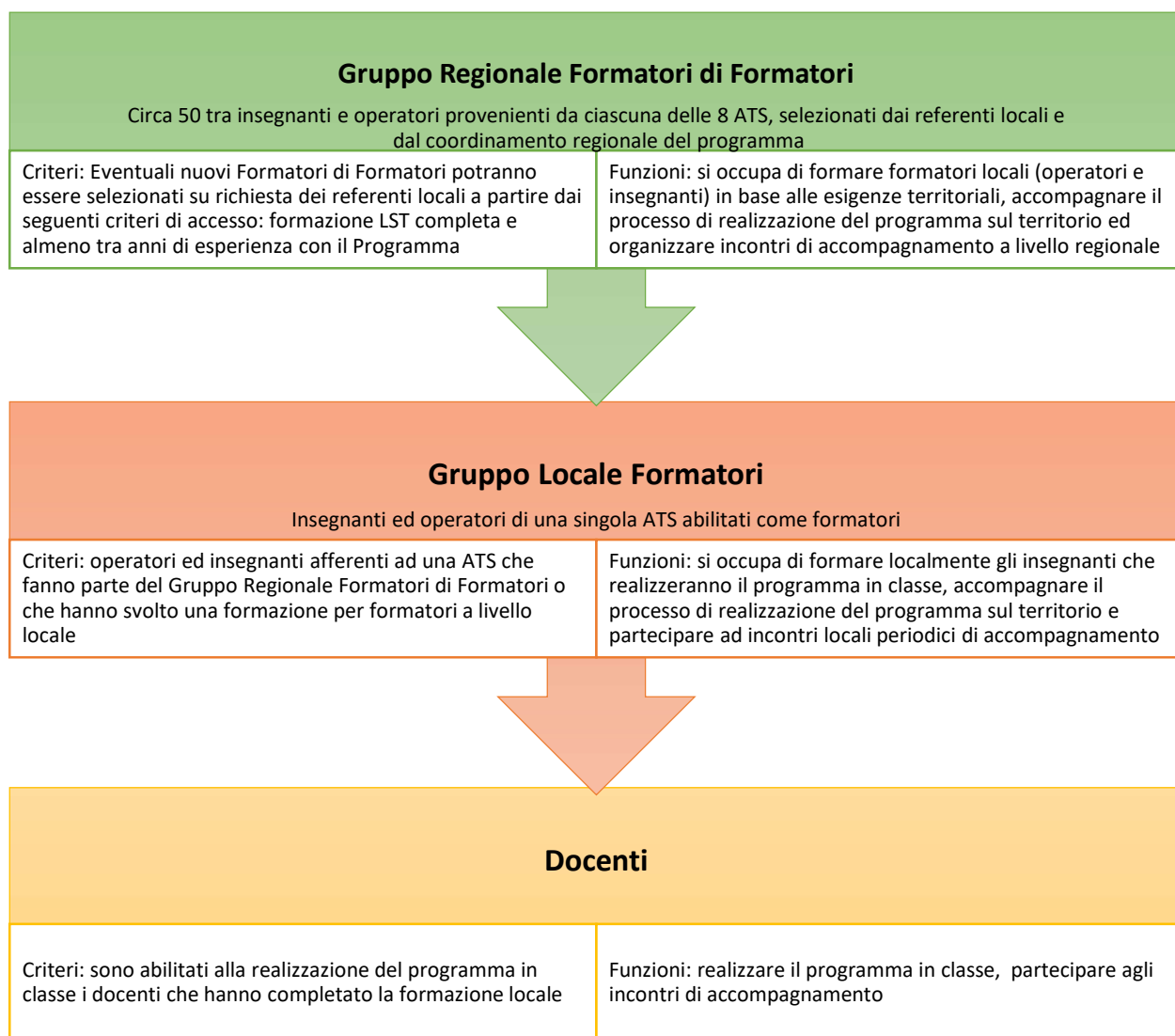
La realizzazione del Programma è affidata alla programmazione locale dalle Strutture di Promozione della Salute delle 8 ATS Lombarde. Per la realizzazione delle attività con le Scuole il sistema prevede il coinvolgimento di personale afferente alle ASST, CFI, Enti del Terzo settore coinvolti nel Piano GAP e nel Piano Integrato Locale di Promozione della Salute. Di seguito sono illustrati i dispositivi organizzativi previsti e le fasi di realizzazione del Programma.

### **Processo di formazione e accompagnamento a cascata**

Dal 2021 è costituito un "Gruppo Regionale di formatori di formatori", composto da insegnanti e operatori provenienti da ciascuna delle 8 ATS, selezionati dai referenti locali e dal coordinamento regionale del programma. Questo gruppo si occupa di formare localmente altri formatori (operatori e insegnanti) e di accompagnare il processo di realizzazione del programma in base alle esigenze territoriali. Il gruppo si riunisce in incontri regionali periodici di accompagnamento metodologico. Eventuali nuovi formatori di formatori potranno essere selezionati su richiesta dei referenti locali e dovranno soddisfare i seguenti criteri: formazione LST completa (Livello 1, 2, 3) e almeno 3 anni di esperienza con il programma.

I formatori di formatori, componenti del Gruppo regionale, hanno la possibilità di formare in ogni ATS operatori e insegnanti che costituiscono il "Gruppo Locale Formatori".

Questi sono a loro volta abilitati a formare e accompagnare gli insegnanti delle Scuole Primarie aderenti al Programma.



### Formazione e accompagnamento del “Gruppo Locale Formatori”

A garanzia della coerenza e uniformità dell'implementazione del Programma a livello regionale, sono previste, all'interno di un framework organizzativo coordinato a livello regionale da Formatori abilitati dal National Health Promotion Associates (USA), sessioni formative locali. Le formazioni, gestite dalle Agenzie Tutela della Salute e condotte da formatori abilitati, sono rivolte ai docenti delle Scuole Primarie del territorio. Accanto a questo, gli stessi staff formativi locali garantiscono un'azione di monitoraggio e accompagnamento dei docenti che attuano il programma nelle classi coinvolte.

I Formatori Locali partecipano ad un percorso formativo e di accompagnamento metodologico che li abilita alla formazione dei docenti che realizzano il programma in classe. Il percorso è condotto da una coppia di formatori composta da un docente e un operatore del Gruppo Regionale.

Il percorso formativo si struttura come segue:

- 15 ore per il Livello 1
- 12 ore per il Livello 2
- 12 ore per il Livello 3

comprehensive di Moduli formativi e Incontri di accompagnamento durante tutto l'arco dell'anno scolastico come specificato nei corrispondenti manuali formatori.

Inoltre, i Formatori Locali si riuniscono periodicamente coordinati dai servizi di Promozione della Salute delle 8 ATS secondo quanto stabilito della programmazione locale.

<b>LIVELLO 1</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Calendario</b>	<b>Ore</b>
<b>Modulo 1</b>	Fondamenti teorici e panoramica del programma	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 2</b>	Metodologia e analisi Unità 1, 2	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 3</b>	Analisi Unità 3, 4 e aspetti di implementazione	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 4</b>	Analisi Unità 5, 6, 7, 8 e accompagnamento	Gennaio/febbraio	3
<b>Modulo 5</b>	Accompagnamento e verifica	Maggio/giugno	3
			<b>15</b>

<b>LIVELLO 2</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Calendario</b>	<b>Ore</b>
<b>Modulo 1</b>	Ripresa fondamenti teorici, sessioni di rinforzo e panoramica del programma	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 2</b>	Aspetti di implementazione e analisi Unità 1, 2	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 3</b>	Analisi Unità 5, 6, 7, 8 e accompagnamento	Gennaio/febbraio	3
<b>Modulo 4</b>	Accompagnamento e verifica	Maggio/giugno	3
			<b>12</b>

<b>LIVELLO 3</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Calendario</b>	<b>Ore</b>
<b>Modulo 1</b>	Ripresa fondamenti teorici, sessioni di rinforzo e panoramica del programma	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 2</b>	Metodologia e modeling Unità	Settembre/ottobre	3
<b>Modulo 3</b>	Modeling Unità e accompagnamento	Gennaio/febbraio	3
<b>Modulo 4</b>	Accompagnamento e verifica	Maggio/giugno	3
			<b>12</b>

## Fasi operative della realizzazione del Programma con la Scuola

FASI	STRUMENTI	ATTORI
1. Adesione scuola	Presentazione del programma alla scuola  Richiesta di adesione  Formalizzazione dell'adesione della scuola al programma da parte del Dirigente Scolastico	Servizi Promozione salute delle ATS
2. Approvvigionamento materiali	Fornitura di Manuali Insegnanti e Guide Studenti in formato digitale per insegnanti e cartaceo per studenti	Staff Regionale
3. Formazione e accompagnamenti insegnanti	Erogazione del programma formativo come descritto nel paragrafo dedicato  Realizzazione di incontri di accompagnamento periodici	Servizi Promozione salute delle ATS  ASST, CFI, Terzo Settore  Docenti formatori abilitati
4. Monitoraggio	Raccolta dei dati previsti dalle schede di monitoraggio delle Unità svolte in classe dagli insegnanti attraverso la piattaforma LST	Servizi Promozione salute delle ATS  ASST, CFI, Terzo Settore
5. Conclusione attività annuali	Incontro di chiusura  Raccolta e sistematizzazione dei materiali di monitoraggio  Produzione delle certificazioni	Servizi Promozione salute delle ATS  ASST, CFI, Terzo Settore

### Adesione della Scuola

L'ingaggio delle Scuole è promosso localmente dalle ATS all'interno della programmazione locale di promozione della salute (Piani Integrati Locali per la promozione della salute - PIL). La presentazione del Programma al Dirigente Scolastico e ai docenti avviene attraverso incontri territoriali dedicati.

L'adesione al programma prevede:

- la formalizzazione da parte del Dirigente Scolastico dell'adesione con il coinvolgimento del Collegio Docenti e del Consiglio d'Istituto. Deve essere garantito l'impegno a realizzare il programma per almeno un triennio;
- la partecipazione di almeno il 75% delle classi terze presenti nella Scuola;

- l'adesione ai percorsi di formazione e accompagnamento metodologico previsti per i docenti coinvolti. È importante il coinvolgimento di un gruppo numeroso di insegnanti, per rendere sostenibile il programma;
- l'inserimento del programma all'interno del Piano Triennale dell'Offerta Formativa;
- l'attuazione da parte dei docenti delle attività in classe previste dal programma triennale;
- la partecipazione della Scuola alle attività di valutazione di processo attraverso la partecipazione ad incontri di accompagnamento e la compilazione di schede di monitoraggio delle attività svolte in classe.

### Materiali per la realizzazione del Programma

#### *Piattaforma LST*

Al fine di supportare l'implementazione del Programma LST è stata creata la piattaforma <https://programmisaluteri.it/>. Si tratta di un portale interattivo per supportare le attività di studenti e insegnanti coinvolti nel programma LST, unitamente ad operatori delle ATS, ASST, e degli enti erogatori del terzo settore e privato accreditato.

La piattaforma ha previsto la profilazione dei seguenti ruoli utente:

- Docente – docenti che hanno svolto la formazione LST
- Operatore locale - operatori delle ATS, ASST, e degli enti erogatori del terzo settore e privato accreditato che hanno svolto la formazione LST
- Referente locale – operatore referente di ATS

All'interno della piattaforma i contenuti didattici e le schede di monitoraggio sono completamente digitalizzati. Inoltre è possibile consultare news e materiali in condivisione.

<b>FUNZIONALITÀ UTENTI</b>		
<b>Referenti Locali ATS</b>	<b>Operatori Locali</b>	<b>Docenti</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li> <li>• Visualizzazione e attivazione delle classi</li> <li>• Creazione e gestione dei materiali in evidenza</li> <li>• Creazione e gestione delle news</li> <li>• Gestione dei monitoraggi</li> <li>• Gestione delle utenze (creazione ed esportazione)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li> <li>• Visualizzazione e attivazione delle classi</li> <li>• Creazione e gestione dei materiali in evidenza</li> <li>• Creazione e gestione delle news</li> <li>• Gestione dei monitoraggi</li> <li>• Gestione degli account docenti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consultazione delle guide dello studente e dei manuali dei docenti</li> <li>• Creazione e visualizzazione delle classi</li> <li>• Compilazione delle schede di monitoraggio</li> </ul>

### Manuali e Sussidi Didattici

Le diverse fasi di realizzazione del Programma si avvalgono di materiali specifici omogenei a livello regionale. In particolare:

<b>Materiale</b>	<b>Descrizione</b>	<b>Destinatari</b>	<b>Dove si trova</b>
<b>Manuali formazione</b>	Tre dispense specifiche per ogni livello di formazione	Per formatori locali	In piattaforma <a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a>
<b>Manuali docenti</b>	Tre dispense specifiche per l'attività in classe nelle classi terze, quarte e quinte: Manuale dell'insegnante Livello 1 – Classe Terza, Livello 2 – Classe Quarta, Livello 3 – Classe Quinta	Per formatori locali e docenti	In piattaforma <a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a>
<b>Guide studenti</b>	Tre quaderni personali per ogni studente per accompagnare le attività realizzate nelle classi terze, quarte e quinte Guida dello Studente Livello 1 – Classe Terza, Livello 2 – Classe Quarta, Livello 3 – Classe Quinta	Per formatori locali, docenti e studenti	In cartaceo per gli studenti In piattaforma per formatori e docenti <a href="https://programmisaluterl.it/">https://programmisaluterl.it/</a>

Regione Lombardia fornisce annualmente alle ATS una quota di materiale a titolo gratuito all'interno della programmazione.

Successivamente, le ATS si occupano della distribuzione agli enti erogatori e/o alle scuole. Inoltre, le ATS e/o gli erogatori possono acquistare eventuale materiale aggiuntivo sulla base delle esigenze locali.

Tempistiche: Entro aprile le ATS comunicano alla Regione i fabbisogni stimati di materiale per l'anno scolastico successivo.

### Formazione e accompagnamento degli insegnanti

I Docenti della Scuola Primaria partecipano ad un percorso formativo e di accompagnamento metodologico che li abilita alla realizzazione del programma in classe. Il percorso è condotto da una coppia di formatori composta da un docente e un operatore del Gruppo locale formatori.

Come illustrato in dettaglio nelle tabelle della sezione Formazione e accompagnamento del "Gruppo Locale Formatori" il percorso formativo si struttura come segue:

- 15 ore per il Livello 1 - classi Terze
- 12 ore per il Livello 2 – classi Quarte
- 12 ore per il Livello 3 – classi Quinte

Comprehensive di Moduli formativi e Incontri di accompagnamento durante tutto l'arco dell'anno scolastico come specificato nei corrispondenti manuali formatori.

Durante tutto l'anno scolastico i Docenti formati e attivi vengono supportati dai formatori del Gruppo Locale: ai docenti formati è richiesta la partecipazione agli incontri di accompagnamento previsti e la compilazione di Schede di monitoraggio relative a ciascuna Unità di lavoro realizzata in classe.

Per la realizzazione delle attività in classe è prevista una griglia di programmazione compilata dai docenti del singolo consiglio di classe e condivisa con i formatori locali.

La partecipazione dei docenti alla formazione è attestata da fogli firma appositamente predisposti. A completamento del percorso formativo viene rilasciato dalle Strutture di Promozione della Salute delle ATS, secondo le indicazioni di DG Welfare - Regione Lombardia, un attestato individuale. L'attestato certifica la formazione del docente e il riconoscimento della formazione certificata rimane valido anche in caso di trasferimento del docente ad altro Istituto.

### Monitoraggio delle attività

Al termine di ogni Unità del programma svolta in classe, l'insegnante che ha condotto l'attività compila una Scheda di monitoraggio.

La Scheda è uno strumento per sollecitare un pensiero riflessivo su quanto realizzato durante le unità e sulle specificità del gruppo classe. Permette di condividere tra insegnanti e operatori i punti di forza e le difficoltà incontrate nello svolgimento delle attività.

La compilazione delle Schede consente di monitorare l'andamento della realizzazione delle Unità nelle classi aderenti.

### Chiusura delle attività

Al termine delle attività per ogni anno scolastico, gli operatori che accompagnano la realizzazione del programma verificano che le classi abbiano svolto tutte le Unità previste per poter accedere al livello successivo del programma nell'anno scolastico seguente.

Gli operatori si occupano inoltre di raccogliere e sistematizzare i dati relativi alle attività di ciascun insegnante per certificare le Unità svolte e la partecipazione agli incontri di formazione e accompagnamento.

## CALENDARIO TIPO DELLA REALIZZAZIONE DI LST PRIMARIA

La figura seguente illustra il calendario tipo della realizzazione delle attività durante l'anno scolastico.

		settembre	ottobre	novembre	dicembre	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno
<b>Gruppo Regionale Formatori di Formatori</b>	<i>partecipano</i>	<b>Accompagnamento Regionale</b>						<b>Accompagnamento Regionale</b>			<b>Accompagnamento Regionale</b>
	<i>realizzano</i>	<b>Formazione Formatori</b>						<b>Accompagnamento Locale formatori</b>			<b>Accompagnamento Locale formatori</b>
<b>Gruppo Locale Formatori</b>	<i>partecipano</i>										
	<i>realizzano</i>	<b>Formazione insegnanti</b>				<b>Formazione + Accompagnamento insegnanti</b>				<b>Accompagnamento insegnanti</b>	
<b>Docenti Scuola Primaria</b>	<i>partecipano</i>										
	<i>realizzano</i>		<b>Lavoro in classe</b>								

## VALUTAZIONE E RENDICONTAZIONE DI PROCESSO

### Criteri di fedeltà e di continuità

Per una corretta realizzazione del programma, a garanzia di un'implementazione che ne preservi l'efficacia, sono stati individuati alcuni criteri e indicazioni che gli Istituti Scolastici devono rispettare e monitorare per tutto il periodo di svolgimento delle attività. Di seguito vengono dettagliati i principali criteri di fedeltà e di continuità.

#### Criteri di fedeltà:

- realizzazione di tutte le Unità previste
- rispetto della sequenza cronologica delle Unità
- interventi in classe a cadenza regolare (circa una volta ogni due settimane)
- utilizzo di metodi di insegnamento interattivi
- implementazione delle sessioni di rinforzo negli anni successivi

#### Indicazioni metodologiche per la continuità del programma:

- realizzazione del programma per un ciclo di almeno 3 anni e a partire dal 75% delle classi terze dell'Istituto
- partecipazione degli insegnanti agli incontri di accompagnamento
- compilazione delle schede di monitoraggio delle unità per descrivere il percorso realizzato in classe e verificare i criteri di fedeltà

### Strumenti di rendicontazione

Nella tabella di seguito sono illustrati gli strumenti per la rendicontazione del processo, suddivisi per fase di implementazione, dettagliando i materiali e i soggetti incaricati di produrli, raccogliarli e conservarli.

<b>Attività</b>	<b>Materiali</b>	<b>Chi</b>	<b>Tempi di rendicontazione</b>
Adesione Scuole	Modulo di adesione sottoscritto dal DS Anagrafica Scuole e classi aderenti	Servizi Promozione salute delle ATS	Entro novembre: inserimento delle classi attive in piattaforma
Formazione formatori	Anagrafica dei formatori abilitati nei diversi livelli del programma Fogli firma degli incontri realizzati	Servizi Promozione salute delle ATS	Entro luglio: trasmissione dell'Anagrafica dei formatori abilitati a Regione
Formazione e accompagnamento insegnanti	Anagrafica dei docenti abilitati nei diversi livelli e nelle diverse Scuole Fogli firma incontri realizzati	Servizi Promozione salute delle ATS	Entro novembre: inserimento dei docenti abilitati ed attivi in piattaforma  Entro settembre (anno

	Certificati attività (si veda il <i>Format Regionale allegato</i> )		scolastico successivo): produzione Certificati attività
Lavoro in classe	Schede di monitoraggio	Docenti	Entro giugno: compilazione di tutte le schede di monitoraggio in piattaforma

**Allegati:**

- Layout regionale programma
- Modulo adesione scuola, attestati, fogli firma
- Griglia di programmazione attività in classe