



## **ISTITUTO COMPRENSIVO DI PASIAN DI PRATO**

*Istituzione scolastica dotata di personalità giuridica  
Decreto del Direttore Generale dell'Ufficio Scolastico Regionale del F.V.G.  
del 25 gennaio 2012 - prot. n. AOODRFR/764*

*Pasian di Prato (UD) - Via Leonardo da Vinci, 23 - C.A.P. 33037  
tel/fax: 0432 699954 e-mail: [udic856004@istruzione.it](mailto:udic856004@istruzione.it)  
[udic856004@pec.istruzione.it](mailto:udic856004@pec.istruzione.it) Codice meccanografico UDIC856004*

Prot n. 2636/VII.8

Pasian di Prato, 28/04/2022

All'interessata  
Agli Atti d'Ufficio Sito web

**CUP-E43D21007380001**  
**CODICE SOFIA ID: 72244**

**OGGETTO: Conferimento incarico individuale**  
**Dott.ssa SILVIA ORSO**  
**TITOLO: "SPERIMENTARE LA MINDFULNESS IN SEZIONE/CLASSE"**

**BANDO n. 2 prot. 1222/C12 del 02 marzo 2022 corso n. 24**

TRA

L'Istituto Comprensivo di Pasian di Prato rappresentato legalmente dal Dirigente Scolastico Reggente Stefano STEFANEL domiciliato per la sua carica presso l'Istituto stesso con codice fiscale 94127290305

E

la Dott.ssa SILVIA ORSO nata a ..... il ..... - residente a .....

Codice Fiscale: .....

Docente di scuola primaria con incarico a tempo indeterminato

- Visti il D.lgs n° 297 del 16 aprile 1994 Testo Unico in materia di istruzione;  
Visto il D.lgs n° 165 del 30 marzo 2001 e ss. mm. ii.-Norme generali sull'ordinamento del lavoro alle dipendenze delle amministrazioni pubbliche;  
Vista la nota 13121 del 04/11/2019 dell'ufficio Scolastico regionale per il FVG, di individuazione delle scuole polo per la formazione;

- Vista la disposizione n° 37638 del 30/11/2021 del Ministero dell'Istruzione relativa ad Assegnazione delle risorse finanziarie e progettazione delle iniziative formative;
- Vista la nota MIUR AOODGPER N 39406 del 21/12/2021 relativa all'erogazione delle risorse finanziarie e progettazione delle iniziative formative;
- Vista la costituzione dell'Accordo della Rete di scopo di formazione in data 6 dicembre 2021 che coinvolge n° 2 istituti facenti parte dell'Ambito 1, n° 22 istituti facenti parte dell'Ambito 7, n° 17 istituti facenti parte dell'Ambito 8, n° 4 istituti dell'Ambito 9, n° 4 istituti dell'Ambito 10 e n° 3 istituti dell'Ambito 11:
- **ISTITUTI DELL'AMBITO 1** – ISIS Carli-Sandrinelli - Da Vinci di Trieste, ISIS Carducci-Dante di Trieste
  - **ISTITUTI DELL'AMBITO 7** – Istituto comprensivo di Gemona del Friuli, Istituto comprensivo Gortani di Comeglians, Istituto comprensivo Linussio-Matiz di Paluzza, Istituto comprensivo di Tricesimo, Istituto comprensivo di Tavagnacco, Istituto comprensivo di Faedis, Isis Candoni-Solari di Tolmezzo, Convitto Paolo Diacono di Cividale del Friuli, Istituto comprensivo di Cividale del Friuli, Istituto comprensivo di Fagagna, Istituto comprensivo di Majano-Forgaria, Istituto comprensivi di Buja, Isis D'Aronco Gemona del Friuli, Istituto comprensivo Pagnacco-Martignacco, Istituto comprensivo San Daniele del Friuli, Istituto comprensivo Trasaghis, Isis Manzini di San Daniele del Friuli, Isis Magrini-Marchetti di Gemona del Friuli, Isis Paolino d'Aquileia di Cividale del Friuli, Isis Paschini-Linussio di Tolmezzo, Istituto comprensivo di Tarcento, Istituto onnicomprensivo Bachmann di Tarvisio
  - **ISTITUTI DELL'AMBITO 8** – Liceo scientifico Marinelli di Udine, Liceo classico Stellini di Udine, Istituto comprensivo Udine 1, Istituto comprensivo Udine 2, Istituto comprensivo Udine 3, Istituto comprensivo Udine 4, Istituto comprensivo Udine 5, Istituto comprensivo Udine 6, CPIA di Udine, Liceo Artistico Sello di Udine, IPS Stringher di Udine, Liceo Percoto di Udine, ITC Deganutti di Udine, ITG Marinoni di Udine, IPSIA Ceconi di Udine, Liceo scientifico Copernico di Udine, IT Zanon di Udine
  - **ISTITUTI DELL'AMBITO 9** – Istituto comprensivo di Pozzuolo del Friuli, Istituto comprensivo di Basiliano- Sedegliano, Istituto comprensivo di Pasian di Prato, Istituto comprensivo Deganutti di Latisana
  - **ISTITUTI DELL'AMBITO 10** – Istituto comprensivo delle valli Meduno/Cosa/Arzino, Istituto comprensivo di Spilimbergo, ISIS Il Tagliamento di Spilimbergo
  - **ISTITUTI DELL'AMBITO 11** – ISIS Zanussi di Pordenone, Istituto comprensivo Zanzotto di Caneva, Istituto comprensivo Rorai- Cappuccini di Pordenone
- Visto le proposte comunicate e formulate dalla Commissione per la gestione del Piano Nazionale di Formazione definite nell'incontro del 28/02/2022;
- Visto il Bando n° 2 (a. s 2021-22) per il reclutamento di FORMATORI e DIRETTORI dei corsi per il PIANO NAZIONALE DI FORMAZIONE - RETE DI SCOPO PER LA FORMAZIONE;
- Visto il verbale n. 2 della Commissione esaminatrice del 21/03/2022;
- Vista l'insussistenza di incompatibilità;

**si conviene e si stipula**

il presente incarico per attività di docente formatore/esperto esterno per il corso di formazione di cui le premesse costituiscono parte integrante e sostanziale del quale si fissano di seguito termini e condizioni

CORSI N. 24		SPERIMENTARE LA MINDFULNESS IN CLASSE
Destinatari	Docenti scuole infanzia e primaria	
N. max iscritti	15	
Sede incontri	palestrina scuola primaria di Povoletto (Via Casali Merlo n.1, Località Marsure di Sotto – 33040 Povoletto - UD)	
Periodo	I corsi si terranno da fine aprile a fine giugno 2022	
Obiettivi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Migliorare la qualità di vita</li> <li>• Aumentare la resilienza</li> <li>• Promuovere un atteggiamento non giudicante verso sé stessi, gli altri e l'esperienza</li> <li>• Migliorare la capacità di attenzione e concentrazione</li> <li>• Avere cura di sé, degli altri e delle relazioni</li> <li>• Acquisire conoscenze teoriche e aggiornamenti in tema di:               <ul style="list-style-type: none"> <li>o caratteristiche e organizzazione degli schemi mentali che ostacolano il benessere psicologico (tendenze alla ripetizione, ruminazione mentale, riflessi condizionati).</li> <li>o mindfulness (presenza mentale): tecnica per la riduzione dello stress che si basa sulla pratica della consapevolezza.</li> </ul> </li> <li>• Acquisire abilità tecniche o pratiche in tema di:               <ul style="list-style-type: none"> <li>o pratica della consapevolezza mentale come disposizione intenzionale a essere attenti al dispiegarsi dell'esperienza nel "qui e ora" con atteggiamento non giudicante.</li> </ul> </li> </ul> <p><i>Al termine del corso i partecipanti conosceranno i fondamenti della meditazione mindfulness e le pratiche ad essa connesse. In particolar modo sapranno come praticare la consapevolezza: a) del respiro; b) del corpo (body-scan); c) e dei contenuti della mente e conosceranno alcuni dei principi base della Mindful Self Compassion.</i></p>	
Contenuti	<p>Gli incontri avranno una durata di due ore e 30 minuti: 40 minuti di spiegazione dei contenuti teorici (caratteristiche della mindfulness, principi base della Mindful Self Compassion e collegamento con gli studi di neuroscienze) e fino a 20 minuti di confronto e domande; 30/45 minuti di esercitazione pratica (apprendimento delle tecniche della mindfulness mediante esercizi pratici: concentrazione sul respiro; body-scan; presenza mentale; mindfulness in movimento); fino a 45 minuti di confronto e discussione nel gruppo.</p>	
Metodologia	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Spiegazione dei contenuti teorici</li> <li><input type="checkbox"/> Istruzioni guidate nelle pratiche di meditazione mindfulness</li> <li><input type="checkbox"/> Circle time di gruppo</li> <li><input type="checkbox"/> Riflessione su tecniche e video</li> <li><input type="checkbox"/> Confronto e discussione nel gruppo ed esercizi di comunicazione mindful per migliorare la consapevolezza nella vita di tutti i giorni</li> <li><input type="checkbox"/> Rielaborazione da parte dei partecipanti</li> <li><input type="checkbox"/> Esercitazioni pratiche</li> </ul>	
Tipologia didattico consegnare	materiale da	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Dispensa preparata dal docente</li> <li><input type="checkbox"/> Audio delle sessioni pratiche da ascoltare quotidianamente</li> <li><input type="checkbox"/> Indicazioni bibliografiche</li> </ul>

<b>Durata</b>	25 ore
<b>Elementi metodologici irrinunciabili</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Attività didattica in webinar</li> <li>- Lavori individuali e di gruppo</li> <li>- Tutoraggio e consulenza</li> </ul>
<b>Prestazioni richieste al formatore/i</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Predisporre i materiali per la produzione del lavoro autonomo</li> <li>- Concordare il calendario specifico degli incontri con il direttore del corso</li> <li>- Verificare la soddisfazione dei partecipanti</li> <li>- Predisporre una relazione finale sull'attività svolta</li> </ul>

<b>Compenso orario</b>	€41,32 lordo dipendente per n° <b>25</b> ore di formazione a cui saranno applicate le ritenute di legge: <b>aliquota IRPEF a carico del dipendente, IRAP a carico dell'Amministrazione.</b>
<b>Assicurazioni</b>	L'esperto per le attività di cui al presente contratto non è coperto da polizze assicurative RC né per infortuni, se non da assicurazioni stipulate dallo stesso per se stesso
<b>Recesso</b>	Le parti convengono, ai sensi e per gli effetti dell'art. 1373 del Codice Civile che l'istituto può recedere dal Contratto qualora ritenga inopportuna la sua conduzione a termine. Il recesso sarà effettivo dalla data di ricezione della raccomandata con ricevuta di ritorno e l'esperto farà pervenire all'istituto i risultati delle attività svolte fino a quella data.
<b>Sito</b>	Il presente contratto è pubblicato sul sito dell'Istituto Comprensivo (art. 15 D.Lgs. 33 del 14/03/2013) e (art. 54 dell'art. 3 della legge 24/12/2017 n. 244) nella sezione trasparenza.
<b>Previdenza</b>	Il presente contratto non dà luogo a trattamento previdenziale
<b>Controversie</b>	Ogni controversia che dovesse insorgere tra le parti in ordine alla validità, esecuzione o interpretazione dell'incarico e che non possa essere amichevolmente composta tra le parti è demandata al foro competente di Udine.

L'istituzione scolastica fa presente, altresì, ai sensi del D. Lgs. n. 196/2003 e successive modifiche e integrazioni e del Regolamento Europeo sulla privacy (2016/679) che i dati forniti dal Docente acquisiti dalla scuola, saranno oggetto di trattamento (nel rispetto della normativa sopra richiamata e degli obblighi di sicurezza e riservatezza) finalizzato ad adempimenti richiesti dall'esecuzione di obblighi di legge e di contratto inerenti il rapporto di lavoro di prestazione occasionale o comunque connesso alla gestione dello stesso. Tali dati potranno dover essere comunicati, per le medesime esclusive finalità, a soggetti cui sia riconosciuta da disposizione di legge la facoltà di accedervi.

**Al termine dell'attività il formatore presenterà una relazione finale al Direttore del corso.**

**Il compenso sarà liquidato dopo la verifica delle attività effettivamente svolte.**

Allegati:

- Informativa ex. Art. 13 D. Lgs 196/2003 e ex art 13 del regolamento europeo GDPR 2016/679

Letto , confermato e sottoscritto

**IL FORMATORE**  
Silvia Orso

**Il Dirigente Scolastico Reggente**  
Stefano STEFANEL