

2022-1-IT02-KA220-SCH-000089154



# Bridge

E+ project

# TOOLKIT

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



Co-funded by  
the European Union

# CONTENT

## AUTOREGOLAZIONE

- Uso dei geodati in geografia
- Esplorare le emozioni attraverso la scrittura di poesie
- Esploratori emotivi
- Respirazione consapevole
- Respirazione consapevole
- Mappa di regolazione emotiva
- Esplorazione dell'ecosistema
- Quattro case

## AUTOREGOLAZIONE\_1\_Uso dei geodati in geografia

### **ASTURIA VZW** **Scheda Attività**

**n. 55**

**Metodologie:** Asturia – Uso dei geodati in geografia

L'uso dei geodati è una competenza in crescita nei bambini di 14 anni. I punti di attenzione nell'insegnamento della geografia a scuola includono: l'utilizzo delle coordinate spaziali, la lettura delle mappe, la capacità di interpretare e utilizzare i geodati, e la capacità di organizzare una caccia al tesoro per i compagni di classe.

<b>Metodologia</b>	Lavoro di gruppo	Strategie per migliorare la capacità di utilizzo dei geodati in geografia
<b>Materia</b>	Geografia	
<b>Life skill correlate</b>	Autoregolazione	
<b>Titolo</b>	<b>Uso dei geodati in geografia</b>	
<b>Età/classe</b>	Scuole secondarie di primo grado (14 anni)	
<b>Durata</b>	60 minuti	
<b>Materiale/Suggerimento per chi facilità</b>	Alunni/e di 14 anni che hanno bisogno di sviluppare conoscenze sull'uso dei geodati in geografia.	

## Descrizione dell'attività

### Preparazione

Gli insegnanti dovrebbero verificare in anticipo la pertinenza delle applicazioni proposte e scegliere piattaforme aggiornate e accessibili agli studenti. Se non è possibile utilizzare le geolocalizzazioni su telefono, questa parte non può essere inserita nella descrizione. In caso di difficoltà nell'inserimento/condivisione di coordinate geografiche, si può preparare un album fotografico delle posizioni fisiche scelte per l'esperimento da consegnare agli studenti. In alternativa, le coordinate geografiche possono essere associate a ogni foto (si possono usare Google Earth, Actionbound, Padlet) per superare il problema della condivisione dati.

Nella gestione del tempo, considera il tempo necessario per preparare l'attività. Organizza una breve sessione pratica prima dell'inizio per garantire che tutti gli studenti sappiano usare la funzione di geotagging e le applicazioni necessarie.

### Implementazione

**Step 1:** Gli studenti (o un gruppo di studenti) ricevono foto con geotag come punto di partenza per una ricerca. Le foto contengono oggetti riconoscibili (edifici, statue, fontane, ecc.). La sfida è individuare il luogo esatto in cui le foto sono state scattate, usando un software appropriato (es. Picasa, Google Earth, Street View). I dati vengono mantenuti su carta o computer.

**Step 2:** Gli studenti cercano la posizione esatta e usano una mappa o un piano urbano. Quando pensano di averla trovata, scattano una nuova foto con geotag tramite il loro telefono.

**Step 3:** Fase 3: tornati a scuola, i geotag delle nuove foto vengono confrontati con quelli originali. Se le coordinate di entrambe sono corrette, si ottiene una valutazione positiva.

### Specifiche:

- Questo esercizio richiede telefoni cellulari con la funzione di geotagging. Non tutti i cellulari ne sono dotati. Tuttavia, anche le fotocamere digitali più recenti dispongono di tale funzione.
- L'utilizzo di Picasa e Google Earth richiede il download di un software (gratuito). Li troverete nelle pagine di download qui sotto: Flickr: <http://www.flickr.com> Google Maps e Street View: <http://maps.google.be/intl/nl/help/maps/street>
- Ulteriori informazioni e risorse <http://nl.wikipedia.org/wiki/Geotagging>

## AUTOREGOLAZIONE\_2\_Esplorare le emozioni attraverso la scrittura di poesie

**YAEDA**

**Scheda Attività**

**n. 55**

Metodologie: Scrittura espressiva. Pratica riflessiva, meditazione guidata, apprendimento collaborativo Analisi letteraria Obiettivo: Sviluppare le capacità di autoregolazione degli studenti aiutandoli a diventare consapevoli e a gestire le loro emozioni, i loro pensieri e il loro comportamento attraverso il processo di lettura, scrittura e riflessione sulla poesia.

Metodologia	Scrittura Espressiva
Materia	Inglese
Life skill correlate	Autoregolazione
Titolo	<b>Exploring Emotions Through Poetry Writing</b>
Età/classe	13-14 anni
Durata	45 minuti
Materiale/Suggerimento per chi facilità	Insegnante di inglese
Descrizione dell'attività	<p>Preparazione della classe: L'aula è organizzata in modo da favorire un'atmosfera calma e riflessiva, con posti a sedere comodi e musica di sottofondo soft. Ogni studente dispone di un quaderno e di materiale per scrivere.</p> <p>Attività in classe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Introduzione all'autoregolazione e alla poesia:</b> Iniziare con una breve discussione sull'autoregolazione, spiegando la sua importanza nella gestione delle emozioni, dei pensieri e dei comportamenti. Introdurre la poesia come mezzo potente per esprimere e comprendere le emozioni.</li> <li>● <b>Lettura e analisi di poesie:</b> Leggere le poesie ad alta voce, chiedendo agli studenti di prestare attenzione a come i poeti esprimono le loro emozioni attraverso le parole e le immagini. Facilitare una breve discussione su come ogni poesia li ha fatti sentire e su come i poeti sono riusciti a trasmettere le loro emozioni.</li> <li>● <b>Meditazione guidata e riflessione:</b> Chiedete agli studenti di riflettere sulle loro emozioni durante la meditazione e di annotare alcune parole o frasi che descrivono i loro sentimenti.</li> <li>● <b>Esercizio di scrittura di poesie:</b> Incoraggiate gli studenti a scrivere le loro poesie sulla base delle emozioni che hanno identificato durante la meditazione e a usare un linguaggio descrittivo e immagini per esprimere i loro sentimenti. Ricordate agli studenti che l'obiettivo è esprimere le loro emozioni in modo onesto e creativo, non scrivere una poesia perfetta.</li> <li>● <b>Condivisione e feedback:</b> Permettere agli studenti di condividere volontariamente le loro poesie con la classe. Facilitare una sessione di feedback di sostegno, incoraggiando commenti positivi e riflessioni su come ciascuna poesia ha fatto sentire gli ascoltatori.</li> <li>● <b>Riflessione e conclusione:</b> Condurre una sessione di riflessione in cui gli studenti discutono di ciò che hanno imparato sulle proprie emozioni e di come la scrittura li abbia aiutati a comprendere e gestire questi sentimenti.</li> </ul>

## AUTOREGOLAZIONE\_3\_Esploratori emotivi

### **YAEDA**

#### **Scheda Attività**

**n. 56**

Metodologie: Apprendimento esperienziale, apprendimento basato sulla discussione, apprendimento esperienziale, gioco di ruolo, auto-riflessione

Sviluppare la consapevolezza e la gestione delle emozioni, dei pensieri e del comportamento degli studenti esplorando gli eventi storici attraverso la lente dell'autoregolazione.

<b>Metodologia</b>	Apprendimento esperienziale
<b>Materia</b>	Storia
<b>Life skill correlate</b>	Autoregolazione
<b>Titolo</b>	<b>Esploratori emotivi</b>
<b>Età/classe</b>	Scuola secondaria di primo grado 13-16 anni
<b>Durata</b>	120 minuti
<b>Materiale/Suggerimento per chi facilità</b>	Insegnante di storia, insegnante di lingue, figura di educatore
<b>Descrizione dell'attività</b>	<p>- Introduzione all'autoregolazione Discutere brevemente l'importanza dell'autoregolazione e dell'intelligenza emotiva nella comprensione di eventi e fatti storici. Introdurre il concetto di autoriflessione e il suo ruolo nello sviluppo dell'autoconsapevolezza. Spiegare e chiedere agli studenti di riflettere sul fatto che in alcuni periodi storici si è data priorità al movimento invece che alle proprie emozioni e ai propri sentimenti.</p> <p>-Studio di un caso storico: Il movimento americano per i diritti civili: Presentate le figure e gli eventi chiave del Movimento per i diritti civili, evidenziando i casi di autoregolazione e gestione delle emozioni. Consegnate a ogni studente partecipante una scheda con la descrizione del suo ruolo. (nome, sesso, età, posizione sociale...) Coinvolgete gli studenti in una breve discussione sulle sfide affrontate dagli attivisti e su come hanno regolato le loro emozioni e i loro pensieri per ottenere il cambiamento.</p> <p>-Gioco di ruolo interattivo: La Rivoluzione francese Dividete gli studenti in piccoli gruppi e assegnate loro dei ruoli che rappresentano diverse prospettive durante la Rivoluzione francese. Guidate gli studenti in un'attività di gioco di ruolo in cui devono affrontare scenari impegnativi e praticare l'autoregolazione nel processo decisionale. Consegnate a ogni studente partecipante una scheda con la descrizione del suo ruolo. (nome, sesso, età, posizione sociale...) Facilitare una breve discussione dopo l'attività per riflettere sul ruolo dell'autoregolazione nei contesti storici.</p> <p>- Riflessione e definizione degli obiettivi: Chiedete agli studenti di completare un foglio di lavoro di auto-riflessione, chiedendo loro di identificare una figura o un evento storico che li ha colpiti e di riflettere sulle emozioni e sui pensieri che ha suscitato. Incoraggiate gli studenti a stabilire un obiettivo specifico per praticare l'autoregolazione nella loro vita quotidiana, basandosi sulle intuizioni acquisite dagli esempi storici discussi. Conclusione: Concludete la lezione riassumendo l'importanza dell'autoregolazione nella comprensione degli eventi storici e nella crescita personale. Incoraggiare gli studenti a continuare a esplorare la storia con un approccio consapevole alle proprie emozioni, ai propri pensieri e al proprio comportamento.</p>
<b>Note finali:</b>	Attualizzare l'argomento, magari fornendo esempi presenti e passati, concentrandosi anche sul contesto locale ed europeo.

## AUTOREGOLAZIONE\_4\_Respirazione consapevole

**DIDEAS**  
**Scheda Attività**

**n. 57**

<b>Metodologia</b>	Rilassamento guidato	Tecniche di visualizzazione
<b>Materia</b>	Educazione alla salute	
<b>Life skill correlate</b>	Autoregolazione	
<b>Titolo</b>	<b>Respirazione consapevole</b>	
<b>Età/classe</b>	Tutte le età	
<b>Durata</b>	40 - 45 minuti L'attività, non richiede alcuna preparazione, dura 15 minuti.	
<b>Materiale/Suggerimento per chi facilità</b>	<p>Creare un ambiente calmo e invitante per l'attività, privo di distrazioni e rumori. Guidare gli studenti attraverso l'esercizio di respirazione consapevole con un tono rilassante e rassicurante, aiutandoli a sentirsi sicuri e rilassati.</p> <p>Incoraggiare gli studenti ad avvicinarsi alla pratica con mente aperta e senza giudizio, consentendo loro di sperimentare in prima persona i benefici della mindfulness.</p> <p>Tenete conto delle esigenze individuali e dei livelli di comfort degli studenti, offrendo modifiche o alternative, se necessario, per garantire che tutti possano partecipare comodamente.</p> <p>Dopo l'attività, date agli studenti la possibilità di condividere le loro esperienze e di porre domande, consentendo un dialogo aperto e una riflessione sulla pratica dell'autoregolazione.</p>	

### Descrizione dell'attività

Questa attività si concentra sulla promozione dell'autoregolazione e del benessere emotivo attraverso la pratica della respirazione consapevole.

Procedura:

1. Iniziate riunendo gli studenti in uno spazio tranquillo e confortevole all'interno della classe.
2. Spiegate agli studenti che praticheranno una tecnica di rilassamento chiamata respirazione consapevole, che può aiutarli a sentirsi calmi e concentrati.
3. Chiedete agli studenti di sedersi o sdraiarsi in una posizione comoda, con gli occhi chiusi se si sentono a proprio agio.
4. Incoraggiate gli studenti a inspirare lentamente e profondamente dal naso e a espirare dalla bocca, concentrando la loro attenzione sulla sensazione del respiro che entra ed esce dal corpo.
5. Mentre gli studenti continuano a respirare con attenzione, guidateli a portare l'attenzione su diverse parti del corpo, partendo dalla testa e scendendo fino alle dita dei piedi, incoraggiandoli a rilassare ogni parte mentre espirano.
6. A scelta, si può mettere in sottofondo musica soft o suoni della natura per migliorare l'esperienza di rilassamento.
7. Cercate di godervi il "silenzio"
8. Dopo alcuni minuti di respirazione consapevole, riportate delicatamente gli studenti al momento presente chiedendo loro di muovere le dita delle mani e dei piedi e di aprire lentamente gli occhi.
9. Lasciate che gli studenti riflettano su come si sentono dopo aver praticato la respirazione consapevole e incoraggiateli a usare questa tecnica ogni volta che hanno bisogno di calmare la mente o regolare le emozioni.

## AUTOREGOLAZIONE\_5\_Respirazione consapevole

### LA STRADA - DER WEG

#### Scheda Attività

n. 58

<b>Metodologia</b>	Ascolto attivo Ascoltare se stessi
<b>Materia</b>	Storia e scienze sociali
<b>Life skill correlate</b>	Autoregolazione
<b>Titolo</b>	<b>Un personaggio per raccontare una storia</b>
<b>Età/classe</b>	Scuole secondarie di primo grado (11- 14 anni)
<b>Durata</b>	90 minuti
<b>Materiale/Suggerimento per chi facilità</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Descrivere e collocare il contesto storico (Roma, Grecia, Medioevo feudale, ...)</li> <li>- Scegliere e preparare un numero di personaggi pari al numero di alunni</li> <li>- Dietro l'immagine scrivere una descrizione del personaggio con punti di debolezza e punti di forza</li> <li>- Disporre le immagini su una scrivania</li> <li>- Gli alunni vanno a scegliere un'immagine</li> </ul>
<b>Descrizione dell'attività</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gli alunni devono scegliere un'immagine</li> <li>2. Tornano al loro posto</li> <li>3. Girano l'immagine e leggono la descrizione del personaggio</li> <li>4. Gli alunni possono scegliere se tenere il personaggio o assegnarlo a un altro compagno in base alle affinità di caratteristiche, motivando la scelta</li> <li>5. Nel caso in cui a un alunno venga assegnato più di un personaggio dai compagni, l'alunno dovrà scegliere quale personaggio tenere, sempre in base alle affinità di caratteristiche (motivando la scelta)</li> <li>6. Nel caso in cui l'alunno rimanga senza un personaggio assegnato, dovrà scegliere tra i personaggi rimasti (sempre in base alle affinità di caratteristiche).</li> <li>7. Discussione di gruppo sulla "correttezza" delle scelte e delle assegnazioni</li> <li>8. Eventuale revisione, riflessione e modifica delle assegnazioni</li> <li>9. Ogni alunno deve porsi degli obiettivi di miglioramento in relazione alle caratteristiche emerse</li> <li>10. Ripetere un'attività simile dopo 3 mesi</li> </ol>

## AUTOREGOLAZIONE\_6\_Mappa di regolazione emotiva

### LA STRADA - DER WEG

#### Scheda attività

n. 59

Questa attività incoraggia gli studenti a esplorare e condividere strategie efficaci per l'autoregolazione delle emozioni, promuovendo il benessere mentale e la consapevolezza di sé.

<b>Metodologia</b>	Lavoro di gruppo
<b>Materia</b>	2^ lingua/lingua straniera
<b>Life skill</b>	Autoregolazione
<b>Titolo dell'attività:</b>	<b>Mappa di regolazione emotiva</b>
<b>Età/classe</b>	scuola primaria (11 anni) Ultimo anno delle scuole primarie
<b>Duata:</b>	90 minuti È possibile adattare i tempi dell'attività in base al numero di studenti e al loro grado di conoscenza riguardo l'autoregolazione e le emozioni.
<b>Materiali richiesti/suggerimenti per chi facilita l'attività:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spiega agli studenti che l'autoregolazione delle emozioni è importante per gestire lo stress, migliorare la concentrazione e promuovere il benessere mentale.</li><li>• Introduci l'attività comunicando loro che creeranno una "Mappa di Regolazione Emotiva" allo scopo di esplorare insieme diverse strategie utili per gestire le emozioni.</li><li>• Invita gli studenti a riflettere sulle strategie che utilizzano per gestire la rabbia, la tristezza, lo stress o l'ansia. Ogni studente può scrivere le proprie strategie su post-it o pezzi di carta.</li></ul>
<b>Descrizione dell'attività:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Divide la classe in gruppi da 4 a 5 alunni.</li><li>• Assegna a ciascun gruppo un'emozione specifica (es. rabbia, tristezza, stress, ansia).</li><li>• Ogni gruppo utilizzerà i post-it o i fogli per creare, in forma visiva, una mappa delle strategie di autoregolazione legate all'emozione assegnata. Possono disegnare, scrivere o usare simboli. Si suggerisce di usare come riferimento: "Mapping Emotions" di Sketchplanations: <a href="http://sketchplanations.com">sketchplanations.com</a></li><li>• Ogni gruppo presenterà la propria mappa alla classe, spiegando le strategie selezionate e come possono aiutare a regolare quella specifica emozione. Gli altri studenti potranno porre domande o condividere le loro idee sulle strategie.</li><li>• Dopo che tutti i gruppi hanno presentato le loro mappe, inizia una discussione di classe sulle strategie di autoregolazione e sull'importanza di scegliere le strategie che funzionano meglio per ciascuno.</li><li>• Chiedi agli studenti di riflettere su come possono applicare queste strategie nella loro vita quotidiana.</li></ul>

- Infine, riassumi i concetti principali trattati durante l'attività. Sottolinea l'importanza dell'autoregolazione delle emozioni per il benessere mentale e invita gli studenti a continuare a esplorare e praticare le strategie di autoregolazione.

**Suggerimento:** mostra ai tuoi allievi **Inside Out** (2015) e **Inside Out 2** (2024) – il secondo è uscito il 14 giugno 2024 – per ispirarli con un approccio divertente e approfondito alle emozioni.

## AUTOREGOLAZIONE\_7\_Esplorazione dell'ecosistema

### IRECOOP AAS Template

n. 60

Approfondire la comprensione geografica concentrandosi sugli ecosistemi e sulla biodiversità.  
Sviluppare la competenza di autoregolazione attraverso la pianificazione e l'esecuzione di azioni consapevoli in risposta alle informazioni acquisite.  
Identificare gli strumenti per promuovere l'identificazione da parte degli studenti dei propri bisogni di apprendimento.  
Promuovere il collegamento tra geografia e consapevolezza ambientale.

<b>Metodologia</b>	Autoregolazione. Strumenti per promuovere l'identificazione dei propri bisogni da parte dei discenti formazione, lavoro di gruppo, collaborazione, apprendimento tra pari.	
<b>Materia</b>	Geografia e Biologia e Cittadinanza Attiva	
<b>Life skill</b>	Autoregolazione	
<b>Titolo:</b>	<b>Ecosystem Explorers</b>	
<b>Età/classe:</b>	tutte le età	
<b>Durata:</b>	3/4 ore- 2/3 incontri	
<b>Suggerimenti per chi facilita</b>	Materiale necessario: <ul style="list-style-type: none"><li>• Carte geografiche</li><li>• Risorse online sulla biodiversità</li><li>• Carta e penne</li><li>• Materiali per la creazione di poster</li></ul>	
<b>Descrizione dell'attività:</b>	<b>Lezione 1: Introduzione al viaggio virtuale</b> <b>Attività di apertura (15 min):</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Breve introduzione agli ecosistemi e all'importanza della biodiversità. <b>Esempio:</b> Mostrare un breve video che illustra la bellezza e la diversità degli ecosistemi nel mondo, sottolineando l'importanza di preservarli.</li><li>• Dividere la classe in gruppi di apprendimento tra pari e chiedere loro di riflettere sul concetto di biodiversità e sull'importanza degli ecosistemi per la vita sulla Terra. Ogni gruppo discute su come gli ecosistemi influiscono sul benessere dell'ambiente e degli esseri viventi.</li></ul>	

**Apprendimento tra pari: Scelta di un ecosistema (20 min):**

- All'interno di ogni gruppo, gli studenti discutono e scelgono un ecosistema specifico da esplorare (ad esempio, foresta pluviale, deserto, savana, ecc.). Ogni gruppo sceglie poi un Paese o una regione del mondo in cui si trova l'ecosistema scelto.

**Esempio:** Gli studenti potrebbero scegliere ecosistemi affascinanti come la foresta amazzonica o la Grande barriera corallina in Australia.

**Apprendimento cooperativo: Pianificazione della ricerca (25 min):**

- Gli studenti lavorano insieme all'interno dei loro gruppi per pianificare la ricerca sulle caratteristiche geografiche e ambientali dell'ecosistema scelto. Utilizzando carta e penne, creano un elenco dettagliato di informazioni da raccogliere, come la posizione geografica, il clima, le specie animali e vegetali presenti e le minacce ambientali.

**Lezione 2: "Ricerca e creazione del poster"****Attività di riscaldamento (10 min):**

- A coppie o in piccoli gruppi, gli studenti discutono gli aspetti geografici e ambientali specifici che vogliono approfondire durante la ricerca sull'ecosistema scelto. Riflettono inoltre sulle loro esigenze di apprendimento, identificando gli argomenti su cui desiderano concentrarsi.
  - **Esempio:** Condurre un breve quiz interattivo in cui gli studenti rispondono a domande sulla geografia generale degli ecosistemi.
  - Incoraggiare gli studenti a partire da esperienze personali (viaggi, letture, ecc.), a considerare i loro interessi legati all'ambiente e alla natura, a porre domande su ciò che li affascina di più dell'ecosistema e a identificare gli argomenti che vogliono approfondire in base alle loro esigenze e ai loro interessi.

**Apprendimento tra pari: Ricerca individuale o di gruppo (30 min):**

- Gli studenti utilizzano le risorse online e i materiali didattici forniti per raccogliere informazioni dettagliate sulle caratteristiche geografiche e ambientali del loro ecosistema. Possono utilizzare mappe geografiche e risorse online sulla biodiversità per approfondire la loro comprensione.
- Nelle loro presentazioni, gli studenti devono indicare come hanno selezionato e valutato le fonti di informazione disponibili, identificato le aree di interesse individualmente e in gruppo, valutato la comprensione personale, notato eventuali lacune o domande senza risposta e adattato le strategie di ricerca in base ai loro stili di apprendimento e alle loro preferenze (utilizzando mappe geografiche interattive, video esplicativi, testi, ecc.)

**Cooperative Learning: Poster Creation (30 to 45 min):**

- Ogni gruppo crea un poster che rappresenta visivamente le informazioni raccolte sulla geografia e la biodiversità del proprio ecosistema. Utilizzando materiali e colori artistici, gli studenti rendono il poster attraente e informativo, includendo immagini, grafici e testi esplicativi.

**Lezione 3: Condividere i tesori naturali**

**Attività di apertura (15 min):**

- Nei gruppi di apprendimento tra pari, gli studenti condividono le loro esperienze di ricerca e discutono l'importanza della biodiversità e della conservazione degli ecosistemi. Possono condividere le strategie utilizzate all'interno dei gruppi, le soluzioni individuali adottate e le priorità educative.

**Apprendimento tra pari: Presentazione di un poster (45 min):**

- Ogni gruppo presenta il proprio poster alla classe, condividendo le informazioni raccolte sulla geografia e sulla biodiversità del proprio ecosistema. Durante le presentazioni, gli studenti possono identificare le principali sfide ambientali e le possibili soluzioni.
- La presentazione dei poster non solo permette agli studenti di condividere le informazioni raccolte, ma offre loro anche l'opportunità di riflettere sulle proprie esigenze di apprendimento e di identificare le aree in cui migliorare la comprensione e la partecipazione:
  - Autovalutazione della comprensione: Durante la presentazione del poster, gli studenti possono valutare la loro comprensione delle informazioni raccolte sull'ecosistema. Possono chiedersi se sono riusciti a spiegare chiaramente alla classe le caratteristiche geografiche e la biodiversità dell'ecosistema o se ci sono aree in cui potrebbero migliorare la loro presentazione.
  - Rispondere alle domande: Durante la sessione di domande e risposte dopo la presentazione, gli studenti possono rispondere alle domande dei compagni. Queste domande possono evidenziare argomenti o dettagli non completamente compresi durante la ricerca. Gli studenti possono usare queste domande per identificare le lacune nella loro comprensione e riflettere su come approfondire questi argomenti.
  - Feedback dei compagni: Dopo ogni presentazione, gli studenti possono ricevere un feedback dai compagni di classe. Questo feedback può includere complimenti per gli aspetti della presentazione ben sviluppati e suggerimenti per migliorare o aggiungere informazioni. Gli studenti possono riflettere su questo feedback per identificare le aree di miglioramento delle capacità comunicative e della comprensione dell'ecosistema.
  - Riflessione sulle sfide ambientali e sulle soluzioni proposte: Durante la presentazione delle sfide ambientali e delle soluzioni proposte per la conservazione dell'ecosistema, gli studenti possono riflettere su come queste informazioni influenzino la loro percezione dell'importanza della conservazione ambientale. Possono considerare come le azioni individuali e collettive possano contribuire alla protezione dell'ambiente e identificare azioni specifiche per affrontare queste sfide.

**Apprendimento cooperativo: Pianificazione di azioni consapevoli (30 min):**

- Gli studenti lavorano insieme per pianificare le azioni consapevoli che possono intraprendere per contribuire alla conservazione degli ecosistemi esplorati. Possono creare un elenco di azioni pratiche, come la partecipazione a progetti di volontariato ambientale o la promozione della consapevolezza della biodiversità nella loro comunità.

**Valutazione:**

- La valutazione si baserà sulla partecipazione attiva, sulla completezza delle informazioni raccolte, sulla qualità del poster e sulla coerenza delle azioni consapevoli pianificate.

**Note finali:**

- Questa attività collega la geografia alla consapevolezza ambientale, incoraggiando gli studenti a esplorare gli ecosistemi del mondo e a riflettere su azioni consapevoli per preservare la biodiversità. Gli esempi di attività sono pensati per essere coinvolgenti e informativi, promuovendo l'autoregolazione e la responsabilità verso l'ambiente.

**ALLEGATO**

**Possibile questionario per gli studenti per riflettere sui loro bisogni di apprendimento durante e dopo le attività:**

**Autovalutazione della comprensione:**

- Ho compreso appieno le informazioni sull'ecosistema che abbiamo presentato?
- Sono stato in grado di spiegare chiaramente le caratteristiche geografiche e la biodiversità dell'ecosistema durante la presentazione?
- Ci sono stati momenti durante la presentazione in cui mi sono sentito insicuro o impreparato?

**Rispondi a queste domande:**

- Ho risposto con sicurezza e in modo esauriente alle domande dei miei compagni di classe?
- Ci sono state domande a cui non sono riuscito a rispondere completamente?
- Quali domande mi hanno fatto riflettere o hanno evidenziato aspetti che avrei potuto approfondire?

**Feedback con i compagni di gruppo:**

- Quali sono stati i punti di forza della nostra presentazione secondo il feedback dei compagni di classe?
- Ci sono stati suggerimenti o consigli su come migliorare la nostra presentazione?
- Cosa posso imparare dal feedback dei compagni per migliorare le presentazioni future?

**Riflessione sulle sfide ambientali e sulle soluzioni proposte:**

- Quali sono le principali sfide ambientali che abbiamo identificato durante la presentazione?
- In che modo queste sfide influenzano la mia percezione dell'importanza della conservazione dell'ambiente?

- Quali azioni posso intraprendere personalmente o con il mio gruppo per contribuire alla conservazione dell'ecosistema presentato?

Utilizzando questo questionario, gli studenti possono riflettere in modo mirato sulle loro esigenze di apprendimento, identificando le aree su cui concentrarsi per migliorare la comprensione e la partecipazione alle attività future.

## SELF-REGULATION\_8\_Quattro case

### IRECOOP AAS Scheda attività

n. 61

<b>Metodologia</b>	Linee guida per lo sviluppo di focus group su temi di attualità	
<b>Materia</b>	Storia e geografia. Scienze sociali e psicologiche	
<b>Life skill</b>	SELF REGULATION	
<b>Titolo:</b>	<b>Quattro Case</b>	
<b>Età/classe:</b>	scuole secondarie e primarie di primo grado (14-16 anni)	
<b>Durata:</b>	90 minuti	
<b>Suggerimenti per chi facilita</b>	<p>Avvertenza: consegnate ai partecipanti le regole e assicuratevi che le comprendano appieno.</p> <p>Annotate parole e azioni dei partecipanti, suddividendole nelle seguenti categorie:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Parole/azioni che valorizzano altri membri del gruppo</li><li>● Parole/azioni che chiariscono il compito</li><li>● Parole/azioni aggressive</li><li>● Parole/azioni di rinuncia/non collaborazione</li></ul> <p>La parte più importante è il feedback finale: disponete i partecipanti in cerchio e cominciate ponendo le seguenti domande, focalizzandovi sull'importanza della collaborazione e sull'impatto delle azioni e delle scelte autonome di chi ha più libertà. Iniziate analizzando il prodotto finale di ogni gruppo, dalla prima alla quarta "casella". Spiegate come è stato realizzato (richiamando le regole adottate nella descrizione dell'attività), se l'ambiente è ordinato o caotico, quanto spazio ha ogni singola "casa" e di che "comodità" dispone, magari con una breve descrizione.</p> <p>Dopo questa presentazione, rivolgete le seguenti domande prima ai partecipanti con più libertà e poi agli altri:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Com'è stato l'esercizio? Vi è piaciuto?</li><li>2. Quali sensazioni avete provato nelle diverse fasi dell'attività?</li><li>3. Pensate che si potesse procedere in modo diverso nelle varie fasi del gioco?</li><li>4. Ritenete che si possa fare meglio in qualcosa?</li><li>5. C'è stato qualcosa che vi ha infastidito?</li><li>6. Perché pensate che abbiamo svolto questa attività?</li></ol>	

Dopo aver ascoltato le risposte di tutti, insegnante ed educatore possono chiedere ai partecipanti “con più libertà” se vogliono aggiungere qualcosa. Successivamente, aprite un confronto con la classe per capire se l’attività richiama situazioni storiche o dinamiche presenti in classe.

Evitate giudizi: annotate i fatti senza etichette come “giusto/-sbagliato”, “buono/cattivo”. Concentratevi sui risultati e invitate i partecipanti a non prenderla sul personale, ma a cogliere l’occasione per migliorare le competenze relazionali e l’apprendimento del contenuto.

Adattate il follow-up in base alle life skills su cui volete lavorare o ai bisogni che ritenete prioritari per i partecipanti.

#### **Istruzioni per il facilitatore**

- Spiegate chiaramente le regole dell’attività a tutti i partecipanti. Assicuratevi che ognuno comprenda cosa deve fare.

#### **Osservazione e classificazione**

- Osservate e annotate le parole e le azioni dei partecipanti, suddividendole in queste categorie:
  - Parole/azioni che supportano gli altri membri del gruppo
  - Parole/azioni che aiutano a completare il compito
  - Parole/azioni aggressive
  - Parole/azioni che denotano ritiro o mancanza di collaborazione

#### **Sessione di debriefing**

- Dopo l’attività, riunite tutti i partecipanti in cerchio per il confronto.
- Esaminate il prodotto finale di ciascun gruppo, dalla prima alla quarta “casella”.
- Discutete come l’attività è stata svolta, quali regole sono state seguite e se i disegni delle case risultano chiari o disordinati.
- Parlate dello spazio occupato da ogni casa e delle caratteristiche o dotazioni presenti.

#### **Domande per i partecipanti**

- Iniziate rivolgendovi prima a chi ha avuto maggiore libertà durante l’attività, poi agli altri, ponendo queste domande:
  1. Come vi siete sentiti durante l’esercizio? Vi è piaciuto?
  2. Quali emozioni avete provato nelle diverse fasi?
  3. Cosa fareste in modo diverso se rifaceste l’attività?
  4. C’è qualcosa che pensate di poter migliorare?
  5. Qualcosa vi ha infastidito o turbato?
  6. Perché pensate che abbiamo svolto questa attività?
- Incoraggiate tutti a esprimere le proprie opinioni.
- Discutete insieme se l’attività richiama situazioni reali, eventi storici o esperienze vissute in classe.

#### **Suggerimenti per la facilitazione**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Mantenete un atteggiamento neutro: evitate giudizi sulle risposte dei partecipanti.</li> <li>● Concentratevi sui fatti, evitando etichette come “giusto” o “sbagliato”.</li> <li>● Favorite la riflessione: aiutate i partecipanti a considerare cosa hanno imparato e come possono applicarlo.</li> <li>● Adattate le attività di follow-up in base alle specifiche life skills o ai bisogni di apprendimento del vostro gruppo.</li> </ul>
<p><b>Descrizione dell'attività:</b></p>	<p><b>Materiale necessario</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Colori per ogni partecipante (un colore diverso per ciascuno all'interno dello stesso gruppo).</li> <li>● Un foglio grande (cartellone) sufficientemente ampio da essere diviso in 4 caselle dove 4 partecipanti possano disegnare insieme 4 case.</li> </ul> <p><b>Formazione dei gruppi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Organizzate gruppi di massimo 4 partecipanti.</li> </ul> <p><b>Obiettivo dell'attività</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ogni partecipante disegnerà una casa in una delle quattro caselle sul cartellone. L'attività si compone di 4 round, ognuno con regole differenti.</li> </ul> <hr/> <p><b>Round 1 – Disegno individuale con limiti di tempo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Nella prima casella, i partecipanti disegnano a turno una casa.</li> <li>● L'ordine di gioco si stabilisce all'inizio e vale anche per il Round 2.</li> <li>● Tempi di disegno: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 1° giocatore: 30 secondi</li> <li>○ 2° giocatore: 15 secondi</li> <li>○ 3° e 4° giocatore: 5 secondi ciascuno</li> </ul> </li> <li>● È vietato disegnare sopra le case già fatte dagli altri.</li> </ul> <hr/> <p><b>Round 2 – Disegno in quadrante diviso</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● La seconda casella viene divisa in 4 parti uguali.</li> <li>● Ogni partecipante disegna la propria casa nella parte assegnata.</li> </ul>

- Tempi di disegno uguali a quelli del Round 1.

### Round 3 – Disegno simultaneo

- Nella terza casella, tutti disegnano contemporaneamente.
- Obiettivo: realizzare una casa cercando di renderla il più grande possibile.
- Tempo totale: 2 minuti.

### Round 4 – Disegno collaborativo

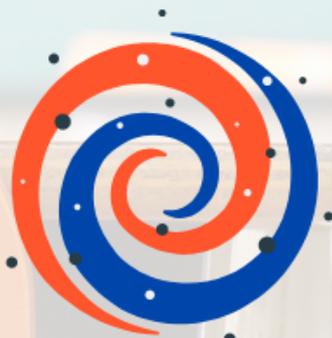
- Nella quarta casella, il gruppo disegna una singola casa in modo collaborativo.
- Prima di iniziare, decidete insieme quali caratteristiche dovrà avere la casa.
- Assegnate a ciascun partecipante uno specifico ruolo o parte da realizzare.
- Tempo previsto: 10 minuti (con possibilità di estensione di 5 minuti se necessario).

### Discussione post-attività

- Al termine dei quattro round, riunite i partecipanti per una discussione focalizzata su:
  - Come hanno influito le diverse regole sui risultati?
  - Cosa avete imparato sul lavoro in gruppo, sulla regolazione delle energie e del tempo?
  - Invitate tutti a esprimere sensazioni e riflessioni emerse durante i round.

### Focus di apprendimento

- Ogni casella rappresenta una diversa fase di **autoregolazione** (self-regulation).
- L'attività è pensata per promuovere capacità come pensiero critico, gestione del tempo, collaborazione e consapevolezza delle proprie strategie di intervento. Il **pensiero critico** consiste nell'analisi delle situazioni per formarsi un giudizio basato su evidenze e ragionamenti solidi  
[ijet.itd.cnr.it+1it.wikipedia.org+1inapp.gov.it+2it.wikipedia.org+2ora.uniurb.it+2](http://ijet.itd.cnr.it+1it.wikipedia.org+1inapp.gov.it+2it.wikipedia.org+2ora.uniurb.it+2).
- L'**autoregolazione** è la capacità di monitorare e gestire le proprie azioni, emozioni e processi cognitivi nel corso di un compito.



# Bridge

E+ project

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



Co-funded by  
the European Union