

UNITÀ DIDATTICA

Titolo: Adolescenza: crescita, identità e benessere

La progettazione segue i principi della Positive Education, che integra apprendimento disciplinare e sviluppo del benessere personale. Questa unità non si limita a studiare l'adolescenza, ma aiuta gli studenti a vivere meglio questa fase della vita, costruire relazioni positive, sviluppare resilienza.

Classe: 3BSU

Durata: 10h (2 –3 settimane)

Obiettivi di apprendimento:

Conoscenze

- Le caratteristiche dell'adolescenza (cambiamenti fisici, cognitivi, emotivi e sociali)
- Le principali teorie sullo sviluppo adolescenziale (Jean Piaget, Erik Erikson)
- Il concetto di identità e crisi adolescenziale
- Ruolo del gruppo dei pari
- Emozioni, autostima e immagine di sé
- Benessere e resilienza adolescenziale

Abilità

- Analizzare situazioni adolescenziali reali
- Riconoscere risorse personali e sociali
- Gestire emozioni
- Lavorare in gruppo e comunicare efficacemente

Competenze

Competenze disciplinari:

Lo studente sarà in grado di:

- Descrivere le caratteristiche psicologiche dell'adolescenza
- Analizzare i processi di costruzione dell'identità
- Riconoscere i cambiamenti fisici, cognitivi, emotivi dell'adolescenza
- Collegare teoria psicologica ed esperienza personale

Competenze trasversali (Positive Education)

- Consapevolezza di sé
- Gestione delle emozioni
- Empatia e relazioni positive
- Pensiero riflessivo
- Autonomia e responsabilità

Contenuti

1. Adolescenza: definizione e caratteristiche
2. Cambiamenti biologici e psicologici (pensiero astratto -Piaget)
3. Sviluppo psicosociale (identità – Erikson)
4. Emozioni e regolazione emotiva
5. Relazioni con pari e adulti
6. Rischi e opportunità dell'adolescenza
7. Benessere psicologico, autostima e resilienza

Metodologie didattiche (coerenti con la Positive education)

Lezione dialogata partecipata
Cooperative learning
Brainstorming
Circle time
Role playing
Didattica laboratoriale
Diario riflessivo (elemento chiave della Positive education)

Attività didattiche

1. Lezione dialogata partecipata

Brainstorming: “Cosa significa essere adolescenti oggi?”
Creazione di una mappa concettuale condivisa

2. Cooperative learning

Creazione di gruppi che analizzano diversi aspetti, ad esempio:

identità
emozioni
amicizia
social media

Ogni gruppo diventa “esperto” e insegna agli altri

3. Diario riflessivo (Positive Education)

Per una settimana gli studenti annotano:

3 cose positive accadute ogni giorno
cosa hanno fatto bene
cosa hanno imparato

4. Circle time (lezione da 60 minuti)

Organizzazione del setting e individuazione delle regole condivise
attivazione emotiva (domanda stimolo per attivare emozioni positive)

esplorazione guidata (domande progressive)
attività centrale di Positive education (individuazione delle risorse individuali)
collegamento teorico (Erikson)
chiusura riflessiva

5. Role playing (lezione da 60 minuti)

Gli studenti simulano situazioni del tipo:

conflitto con i genitori
crisi scolastica
commenti negativi sui social

Debriefing dopo ogni scena

6. Didattica laboratoriale audiovisiva

Visione e analisi guidata di un film sul tema affrontato e svolgimento di attività inerenti.

Verifica e valutazione (formativa)

Osservazione in itinere
Qualità della riflessione personale
Collaborazione nel gruppo
Progressi individuali

Compito autentico finale

Titolo: “Manuale di sopravvivenza per adolescenti”

Gli studenti realizzano una guida pratica in forma di poster, presentazione, booklet digitale per:

affrontare situazioni difficili
migliorare le relazioni sia tra pari che con gli adulti
favorire il benessere individuale e di gruppo