



Edu4Impact LTТА – Caso studio 7

Informazioni generali

- **Nome dell'attività:** Condurre insieme
- **Area di formazione SEL:** Presa di decisioni responsabile

1. Obiettivo dell'attività

Qual è l'obiettivo principale dell'attività? Che cosa si vuole che i partecipanti apprendano o sviluppino?

L'obiettivo principale dell'attività è contribuire a migliorare le abilità cognitive delle persone anziane attraverso la presa di decisioni.

2. Gruppo target

A chi è destinata questa attività? Essere il più specifici possibile.

- **Tipologia di partecipanti:** persone anziane (massimo 8 partecipanti)
- **Fascia d'età:** 65+
- **Bisogni specifici (se presenti):**
 1. Stimolazione cognitiva;
 2. Partecipazione sociale / comunità;
 3. Miglioramento della condizione fisica;

3. Descrizione dell'attività

Descrivere l'attività passo dopo passo in modo che altri possano replicarla (ad es. introduzione, svolgimento, conclusione - debriefing)

Questa attività consiste in un esercizio di danza.

1. 8 persone anziane si dispongono in cerchio. A ciascuna viene assegnato un numero.
2. Una di loro (generalmente il numero 1) assume il ruolo di leader.
3. Il/la leader avvia il movimento e decide chi lo seguirà (ad es. il numero 5).
4. Il numero 5 diventa il/la nuovo/a leader. Il/la nuovo/a leader copia il primo movimento e ne decide uno nuovo. Poi passa il ruolo di leader al/alla partecipante successivo/a (ad es. il numero 3).
5. Il numero 3 diventa il/la nuovo/a leader e ripete il passaggio.
6. Il gioco continua finché tutti hanno realizzato almeno un movimento.

Più l'attività prosegue, più diventa difficile. Il facilitatore può decidere la durata in base alle capacità dei partecipanti.

A un certo punto (alla fine o durante una pausa, ma dopo che tutti i partecipanti hanno realizzato almeno un movimento), il facilitatore chiede ai partecipanti:

In quale ruolo si sono sentiti più a loro agio? Come esecutori o come decisori?

4. Competenza / abilità SEL sviluppata

A quale/i competenza/e SEL è rivolta l'attività? (Consapevolezza di sé; consapevolezza sociale; presa di decisioni responsabile; autogestione; competenze relazionali)

Spiegare in che modo questa competenza viene sviluppata attraverso l'attività:

Questa attività promuove principalmente la presa di decisioni responsabile, ma coinvolge anche tutte le altre competenze.

Presa di decisioni responsabile

I partecipanti sviluppano competenze di presa di decisioni responsabile quando scelgono il/la leader successivo/a e decidono come contribuire alla sequenza dei movimenti. Imparano a prendere decisioni in un contesto di gruppo, considerando inclusione, tempi e fluidità dell'attività.

Consapevolezza di sé

Questa attività sviluppa la consapevolezza di sé incoraggiando i partecipanti a riflettere su come si sentono quando assumono ruoli diversi all'interno del gruppo. Sperimentando sia la leadership sia il ruolo di chi segue, i partecipanti diventano più consapevoli del proprio livello di fiducia, delle emozioni, dei punti di forza e delle proprie zone di comfort.

Competenze relazionali

L'attività rafforza le competenze relazionali attraverso la cooperazione, l'osservazione e il sostegno reciproco. I partecipanti devono prestare attenzione agli altri, rispettare i turni e collaborare per mantenere l'attività fluida in modo positivo e collaborativo.

Consapevolezza sociale

I partecipanti sviluppano consapevolezza sociale osservando e adattandosi ai bisogni, alle abilità e alle espressioni degli altri membri del gruppo. L'attività promuove empatia, inclusione e rispetto dei diversi livelli di fiducia e partecipazione.

Autogestione

Man mano che la sequenza di danza diventa più lunga e complessa, i partecipanti esercitano l'autogestione mantenendo la concentrazione, controllando stress o imbarazzo e restando coinvolti per tutta la durata dell'attività. Imparano a gestire le emozioni e a mantenere la calma mentre si esibiscono davanti agli altri.

5. Materiali e spazio necessari

Che cosa è necessario per realizzare questa attività?

- Una palestra / uno spazio all'aperto
- Un lettore musicale

6. Adattamento a contesti diversi

In che modo questa attività si adatta al vostro contesto professionale?

Questa attività è utile per introdurre i principi del SEL quando si tratta di concetti nuovi (organizzazioni, aziende, istituzioni).

7. Risultati attesi

Quali cambiamenti ci si aspetta nei partecipanti dopo questa attività?

- Capacità di coordinamento
- Capacità decisionale
- Condivisione relazionale