



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

SCHEDA ESERCIZIO TAB N° 12

CADUTE

Obiettivo generale

- Incoraggiare il lavoro di gruppo
- Rafforzare la fiducia nel gruppo

Sfide da affrontare

- 1) Prevenire e contrastare violenza, bullismo, discriminazione e, più in generale, comportamenti anti sociali fuori e dentro l'ambiente scolastico.

Si consiglia di utilizzare questo esercizio all'inizio del percorso di laboratorio o quando gli studenti non si sentono a loro agio nel gruppo.

Obiettivo da conseguire

La finalità principale dell'esercizio è quella di facilitare il dialogo tra gli studenti.

Un dialogo aperto con feedback onesti e costruttivi favorisce l'ascolto del prossimo, accresce l'empatia tra gli studenti, diminuendo la presenza di atteggiamenti disfunzionali e violenti.

Procedura e ruolo degli studenti

FASE 1: si lavora a coppie. Lo studente 1 sta in piedi dando la schiena allo studente 2. L'educatore mostra (e verifica che siano state ben comprese) le posizioni di sicurezza per chi cade e per chi sostiene.

Chi cade deve mantenere il busto eretto e rigido, le gambe unite, le mani unite sotto il mento e la testa lievemente reclinata verso le mani

Chi sostiene: mantiene la posizione il cui il baricentro umano è maggiormente stabile ossia con una gamba avanti e una dietro. Le mani sono vicine alle spalle della persona che oscilla e cade.

Studente 1: è pronto a cadere. Tiene la posizione di sicurezza che gli è stata insegnata. Respira normalmente e cerca di rilassarsi.

Studente 2: è pronto a prendere lo student che cade. Mantiene la posizione di sicurezza che gli è stata insegnata.

1. Studente 1: è pronto per cadere sulle mani dello student 2
2. Studente 1: non si deve lanciare, deve semplicemente lasciarsi cadere all'indietro
3. Studente 2: è pronto a ricevere lo student 1 mantenendo la posizione di sicurezza che gli è stata insegnata
4. Gli student continuano il lavoro fino a quando non si sentono sicuri di ciò che stanno facendo

FASE 2: si lavora a gruppi di tre student, uno student viene posizionato tra altri due. In questa fase lo studente posizionato nel mezzo non si lascia cadere solo di spalle (posizione supina), ma si lascia cadere anche in avanti (posizione prona).



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

PROCEDURA DI COMUNICAZIONE

Lo studente che deve cadere non può vedere lo studente che lo deve prendere, quindi deve essere seguita una procedura di comunicazione per essere sicuri, prima di cadere, che lo studente che deve prendere sia pronto.

LO STUDENTE CHE CADE deve dire: "Pronto a cadere"
 LO STUDENTE CHE PRENDE deve rispondere: "Pronto a prendere"
 LO STUDENTE CHE CADE deve dire "Cado"
 LO STUDENTE CHE PRENDE deve rispondere: "Cadi"

Durata
30 minuti

Fasi del laboratorio				
Fase 1	Fase 2	Fase 3	Fase 4	Fase 5
Conoscenza del gruppo	Inclusione	Destrutturazione	Costruzione di relazioni positive	Costruzione della performance
			X	

Dimensioni del gruppo
Da 8 a 16 studenti per due educatori Da 16 a 32 studenti per quattro educatori

Ruolo del leader
<ul style="list-style-type: none"> Deve assicurare un'atmosfera e un ambiente sicuri Spiega la procedura corretta e verifica che sia stata recepita chiaramente Deve spiegare che la caduta verso le braccia del compagno è molto breve e che l'esercizio si basa sull'equilibrio e non sulla forza. Può entrare nello svolgimento dell'esercizio ed aiutare in caso di difficoltà di esecuzione Ricorda allo studente che cade di respirare tranquillamente, rilassarsi Ricorda di invertire i ruoli fino a che tutti abbiano eseguito un turno di cadute e uno di prese.

Ambiente
<ul style="list-style-type: none"> All'aperto su una superficie in piano Al chiuso in uno spazio vuoto

Attrezzatura necessaria
Nessuna attrezzatura particolare



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

Sono raccomandati vestiario e scarpe comodi

Sicurezza

Il leader libera la superficie da possibili oggetti pericolosi

Il leader si assicura che l'intera procedura sia stata recepita

Il leader si deve assicurare che gli studenti eseguano l'intera procedura di comunicazione prima di cadere

Il leader si assicura che nell' interruzione dell'esercizio prima del termine, la cosa venga opportunamente comunicata all'altro studente della coppia.

Possibili errori

- Essere troppo direttivi e impositivi
Nell'aiutare la costruzione di un Gruppo vi è la necessità che l'educatore sia supportivo e non direttivo. Le persone non devono solo abituarsi ad eseguire un compito ma devono percepire l'importanza della relazione nello svolgimento del compito.
- Tralasciare le regole e le procedure
Abilità dell'educatore è proprio quella di far vedere il valore aggiunto del rispetto delle regole nel raggiungimento dell'obiettivo.
- Permettere eccessive ilarità
Il leader ha un ruolo educativo e deve evidenziare come un approccio ilare al compito ne sottenda superficialità e inefficacia.

Debriefing finale

Proponiamo una serie di domande da somministrare a fine attività e che possono aiutare i ragazzi ad elaborare l'esperienza vissuta.

- Cosa hai provato durante l'esercizio?
- Quali sfide hai dovuto affrontare?
- Quali aspetti positivi porterai con te di questo esercizio?
- Cosa hai pensato subito dopo la presentazione e la proposta dell'attività?
- Che consiglio daresti ad un gruppo che sta per cominciare questa attività?
- Cosa possiamo imparare da questo tipo di sfida?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.