



# **GUIDE - Facilitare la formazione degli adulti con difficoltà di apprendimento per lo sviluppo professionale**

*Progetto n. 2023-1-IT02-KA220-ADU-000160459*

**Piano di lezione per la DISCALCULIA**



<b>Titolo della lezione: Gestione del tempo - Strategie pratiche per adulti con DSA</b>	<b>Argomento: Competenze trasversali / Competenze di vita – Gestione del tempo</b>	<b>Durata: 60 minuti</b>
<b>Obiettivi di apprendimento:</b> <b>Aumentare la consapevolezza del valore della gestione del tempo nel lavoro e nella vita personale</b> <b>Insegnare strategie di pianificazione visiva semplici e adatte agli studenti con DSA</b> <b>Aiutare gli studenti a identificare le sfide personali in termini di tempo e a gestire le attività in modo efficace</b>	<b>Risultati di apprendimento:</b> <b>Gli studenti possono descrivere l'importanza della gestione del tempo</b> <b>Gli studenti completano un pianificatore settimanale visivo con il supporto</b> <b>Gli studenti applicano strategie per organizzare i compiti e ridurre lo stress legato al tempo</b>	
<b>Strategie didattiche:</b> <b>Utilizzo di strumenti visivi, icone e codifica a colori</b> <b>Discussione di gruppo guidata ed esempi di vita reale</b> <b>Apprendimento tra pari ed esercizi di pianificazione pratica</b>	<b>Metodi e procedure didattiche:</b> <b>Breve video o storia per introdurre la gestione del tempo</b> <b>Discussione di gruppo sulle abitudini comuni che fanno perdere tempo</b> <b>Dimostrazione passo passo di un pianificatore settimanale</b> <b>Attività interattiva: creare un programma settimanale personale utilizzando modelli</b> <b>Feedback e riflessione di gruppo</b>	
<b>Introduzione / Riscaldamento:</b>	<b>Breve descrizione delle attività:</b> <b>Introduzione al tempo come risorsa</b> <b>Brainstorming sulle perdite di tempo</b>	<b>Applicazione pratica (scenario pratico):</b>  <b>Scenario: hai iniziato un nuovo lavoro part-time. Pianifica la tua settimana bilanciando</b>

<p>"Cosa rende difficile essere puntuali o portare a termine le cose?"</p> <p>Scrivi le risposte su una lavagna o raccoglile tramite post-it. Collega le loro sfide all'importanza della pianificazione.</p>	<p><b>Dimostrazione pratica di un planner</b></p> <p><b>Attività di pianificazione settimanale utilizzando strumenti visivi</b></p> <p><b>Condivisione tra pari e riflessione di gruppo</b></p>	<p>lavoro, impegni personali e riposo utilizzando un modello. Utilizza codici colore, adesivi o strumenti digitali per aiutarti.</p>
<p><b>Risorse e strumenti:</b></p> <p><b>Modelli di planner settimanale (cartaceo/digitale)</b></p> <p><b>Schede attività con attività di esempio</b></p> <p><b>Pennarelli/adesivi/icone colorati</b></p> <p><b>Facoltativo: Canva, Padlet, NaturalReader</b></p>	<p><b>Differenziazione e adattamento:</b></p> <p><b>ADHD: compiti brevi, timer visivi, pause di movimento</b></p> <p><b>Dispraxia: layout semplici, tempo extra, opzioni audio</b></p> <p><b>Discalculia: utilizzare blocchi di tempo (mattina/pomeriggio) invece di ore numeriche</b></p> <p><b>Disgrafia: modelli digitali, strumenti di conversione da voce a testo, pianificatori visivi</b></p>	
<p><b>Metodi di valutazione:</b></p> <p><b>Osservazione durante il compito</b></p> <p><b>Planner settimanale completato</b></p> <p><b>Breve auto-riflessione: "Una cosa che proverò a fare è gestire meglio il mio tempo"</b></p> <p><b>Discussione di gruppo</b></p>		

## STRATEGIA DI INSEGNAMENTO E APPRENDIMENTO (DISCALCULIA)

Tempo	1. Contenuto	Attività del tutor	Attività per gli studenti	Metodo di valutazione e prove
	<b>Riscaldamento: Mimo</b>	scegli un'attività della tua mattinata e mima l'attività per i tuoi compagni di laboratorio	Mimare le attività mattutine. Possono anche spiegare la loro scelta	Cerca di identificare un'attività e di condividerla con gli altri. Cerca di spiegare la tua attività e di farne comprendere l'importanza agli altri.
	<b>Micro attività rilassanti per bilanciare il lavoro</b>	Tavola rotonda sulle micro attività che possono essere rilassanti da alternare alle attività "lavorative" preparare un cartellone bianco e dei post-it	Sedetevi in cerchio o in piccoli gruppi attorno a un cartellone bianco con la scritta "Idee per una pausa rilassante". Ogni studente riceve 2-3 post-it. Pensa a micro-attività che li aiutino a sentirsi calmi o a rigenerarsi dopo essersi concentrati, ad esempio respirare profondamente, ascoltare musica, bere acqua, fare una breve passeggiata, scarabocchiare, guardare fuori, ecc.	Ogni studente produce almeno un'idea, scritta, disegnata o dettata. Queste idee vengono raccolte e fotografate o conservate come risorsa.  Il tutor valuta la capacità degli studenti di spiegare o identificare perché quella microattività è utile.

			<p>Condividi ad alta voce o metti il post-it direttamente sulla bacheca in una di queste categorie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Corpo</b></li> <li>● <b>Mente</b></li> <li>● <b>Ambiente</b></li> </ul>	
	<p><b>Routine guidata: "Cosa faresti?" - Discussione basata su casi reali</b></p>	<p>Dividete i partecipanti in quattro gruppi. Ogni gruppo riceve un caso di studio diverso da leggere insieme.</p> <p>Stimolare la discussione su situazioni comuni di cattiva gestione del tempo</p>	<p>Ogni gruppo discute il proprio caso, rispondendo a tre domande:</p> <p>Qual è il problema della gestione del tempo?</p> <p>Come si sente la persona riguardo alla situazione?</p> <p>Quale soluzione suggeriresti?</p> <p>Ogni gruppo condivide il proprio caso e le proprie risposte con il resto del gruppo. Il formatore facilita il confronto tra i casi.</p>	<p>Discussione</p> <p>Sviluppare consapevolezza e strategie concrete in modo collaborativo</p> <p>Incoraggiare la riflessione attiva e la risoluzione dei problemi nei gruppi</p>
	<p><b>Attività pratica: crea la tua giornata</b></p>	<p>Guidare individualmente i partecipanti nella creazione delle loro</p>	<p>Ogni partecipante compone la propria giornata utilizzando solo immagini. Può decorare o</p>	<p>Osservazione e supporto dei partecipanti</p>

		routine personali, senza schemi numerici.	aggiungere emoji che rappresentino il suo stato d'animo.	
	<b>Autovalutazione con Emoji</b>	<p>Fai domande semplici + emoji (😊 = sì / 😊 = un po' / 😞 = no). "Hai trovato utile l'attività?" "Ti sei sentito al sicuro?" "La useresti a casa?"</p> <p>Ricorda l'elenco delle attività: Pianifica - Fai - Pausa - Finito.</p>	I partecipanti rispondono indicando l'emoji corrispondente.	Il tutor valuta la consapevolezza e il coinvolgimento emotivo.

## GUIDE: Facilitare la formazione degli adulti con difficoltà di apprendimento per lo sviluppo professionale

Numero di progetto: 2023-1-IT02-KA220-ADU-000160459



Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.