

WIDE

Wellbeing in Digital Education

**Linee guida per il benessere
nella didattica digitale
inclusiva nei percorsi di e-learning**

2023

Erasmus+ KA220-VET-A5322CAB (PR3)



**Suradnici
u učenju**



Indice

Indice	2
Dichiarazione di non responsabilità	3
Introduzione	4
Modulo 1: Preparare l'ambiente di apprendimento	6
Introduzione	6
1. Sistemi di gestione dell'apprendimento (LMS)	6
2. Piattaforme di videoconferenza	10
3. Preparare un buon ambiente di lavoro	12
Modulo 2: Preparare gli studenti all'apprendimento online	14
Introduzione	14
1) Familiarizzare gli studenti con gli strumenti digitali attraverso esercizi divertenti	15
2) Porta un oggetto personale	17
Modulo 3: Come sfruttare al meglio l'apprendimento online	21
Introduzione	21
1. “Fate il pieno di presenze!”	21
3. Scegliere e imparare	25
4. Pianificare un viaggio di gruppo	27
Modulo 4: Come facilitare la comunicazione interattiva	30
Introduzione	30
1. Commutazione dinamica delle attività per migliorare l'apprendimento online	30
2. Storytelling per un apprendimento efficace	32
3. Micro-insegnamento per la responsabilizzazione degli studenti	35
4. Controllo della comprensione e degli aspetti emotivi	37
Modulo 5: Raccolta del feedback per gli insegnanti	40
Introduzione	40
1. Microsondaggi	40
2. Cassetta dei suggerimenti	42
3. Il gruppo del “feedback di oggi”	43
4. Griglie di feedback	44
5. Sondaggio di valutazione	45
6. Consigli per interpretare i feedback	46
Modulo 6: Fornire feedback agli studenti	48
Introduzione	48
1) Il metodo di feedback a sandwich	48
2) Feedback attraverso le “rubrics”	49
3) Peer feedback /feedback tra pari	51
Conclusione	52

Dichiarazione di non responsabilità

Questa guida è prodotta e pubblicata dal partenariato Wide con il supporto del programma Erasmus+. È rilasciata sotto licenza pubblica Creative Commons CC BY-SA 4.0 International.

Questa licenza richiede che i riutilizzatori diano credito al creatore. Permette di distribuire, modificare, adattare e utilizzare il materiale con qualsiasi mezzo o formato, anche per scopi commerciali. Se altri riutilizzano, adattano o costruiscono sul materiale, devono concedere in licenza il materiale modificato secondo gli stessi termini. L'icona "Per approfondire" ripresa da Freepick è stata disegnata da Monkik.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Introduzione

Queste linee guida intendono fornire agli insegnanti strategie e suggerimenti per la progettazione, lo sviluppo e l'implementazione di un ambiente di apprendimento digitale e misto inclusivo, tenendo conto del benessere di docenti e studenti. Il percorso WIDE mira in particolare a fornire un approccio finalizzato a un modo di apprendere coinvolgente e orientato alla relazione, che ha l'obiettivo di creare spazi accoglienti online o misti. In effetti, la distanza e gli schermi possono influire sulla continuità di attenzione dei discenti. È quindi essenziale mantenere gli studenti coinvolti, in particolare utilizzando attività stimolanti, con strumenti di semplice utilizzo e mantenendo la comunicazione a livello paritario.

Secondo Bourgeois (2013)¹ la partecipazione comprende il coinvolgimento del discente nel processo di apprendimento e il suo ingresso nel corso.

Il livello di coinvolgimento è classificato da tre indicatori:

- Comportamentale: scelta, perseveranza, gestione dello sforzo, gestione dell'ambiente di studio e del tempo, ricerca di aiuto.
- Cognitivo: strategie di autoregolazione efficaci (pianificazione/fissazione di obiettivi, attenzione e monitoraggio metacognitivo, controllo, valutazione, pensiero critico, riflessività, ecc.) e strategie di apprendimento.
- Emotivo: manifestazione di emozioni che variano a seconda del livello di coinvolgimento.

"L'impegno emotivo riguarda gli effetti dell'attività di apprendimento in termini di reazioni emotive: possono essere positive come l'interesse, l'orgoglio, l'allegria o l'entusiasmo, o negative come la delusione, l'ansia, la tristezza o la svalutazione. Questo impegno emotivo dipende da tutto ciò che può influenzare il desiderio stesso di apprendere: coetanei, insegnanti, contenuti o situazioni di apprendimento" (Merhan, 2021)². Questa dimensione affettiva dell'impegno può influenzare il successo degli studenti, da cui l'importanza di considerarla nell'apprendimento misto/digitale. È quindi essenziale che gli studenti si sentano parte di una comunità.

¹ Bourgeois, Étienne. Engagement en formation. De Boeck Supérieur, 2013.

² Merhan, F. (2021). Engagement, apprentissage et activité de recherche en situation de confinement : le cas d'étudiants de master en formation des adultes. Le sujet dans la cité, 11, 69-82.

Tuttavia, il benessere nell'apprendimento online/misto non riguarda solo gli studenti stessi, ma anche tutti coloro che sono coinvolti in ambito educativo. In particolare, i docenti devono essere messi nella condizione di poter implementare strumenti e metodi adatti a questo tipo di insegnamento, in modo da avere meno timori e migliorare il proprio benessere.

Queste linee guida sono una raccolta di proposte e suggerimenti che potranno aiutare gli insegnanti a preparare e condurre meglio una didattica online incentrata sul benessere di docenti e studenti.

I 6 moduli che seguono sono stati strutturati in base alle diverse fasi dell'istruzione e della formazione. Essere un insegnante non significa solo tenere una lezione. Si inizia con una fase di preparazione: organizzare l'ambiente di lavoro online (gli strumenti, le diverse funzioni da utilizzare sulle piattaforme di apprendimento online, ecc.) per preparare gli studenti per metterli nelle condizioni adeguate all'apprendimento online. Poi arriva la fase Go Live della lezione. Una delle difficoltà dell'apprendimento online è rendere il corso attraente e dinamico. Questo modulo spiegherà come sfruttare al meglio l'apprendimento online e come facilitare la comunicazione interattiva. Infine, arriva la fase di feedback per mettere in discussione le proprie pratiche come insegnante e le proprie prestazioni come discente.

Ogni modulo presenterà metodi pratici per realizzare l'apprendimento online e misto. Quando è opportuno viene integrata anche l'implementazione per l'apprendimento in presenza.

Il tempo stimato per la lettura di tutti i moduli è tra le 8 e le 10 ore. Tuttavia, l'assimilazione più agevole di questi moduli avverrà andando avanti e indietro tra la piattaforma WIDE e le pratiche in classe.

I moduli possono essere letti uno dopo l'altro per ottenere le linee guida complete per ogni fase didattica, ma possono anche essere seguiti singolarmente in base alle esigenze specifiche. Tuttavia, è bene ricordare che i moduli sono costruiti in modo coerente con i metodi precedenti e le fasi sono organizzate per raggiungere in modo armonico un apprendimento online di successo

Ecco una panoramica dei moduli e il tempo di completamento approssimativo:

Modulo	Tempo richiesto
Modulo 1: Preparare l'ambiente di apprendimento	circa 1h45
Modulo 2: Preparare gli studenti all'apprendimento online	circa 1h15
Modulo 3: Come sfruttare al meglio l'apprendimento online	circa 1h15
Modulo 4: Come facilitare la comunicazione interattiva nell'apprendimento online	circa 2h
Modulo 5: Raccogliere il feedback	circa 2h30
Modulo 6: Fornire feedback agli studenti	circa 45 min

Modulo 1: Preparare l'ambiente di apprendimento

Introduzione

Questa unità si concentra sugli elementi chiave per garantire che l'ambiente di insegnamento online sia favorevole all'apprendimento.

1. Preparazione tecnica: assicurarsi che l'attrezzatura, compresi telecamera e microfono, sia adatta a una comunicazione chiara e affidabile durante le lezioni online.
2. Comfort e controllo: creare uno spazio di lavoro comodo e organizzato, riducendo al minimo le distrazioni, senza però essere impersonale e consentendo il controllo dell'ambiente circostante.
3. Utilizzo di una piattaforma le cui caratteristiche siano adatte e in grado di garantire un'esperienza di apprendimento fluida e interattiva.

1. Sistemi di gestione dell'apprendimento (LMS)

Un Learning Management System – Sistema di Gestione dell'Apprendimento (LMS) è un software che struttura l'erogazione di corsi online. Tra le varie funzionalità, permette di gestire i contenuti, di implementare le attività di apprendimento, di interagire con gli studenti e di monitorare i loro progressi. Alcuni degli LMS più popolari sono gli open source Moodle o Canvas, ma sono disponibili anche molte soluzioni commerciali.

Obiettivi di apprendimento

- Migliorare l'ambiente di insegnamento
- Facilitare il coinvolgimento degli studenti
- Monitorare e valutare i progressi degli studenti
- Assicurare l'accessibilità e l'inclusione
- Semplificare le attività amministrative
- Migliorare le pratiche di insegnamento

Applicazione e adattamento

I sistemi di gestione dell'apprendimento sono più o meno versatili e la maggior parte di essi può essere efficacemente personalizzata per vari contesti di apprendimento, compreso il supporto di esperienze di apprendimento in presenza e miste.

In contesti completamente online, un LMS rappresenta uno strumento fondamentale per un processo di insegnamento partecipativo, serve come centro nevralgico per tutte le attività: distribuzione dei contenuti, comunicazione, valutazione e coinvolgimento degli studenti.

Nell'apprendimento misto, in cui si combinano componenti in presenza e online, l'LMS può essere utilizzato per fornire materiali, risorse e compiti supplementari. Supporta la continuità e fornisce agli studenti l'accesso ai contenuti del corso al di fuori delle lezioni.

Nei contesti tradizionali in presenza, l'LMS può essere uno strumento prezioso per pubblicare materiali del corso, programmi e avvisi. Può anche facilitare le discussioni online e la collaborazione tra gli studenti al di fuori delle lezioni.

Indipendentemente dal contesto, gli insegnanti devono garantire che tutti i materiali pubblicati siano accessibili a tutti gli studenti, compresi quelli con disabilità e quelli che vivono in aree rurali isolate, fornendo formati alternativi e scegliendo un LMS conforme alle Linee guida per [l'accessibilità dei contenuti web 2.1 con un livello di conformità AA](#), come ad esempio Moodle LMS 4.0.

Descrizione

Fase 1: Impostazione del corso

Accedere all'LMS fornito dalla scuola con le proprie credenziali. Accedere all'area di creazione o impostazione del corso. Creare un nuovo corso fornendo le informazioni di base, come il nome, la durata e la descrizione.

Fase 2: Organizzare il materiale didattico e di apprendimento

All'interno del nucleo centrale del corso, organizzare i materiali. In genere si tratta di creare moduli o cartelle per ogni unità, settimana o argomento. Caricate gli appunti delle lezioni, le presentazioni, le letture, i video e qualsiasi altra risorsa rilevante nei rispettivi moduli.

Fase 3: Impostazione di compiti e valutazioni

Creare compiti, questionari e valutazioni. Specificate le date di scadenza, le istruzioni e i criteri di valutazione per ogni compito. Decidete se volete utilizzare l'LMS per la valutazione automatica o se per alcune valutazioni volete procedere manualmente.

Fase 4: Facilitare la comunicazione

Scegliete tra gli strumenti di comunicazione quelli che si adattano meglio al vostro obiettivo. Pensate a come incoraggiare gli studenti a partecipare alle discussioni e a comunicare con voi e con i loro compagni.

Fase 5: Attivare la collaborazione

Se possibile, utilizzate strumenti di collaborazione come compiti di gruppo, wiki o documenti condivisi per promuovere il lavoro di gruppo e l'apprendimento collaborativo.

Fase 6: Monitorare i progressi degli studenti

Utilizzate le funzioni di monitoraggio per controllare i progressi degli studenti. Controllate chi ha avuto accesso ai materiali del corso, completato i compiti e partecipato alle discussioni.

Identificate gli studenti che potrebbero aver bisogno di ulteriore supporto in base alle loro attività o prestazioni.

Fase 7: Sostenere l'accessibilità

Assicuratevi che tutti i materiali del corso siano il più possibile accessibili, conoscendo i vincoli dei vostri studenti (situazioni di disabilità, dislessia, vita in zone rurali con accesso limitato a Internet...). Naturalmente, potrebbe non essere necessario investire nella traduzione del linguaggio dei segni. Utilizzate le funzioni di accessibilità dell'LMS per orientarvi nella fornitura di format alternativi.

Fase 8: Fornire feedback

LMS offre strumenti di valutazione e può assegnare automaticamente micro-riconoscimenti come [badge digitali aperti](#)³. In ogni caso contribuisce a mantenere una presenza pedagogica con i commenti degli studenti.

Fase 9: Archiviare e riflettere

Archivate il corso alla fine di un periodo di studio o quando è terminato. La maggior parte delle piattaforme LMS fornisce opzioni per esportare i contenuti del corso e i dati degli studenti.

Riflettete sull'efficacia del corso e raccogliete il feedback degli studenti per apportare miglioramenti per le future edizioni.

Fase 10: Miglioramento continuo

Utilizzate i dati e le analisi fornite dall'LMS per valutare i vostri metodi di insegnamento e l'efficacia complessiva del corso. Apportate le modifiche e i perfezionamenti necessari per i corsi futuri.

³ (Ndt) Gli Open Badge sono distintivi digitali, visualizzabili e ricchi di informazioni, che certificano competenze, capacità, appartenenza a gruppi, partecipazioni a corsi o attribuzione di crediti. Lo standard Open Badge descrive un formato open source per il confezionamento delle informazioni incorporate (metadati) nell'immagine e la rendono unica per ogni destinatario. Le informazioni come ad esempio, chi lo ha emesso, a chi è stato rilasciato, i criteri richiesti per conseguirlo, ... e tante altre sono leggibili e verificabili in tempo reale da tutte le applicazioni conformi allo standard. Alcuni metadati sono obbligatori, altri opzionali (Alignment, Revocation, Tag, ...) e servono per descrivere meglio il contesto che il Badge rappresenta.

Benefici per il benessere mentale

Una volta personalizzato, nascondendo tutte le funzioni non necessarie, può diventare uno strumento di facile utilizzo per i discenti, che possono accedere alle risorse ma anche completare i compiti al proprio ritmo, riducendo lo stress associato alle scadenze rigide. L'LMS offre l'opportunità di rivedere i contenuti del corso e i materiali delle lezioni tutte le volte che è necessario, promuovendo un senso di controllo e di fiducia. Anche una chiara struttura logica contribuisce a questa sensazione.

Per gli insegnanti significa investire molto tempo per familiarizzare con l'LMS, organizzare il corso, preparare le attività e le valutazioni con la costante preoccupazione di mantenere il sistema chiaro e senza vuoti per il discente. Una volta eseguito, questo percorso può essere riutilizzato con un gran numero di studenti e adattato con sforzi minimi. Inoltre, gli LMS sono stati sviluppati per gestire gruppi numerosi e possono automatizzare compiti come il “calcolo” dei voti o il monitoraggio delle presenze, liberando il tempo degli insegnanti e riducendo il loro carico di lavoro.

Consigli e suggerimenti

- Tutti gli LMS forniscono servizi simili e più funzioni di quelle che probabilmente vi servono. Quindi, se avete la possibilità di scegliere, privilegiate un LMS open source molto diffuso, per il quale troverete molto supporto nelle varie comunità.
- Iniziate a fare pratica per acquisire familiarità con esso. Ci vuole molto tempo per riuscire a renderlo il più trasparente possibile per il discente e per progettare percorsi di apprendimento accattivanti.
- Non esitate a fare formazione se questo vi mette a vostro agio. Condividete i suggerimenti con i colleghi. Ci sono anche centinaia di tutorial gratuiti disponibili per ogni domanda.
- Personalizzate l'LMS, se necessario con il supporto del team tecnico
- Mentre alimentate l'LMS con contenuti e attività, passate regolarmente al ruolo dello studente per visualizzare ciò che vedrà.
- Mettetevi sempre nei panni di un discente per immaginare ciò che vorreste avere in un corso online.



Per approfondire

Avete mai seguito un corso di formazione a distanza con un LMS? Cosa vi è piaciuto? Avete incontrato qualche difficoltà? Cosa avreste voluto trovare? Avete mai insegnato online? Con un LMS? È stato difficile organizzarlo? Quali funzioni avete utilizzato? Quali tipi di media avete incluso? Che tipo di attività? Come avete garantito la collaborazione e il co-apprendimento? Avete analizzato la vostra esperienza? Avete utilizzato i dati forniti dall'LMS?

2. Piattaforme di videoconferenza

Gli strumenti di videoconferenza sono utilizzati per l'interazione faccia a faccia in tempo reale, consentendo a insegnanti e studenti di avere contatti visivi. Di solito vengono utilizzati per le lezioni dal vivo, ma possono anche supportare discussioni bilaterali o di gruppo e attività collaborative, rendendo l'apprendimento online più dinamico e interattivo. La registrazione delle sessioni consente agli studenti di rivedere i contenuti a loro piacimento. Inoltre, questi strumenti offrono funzionalità come la condivisione dello schermo e l'orario di ricevimento virtuale per comunicare con gli studenti e rispondere a domande e dubbi, per aiutarli a rimanere motivati ad apprendere migliorando l'esperienza complessiva di apprendimento online e replicando molti aspetti delle tradizionali lezioni in presenza.

Obiettivi di apprendimento

- Comprendere il ruolo delle piattaforme di videoconferenza.
- Scegliere e impostare uno strumento di videoconferenza.
- Assicurare la preparazione tecnica. Applicazione e adattamento

In contesti completamente online, le videoconferenze offrono un'interazione sincrona, replicando le lezioni in tempo reale. Consentono lezioni e discussioni in diretta, promuovendo l'impegno ma anche la connessione tra insegnanti e studenti.

Negli ambienti di apprendimento misto, le piattaforme di videoconferenza possono essere utilizzate per colmare il divario tra le componenti in presenza e quelle online assicurando inclusione e continuità.

Nei contesti tradizionali in presenza, le piattaforme di videoconferenza offrono flessibilità. Possono essere utilizzate per le lezioni degli ospiti, per collegarsi con gli esperti o per soddisfare gli studenti che possono avere sovrapposizioni di incontri o esigenze di accessibilità.

Descrizione

Il mercato è dominato da strumenti commerciali gratuiti o a pagamento come Zoom, Teams e Skype di Microsoft o Google Meet. Le funzionalità sono simili in ciascuno di essi (registrazione, cambio di sfondo, condivisione dello schermo, messaggistica istantanea, ecc.).

Per quanto riguarda la sicurezza, la privacy dei dati personali e le possibilità di personalizzazione, le soluzioni open source stanno assumendo un'importanza crescente.

Ad esempio, Jitsi Meet, che include tutte le opzioni (sfondo sfocato, condivisione dello schermo, registrazione della riunione, gestione del microfono dei partecipanti, chat...), è molto semplice ed efficace, poiché non c'è nulla da scaricare o installare, né da creare un account per avviare una conversazione.

BigBlueButton è un sistema di videoconferenza sviluppato per l'apprendimento a distanza raccomandato in tutto il mondo da diverse istituzioni accademiche e autorità pubbliche come il Ministero dell'Istruzione francese. Consente la condivisione di immagini vocali e video, presentazioni

con o senza lavagna, strumenti di chat pubblica e privata, condivisione dello schermo, voice over IP, sondaggi online e l'utilizzo di documenti d'ufficio e include un programma ausiliario per Moodle. È un software gratuito con licenza open source.

Piuttosto che raccomandarne una in particolare, se la vostra scuola non impone uno strumento particolare, vi consigliamo di scegliere la piattaforma open source più adatta alle vostre esigenze, tenendo conto dei vantaggi e dei limiti e analizzando i confronti online rispetto ai vostri criteri (costo, facilità d'uso, integrazione con il software che utilizzate di solito, qualità di suono e immagine, consumo energetico, necessità di installare un software o di creare un account, disponibilità ad una integrazione con il vostro LMS ecc.)

Benefici per il benessere mentale

La videoconferenza è probabilmente il miglior modo per creare un senso di presenza e ridurre la sensazione di isolamento:

- Potendosi vedere, studenti e insegnanti possono condividere emozioni e interagire tenendo conto delle espressioni facciali come se fossero nella stessa stanza.
- Il fatto di potersi vedere in video consente all'insegnante di utilizzare la comunicazione non verbale, mediante espressioni del viso, la gestualità del corpo e l'ambiente ripreso dalla camera
- L'insegnante può scoprire problemi di comprensione dalle espressioni dei visi degli studenti e provvedere a chiarimenti immediati, riducendo l'ansia associata a domande senza risposta o a fraintendimenti
- Incoraggia e facilita la partecipazione attiva degli studenti coinvolti in attività sincrone.

Infine, le classi virtuali programmate forniscono struttura e routine, aiutando gli studenti e gli insegnanti a mantenere un senso di scopo nel loro apprendimento o lavoro.

Consigli e suggerimenti

- Testate il software sul computer e nel luogo che userete per l'insegnamento, compresi telecamera, microfono e connessione a Internet. Potrebbe essere difficile accedere da casa a una piattaforma che è facilmente accessibile dai locali della scuola. Familiarizzate con l'interfaccia, le impostazioni e le funzioni. Se necessario, partecipate a sessioni di formazione e cercate tutorial.
- Assicuratevi che il modo in cui utilizzate il sistema di videoconferenza non escluda nessuno studente a causa di disabilità o larghezza di banda limitata.
- Utilizzate, se possibile, due schermi, uno condiviso con gli studenti e l'altro per vedere
- i video degli studenti mentre guardate la telecamera
- Guardate direttamente alla telecamera per dare agli studenti l'impressione che li state guardando negli occhi, ciò richiede una certa pratica in quanto di solito siamo tentati di guardare o i video degli studenti o lo schermo condiviso
- Per limitare l'impronta di carbonio delle vostre lezioni, ricordate agli studenti di spegnere le telecamere dopo l'introduzione quando stanno solo ascoltando e di aprirle per fare domande o

presentare un argomento. Allo stesso scopo, non dimenticate di scegliere una risoluzione bassa o media per ridurre il flusso di dati.

- La raccolta di feedback da parte degli studenti dopo ogni sessione virtuale vi aiuterà a identificare le aree di miglioramento. È inoltre possibile rivedere le sessioni registrate, se opportuno, per identificare le aree in cui è possibile migliorare i metodi di insegnamento e le strategie di coinvolgimento.
- Valutare i possibili rischi consente di anticiparli e preparare soluzioni alternative.



Per approfondire Avete mai utilizzato un sistema di videoconferenza? Avete seguito corsi in videoconferenza? Qual è stato il vantaggio dell'uso del video?

Eravate in grado di interagire con il relatore? Qual era lo scopo? Se no, perché? Avete comunicato con gli altri partecipanti? Il corso è stato registrato? Avete avuto accesso alla registrazione? Integrate la videoconferenza nel vostro insegnamento? Avete avuto bisogno di formazione? Avete incontrato problemi tecnici? Avete registrato le sessioni? Vi siete sentiti a vostro agio? Quali sono stati i limiti?

Ci sono attività che vorreste offrire e che non possono essere fatte con il video? Avete ricevuto un feedback dagli studenti? In che modo il video può migliorare il benessere degli studenti?

3. Preparare un buon ambiente di lavoro

È essenziale configurare correttamente l'ambiente di lavoro per mantenere vivo l'interesse degli studenti durante l'apprendimento online.

Obiettivi di apprendimento

- Creare un ambiente professionale per l'apprendimento con l'obiettivo di migliorare la concentrazione e la motivazione.
- Sviluppare le capacità di comunicazione online. Descrizione
- Assicuratevi di disporre di una connessione Internet buona e stabile.
- Verificate con sufficiente anticipo il software di videoconferenza con le funzioni che si intendono utilizzare.
- Assicuratevi di essere in grado di trasmettere video e audio di buona qualità (se necessario, utilizzare dispositivi esterni cablati come telecamera e microfono).
- Pianificate l'intervento sequenza per sequenza, scrivendo un copione dettagliato con una tempistica dell'alternanza di discorsi, attività, domande, valutazione e feedback.
- Fornite in anticipo il link di collegamento.
- Isolatevi in una stanza tranquilla e ben attrezzata per essere più efficienti.
- Scegliere uno sfondo neutro per evitare distrazioni. Gli interlocutori sono curiosi e guarderanno gli oggetti alle vostre spalle. Se necessario, attivare uno sfondo automatico.

- Prestare attenzione alla luce: è meglio non avere una finestra o un'altra fonte di luce alle spalle.
- Curate il vostro aspetto: non è perché insegnate da casa che potete stare in pigiama.
- Posizionatevi a una distanza sufficiente dalla telecamera per avere la parte superiore delle spalle visibile.
- Posizionate la telecamera in modo da poterla guardare mentre parlate, in modo che gli studenti abbiano l'impressione che voi li guardiate. Si sentiranno più coinvolti in ciò che state dicendo. Un errore comune è quello di posizionarla ad un angolo basso, poiché i computer portatili sono generalmente collocati più in basso. Non esitate a sollevare il computer, ad esempio mettendo dei libri sotto di esso. Se state parlando con un discente specifico, non concentratevi sul suo video ma continuate a guardare la telecamera.
- Collegatevi qualche minuto prima dell'inizio della riunione per testare l'attrezzatura, anticipare eventuali imprevisti e dare il benvenuto ai discenti mentre si collegano.

Vantaggi per il benessere mentale

La configurazione dell'ambiente remoto è essenziale per garantire che il docente e i discenti non si distraggano permettendo a tutti di sentirsi a proprio agio durante la lezione.



Per approfondire

Dove vi sistemate per tenere i vostri corsi di formazione a distanza? Avete una stanza dedicata? Avete già pensato a come organizzarla? Vi manca qualcosa? Come è posizionata la scrivania rispetto alla finestra? Riuscite a mantenere un'illuminazione costante? Cosa potrebbe essere migliorato? L'attrezzatura e la connessione sono di buona qualità? Si può guardare la telecamera mentre si insegna? Avete ricevuto un feedback dagli studenti sul vostro ambiente? Vi siete mai interrogati sul vostro benessere al lavoro?

Modulo 2: Preparare gli studenti all'apprendimento online

Introduzione

La preparazione degli studenti comprende (almeno) i seguenti aspetti:

- **Un ambiente per l'apprendimento e la concentrazione.** Per assicurarsi che gli studenti conoscano bene i diversi strumenti effettuate sempre un controllo tecnico per verificare se sanno come condividere schermo, video, immagini, suoni, come rimuovere il rumore di fondo e come disattivare l'audio.
- **Prontezza emotiva** Iniziate ogni sessione con un esercizio che incoraggi la comunicazione, la cooperazione e un ambiente stimolante, come un rompighiaccio, un check-in o un divertente esercizio comune.
- **Preparazione cognitiva** per impegnarli a sfruttare al massimo le loro capacità cognitive. All'inizio della sessione presentate gli obiettivi della lezione e dove si posiziona all'interno del corso generale, nonché i criteri di valutazione. Una scheda di ingresso per autovalutare la loro preparazione a raggiungere nuovi risultati di apprendimento li aiuterà a regolare il proprio piano didattico.
- **Il loro coinvolgimento** proponendo regole per la collaborazione e la comunicazione durante le sessioni.

Questo modulo fornisce esempi di attività che possono essere usate per preparare gli studenti con un particolare focus sugli aspetti emotivi

Il contenuto di questo modulo si ispira alla teoria dell'apprendimento sociale ed emotivo (SEL) considerato come "il processo attraverso il quale tutti i giovani e gli adulti acquisiscono e applicano le conoscenze, le abilità e gli atteggiamenti per sviluppare identità sane, gestire le emozioni e raggiungere obiettivi personali e di gruppo, provare e mostrare empatia per gli altri, stabilire e mantenere relazioni di supporto e prendere decisioni responsabili e attente."⁴

L'apprendimento sociale ed emotivo mira a sviluppare cinque abilità:

- Consapevolezza di sé: la capacità di essere consapevoli delle proprie emozioni e di sviluppare un concetto positivo di sé.
- Autogestione: la capacità di regolare le proprie emozioni e di controllare il proprio comportamento.
- Consapevolezza sociale: la capacità di essere consapevoli delle emozioni e delle situazioni sociali degli altri.
- Decisione responsabile: capacità di risolvere i problemi e di assumersi le proprie responsabilità.

- Competenze relazionali: le competenze necessarie per promuovere e comunicare all'interno delle relazioni.

⁴ <https://casel.org/fundamentals-of-sel>

I seguaci di SEL di solito conducono le loro lezioni con attività di check-in che possono essere paragonabili ai ben noti rompighiaccio, con la differenza che si concentrano sui sentimenti e sulle emozioni. Si tratta di brevi attività che permettono agli studenti di esprimere ciò che provano in questo particolare giorno e in questo particolare contesto. Si suppone che aiutino gli studenti a mettere da parte le loro preoccupazioni e a ridurre le loro emozioni per concentrarsi meglio sui contenuti didattici. Sono più difficili da gestire per gli insegnanti, che di solito non sono formati per sostenere questa dimensione psicologica e che possono avere poco tempo per chiarire le situazioni difficili. Devono essere in grado di reagire di conseguenza e di gestire qualsiasi preoccupazione grave. Ad esempio, potrebbe essere necessario fissare un appuntamento individuale o mettere in contatto la persona con un consulente (psicologo).

Nel nostro contesto, le attività di check-in hanno lo scopo di preparare gli studenti a lavorare in ambienti online e ibridi. Progettate per esigenze di apprendimento individuali e differenziate, richiedono una certa preparazione e l'adattamento dei compiti a diversi livelli.

Testimonianza di Alessandro Carbone sulle attività di check-in: [Sessione per rompere il ghiaccio \(check-in\)](#)

1) Familiarizzare gli studenti con gli strumenti digitali attraverso esercizi divertenti

Esercizi divertenti prepareranno docenti e studenti tutto il potenziale di questi strumenti.

Obiettivi di apprendimento

- Creare un'atmosfera informale nello spazio di apprendimento online.
- Formare all'uso degli strumenti online
- Costruire relazioni tra insegnanti e studenti online.
- Aumentare i livelli di energia nello spazio di apprendimento online

Applicazione e adattamento

Un po' di creatività, conoscenze e formazione sono necessarie per adattare le attività divertenti che possono essere utilizzate per migliorare l'umore e l'energia e per creare un senso di comunità.

Descrizione

Mostra e racconta le immagini

Gli studenti hanno 1 minuto per trovare un'immagine sul loro telefono che possono usare per raccontare una storia. Hanno 1-2 minuti a testa per raccontare la loro storia. Questo metodo può essere utilizzato in gruppi che si conoscono già, ma anche in gruppi nuovi, dove questo esercizio servirà a conoscersi meglio.

Argomento top 5 (Esercizio di valutazione)

Dividete la classe a gruppi di 4-5 persone. Fate riunire i gruppi, ciascuno in una stanza virtuale, per 5 minuti. Ogni membro deve fare un elenco di 5 cose che ricorda dall'ultima lezione/modulo di argomenti che avete appena svolto. Scrivono il loro elenco in privato e poi lo inviano contemporaneamente al gruppo nella chat o in un documento condiviso. Poi fanno un elenco nel documento condiviso in cui l'elemento più raro è in cima e quello più comune è in fondo. Dopo 5 minuti, le stanze virtuali si chiudono e gli elenchi vengono presentati al resto della classe.

Abbinare il fatto alla persona

Ogni studente può inviare un messaggio privato all'insegnante con un fatto divertente che lo riguarda. L'insegnante presenta i fatti uno per uno e gli studenti scrivono nella chat la persona che pensano corrisponda al fatto divertente. Per concludere, i partecipanti si rivelano spiegando la storia che c'è dietro.

Benefici per il benessere mentale

Una buona padronanza degli strumenti consente di avere la mente sgombra dal timore di problemi tecnici. Inoltre, crea un'atmosfera divertente e rilassata nello spazio di apprendimento online.

Consigli e suggerimenti

- Assicuratevi di avere una buona conoscenza e padronanza degli strumenti
- Usate le idee degli studenti per adattare le attività e crearne di nuove.

Download/dispense

Se volete saperne di più su come impostare un ambiente di apprendimento misto/blended completamente flessibile, potete seguire la guida al [modello HyFlex](#), sviluppata dalla Ohio University insieme a una cassetta degli attrezzi digitale



Per approfondire

Conoscete i diversi strumenti che possono essere utilizzati online? Sapete utilizzare i nuovi strumenti dal punto di vista tecnico? I vostri studenti si trovano a loro agio nell'uso degli strumenti digitali? E voi? Ci sono grandi differenze tra gli studenti? Introducete il divertimento nel vostro insegnamento? Come introducete una lezione? Un modulo o una sessione? Utilizzate esercizi per far sì che gli studenti si sentano più a loro agio con gli strumenti che utilizzate?

2) Porta un oggetto personale

Porta un oggetto personale è un'attività semplice per creare una dinamica di gruppo positiva all'inizio di un corso. Richiede di preparare il gruppo e di creare un'atmosfera rilassata in modo che gli studenti si aprano agli altri. Parlare di un oggetto è relativamente "sicuro" e allo stesso tempo mostra qualcosa di sé, contribuendo a creare una sensazione di appartenenza al gruppo.

Obiettivi di apprendimento

- Rafforzare i legami tra insegnanti e studenti.
- Incoraggiare il lavoro di squadra

Descrizione

L'attività in sé è molto semplice e può essere svolta come parte introduttiva se agli studenti è stato precedentemente chiesto di portare un oggetto. A turno si presentano prima di spiegare il loro oggetto personale e il suo significato. L'insegnante può essere il primo a presentare il suo oggetto per incoraggiare gli altri a parlare.

L'ascolto reciproco aiuta a conoscere le persone con cui lavoreremo. Ognuno membro sarà in grado di ricordare meglio gli altri perché ha un oggetto e una storia personale che li associano a ciascuno. È un modo rapido per aiutare il gruppo a costruire un'identità comune avendo ben chiare le identità personali.

Benefici per il benessere mentale

Conoscersi è una parte importante del benessere in gruppo e senza questo tipo di attività ci vuole tempo per raggiungerlo. Questa attività è un modo rapido per fornire alcune sfumature alle persone con cui si condivide un ambiente di apprendimento e per creare coesione nel gruppo.

Consigli e suggerimenti.

- Assicuratevi di avere un'atmosfera rilassata nel gruppo e lasciate che le persone raccontino poco o tanto quanto sono a loro agio.
- Commentare le storie e rafforzare il loro ruolo nella dinamica di gruppo dando un feedback positivo.
- Non dimenticate di partecipare al gioco con un vostro oggetto.
- Nel caso in cui qualcuno si dimentichi di portare un oggetto, può comunque partecipare prendendo un oggetto vicino a sé, ad esempio il telefono, la chiavetta USB o la tazza del caffè, e raccontando una storia su di esso e, attraverso di esso, su se stesso. È anche possibile far raccontare ai partecipanti una storia divertente o un "fatto divertente" su di sé, anche se può essere più forzato e meno facile da raccontare.



Per approfondire

Vi sentireste a vostro agio nell'organizzare questa attività? E per quanto riguarda la partecipazione? Cosa portereste? Avete già organizzato attività simili? In classe? Online? Come reagireste se uno studente non riuscisse a controllare le proprie emozioni? Se uno studente si rifiutasse di partecipare? Se uno studente si prendesse gioco di un altro?

3) Il clima emotivo

Questa attività permette ai discenti e agli insegnanti di condividere le loro emozioni e di mettere parlare dei loro sentimenti prima di intraprendere il processo di insegnamento/apprendimento.

Obiettivi di apprendimento

- Comprendere le emozioni dei discenti, che possono avere un impatto sul loro apprendimento.
- Incoraggiare gli studenti e gli insegnanti a esprimere le proprie emozioni. Applicazione e adattamento

Questa attività può essere utilizzata di routine o in modo casuale, a seconda dell'argomento, per esprimere le emozioni di quel giorno, ma anche per autovalutare il livello di comprensione degli argomenti trattati nella lezione precedente.

Descrizione

All'inizio della sessione chiedete a ogni partecipante di esprimere il proprio stato d'animo. Gli studenti e l'insegnante possono scegliere l'emoji che meglio corrisponde al loro stato d'animo e inviarla alla chat prima di spiegare ciò che hanno scelto

Benefici per il benessere mentale

Gli insegnanti conosceranno lo stato d'animo dei loro studenti e potranno adattare il ritmo della sessione e fornire un sostegno individuale, se necessario. È anche un'opportunità per gli studenti di esprimere le proprie emozioni, in modo che si sentano ascoltati. Dovrebbe aiutarli a concentrarsi meglio durante la lezione.

Download/dispense

1. [40 icebreakers per piccoli gruppi \(typepad.co.uk\)](http://typepad.co.uk)
2. [icebreakers.pdf \(ufl.edu\)](http://ufl.edu)
3. Perché usare gli icebreakers? - [Icebreakers | Centro per l'innovazione didattica \(cornell.edu\)](http://cornell.edu)
4. [33 icebreakers per scuole medie e superiori che funzionano davvero](#)
5. [Romper il ghiaccio: Una strategia pre-intervento per coinvolgere i partecipanti alla ricerca](#)
6. [I migliori rompighiaccio digitali](#)
7. [50 attività di verifica dell'apprendimento socio-emotivo per le classi](#)



Per approfondire

Vi sentireste a vostro agio nell'organizzare questa attività? E per quanto riguarda la partecipazione? Avete già organizzato attività simili? In classe? Online? Come reagireste se uno studente non riuscisse a controllare le proprie emozioni? Se uno studente si rifiutasse di partecipare? Sapete dove indirizzare un allievo che manifesta difficoltà?

Modulo 3: Come sfruttare al meglio l'apprendimento online

Introduzione

Questo modulo introduce quattro metodi per sfruttare al meglio l'apprendimento online mediante attività che vi metteranno di organizzare sessioni dinamiche e partecipative, di personalizzare il vostro insegnamento e diminuire il senso di isolamento degli studenti dietro allo schermo.

1. “Fate il pieno di presenze!”

Per superare la difficoltà nel mantenere gli studenti coinvolti e motivati quando tutti sono seduti in disparte e/o dietro uno schermo questo metodo aiuta gli insegnanti a rompere il senso di isolamento e di distanza e creare un ambiente di apprendimento inclusivo e presente.

Obiettivi formativi

- Sviluppare un senso di presenza online.
- Utilizzare strumenti e attività adeguati per un ambiente di apprendimento online.
- Rendere l'apprendimento online più partecipativo e attraente. Descrizione

Il senso di presenza può essere creato implementando le seguenti pratiche

Consapevolezza della comunicazione verbale e non verbale

- Usate un linguaggio chiaro, parlate lentamente, fate domande di follow-up e ripetete i punti chiave del vostro discorso. Comunicare online richiede maggiore attenzione e un controllo sistematico di ciò che gli studenti hanno capito
- Concentratevi sulla vostra comunicazione non verbale, incluso il linguaggio del corpo e le espressioni facciali come i sorrisi, la vicinanza allo schermo, i cenni della testa, un uso dinamico della voce, per quanto riguarda l'intensità e le pause durante le presentazioni.
- Migliorate le vostre competenze comunicative. Registrate un breve video in cui spiegate un argomento, poi esaminate la vostra comunicazione verbale e non verbale prestando attenzione a cosa va migliorato e a cosa funziona davvero. Come salutate la classe? Usate troppo o troppo poco le espressioni facciali? Prendete appunti e utilizzateli nella vostra prossima lezione online.

Esercitare lo sguardo

Una parte fondamentale nella creazione di una comunicativa efficace passa attraverso il contatto visivo, che risulta impegnativo dietro allo schermo. Un modo per esercitarsi è stampare una serie di occhi e attaccarli direttamente sotto o sopra la webcam. Prima della lezione online, assicuratevi che il vostro sguardo appaia naturale scattando screenshot di voi stessi con l'immagine in diverse posizioni e regolando di conseguenza la posizione dell'immagine.

Lavorare con due schermi

Lo schermo con la telecamera è quello utilizzato per la comunicazione video. Il secondo schermo per illustrazioni e scopi di condivisione. Cambiate il layout tra condivisione dello schermo e comunicazione con la fotocamera.

Personalizzazione

- Personalizzate la vostra lezione online creando il vostro sé visivo utilizzando un avatar o un'emoji personalizzati (ad esempio utilizzando Bitmoji) e usatelo come parte divertente dell'ambiente di apprendimento. Gli avatar possono:
 - Dare agli studenti un'idea di voi non solo come insegnanti ma anche come persone, il che può aumentare sia la motivazione che la presenza.
 - Possono essere utilizzati in vari modi, inseriti negli annunci quotidiani, come elementi visivi nelle presentazioni o come "voi" visivo incorporato che comunica i punti principali durante la lezione o all'inizio e alla fine della stessa.
- Uno sfondo personalizzato è un modo per introdurre qualcosa di personale e fornire argomenti divertenti da discutere. Potete anche chiedere agli studenti di creare il proprio sfondo personalizzato, ad esempio relativo all'argomento del giorno, come modo per pre-attivare la propria conoscenza dell'argomento.

Benefici per il benessere mentale

Queste pratiche riducono la sensazione di isolamento e distanza.

Consigli e suggerimenti

- Siate consapevoli della vostra comunicazione verbale e non verbale mentre state guardando la telecamera
- Dedicare un po' di tempo alla creazione di un avatar è utile per sviluppare una comunicativa personale come docente online.

Download/dispense

"Eyes" da stampare e allegare alla webcam. Come creare il tuo [Bitmoji](#).



Per approfondire

Siete in condizione di guardare la telecamera mentre parlate? Come si tiene conto della comunicazione non verbale online? Vi sentite a vostro agio con il contatto visivo dietro uno schermo? Quale sfondo dello schermo utilizzate? Lavorate con due schermi? Che cosa avete imparato registrando una lezione? Siete abbastanza chiari? Integrate diverse modalità di comunicazione?

2. Mostrami la tua caccia al tesoro!

Per mantenere la concentrazione, la motivazione e il benessere è essenziale attivare in modo maggiore, anche fisicamente, gli studenti rispetto all'insegnamento tradizionale, poiché l'immobilità riduce l'energia. Mostrami la tua caccia al tesoro è una semplice attività energizzante per attivare gli studenti a casa. Essi devono scattare un selfie con un oggetto suggerito dall'insegnante (ad esempio un oggetto blu o un cartello stradale) prima di tornare alla lezione online.

Obiettivi formativi

- Concedere una pausa per l'attività fisica
- Offrire un po' di divertimento
- Creare collegamenti tra studenti e insegnanti
- Ottimizzare le pause per aumentare il benessere, l'energia e la motivazione Applicazione e adattamento

Questa attività funziona in contesti di apprendimento sincrono ma è facile da adattare anche a tutti gli altri contesti di apprendimento.

In caso di maltempo può essere svolta al chiuso, dove gli studenti devono, per esempio, trovare l'oggetto più lontano dal computer.

Può essere ludica: gli studenti devono cercare e raccogliere tutti gli elementi di un elenco; oppure il primo studente che torna con l'oggetto può decidere quale oggetto successivo far cacciare a tutti.

Può essere una caratteristica ricorrente della classe online, in cui gli studenti organizzano l'attività.

La prova può essere fornita mostrando lo schermo del telefono o l'oggetto alla fotocamera se il caricamento dell'immagine richiede molto tempo.

L'attività può anche essere ulteriormente migliorata facendo sì che gli studenti includano nel selfie un gesto specifico della mano come un pollice in alto accanto all'oggetto o un'espressione del viso che descriva il loro umore accanto all'oggetto.

Descrizione

L'insegnante introduce l'attività con l'obiettivo indicato, per esempio "Mostrami il tuo segnale stradale":

- Devi scattare un selfie con un cartello stradale a una distanza minima di 100 metri da casa tua, tornare velocemente alla lezione online e caricarlo nella chat.
- Puoi andare a piedi, in bicicletta o in skateboard. Hai 10 minuti.
- L'attività termina quando tutti i selfie vengono caricati.

Pensate in anticipo al livello di complessità: un selfie con un singolo oggetto o più oggetti e ad una distanza minima. Una variazione potrebbe essere di trovare un oggetto collegato al tema della lezione e chiedere agli studenti di spiegarne il nesso. Per semplificare è ad esempio possibile chiedere soltanto un'attività fisica come saltare o correre.

Un rinforzo positivo può aumentare la motivazione degli studenti. Ad esempio, il vincitore può essere quello con il maggior numero di reazioni "pollici in su" o quello più veloce a finire.

Benefici per il benessere mentale

Un piccolo break che coinvolge il corpo e altre parti della mente aiuta gli studenti a cambiare il loro spazio mentale e riprendere l'apprendimento con rinnovata energia e concentrazione.

Consigli e suggerimenti

- Si consiglia di dedicare all'attività un minimo di 10 minuti se gli studenti devono uscire.
- Per risparmiare tempo questa attività può essere fatta durante le pause
- Partecipate all'attività per aumentare la vostra energia e lo spirito della squadra.



Per approfondire

Vi piacerebbe incorporare questa attività nel vostro corso? La implementereste così com'è o la adattereste? Vi piacerebbe partecipare? Quale sarebbe il vostro feedback? Riuscite a individuare eventuali ostacoli all'uso degli strumenti digitali? Perché è un elemento chiave del benessere?

3. Scegliere e imparare

Questa attività mira a realizzare un apprendimento differenziato e a incoraggiare l'autovalutazione dando agli studenti la possibilità di scegliere il livello dei compiti su cui desiderano esercitarsi, dal più semplice al più difficile. Gli studenti possono anche scegliere il numero dei compiti e il loro ritmo.

Obiettivi formativi

- Mettere gli studenti in grado di progredire attraverso l'apprendimento attivo e l'autovalutazione.
- Incoraggiare gli studenti a sviluppare le proprie capacità di apprendimento e di progredire.
- Organizzare un ambiente di apprendimento che favorisca l'autoregolamentazione. Applicazione e adattamento

Online verranno create quattro stanze “breakout room” o chat di gruppo con la possibilità di condividere documenti, mentre in una classe si faranno quattro postazioni separate fisicamente.

Descrizione

Preparate da dieci a venti compiti omogenei per quattro livelli: semplice, moderatamente impegnativo, impegnativo, molto impegnativo che avrete collocato nelle quattro stanze.

Riassumete la lista dei compiti da spuntare una volta che sono stati fatti.

- Inviare agli studenti questa checklist insieme con i criteri di valutazione e le istruzioni:
- Il tuo compito è risolvere il maggior numero di compiti possibile entro il limite di tempo stabilito.
- È possibile spostarsi liberamente tra le postazioni.
- Se consideri i compiti troppo facili, saltali e spostati in un'altra postazione.
- Rimani nella postazione finché pensi di aver risolto i compiti assegnati
- Potresti lavorare in una postazione insieme ad altri studenti.
- Se hai difficoltà a risolvere un compito, chiedi aiuto a un compagno o a un insegnante.
- Puoi spostarti in una postazione più bassa se pensi che per te il compito è troppo difficile.
- Segna nella lista di controllo quali compiti hai risolto e prendi appunti sul tuo lavoro utilizzando le domande di valutazione.

Gli studenti entreranno nella stanza del loro livello dove troveranno un elenco di compiti omogenei. Durante la sessione l'insegnante visita le stanze dei gruppi di lavoro, ascolta gli studenti e fornisce riscontri. Gli studenti possono condividere schermate con le immagini del loro lavoro in modo di potersi aiutare vicendevolmente.

L'autovalutazione comprende i seguenti argomenti:

- Quanto sei soddisfatto dell'apprendimento?
- Hai fatto progressi?
- Hai aiutato altri studenti?
- Avete lavorato insieme per risolvere i compiti? Benefici per il benessere mentale

Gli studenti possono scegliere il proprio ritmo di lavoro, concentrandosi su un compito a loro piacimento. Inoltre, passando dai compiti più facili a quelli più difficili, hanno il tempo di prepararsi a livello cognitivo.

Questo metodo incoraggia anche l'apprendimento collaborativo, l'autovalutazione e l'autoregolamentazione.

Consigli e suggerimenti

- All'inizio della lezione invitate gli studenti a riflettere sui loro successi ottenuti nella settimana precedente
- Non sottostimate il carico di lavoro per preparare un set di compiti omogenei per i quattro differenti livelli.
- Restate a disposizione per supportare gli studenti, anche online.
- Incoraggiate gli studenti ad aggiornare regolarmente i loro risultati sulla lista di controllo e valutate se sono nella postazione corretta.
- Valutate la correttezza delle loro soluzioni.
- Date agli studenti l'opportunità di verificare i propri risultati mentre lavorano.
- Ricordate loro di valutare il loro lavoro una volta terminato.

Download/dispense

- Liste di controllo e un numero sufficiente di compiti per ciascun livello.



Per approfondire

Vi piacerebbe incorporare questa attività nel vostro corso? Che cosa apporterebbe agli studenti? Come vedete il vostro ruolo? Riuscite a individuare qualche ostacolo legato all'uso degli strumenti digitali? E in relazione alla distanza? Qual è il valore aggiunto di questa attività online? Perché è essenziale per il benessere?

4. Pianificare un viaggio di gruppo

La preparazione collaborativa di un viaggio di gruppo offre agli studenti l'opportunità di imparare facendo, di sperimentare il lavoro di squadra, di dare priorità ai compiti, di comunicare, di fare presentazioni e valutazioni. Ciò li aiuta a:

- Gestire le emozioni e il comportamento.
- Distinguere tra approccio razionale ed emotivo al processo decisionale.
- Riconoscere le situazioni in cui problemi simili vengono risolti con successo.
- Comprendere le situazioni che possono portare a conflitti e implementare strategie di risoluzione dei conflitti.
- Comprendere l'importanza della cooperazione.
- Sviluppare un comportamento assertivo.
- Aumentare la consapevolezza dei vantaggi del lavoro di squadra.
- Applicare capacità di presentazione.
- Essere consapevoli dei diversi tipi di gruppi e ruoli

Applicazione e adattamento

Online e in situazioni miste, i gruppi lavorano in stanze separate, mentre viene aperta un'ulteriore stanza per i rappresentanti dei vari gruppi. Il metodo può essere utilizzato in una classe in presenza.

Descrizione

Lo scopo di questa attività è pianificare un viaggio per l'intero gruppo.

1. L'insegnante prepara quattro gruppi, assegnando a ciascuno i seguenti compiti:

- Indicare i tempi e pianificare il viaggio.
- Cercare destinazioni e creare una brochure di attrazioni e attività.
- Creare un budget dettagliato e calcolare la necessità di finanziamenti esterni per il viaggio.
- Scrivere una relazione a un potenziale finanziatore esterno spiegando destinazione e pianificazione.

Poiché i compiti devono essere completati simultaneamente e ognuno ha bisogno di informazioni dagli altri gruppi, gli studenti debbono dare priorità ai sotto-compiti in modo da prendere decisioni che alimenteranno il lavoro degli altri gruppi.

- 2.** I gruppi scelgono un rappresentante che coopererà e comunicherà con quello degli altri gruppi. Le riunioni possono essere convocate da qualsiasi gruppo in caso di necessità.
- 3.** Dopo aver completato l'attività, i gruppi presentano le loro soluzioni e identificano la necessità di ulteriore coordinamento, se necessario.
- 4.** Ogni gruppo valuta quindi i propri punti di forza e di debolezza nel portare a termine il compito e quanto successo hanno avuto. Propongono strategie per migliorare i punti di forza e superare le debolezze.
- 5.** Ogni gruppo valuta anche le prestazioni degli altri utilizzando i criteri di valutazione forniti dall'insegnante. Partecipano insieme alla riunione finale.

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti sviluppano capacità decisionali, responsabilità personale, autoregolamentazione e relazioni positive, nonché un'efficace gestione del tempo.

Consigli e suggerimenti

- Aiutate gli studenti con consigli o domande riflessive, se necessario.
- Congratulatevi con loro per ciò che hanno fatto bene e incoraggiateli a pensare a cosa avrebbero potuto fare diversamente.



Per approfondire

Vi piacerebbe incorporare questa attività nel vostro corso? Che cosa apporterebbe agli studenti? Come vedete il vostro ruolo? Riuscite a individuare qualche ostacolo legato all'uso degli strumenti digitali? E in relazione alla distanza? Qual è il valore aggiunto di offrire questa attività online? Perché è essenziale per il benessere?

Modulo 4: Come facilitare la comunicazione interattiva

Introduzione

Poiché una comunicazione efficace è uno dei pilastri per fare esperienze di apprendimento di successo, questo modulo risponde alla necessità fondamentale di aumentare il coinvolgimento degli studenti, promuovere un senso di appartenenza e garantire la partecipazione attiva in un'aula virtuale inclusiva e interattiva.

Per mantenere una buona comunità online, come educatori dobbiamo dare importanza alla discussione e a meccanismi di feedback, come i sondaggi, utilizzando una varietà di strumenti diversi. Ponendo domande capaci di incoraggiare le risposte di tutti gli studenti, compresi quelli che affrontano sfide, possiamo garantire che ogni voce venga ascoltata.

Inoltre, utilizzeremo il potere della narrazione e dei contenuti multimediali, come i cortometraggi, per attirare l'attenzione degli studenti. Con l'integrazione di esperienze personali, articoli, post sui social media, fiabe e racconti, possiamo presentare agli studenti diverse prospettive e diversi punti di vista.

1. Commutazione dinamica delle attività per migliorare l'apprendimento online

Questo metodo soddisfa l'esigenza fondamentale di mantenere la concentrazione e il coinvolgimento dei partecipanti nell'apprendimento online. Passando strategicamente tra varie attività e metodi di insegnamento, combatte la monotonia delle lezioni prolungate e rende attenti e motivati. Attività brevi e diversificate arricchiscono l'esperienza di apprendimento. Mettendo in rilievo la continuità e la logica di queste attività, gli studenti possono conservare le informazioni in modo più efficace, sentendosi coinvolti e parte di un gruppo. I rinforzi positivi svolgono un ruolo essenziale nel rifocalizzare i partecipanti e ricordare loro che la comprensione avviene quando sono pienamente coinvolti.

Obiettivi formativi

- Scoprire una serie di suggerimenti per mantenere la concentrazione e il coinvolgimento dei partecipanti.
- Vedere come si possa assicurare la continuità dell'apprendimento, utilizzando una varietà di approcci.

Applicazione e adattamento

Cambiare attività è particolarmente utile nell'apprendimento online, dove mantenere il coinvolgimento può essere difficile. Esso permette agli studenti di rimanere concentrati e coinvolti attivamente durante le sessioni virtuali.

Nell'apprendimento misto consente l'implementazione di strategie di coinvolgimento coerenti attraverso varie modalità di apprendimento. Descrizione

Iniziate pianificando una vasta gamma di attività di apprendimento (discussioni, attività interattive, prendere appunti, pause, brainstorming...) mantenendo un equilibrio tra attività di ascolto e lettura, interazioni e produzioni. È essenziale definire obiettivi di apprendimento chiari per ciascuna attività al fine di garantire che i partecipanti comprendano lo scopo e la rilevanza di ciascun compito.

Le attività dovrebbero essere brevi, preferibilmente tra 5 e 15 minuti, e le transizioni tra le attività dovrebbero essere fluide e logiche. I partecipanti dovrebbero comprendere come ciascuna attività si collega al tema generale.

Includete l'utilizzo di video, immagini o esempi concreti, e usate strumenti interattivi come sondaggi o quiz (ad esempio Mentimeter, Wooclap, Klaxoon, Kahoot, ecc.).

Brevi pause per consentiranno ai partecipanti di rilassarsi per mantenere la concentrazione. Le attività programmate possono essere adattate tenendo conto delle reazioni degli studenti e per far fronte ad esigenze che potrebbero presentarsi.

Benefici per il benessere mentale

Riduzione dell'affaticamento: il passaggio regolare da un'attività all'altra previene l'affaticamento mentale e il burnout.

Maggiore coinvolgimento: attività brevi mantengono vivo l'interesse e la partecipazione, contribuendo a creare un ambiente di apprendimento positivo e mirato.

Apprendimento efficace: il metodo supporta l'apprendimento attivo, che migliora la comprensione e la conservazione della conoscenza, portando a un senso di realizzazione

Miglioramento della collaborazione: le attività collaborative promuovono un senso di appartenenza e connessione sociale, riducendo i sentimenti di isolamento.

Senso di controllo: i partecipanti hanno un maggiore controllo sul proprio apprendimento, con conseguente aumento dell'autoefficacia.

Apprendimento adattivo: la flessibilità nell'adattare le attività in base alle esigenze dei partecipanti favorisce un ambiente di apprendimento adattivo.

Consigli e suggerimenti

- Verificate che tutti i partecipanti abbiano accesso agli strumenti necessari.
- Scegliete attività adatte a soddisfare i differenti stili di apprendimento e le preferenze degli studenti.

Download/dispense

[Un gioco al giorno: apprendimento online sincrono divertente e dinamico](#), di Lisa K. Forbe, Faculty Focus

[Coinvolgere in attività online](#), Stanford University, Teaching Commons [Esempi di attività di apprendimento attivo](#), Queens University Testimoniaza

[Cambio dinamico di attività per un apprendimento online potenziato](#), testimonianza di Alessandro Carbone



Per approfondire

Che tipo di attività includete nel vostro insegnamento? Vi sono venute nuove idee per diversificare la vostra pratica? Avete già scambiato idee con i colleghi per ampliare il vostro portafoglio di attività? Cercate regolarmente nuovi strumenti che possano attirare l'attenzione degli studenti? Come integrate la dimensione del benessere nella scelta delle attività?

2. Storytelling per un apprendimento efficace

Questo metodo sfrutta il potere dello storytelling attraverso differenti media, per catturare l'attenzione degli studenti, rendere i contenuti riconoscibili e memorizzabili, sviluppare attitudini come la tolleranza, e competenze come l'immaginazione, l'osservazione, l'analisi, l'argomentazione. Integrando esperienze personali, articoli, post sui social media, film, storie o racconti, gli educatori possono presentare agli studenti differenti prospettive e punti di vista.

Obiettivi formativi

- Assorbire e conservare le informazioni attraverso esperienze personali, articoli, racconti e cortometraggi.
- Sviluppare le capacità di pensiero critico degli studenti.
- Migliorare le capacità di narrazione degli studenti e dell'uso dei contenuti multimediali.
- Scoprire come convincere gli studenti ad apprendere attraverso la narrazione. Applicazione e adattamento

Sfruttando elementi multimediali, lo storytelling rende l'apprendimento online più coinvolgente e interattivo. Può essere utilizzato anche per migliorare corsi online, webinar o workshop.

Nell'apprendimento misto, lo storytelling può fornire il collegamento tra l'apprendimento a distanza e l'apprendimento in presenza, garantendo coerenza e coinvolgimento tra le varie modalità.

Descrizione

Per utilizzare lo storytelling e gli elementi multimediali, seguite i seguenti passi:

- Selezionate una storia che aumenti la consapevolezza, sia educativa, renda reattivi fornendo conoscenze ma anche capacità di ragionamento. Può trattarsi di una storia personale come una testimonianza che può far vedere una situazione da diverse prospettive
- Se necessario fornite elementi multimediali aggiuntivi
- Sessione di storytelling
- Discussione e riflessione: analisi dei fatti, reazioni, principali insegnamenti tratti dalla narrazione. lezioni chiave. Chiedete agli studenti di spiegare ciò che stanno dicendo sotto differenti prospettive e punti di vista.
- Si può prevedere una conclusione aggiuntiva per un possibile uso dello storytelling in classe.

Ecco alcuni esempi di narrazione:

1. Esempio per discutere di pensiero creativo, capacità di espressione, narrazioni, ecc.

Emilie Muller (1993), 20 minuti. cortometraggio di Yvon Marciano: Una donna, Emilie Muller, fa un provino. Il regista le pone alcune domande su sé stessa e poi le chiede di scegliere e descrivere gli oggetti dalla sua borsa, nonché i ricordi e i pensieri che le suscitano. Emilie descrive diversi oggetti, tra cui un diario, un anello, biglietti aerei e chiavi. Quando se ne va il direttore vede che ha dimenticato la borsa. È l'occasione per capire che la borsa appartiene

ad un membro dell'equipaggio. L'inquadratura finale mostra il regista che corre fuori dalla stanza dietro a Emilie.

Il video è disponibile su Youtube

2. Esempio per discutere di bullismo a scuola o di sentimenti personali

[Lou](#) è un film di animazione americano del 2017 della durata di 6 min, scritto e diretto da Dave Mullins e prodotto dalla Pixar. Il regista si è ispirato alla sua storia, quella di un ragazzino che va di scuola in scuola e si ritrova trasparente nel cortile. Man mano che la storia procede, la sua rappresentazione si divide in due, con J.J., il bullo che ruba giocattoli da un lato, e Lou, il mostro fatto con oggetti trovati, dall'altro. Entrambi sono terribilmente soli, J.J. perché maltratta i suoi amici e Lou perché ha paura di spaventare i bambini. Pur essendo il bullismo il tema principale, l'intento del cortometraggio non è moralistico, essendo il bullo (quasi) l'eroe della storia e Lou la sua coscienza. Dare una spiegazione al suo cattivo comportamento rende il personaggio di J.J. particolarmente toccante e ci fa credere nella sua redenzione [Fonte: Disney].

Benefici per il benessere mentale

Catturano l'interesse degli studenti, lo storytelling aumenta la motivazione all'apprendimento. Inoltre, le storie personali e le narrazioni aiutano gli studenti a connettersi a livello personale al contenuto, riducendo la sensazione di isolamento.

Consentendo agli studenti di esprimere se stessi, lo storytelling incoraggia il pensiero creativo e l'immaginazione.

Infine, lo storytelling può aiutare ad affrontare argomenti delicati e sensibili, a creare un clima di fiducia negli studenti, a confidare facilmente certi problemi, a sentirsi liberi di parlare e a sentirsi meno isolati.

Consigli e suggerimenti

- Scegliete storie adatte all'età e in grado di allargare il bagaglio culturale degli studenti
- Se necessario fornite elementi multimediali aggiuntivi
- I prodotti multimediali dovranno essere di buona qualità e andranno testati
- Preferite risorse ad accesso aperto per consentire ai vostri studenti di rivederli.
- Se è il caso collegate la storia ai contenuti del corso o mostrate il potenziale impatto sull'apprendimento.

Download/dispense

[Il valore della narrazione nell'apprendimento](#), Wharton Interactive, University of Pennsylvania

[Cosa rende lo storytelling così efficace per l'apprendimento?](#), Vanessa Boris [Come rendere efficace lo storytelling – per tutti gli studenti](#), Laura Moulton,

[Narrazione per l'apprendimento: come raccontare storie che ispirano l'azione](#), Emily Gore [Narrare in classe come strategia didattica](#), Janelle Cox

Testimonianza

[Storytelling per un apprendimento efficace](#), testimonianza di Alessandro Carbone



Per approfondire

Avete mai usato delle storie per insegnare? A quale scopo? Per trasmettere conoscenze? Per sviluppare competenze? Quali competenze? Il cortometraggio Emilie Muller vi ha reso consapevoli dell'importanza della narrazione in classe? Quali mezzi di comunicazione vorreste utilizzare? Avete discusso di storytelling con i colleghi? In che modo lo storytelling migliora il benessere degli studenti?

3. Micro-insegnamento per la responsabilizzazione degli studenti

Nel micro-insegnamento i ruoli tradizionali sono scambiati: sono gli studenti che preparano e presentano gli interventi sugli argomenti del corso. Ciò fornisce loro competenze didattiche, migliorando un'ampia gamma di competenze trasversali e rafforzando attitudini positive: autonomia, senso di responsabilità, impegno senso di appartenenza.

Obiettivi formativi

- Incoraggiare gli studenti a esplorare argomenti, esercitarsi nell'insegnamento e contribuire a un ambiente più interattivo e collaborativo.
- Aumentare il senso di appartenenza, responsabilità e benessere generale degli studenti, promuovendo al contempo una comprensione più profonda della materia e dei processi di insegnamento/apprendimento.

Applicazione e adattamento

Il micro-insegnamento può essere implementato in classe o online, utilizzando piattaforme di videoconferenza, forum di discussione e strumenti di collaborazione virtuale in cui gli studenti possono condurre/gestire una attività.

Descrizione

L'implementazione delle attività di micro-didattica passa attraverso i seguenti passaggi:

- Formate piccoli gruppi o coppie, che si alterneranno à nella conduzione di micro- sessioni didattiche.
- Selezionate un argomento del curriculum del corso, definito e adatto al micro- insegnamento. I gruppi potrebbero anche scegliere un argomento che vorrebbero presentare.
- Procurate linee guida e risorse per ciascun gruppo per la preparazione di una lezione sull'argomento scelto. Assegnate una durata da 1 a 30 minuti.
- Presentazione del primo gruppo che può riguardare l'insegnamento di un concetto, la spiegazione di un processo o la conduzione di una discussione.
- Incoraggiate la partecipazione attiva del resto della classe. Gli studenti che non presentano dovrebbero interagire ponendo domande e fornendo feedback.
- Dopo la microlezione, date spazio ai feedback. Sia il gruppo che presenta che la classe devono offrire commenti costruttivi, evidenziando punti di forza e aree di miglioramento.
- Rotazione: lo stesso processo è ripetuto con i gruppi successivi.
- Alla fine, conducete una discussione in cui gli studenti riflettono sulle lezioni apprese e confrontano i diversi stili di insegnamento osservati.
- Incoraggiate gli studenti a valutare le capacità didattiche dei propri pari utilizzando criteri di valutazione incentrati su chiarezza, coinvolgimento, contenuto ed efficacia.

Come docente agite come facilitatore fornendo supporto, ponendo domande specifiche e offrendo feedback costruttivi.

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti sviluppano fiducia nelle proprie capacità di insegnamento, il che ha un impatto positivo sulla loro autostima e sull'autoefficacia.

Ricevere feedback positivi dai compagni contribuisce a creare un senso di realizzazione.

Il micro-insegnamento promuove anche un senso di comunità e sostegno tra gli studenti, contribuendo a creare un ambiente di apprendimento più inclusivo e accogliente.

Consigli e suggerimenti

- Fornite linee guida chiare per pianificare e condurre le microlezioni assicurandovi che tutti comprendano obiettivi e aspettative.
- Coinvolgete gli studenti nell'individuazione dei criteri per la valutazione tra pari
- Comunicate chiaramente i ruoli sottolineando che il ruolo dell'istruttore è quello di un facilitatore.

Download/dispense

[Microinsegnamento, una tecnica efficiente per un insegnamento efficace](#), Ambili Remesh, [Come realizzare un piano di lezioni di micro-insegnamento](#), Althea Storm

Testimonianza

[Il microinsegnamento come strumento per la responsabilizzazione degli studenti](#), testimonianza di Alessandro Carbone



Per approfondire

Perché pensate che ci sia un rinnovato interesse per il micro-insegnamento? Ricordate di averlo fatto quando eravate studenti? Che cosa avete imparato? Perché è meglio farlo in gruppo piuttosto che individualmente? Quali variazioni si potrebbero attuare? Qual è il valore aggiunto dell'organizzazione di questa attività online? Come vedete il suo contributo al benessere degli studenti?

4. Controllo della comprensione e degli aspetti emotivi

Essendo ogni sessione di formazione solo un pezzo di un puzzle più grande, le attività dedicate devono permettere agli studenti di fare il collegamento tra i vari pezzi per comprendere l'intero quadro. Questo può essere fatto con sintesi giornaliere delle conoscenze acquisite per consolidare l'apprendimento e dare agli studenti l'opportunità di esprimere i loro sentimenti. Inoltre, questi momenti rafforzeranno la sensazione di un percorso educativo condiviso tra insegnanti e studenti.

Obiettivi formativi

- Aumentare la consapevolezza di studenti ed educatori riguardo al loro percorso educativo condiviso.
- Consentire a insegnanti e studenti di esprimere le proprie emozioni.

Applicazione e adattamento

Momenti di verifica possono essere organizzati in presenza o online virtuale tramite videoconferenze e forum di discussione. Sondaggi possono essere utili per comprendere sensazioni e percepito degli studenti.

Descrizione

Prevedi momenti specifici in ogni sessione o alla fine del corso sono dedicati alla verifica dell'apprendimento e degli aspetti emotivi.

Durante questi momenti:

- Riassumete gli argomenti trattati
- Trattegiate i collegamenti tra gli argomenti
- Sottolineate i punti da ricordare e le conoscenze acquisite
- Assicuratevi che ogni studente possa dire ciò che ha imparato come si sente.

Usate questi momenti per valutare il benessere degli studenti, con domande tipo "Come ti senti riguardo ai tuoi progressi?" o "Quali sfide hai superato?"

Benefici per il benessere mentale

I momenti di check-out offrono agli studenti uno spazio per esprimere le proprie emozioni, promuovendo l'autoconsapevolezza e l'intelligenza emotiva poiché, attraverso la pratica, diventeranno più capaci di percepire ed esprimere le proprie emozioni. Inoltre, concentrarsi sui risultati e sugli aspetti positivi del percorso di apprendimento contribuisce a una visione più positiva dell'istruzione e della vita.

Consigli e suggerimenti

- Stabilite un programma regolare per i momenti di check-out, ad esempio alla fine di ogni sessione, settimanalmente o in corrispondenza di traguardi chiave.
- Inoltre, valutate la possibilità di documentare i punti chiave e gli approfondimenti ottenuti dai momenti di check-out per tenere traccia dei progressi e creare un senso di continuità.

Download/dispense

1. [Metodologia di check-in e check-out](#)
2. [Strategie di comportamento positivo: una guida per gli insegnanti](#)
3. [Cinque modi per verificare la comprensione](#)
4. [Cos'è il Check-In/Check-Out?](#)

Testimonianza

[Rafforzare il senso di un cammino comune](#), testimonianza di Alessandro Carbone



Per approfondire

Come gestite di solito le sessioni di check-out face-to-face? Le includete anche online? Come consolidate ciò che gli studenti hanno imparato? Vedete gli strumenti digitali come un ostacolo o come un facilitatore per la fase di consolidamento? Tenete conto dei sentimenti degli studenti?

Modulo 5: Raccolta del feedback per gli insegnanti

Introduzione

La raccolta di feedback mirati e strutturati deve essere pianificata e integrata nel processo di insegnamento. La domanda da porsi è: per quali parti dell'insegnamento ho bisogno di più feedback? Forse non siete sicuri di quello che pensano gli studenti su certi aspetti, o può essere che abbiate bisogno di ispirazione per preparare una nuova attività?

Cinque modi per raccogliere feedback dagli studenti sono descritti sotto.

1. Microsondaggi

I microsondaggi danno risposte a domande importanti, come ad esempio:

- Gli studenti hanno compreso ciò che ho appena detto?
- Riescono a sentirmi bene?
- Vedono bene ciò che ho condiviso sullo schermo?
- Hanno bisogno che io ripeta o riformuli il mio discorso?
- Sono pronti a passare alla parte successiva della lezione? Obiettivi di apprendimento
- Imparare come gli studenti possano dare un feedback in modo semplice e non “intimidatorio”.
- Valutare il livello dello stare bene online e identificare possibili aree di miglioramento.

Descrizione

Si/No

In una chat room è semplice valutare a colpo d'occhio le rispettive proporzioni di studenti che hanno risposto "Sì" o "No", ma se gli studenti hanno la telecamera accesa o si trovano in presenza, potremmo farli annuire (o scuotere la testa) o farli esprimere con un pollice in su (o un pollice in giù). In questo modo si otterrà un feedback rapido e quantitativo. Tuttavia, questo non ci aiuterà a migliorare come insegnanti poiché ci fornisce solo un'idea di ciò che gli studenti pensano. È essenziale, quindi, chiedere anche, a coloro che lo desiderano, di spiegarci il perché della loro risposta.

Il Semaforo

Per domande più complesse che richiedono un "forse", ci sono diverse possibilità:

- Preparare un sondaggio a semaforo con opzioni verdi, gialle e rosse, spiegando il significato dei diversi colori.
- Chiedere di scrivere risposte specifiche nella chat, magari utilizzando anche emoji per rappresentare i colori

- In un corso online di varie lezioni con gli stessi studenti, potete chiedere di portare tre oggetti colorati e di mostrarne uno alla telecamera.

Questionari online

Per feedback più dettagliati su un argomento specifico, è più semplice creare dei questionari online con uno strumento come LimeSurvey, Kobo Toolbox, Google Forms o SurveyMonkey. Se lo desiderate, il link inviato agli studenti può essere predisposto per risposte anonime. Con semplici domande si possono individuare aree di miglioramento:

- Comunicazione
 - La comunicazione è sempre chiara e comprensibile?
 - Il linguaggio è troppo veloce o troppo lento?
 - È necessario fare un riassunto dopo ogni attività?
 - La spiegazione delle istruzioni per le attività è sufficiente?
- Tecnologia
 - Il processo di insegnamento è disturbato dalla tecnologia?
 - L'uso degli strumenti online è spiegato adeguatamente?
 - Ci sono ricorrenti difficoltà tecniche (relative all'audio, connessione, video, ecc.)?
- Obiettivi di apprendimento
 - Talvolta ti senti perso?
 - Puoi esprimerti quando non capisci qualcosa?

Benefici per il benessere mentale

Gli insegnanti possono vedere in modo rapido l'umore degli studenti.

Gli studenti si sentono ascoltati e presi in considerazione.

Se questa attività verrà ripetuta spesso, gli studenti presteranno meno attenzione ai suoi aspetti tecnici ed essa diventerà una sorta di gioco, creando un legame ancora più profondo con l'insegnante.

Il miglioramento del benessere può essere un argomento a sé stante con domande per valutare se gli studenti hanno sufficienti opportunità per esprimere ciò che li riguarda, domande sulla concentrazione, la fatica, la motivazione, la pesantezza..., o domande per scoprire le cause della insoddisfazione.

Consigli e suggerimenti

Per essere utile, la raccolta di feedback deve essere:

- ben spiegata e compresa da tutti,
- integrata dal coinvolgimento degli studenti nel processo di valutazione, in modo che si sentano veramente ascoltati.



Per approfondire

Utilizzate sondaggi rapidi per verificare la comprensione degli studenti? Con quale frequenza? Con quali mezzi? Come adattate le domande? Conoscete i vostri punti di forza e di debolezza quando insegnate online? Sono gli stessi di quelli dell'insegnamento in presenza?

2. Cassetta dei suggerimenti

Il feedback qualitativo può essere raccolto in una cassetta dei suggerimenti dove gli studenti esprimono le loro opinioni in forma anonima, ciò consente all'insegnante di tenerne conto tranquillamente.

Obiettivi di apprendimento

- Incoraggiare gli allievi a fornire suggerimenti e spunti di miglioramento.
- Identificare potenziali problemi e cercare soluzioni per migliorare l'esperienza di apprendimento.

Applicazione e adattamento

La cassetta dei suggerimenti può essere organizzata online con un blocchetto per appunti, una wiki form o un blog posts o software più elaborati per discussioni collaborative e votazioni sui suggerimenti.

Descrizione

Gli studenti possono suggerire idee per migliorare alcuni aspetti dell'insegnamento, come la partecipazione, attività, illustrazioni o aspetti tecnici come l'uso dei mezzi di comunicazione.

Ciò presuppone che l'insegnante sia aperto a nuovi suggerimenti e alle critiche e a prenderli in considerazione seriamente, altrimenti gli studenti rimarranno delusi. L'anonimato rende gli studenti liberi di dire ciò che pensano, con il rischio di eccessi o con formulazioni improprie.

I suggerimenti saranno esaminati dall'insegnante durante o dopo la lezione ed essere oggetto di una discussione di gruppo se sono di interesse generale o semplicemente l'opinione di un singolo.

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti hanno la possibilità di dare suggerimenti senza timore di essere giudicati. Gli insegnanti ricevono un riscontro in modo neutrale.



Per approfondire

Ci sono cassette per i suggerimenti nella vostra scuola? Ce n'è una nella vostra classe? Che tipo di informazioni fornisce? Come ne tenete conto? Trovate difficile ricevere commenti negativi? Avete mai pensato di mettere online una cassetta delle idee? Quale strumento utilizzate o utilizzereste per farlo? Come migliorerebbe il benessere?

3. Il gruppo del “feedback di oggi”

Il gruppo del feedback di oggi è un metodo per raccogliere riscontri/feedback qualitativi e dare a tutti la possibilità di esprimersi.

Obiettivi di apprendimento

- Incoraggiare un coinvolgimento più attivo di tutti gli studenti.
- Promuovere l'inclusività e garantire che ogni studente abbia l'opportunità di contribuire al processo di apprendimento.
- Insegnare agli studenti a presentare il loro feedback in modo efficace e conciso entro un determinato periodo di tempo.

Applicazione e adattamento

Gli studenti possono esprimere le loro opinioni oralmente o per iscritto (in una chat room), in presenza o online.

Descrizione

All'inizio di una lezione, create un piccolo gruppo per raccogliere e interpretare le opinioni. Alla fine, il gruppo farà un resoconto prima di presentare oralmente per 5 minuti i propri suggerimenti per il miglioramento. Le conclusioni potranno anche essere registrate o scritte.

Inoltre, coinvolgendo diversi allievi in ogni sessione, il docente può ottenere informazioni che altrimenti sarebbe stato difficile ottenere.

Benefici per il benessere mentale

Dare agli studenti un tema specifico di feedback su cui concentrarsi permette loro di essere più attenti durante la lezione e facilita la loro comprensione.

Le persone che di solito non hanno il coraggio di esprimersi sentono che possono farlo perché il feedback è meno personale.

Consigli e suggerimenti

- Create il gruppo fin dall'inizio così che la squadra prenda nota del formato e del contenuto.

- Il feedback può essere richiesto su una specifica dimensione (comunicazione, postura, strumenti ecc.)



Per approfondire

Avete già creato un piccolo team che vi fornisca dei feedback? Come contribuisce al benessere dell'intero gruppo? E al vostro benessere personale?

4. Griglie di feedback

Il feedback fornisce indicazioni e valutazioni sulla comprensione, sui progressi e sulla motivazione. Esso aiuta a identificare i punti di forza e di debolezza di una attività, aiuta a perfezionare le strategie didattiche e migliora la soddisfazione di ognuno, mentre sostiene gli studenti mantenendo un rapporto positivo con loro.

Obiettivi di apprendimento

- Comprendere l'efficacia dei metodi di insegnamento.
- Sapere se gli obiettivi di apprendimento sono stati raggiunti.
- Individuare le sfide individuali per poter offrire un supporto personale.
- Adattare le lezioni future, perfezionando e adattando le strategie didattiche.

Descrizione

Creare una griglia di feedback dettagliata per una lezione implica questi componenti chiave:

- Selezionare i criteri per i quali si desidera un feedback, come la chiarezza delle istruzioni, il coinvolgimento, la comprensione dei concetti, la rilevanza della lezione, il livello di comfort.
- Stabilire livelli di prestazione per classificare il feedback in base ai criteri scelti.
- Sviluppare indicatori per ogni livello di performance richiesta.
- Progettare la griglia con i criteri nelle righe e i livelli di prestazione nelle colonne.
- Spiegare i criteri e i livelli di prestazione per garantire che gli allievi capiscano come fornire il feedback.
- Dare spazio agli allievi per selezionare il livello di prestazione in base alla loro comprensione ed esperienza
- Raccogliere e analizzare i feedback.
- Valutazione: riassumere i feedback e identificare le tendenze comuni, le aree da migliorare e i punti di forza.

- Pianificare gli adeguamenti più opportuni per migliorare le lezioni future.

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti possono valutare il loro livello di benessere durante la lezione.

Moduli digitali/dispense

Un questionario cartaceo o un modulo digitale con un elenco di criteri valutati su 4 livelli (Scarso, Discreto, Buono, Eccellente)

- Chiarezza delle istruzioni
- Comprensione dei concetti
- Pertinenza della lezione
- Interazione con gli altri
- Livello di benessere



Per approfondire

Avete mai proposto griglie di feedback ai vostri studenti? Partecipano alla stesura della griglia? Quali domande includete per valutare il loro benessere? Quali risultati avete ottenuto?

5. Sondaggio di valutazione

Potete porre le stesse tre domande dopo ogni lezione per monitorare i vostri progressi e la qualità dell'insegnamento.

Obiettivi di apprendimento

- Raccogliere feedback e suggerimenti costruttivi da parte dei nostri discenti.
- Monitorare i propri progressi come insegnante.

Applicazione e adattamento

In tutte le situazioni, un sondaggio online può essere il modo più semplice per raccogliere dati.

Descrizione

Valutare una lezione ci permette di sapere:

- Quali sono gli insegnamenti che gli studenti hanno tratto dalla lezione? Hanno imparato qualcosa di nuovo?
- Come vedono gli studenti la loro partecipazione? Si sono sentiti attivi?
- Come potreste migliorare la lezione? Gli studenti possono aiutarvi con nuove idee.

Anche se c'è il rischio di ottenere risposte simili, porre le stesse domande può aiutare a individuare i problemi persistenti di alcuni studenti. Gli studenti potrebbero non rivelarli la prima volta, ma alla fine scriveranno qualcosa nella valutazione se ritengono che il problema persista.

Ecco un esempio di una serie di domande per il sondaggio:

- Su una scala da 1 a 4 (da scarso a eccellente, quanto hai compreso dei contenuti trattati in questa lezione?)
- Hai avuto l'opportunità di partecipare alle attività e alle discussioni? (Sì/No)
- Che cosa potrebbe essere migliorato per migliorare la tua esperienza di apprendimento? (Domanda aperta)

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti si sentono coinvolti ed ascoltati.

Gli insegnanti si sentono più fiduciosi nel loro operato. Consigli e suggerimenti

- Queste tre domande possono essere utilizzate con l'attività Gruppo del feedback di oggi.
- Gli studenti possono essere coinvolti nella scelta delle domande.
- Informate gli allievi che li avete ascoltati e che siete disposti ad apportare alcune modifiche per soddisfare le loro esigenze.



Per approfondire

Avete utilizzato questo metodo (solo tre domande ricorrenti) per ottenere un feedback? Avete integrato domande relative al benessere? Quali risultati avete ottenuto?

6. Consigli per interpretare i feedback

Una mentalità aperta e il desiderio di migliorare sono essenziali per trarre vantaggio dalle informazioni ottenute.

Obiettivi di apprendimento

- Imparare a ricevere un feedback.
- Imparare ad analizzare un feedback.
- Identificare le aree di miglioramento.

Descrizione

- Di fronte a una critica negativa, ascoltate l'interlocutore fino alla fine per capire il suo punto di vista, anziché prepararvi una replica o una difesa mentre egli/ella parla.
- Chiedete di chiarire con esempi se non riuscite a capire. Questo dà agli allievi la possibilità di esprimersi meglio e forse potreste scoprire che hanno ragione. Le domande aperte aiutano a chiarire le loro idee.
- Quando il feedback viene dato verbalmente, non è necessario rispondere immediatamente. Prendete le distanze dalla situazione per capire meglio la natura del commento. Potete dire "grazie, ci penserò".
- Chiedete possibili soluzioni: la persona che invia un commento avrà sicuramente delle idee per migliorare, che magari non funzioneranno, ma almeno daranno un contributo.

Una lista delle cose da migliorare, dalla più alla meno realizzabile, può essere usata per monitorare i vostri interventi per tenere in considerazione i feedback e valutare i vostri progressi.

Essa può essere controllata alla fine della lezione per vedere se abbiamo implementato nuove strategie.

I questionari online facilitano l'analisi dei risultati grazie alla visualizzazione di diagrammi che forniscono una rapida panoramica delle risposte. Questi dati quantitativi saranno perfezionati dal feedback qualitativo fornito dalle domande aperte.

Benefici per il benessere mentale

L'analisi del feedback consente agli insegnanti di ripensare alle proprie pratiche per migliorarle e sentirsi più a proprio agio in classe.

L'uso di questionari online riduce il lavoro di elaborazione dei dati, consentendo all'insegnante di concentrarsi sulle azioni necessarie per migliorare le pratiche.

Gli studenti si sentono utili e ascoltati.



Per approfondire

È difficile ricevere un feedback negativo ma costruttivo? L'analisi del feedback richiede molto tempo? Come migliora il vostro benessere? È un miglioramento per il benessere degli studenti?

Modulo 6: Fornire feedback agli studenti

Introduzione

Fornire feedback agli studenti li mette nella condizione di conoscere i propri punti di forza e di debolezza e possano adottare strategie adeguate a migliorare le proprie competenze e conoscenze.

Come insegnanti, è importante rendere il processo di valutazione un'esperienza di apprendimento positiva per i nostri studenti, in modo che si sentano realmente responsabilizzati e motivati.

Di seguito verranno descritti tre modi per fornire feedback in modo costruttivo.

1) Il metodo di feedback a sandwich

Questo metodo intervalla le critiche costruttive con i complimenti per attenuare la negatività e renderli meglio recepiti dai discenti.

Obiettivi di apprendimento

- Fornire un feedback costruttivo per identificare le aree di miglioramento.
- Fornire un feedback oggettivo in modo positivo per mantenere gli studenti motivati.
- Incoraggiare gli studenti a comprendere e riprodurre i loro successi.

Descrizione del metodo

Il sandwich feedback utilizza questo tipo di sequenza:

- Complimento: dire che cosa è andato bene (es. "La tua presentazione è stata interessante e ben strutturata").
 - Chiarimento: spiegare cosa potrebbe essere migliorato (es. "Tuttavia, nella seconda parte, c'erano alcuni errori di ortografia nel tuo PowerPoint e sembrava meno scorrevole").
 - Complimento: esplicitare ciò che è positivo (es. "La grafica era comunque molto efficace e aggiungeva un grande valore al contenuto nel suo complesso").

Benefici per il benessere mentale

Gli insegnanti possono condividere le aree di miglioramento, senza temere di offendere o demotivare gli studenti.

Gli studenti vengono messi a conoscenza dei loro punti positivi e delle possibili azioni di miglioramento, al fine di adottare strategie adeguate.

Gli studenti imparano ad accettare le critiche. Consigli e suggerimenti

Utilizzate commenti personalizzati sul lavoro di ogni studente invece di frasi standard per l'intero gruppo. Gli studenti si sentiranno più apprezzati e la loro motivazione a raggiungere gli obiettivi aumenterà.



Per approfondire

Fornite un feedback a sandwich ai vostri studenti? È più facile per voi usare questo metodo? Aiuta gli studenti a migliorare? Perché aumenta il benessere?

2) Feedback attraverso le “rubrics”

Nei Paesi di lingua inglese, *“una rubric è uno strumento di valutazione che indica chiaramente i criteri di realizzazione di tutti i componenti di qualsiasi tipo di lavoro dello studente, da quello scritto a quello orale o visivo. Può essere utilizzata per contrassegnare i compiti, la partecipazione in classe o i voti complessivi. Esistono due tipi di rubrics: olistica e analitica.*

Le rubrics olistiche raggruppano diversi criteri di valutazione e li classificano insieme sotto voci di voto o livelli di risultato.

Le rubrics analitiche separano i diversi criteri di valutazione e li affrontano in modo completo. In una rubric di valutazione orizzontale, l'asse superiore comprende valori che possono essere espressi numericamente o in lettere, o in una scala da Eccezionale a Scarso (o da Professionista a Dilettante, e così via). L'asse laterale comprende i criteri di valutazione per ogni componente. Le rubrics analitiche possono anche consentire misure diverse per le varie componenti” [[University of Waterloo, CA](#)].

Obiettivi di apprendimento

- Comunicare aspettative chiare
- Consentire agli studenti di monitorare i propri progressi

- Implementare una valutazione oggettiva

Descrizione

La creazione di una rubric, per garantire chiarezza, efficacia e allineamento con gli obiettivi di valutazione, comporta le seguenti fasi:

- Definire lo scopo e il contesto di utilizzo (ad esempio, un compito, un progetto, una presentazione).
- Determinare i criteri, osservabili e misurabili, che si allineano ai risultati dell'apprendimento.
- Definire i livelli di prestazione per ogni criterio, da scarso a eccellente o da principiante a esperto. Assegnare indicatori descrittivi per ogni livello per illustrare le caratteristiche delle prestazioni.
- Assegnare i pesi o punti a ciascun criterio da scarso a eccellente o da iniziale ad esperto. Assegnare indicatori descrittivi per ogni livello di prestazione .
- Creare una tabella o una griglia per organizzare i criteri (in righe) e i livelli di prestazione (in colonne) con descrizioni e pesi.
- Compilare la griglia con le descrizioni e gli indicatori per ogni livello di prestazione e per ogni criterio.
- Testare la griglia su lavori o scenari campione per assicurarsi che distingua efficacemente i livelli di prestazione e fornisca una guida chiara per la valutazione.
- Revisionare anche con il contributo dei colleghi. Benefici per il benessere mentale

Le rubrics riducono l'ansia degli studenti stabilendo aspettative chiare, incoraggiando l'autoconsapevolezza e la motivazione attraverso criteri di valutazione trasparenti. Inoltre, promuovono un senso di responsabilizzazione e di equità.

Per gli insegnanti, le rubrics semplificano la valutazione, riducendo lo stress.

Nel complesso, le rubrics creano un ambiente positivo e strutturato, favorendo una mentalità di crescita.

Nella sua teoria della motivazione Carol Dweck contrappone la mentalità di crescita alla mentalità fissa: “In una mentalità di crescita gli studenti capiscono che i loro talenti e le loro abilità possono essere sviluppati attraverso lo sforzo, il buon insegnamento e la perseveranza. Non pensano necessariamente che tutti siano uguali o che chiunque possa essere Einstein, ma credono che tutti possano diventare più intelligenti se ci lavorano”. [[Carol Dweck dell'Università di Stanford sulla mentalità della crescita e sull'istruzione](#)]

Consigli e suggerimenti

Per gli studenti più giovani, può essere molto efficace anche evidenziare con colori diversi le voci della rubric o utilizzare una tabella di adesivi/emoticon.



Per approfondire

Coinvolgete gli studenti nell'elaborazione delle rubriche? Quanti livelli di prestazione proponete? Scambiate le rubriche con i colleghi?

3) Peer feedback /feedback tra pari

Attraverso il feedback tra pari gli studenti valutano e commentano il lavoro dei loro compagni.

Obiettivi di apprendimento

- Incoraggiare la partecipazione attiva degli studenti.
- Incoraggiare un ambiente di lavoro collaborativo e positivo.
- Fornire un feedback appropriato e meritorio. Descrizione

Fornite un modulo di feedback e spiegate l'obiettivo della valutazione e come i criteri devono essere valutati in modo oggettivo seguendo le istruzioni con l'aiuto di esempi.

Quando gli studenti hanno terminato la loro, chiedete loro di esaminare quella fatta da un compagno di classe. Essi possono fare correzioni (con un colore diverso), se sono d'accordo con i commenti dei compagni.

Benefici per il benessere mentale

Gli studenti sono coinvolti nel proprio apprendimento e nella valutazione.

Consigli e suggerimenti

I criteri di esito positivo possono essere scelti con gli studenti per assicurarsi che ne comprendano il significato.

Downloads/fotocopie

Tra i tanti strumenti disponibili, [Rcampus](#), fornisce un esempio [group work rubric for peer evaluation](#)



Per approfondire

Facilitate il feedback tra pari online? Quali strumenti utilizzate? Rispetto ad altri metodi di valutazione, questo ha un maggiore impatto sul benessere?

Conclusion

Siamo partiti dalla premessa che l'e-learning può essere una fonte di benessere e queste linee guida mirano a rafforzare questa visione. Infatti, a seguito di esperienze negative, che hanno portato persino a problemi di salute mentale durante le misure di chiusura del Covid- 19, abbiamo ritenuto necessario dissociare l'effetto del contesto sanitario e sociale, con la sua mancanza di visibilità politica, le ingiunzioni paradossali, la reclusione e la perdita di libertà, da quello dell'allontanamento delle relazioni studente-studente e studente-docente. Siamo persino convinti che gli insegnanti, grazie alla formazione online, abbiano contribuito a mantenere il benessere della maggioranza degli studenti, un contributo e un benessere che avrebbero potuto migliorare se tutti fossero stati meglio preparati.

L'e-learning non dovrebbe essere affrontato in modo negativo ma come un'opportunità per gli insegnanti e gli studenti, in quanto offre reali possibilità di sviluppo personale, contribuendo al benessere di tutti.

La possibilità di lavorare al proprio ritmo, di ritornare ogni volta che è necessario su un concetto che può essere presentato in modi diversi, con approcci complementari, utilizzando media diversi, in un ambiente familiare che non favorisce il bullismo, è solo un esempio. Dormire più a lungo perché non ci si deve alzare alle sei del mattino, aspettare l'autobus sotto la pioggia e il freddo e tornare a casa alle sette di sera, è un ovvio vantaggio per la salute.

Se le promesse di benessere offerte dall'apprendimento digitale sono ovvie e numerose di per sé, con questa guida abbiamo cercato di approfondire la questione della presenza a distanza al centro dei nostri sviluppi per garantire e rafforzare il benessere.

La presenza è infatti la chiave per rafforzare la sensazione di benessere, una presenza considerata nelle sue tre dimensioni identificate da Jézégou (2010): socio-cognitiva, derivante dagli scambi tra gli allievi per risolvere una situazione problematica, pedagogica, che è responsabilità dell'insegnante nelle sue interazioni con gli allievi, e socio-affettiva, legata alle interazioni sociali in una relazione equilibrata, per stabilire un clima socio-affettivo favorevole.

Abbiamo quindi sostenuto gli insegnanti in ogni fase del processo di insegnamento, per aiutarli a integrare efficacemente queste tre dimensioni della presenza. Proponendo idee, metodi e strumenti, questa guida mira a garantire che i sistemi di e-learning sui generis, con i loro approcci formali, le tecniche inappropriate, la mancanza di un contesto significativo e i metodi generalizzanti, non diventino una fonte di esclusione.

Per quanto l'insegnante possa essere consapevole, formato e attrezzato, è purtroppo all'interno dei confini della società che l'e-learning incontra i suoi limiti: come semplice modalità di un sistema educativo che è solo una produzione sociale, può al massimo curare alcune ferite, ma non può combattere il malessere generato dalle crescenti disuguaglianze economiche del sistema capitalistico, con la sua perdita di valori, la sua difficoltà a trovare un senso nel lavoro e l'indebolimento dei legami sociali.

Ci auguriamo che queste linee guida rimangano una risorsa preziosa da considerare e applicare da parte dei professionisti dell'educazione nel loro lavoro quotidiano, nell'apprendimento online o misto e, perché no, anche in presenza...