



SOFT SKILLS+

Piano didattico

**COMPETENZE TRASVERSALI PER PERSONE
CON DISABILITÀ INTELLETTIVE**

Contenuto

Funzionamento adattivo - Attività didattica 1	3
Funzionamento adattivo - Attività didattica 2	14
Funzionamento adattivo - Attività didattica 3	21
Funzionamento adattivo - Attività didattica 4	27
Funzionamento adattivo - Attività didattica 5	31
Funzionamento adattivo - Attività didattica 6	38
Riferimenti	48

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 1

Vita indipendente: gestione delle attività quotidiane

L'obiettivo dell'attività è aiutare gli studenti a sviluppare capacità di funzionamento adattivo per svolgere in modo indipendente le attività quotidiane, gestire il tempo in modo efficiente e prendere iniziative nella cura personale e nelle faccende domestiche.

Risultati di apprendimento attesi:

- Comprendere l'importanza delle abilità quotidiane, quali l'igiene personale, l'alimentazione, la gestione della casa e le abilità di vita in comunità.
- Eseguire autonomamente o con un'assistenza minima le attività quotidiane di base, come scegliere cibi sani e preparare pasti semplici.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Cercare aiuto quando necessario.

Materiali:

- Poster e pennarelli
- Foglio 1
- Foglio 2
- Foglio 3

Durata:

60 minuti

Attività:

1. Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Brainstorming: chiedete agli studenti quali sono le loro abitudini quotidiane e perché queste attività sono importanti.
 - Dispensa 1
- Supporto visivo: mostrare immagini di attività quotidiane (ad esempio, lavarsi i denti, preparare la colazione, usare i mezzi pubblici) e discuterne il significato.
 - Dispensa 2

2. Attività 1 – Creare una routine quotidiana (35 min)

- Fornite a ciascun partecipante un modello di agenda giornaliera.
- Guidali nella strutturazione della loro routine quotidiana, assicurando un equilibrio tra cura di sé, pasti, attività sociali e responsabilità.
- Incoraggiare gli studenti a condividere le loro routine e discutere l'importanza della struttura nella vita quotidiana.
 - Dispensa 3

3. Riepilogo e valutazione (15 min)

- Chiedi agli studenti di riflettere su ciò che hanno imparato e su come lo applicheranno nella loro vita

quotidiana.

- Incoraggiate il feedback tra pari sulle attività.
- L'insegnante fornisce rinforzi positivi e consigli per ulteriori esercitazioni.

Suggerimenti per gli educatori

1

Utilizza un linguaggio chiaro e semplice, con esempi pratici

Evita parole complesse e frasi lunghe. Invece di dire:

“Oggi discuteremo delle strategie di gestione del tempo per ottimizzare l'efficienza quotidiana”,

Dite: “Parleremo di come pianificare la vostra giornata, in modo da avere tempo per tutto”.

Usate esempi tratti dalla vita reale: “Se vi svegliate alle 8:00 e dovete uscire alle 9:00, cosa dovete fare per prima cosa?”

2

Fornisci supporti visivi e attività pratiche per rafforzare l'apprendimento

Utilizzate immagini e flashcard delle attività quotidiane (lavarsi i denti, preparare il cibo, viaggiare).

Create un grande grafico da appendere alla parete con un esempio di programma giornaliero che gli studenti possano consultare.

Utilizza oggetti fisici (ad esempio, una sveglia, uno spazzolino da denti, ingredienti per i pasti) per simulare le attività.

3

Promuovi la partecipazione attiva e il lavoro di squadra per migliorare le capacità di risoluzione dei problemi

Incoraggiare gli studenti a lavorare in coppia o in piccoli gruppi per discutere delle loro routine quotidiane. Utilizza attività di role-play: uno studente finge di essere in ritardo e l'altro gli dà consigli su come gestire il tempo.

Chiedi agli studenti di spiegare a turno al gruppo la loro routine quotidiana.

4

Offri feedback positivi e incoraggiamenti per aumentare la fiducia

Riconoscere sempre lo sforzo: invece di dire “È sbagliato”, dire “Ottimo tentativo! Cosa potremmo fare diversamente?”

Celebrate i piccoli successi: “Ti sei ricordato tutte le tue attività mattutine! Ben fatto!”.

Utilizza elogi verbali, adesivi o piccoli certificati per motivare gli studenti.

5

Sii paziente e concedi più tempo se necessario

Se uno studente ha difficoltà a rispondere, concedigli più tempo e riformula la domanda:

“Qual è la tua routine quotidiana?” → (Troppo generico)

“Cosa fai dopo esserti svegliato? Ti lavi i denti prima o fai colazione?”

Evita di affrettarlo o correggerlo immediatamente; guidalo invece delicatamente verso la risposta giusta.

6

Rendete l'ambiente di apprendimento divertente e coinvolgente

Usa una sfida con il timer: “Vediamo se riusciamo a elencare 5 attività mattutine in 30 secondi!”

Lascia che gli studenti recitino diverse routine e indovinino di quale attività si tratta.

Gioca a “Cosa c'è che non va in questo programma?” utilizzando esempi di routine errate.



GUIDA PER TUTOR - ATTIVITA' WARM-UP



Ecco un elenco di domande iniziali per stimolare la conversazione e il brainstorming durante l'introduzione e il riscaldamento (10 min) del tuo programma didattico. Queste domande sono pensate per essere accessibili e coinvolgenti per gli adulti con disabilità intellettive, aiutandoli a entrare in contatto con l'argomento delle routine quotidiane e della vita indipendente.

È possibile stimolare il dibattito verbalmente oppure stampare, ritagliare e plastificare le flashcard affinché gli studenti possano lavorarci individualmente o in piccoli gruppi. Le domande sono suddivise in quattro categorie:



Domande generali sulla routine quotidiana

Gestione del tempo ed organizzazione

Problem-Solving e Autonomia

Aspetti sociali ed emotivi della routine



GUIDA PER TUTOR - ATTIVITA' WARM-UP



Come utilizzare efficacemente queste domande:

- Scegliete 3-5 domande a seconda del coinvolgimento e delle risposte dei vostri studenti.
- Utilizzate le flashcard come supporto visivo per facilitare la comprensione.
- Incoraggiate le discussioni in coppia o in piccoli gruppi per facilitare la conversazione.
- Se necessario, fornite opzioni sì/no o a scelta multipla per aiutare gli studenti che hanno difficoltà con le domande aperte.



Routine quotidiana generale



Cosa fai quando ti svegli alla mattina?

Qual è il momento che preferisci della tua routine quotidiana? Perché?

Ogni giorno la tua routine segue sempre le stesse azioni o cambiano?

Cosa succede quando dimentichi di fare qualcosa nella tua routine? Come ti senti?



Gestione del tempo ed organizzazione



Come fai a sapere a che ora svegliarti o andare a letto?

Cosa succede se dedichi troppo tempo a una sola attività?

Cosa ti capita di dimenticare di fare durante la giornata?

Come possiamo assicurarci di avere tempo sufficiente per tutte le nostre attività?



Problem-Solving e Autonomia



SOFT SKILLS+

Cosa succederebbe se ti svegliassi tardi e dovessi uscire di casa in fretta?

Cosa faresti se non avessi tempo di fare colazione prima di uscire di casa?

Se hai bisogno di aiuto con la tua routine, a chi ti rivolgi?

Ti viene in mente un momento in cui hai dovuto cambiare la tua routine? Come l'hai affrontato?



Co-funded by
the European Union

Aspetti sociali ed emotivi della routine



SOFT SKILLS+

Ti piace fare le cose da solo? O preferisci che qualcuno ti aiuti?

Come ti senti quando la tua routine è organizzata?

Cosa succede quando la tua routine cambia in modo inaspettato? Come ti fa sentire?

Perché è importante dedicare del tempo alle attività ricreative e sociali nella nostra routine quotidiana?



Co-funded by
the European Union

Dispensa 2





Planner Routine Quotidiana

SOFT SKILLS+

Routine del mattino



Cosa fai quando ti svegli?

ORA	ATTIVITA'	COMPLETATA?
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐

Routine pomeridiana



Cosa fai dopo aver pranzato?

ORA	ATTIVITA'	COMPLETATA?
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐

Routine della sera



Cosa fai prima di andare a dormire?

ORA	ATTIVITA'	COMPLETATA?
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐
_____	_____	☐

Domande di riflessione

1. Qual è stata l'attività più importante nella tua routine?
2. Hai dimenticato qualcosa? Cosa aggiungeresti?
3. Cosa ne pensi della tua routine? Ti è utile?

Idee aggiuntive

- Condivisione in coppia o in gruppo: lascia che gli studenti condividano le loro risposte in coppia o in piccoli gruppi prima di discuterne con la classe.
- Usa immagini: mostra un semplice grafico prima/dopo la routine per rafforzare i cambiamenti.
- Incoraggia l'azione: chiedi agli studenti di fissare un piccolo obiettivo per migliorare la loro routine.

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 2



Vita indipendente: gestire il tempo in modo efficiente

Lo scopo di questa attività è aiutare gli studenti a mettere in pratica le abilità della vita quotidiana in modo che possano svolgere le attività quotidiane con maggiore indipendenza. Gli studenti lavoreranno sulla gestione del tempo, svolgendo le attività in ordine logico, decidendo quali sono le più importanti e sapendo quando chiedere aiuto.

Risultati di apprendimento attesi:

- Comprendere l'importanza delle attività quotidiane in modo indipendente, compresa la gestione efficiente del tempo.
- Eseguire le abilità di base della vita quotidiana in modo indipendente o con un'assistenza minima, in una sequenza logica giornaliera.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Chiedere aiuto quando necessario.

Materiali:

- Poster e pennarelli
- Orologi didattici o timer
- Foglio 4
- Foglio 5
- Foglio 6

Durata:

60 minuti

Attività:

1. Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Brainstorming: chiedete agli studenti quali sono le loro abitudini quotidiane. In particolare, chiedete loro: "Qual è una cosa che già fate da soli ogni giorno?" e perché queste attività sono importanti.
- Supporto visivo: mostrare immagini di attività quotidiane indipendenti (ad esempio, preparare il tè, riordinare la propria stanza, impostare la sveglia, ecc.) e discuterne il significato.

2. Attività 1 – Correggere una routine sbagliata (20 min)

- Mostrate agli studenti il foglio 4.
- Chiedete agli studenti di identificare gli errori e discutete perché sono problematici.
- In coppia o in piccoli gruppi, gli studenti correggono il programma e presentano la loro versione migliorata.
- L'educatore facilita la discussione sulle migliori pratiche di gestione del tempo e sulla definizione delle priorità.
 - Foglio 4

4. Attività 2 – Gestire il tempo in modo efficiente (20 min)

- Discutere le strategie per gestire efficacemente il tempo al fine di evitare lo stress e portare a termine i compiti in modo autonomo. Discutere anche in quale ordine è meglio svolgere alcuni compiti.

- Consegnate agli studenti il Foglio 5 e chiedete loro di abbinare le attività agli orari corretti.
 - Foglio 5
- Come attività finale, distribuisce agli studenti il Foglio 6 e chiedi loro di completare l'attività di riempimento degli spazi vuoti.
 - Foglio 6

5. Riepilogo e valutazione (10 min)

- Chiedete agli studenti di riflettere su ciò che hanno imparato e su come lo applicheranno nella loro vita quotidiana.
- Incoraggiate il feedback tra pari sulle attività.
- L'insegnante fornisce rinforzi positivi e consigli per ulteriori esercitazioni.

Suggerimenti per gli educatori

1

Concentratevi sulla definizione delle priorità con compiti semplici

Utilizza carte o esempi per decidere cosa dovrebbe essere fatto

2

Modella un processo decisionale chiaro

Pensate ad alta voce e chiedete agli studenti di spiegare le loro scelte.

3

Promuovete l'indipendenza passo dopo passo

Pianificate insieme, poi incoraggiate gli studenti a provare da soli

4

Insegnate a chiedere aiuto in modo positivo

Utilizza giochi di ruolo per mostrare quando e come chiedere aiuto

5

Collegate l'apprendimento alla vita reale

Esercitate le routine in contesti reali, ove possibile.

6

Incoraggiate la riflessione

Utilizza liste di controllo e domande semplici su ciò che è andato bene.

7

Rendete le attività divertenti e coinvolgenti

Gioca a giochi di ordinamento o completa i passaggi mancanti delle routine.





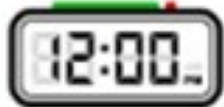
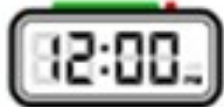
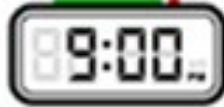
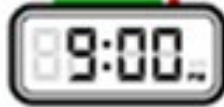
IDENTIFICA L'ERRORE

Guarda il programma giornaliero qui sotto. Ci sono alcuni errori nell'ordine e nell'orario delle attività. Riesci a trovare gli errori e correggerli?

Orario	Attività	✗	✓
07:30	Guardare la tv	Troppo presto, cosa sarebbe meglio fare?	
08:30	Svegliarsi	Troppo tardi, a che ora ci si dovrebbe svegliare?	
09:00	Andare a lavoro senza colazione	Quale abitudine importante manca?	
12:30	Fare pranzo a casa	Dove si dovrebbe essere a quell'ora?	
15:00	Lavarsi i denti	Sarebbe meglio farlo prima?	
18:00	Fare la spesa prima di cucinare	Cosa si dovrebbe fare prima?	
21:00	Cenare	E' troppo tardi per cena?	

Abbinare l'ordine corretto

Le attività riportate di seguito sono mescolate! Traccia una linea per abbinare ciascuna attività al momento corretto.

ORARIO		ATTIVITA'
	.	 . PRANZARE ALLE 12:00PM
	.	 . RILASSARSI PRIMA DI ANDARE A DORMIRE
	.	 . FARE LA SPESA
	.	 . FARE COLAZIONE
	.	 . SVEGLIARSI E VESTIRSI

 Co-funded by the European Union

Dispensa 6:



Inserisci le attività mancanti

In questo programma mancano alcune attività quotidiane importanti! Puoi inserire i passaggi mancanti?

Prendere i mezzi pubblici

Relassarsi prima di dormire

Lavarsi i denti

Fare la spesa

Orario	Attività
07:00	Svegliarsi
07:30	_____ (Suggerimento: importante per l'igiene)
08:00	Fare colazione
09:00	_____ (Suggerimento: come vai al lavoro o a scuola?)
12:30	Pranzare
15:00	Tempo libero (guardare la TV, fare una passeggiata, leggere, etc.)
18:00	_____ (Suggerimento: cosa fai prima di preparare la cena?)
19:30	Fare cena
22:00	_____ (Suggerimento: l'ultima cosa prima di andare a dormire)



SINTESI E DISCUSSIONE

Valutazione

Idee aggiuntive

- Condivisione in coppia o in gruppo: chiedete agli studenti di condividere le loro risposte in coppia o in piccoli gruppi prima di discuterne con la classe.
- Utilizzo di supporti visivi: mostrare un semplice grafico che illustri la routine prima e dopo per rafforzare i cambiamenti.
- Incoraggiare l'azione: chiedere agli studenti di fissare un piccolo obiettivo per migliorare la loro routine.

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 3

Vita indipendente: pianificare un budget semplice

L'obiettivo dell'attività è: aiutare i partecipanti a capire come pianificare un budget semplice per le esigenze quotidiane, prendere decisioni di spesa intelligenti e sviluppare responsabilità e indipendenza nella gestione del denaro.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gestire il denaro in modo efficace.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Comprendere l'importanza delle competenze di vita quotidiana.

Materiali:

- Poster e pennarelli
- Schede visive di oggetti essenziali e non essenziali (ad esempio pane, latte, torta, giocattoli)
- Soldi finti (banconote e monete di carta)
- Foglio 7

Durata:

60 minuti

Attività

Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Breve discussione di gruppo: "A cosa serve il denaro?"
- Sessione di brainstorming con schede visive: i partecipanti indicano gli articoli essenziali e quelli non essenziali.
- L'educatore introduce il concetto di budget: "Abbiamo una quantità limitata di denaro e dobbiamo scegliere con saggezza".

Attività 1: Pianificare un bilancio semplice (20 min)

- Distribuisce il foglio 7 a ogni studente. Guidali nella compilazione del loro semplice bilancio con le seguenti indicazioni:
 - Perché abbiamo bisogno di soldi ogni giorno?
 - Di quali beni essenziali abbiamo bisogno per vivere bene ogni giorno?
 - Quali sono le cose che compriamo inutilmente?
 - Ti ricordi qualcosa che hai comprato di recente? Era una necessità o un desiderio?
 - Ti è mai capitato di dover scegliere cosa comprare perché non avevi abbastanza soldi? Come ti sei sentito?
 - Se avessi 20 euro, cosa compreresti per primo?
- Se ti senti a tuo agio, chiedi ai partecipanti di condividere il loro budget personale con tutto il gruppo.

Attività 2: Il mio semplice piano di bilancio (20 min)

- Distribuisci il foglio 8 agli studenti e guida li nella creazione del loro semplice piano di bilancio.
- Presentate agli studenti uno scenario in cui hanno a disposizione 20/50/100 euro. Chiedete loro di completare il foglio di lavoro elencando gli articoli che acquisterebbero normalmente e classificandoli come “essenziali” o “non essenziali”.
- Chiedete loro di completare il loro budget, analizzando ciò di cui hanno bisogno rispetto a ciò che desiderano.

Valutazione (10 min)

- Discussione di gruppo: “È stato facile o difficile rispettare il budget?”
- “Come avete deciso cosa tenere e cosa lasciare?”
- L'educatore fornisce un feedback evidenziando le decisioni e le strategie intelligenti.

Sessione di sintesi

- Riassumere i punti chiave dell'apprendimento: “Un budget ci aiuta ad assicurarci di avere prima ciò di cui abbiamo bisogno”.
- Incoraggiare i partecipanti a provare a fare un piccolo budget a casa con la loro famiglia o con chi si prende cura di loro.

Suggerimenti per gli educatori

1

Utilizza immagini semplici e colorate per facilitare la comprensione. Ad esempio, utilizza immagini vivaci di prodotti alimentari comuni come pane, latte o mele con prezzi stampati in grande e organizzali per categoria (ad esempio, alimenti, articoli di svago).

2

Concedete ai partecipanti tutto il tempo necessario per riflettere e discutere. Alcuni partecipanti potrebbero aver bisogno di più tempo per confrontare i prezzi, calcolare i totali e decidere quali articoli sono più importanti. Evitate di metterli fretta; incoraggiate invece conversazioni in piccoli gruppi in cui possano condividere il loro ragionamento.

3

Rafforzate le scelte positive con incoraggiamenti. Ogni volta che un partecipante dà la priorità ai bisogni rispetto ai desideri o gestisce con successo il proprio budget, celebrate la sua decisione con elogi verbali, adesivi o un segno di approvazione con il pollice alzato.

4

Offrite assistenza con le operazioni matematiche, se necessario (ad esempio, sommando i prezzi, controllando i totali). Alcuni partecipanti potrebbero avere difficoltà con i calcoli; siate pronti a utilizzare calcolatrici, fornire indicazioni passo dopo passo o accoppiare i partecipanti con i compagni per fornire loro supporto.

5

Modificate i prezzi degli articoli per mantenere l'attività realistica e gestibile. Ad esempio, mantenete semplici le fasce di prezzo (ad esempio, pane 2 €, formaggio 5 €) per evitare confusione e assicuratevi che l'insieme complessivo degli articoli disponibili consenta ai partecipanti di prendere decisioni di bilancio significative ma realizzabili.



Foglio 7:

Obiettivo:

Stimolare la riflessione sui bisogni quotidiani, sul valore del denaro e introdurre l'idea di pianificare un budget.



Consigli pratici per gli educatori:

- Scrivi le risposte dei partecipanti su una lavagna bianca o su grandi fogli ben visibili.
- Utilizzate immagini (ad esempio foto di pane, latte, videogiochi, vestiti) per supportare visivamente la discussione.
- Se il gruppo è timido, offrite due opzioni (“È più importante comprare il pane o il gelato?”) per facilitare la scelta.

Attività 1 – Foglio di lavoro sul bilancio

Foglio 8:

**Il mio semplice piano di bilancio**
SOFT SKILLS+

Articolo	Prezzo (€)	Essenziale or Non-Essenziale?	Lo compro (✓)

CALCOLO TOTALE

Totale spesa(€): _____

Budget (€): _____

Resto (€): _____



AUTO-RIFLESSIONE

Sono rimasto entro il mio budget?	
Qual è stata la scelta più difficile da fare?	

Note per gli educatori:

- Se necessario, è possibile precompilare la tabella con un elenco di articoli disponibili e relativi prezzi.
- Incoraggiare i partecipanti a spuntare gli articoli che “acquistano” e calcolare il totale alla fine.
- Se necessario, modificate il numero di righe in base alla complessità dell’attività (si consigliano 5-8 articoli).

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 4

Vita indipendente: acquisti intelligenti: bisogni vs. desideri

L'obiettivo dell'attività è: aiutare i partecipanti a distinguere tra bisogni essenziali e desideri non essenziali, prendere decisioni di acquisto informate e sviluppare responsabilità e indipendenza nella gestione delle scelte quotidiane.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gestire il denaro in modo efficace.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Comprendere l'importanza delle abilità di vita quotidiana.

Materiali:

- Poster e pennarelli
- Orologi didattici o timer
- Schede visive o immagini che rappresentano diversi oggetti (ad esempio pane, shampoo, cioccolato, videogiochi)
- Soldi finti (banconote e monete di carta)
- Lavagna per ordinare "Bisogni vs. Desideri" o due grandi poster etichettati

Durata:

60 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Conversazione iniziale: "Di cosa abbiamo davvero bisogno ogni giorno per vivere bene?"
- Mostra immagini di vari oggetti e chiedi ai partecipanti di dividerli rapidamente in due pile: "Importante" e "Non così importante".
- Introdurre i termini "bisogni" e "desideri" con un linguaggio semplice.

"I bisogni sono cose di cui abbiamo bisogno per vivere. I desideri sono cose che ci piacciono ma di cui non abbiamo realmente bisogno".

Attività 1: Sfida di classificazione bisogni vs desideri (20 min)

- I partecipanti lavorano individualmente o in piccoli gruppi.
- Ogni partecipante o gruppo riceve una serie di carte illustrate con oggetti diversi.
- Utilizzando i tabelloni "Bisogni" e "Desideri", smistano correttamente ogni oggetto.
- Dopo la classificazione, i gruppi presentano e spiegano alcune delle loro scelte.

Esempi:

- Pane → Bisogno
- Shampoo → Bisogno
- Cioccolato → Desiderio

- Giocattolo → Desiderio

Attività 2: Gioco della lista della spesa (20 min)

- Ogni partecipante riceve 20 € in denaro finto.
- Su un tavolo o una parete sono disposte immagini di articoli con i relativi prezzi.
- I partecipanti devono creare una lista della spesa che copra solo i loro “bisogni” e vedere quanto denaro rimane.
- Con il denaro rimanente, possono scegliere un “desiderio”, se possibile.
- Esempio:
- Acquistare pane (2 €), latte (1,5 €), shampoo (3 €) → Totale 6,5
- Rimanenza €13,5 → Possono scegliere un cioccolatino (€2) o risparmiare il resto.

Valutazione (10 min)

- Discussione di gruppo con domande chiave:
 - “È stato facile o difficile separare i bisogni dai desideri?”
 - “Qual è stata la cosa più difficile a cui rinunciare?”
 - “Ti sono rimasti dei soldi dopo aver acquistato ciò di cui avevi bisogno?”
- Breve riflessione: ogni partecipante scrive o condivide una cosa che ha imparato sullo shopping intelligente.

Sessione di sintesi

- Riassumi i concetti chiave:
- “Le necessità vengono prima di tutto. I desideri sono un extra, se ci rimangono dei soldi.”
- Incoraggia i partecipanti a parlare con la famiglia o con chi si prende cura di loro di ciò che considerano bisogni e desideri a casa

Suggerimenti per gli educatori

- Utilizza molte immagini per facilitare la comprensione
- I partecipanti con disabilità intellettive spesso comprendono meglio attraverso le immagini che attraverso il testo.
- Preparate immagini chiare e realistiche degli oggetti (non disegni astratti). Ad esempio: utilizzate una foto reale di una pagnotta di pane invece di un disegno animato.
- Potete anche mostrare fisicamente le immagini e chiedere ai partecipanti di collocarle sotto “Bisogni” o “Desideri” durante la discussione.
- Consentite flessibilità nell’interpretazione
- Non tutti gli oggetti sono sempre chiaramente un bisogno o un desiderio: può dipendere dalla situazione.
- Esempio:
 - un cappotto invernale è un bisogno se fa freddo.
 - Un giocattolo potrebbe essere un desiderio di conforto emotivo per alcuni partecipanti.
 - Se i partecipanti danno una spiegazione insolita ma ragionevole, accettala e loda il loro ragionamento:
 - “Ottima riflessione! L’hai spiegato molto bene”.
 - Ribadite che ognuno ha priorità diverse
 - Durante l’attività, dite apertamente:
 - “Ciò che è importante per una persona potrebbe non esserlo per un’altra, e va bene così.”
 - Incoraggia il rispetto per le diverse opinioni e situazioni di vita (questo rafforza anche le abilità sociali ed emotive).
- Usa degli esempi: per alcune persone, un telefono cellulare potrebbe essere essenziale per comunicare con la famiglia.
- Celebra le decisioni intelligenti e il pensiero critico, non solo le risposte corrette
- Concentratevi più su come i partecipanti prendono le decisioni piuttosto che sul fatto che abbiano classificato tutto in modo perfetto.
- Complimentatevi per il processo:
 - “Hai davvero pensato prima a ciò di cui avevi bisogno. Ottimo lavoro!”
 - Questo rafforza la fiducia in se stessi e incoraggia il futuro processo decisionale indipendente.
- Offri aiuto con i calcoli, se necessario
- Alcuni partecipanti potrebbero avere difficoltà a sommare i prezzi o a controllare i totali.
- Offri un sostegno delicato senza farli sentire giudicati.
- Puoi anche consentire l’uso di semplici calcolatrici o guidarli passo dopo passo ponendo domande come:
 - “Se il pane costa 2 € e il latte 1,5 €, quant’è il costo totale?”
- Mantieni un tono positivo e paziente durante tutta l’attività
- Gestire il denaro e fare delle scelte a volte può causare frustrazione, soprattutto se i partecipanti devono rinunciare a prodotti che gradiscono.
- Incoraggiali con delicatezza e ricorda loro:
 - “Il bilancio ci aiuta ad assicurarci di avere sempre prima ciò di cui abbiamo bisogno.”

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 5

Vita indipendente: leggere orari e mappe

L'obiettivo dell'attività è: aiutare i partecipanti a imparare a leggere semplici orari e mappe dei mezzi pubblici, pianificare percorsi di base e sviluppare l'indipendenza nell'uso sicuro dei mezzi pubblici.

Risultati di apprendimento attesi:

- Utilizzare i mezzi di trasporto pubblico.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Comprendere l'importanza delle abilità di vita quotidiana.

Materiali:

- Poster, pennarelli, carta e adesivi colorati
- Orologi didattici o timer
- Semplici mappe stampate di autobus o metropolitana (versioni reali o adattate)
- Orari semplificati di autobus/metropolitana (orari, fermate, destinazioni)
- Dispensa 9

Durata:

60 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Conversazione iniziale: “Hai mai preso un autobus, un tram o la metropolitana? Dove sei andato?”
- Mostra una grande mappa dei trasporti colorata e indica i luoghi familiari (scuola, supermercato, parco).



COS'È UNA MAPPA?

UNA MAPPA È
UN'IMMAGINE CHE CI
MOSTRA DOVE SI
TROVANO I LUOGHI E CI
AIUTA A ORIENTARCI.



LEGENDA MAPPE

LE MAPPE UTILIZZANO
SIMBOLI PER INDICARE
LUOGHI DIVERSI. LA
LEGENDA CI SPIEGA IL
SIGNIFICATO DI
CIASCUN SIMBOLO.



TROVARE LUOGHI

POSSIAMO USARE
MAPPE E LEGENDA PER
TROVARE DIVERSI
LUOGHI, COME LA
SCUOLA O IL NEGOZIO
DI ALIMENTARI.



TROVA LA BIBLIOTECA

SE PARTIAMO DA **CASA**, IN QUALE DIREZIONE DOBBIAMO
ANDIAMO PER ARRIVARE ALLA **BIBLIOTECA**?



SEGUI UNA STRADA

POSSIAMO SEGUIRE UN PERCORSO PER ANDARE DA
UN LUOGO ALL'ALTRO. TROVIAMO UN PERCORSO
DALL'OSPEDALE AL RISTORANTE.



- Breve spiegazione: “I mezzi pubblici ci aiutano a spostarci da un luogo all’altro. Oggi impareremo ad orientarci utilizzando mappe e orari!”

Attività 1: Trova la tua fermata! (20 min)

- I partecipanti ricevono una semplice mappa dell’autobus o della metropolitana.
- Proponi agli studenti brevi sfide, ad esempio:
 - “Trova la stazione più vicina al supermercato.”
 - “A quale fermata devi scendere per arrivare al parco?”
- Incoraggia gli studenti a usare dei pennarelli per cerchiare le fermate o colorare i percorsi sulla mappa.
- Esempi:
 - Punto di partenza: Casa
 - Destinazione: Parco → Trova la linea e la fermata.
- Competenze esercitate:
 - Lettura della mappa
 - Orientamento spaziale

Attività 2: Pianifica il tuo viaggio! (20 min)

- Fornisci ai partecipanti una semplice tabella con gli orari di partenza degli autobus o della metropolitana.
- Ogni partecipante riceve una scheda missione, ad esempio
 - “Vuoi arrivare al supermercato entro le 11:00. Quale autobus devi prendere?”
- Devono trovare la linea e l’orario di partenza corretti utilizzando l’orario.
- Esempi:
 - Partenza: da casa alle 10:15

- Linea dell'autobus: 3A
- Arrivo: Parco alle 10:45
- Competenze esercitate:
- Lettura degli orari
- Pianificazione e gestione del tempo

Valutazione (10 min)

- Discussione di gruppo:
 - “È stato facile o difficile trovare la fermata o l'autobus giusto?”
 - “Come possiamo verificare se siamo sull'autobus o sul tram giusto?”
 - “Perché è importante pianificare il viaggio prima di uscire di casa?”
- I partecipanti condividono una cosa che hanno imparato, che ora sono in grado di fare.

Sessione di sintesi

- Riassumere gli insegnamenti chiave:
- “Le mappe e gli orari ci aiutano a viaggiare in modo sicuro e indipendente”.
- Incoraggiate i partecipanti a controllare un orario reale di autobus o metropolitana durante la settimana con un familiare o un assistente.

Suggerimenti per gli educatori

Aspetti specifici dell'attività:

- Utilizza mappe reali (ad esempio, fornite dalla compagnia di trasporti locale), ma copri i dettagli non necessari.
- Evidenziate il punto di partenza e la destinazione del partecipante con pennarelli o adesivi dai colori vivaci.
- Iniziate con luoghi molto familiari
 - Iniziate le attività con luoghi che i partecipanti conoscono bene: la loro casa, il parco, la scuola, il negozio di alimentari.
- Concentrati solo su alcune linee e destinazioni familiari ai partecipanti (ad esempio, il loro quartiere, il supermercato, il parco):
 - Esempio: usa una mappa che mostri solo 5-6 fermate invece dell'intera rete della città.
- Questo crea un immediato legame emotivo e riduce l'ansia.
 - Esempio: "Vuoi andare da casa tua al parco. Quale fermata ti serve?"

Aspetti organizzativi:

- Utilizza adesivi o evidenziatori per tracciare i percorsi

Aiuta i partecipanti a seguire visivamente il percorso:

- Utilizza mappe reali e colorate, ma semplificate
- Usa una linea verde per il percorso scelto.
 - Posizionare un adesivo a forma di stella sul punto di partenza e un altro sulla destinazione.
 - Questo rende l'esperienza di apprendimento più tangibile e accessibile, soprattutto per gli studenti visivi.

Aspetti educativi:

- Ripeti le stesse domande con luoghi diversi
- Per rafforzare la fiducia, una volta che un partecipante ha risposto correttamente, ponete una domanda simile ma leggermente diversa:
 - "Ottimo! E se invece volessi andare al panificio?"
 - Rafforzare la struttura senza sopraffarli aiuta a consolidare l'apprendimento attraverso la ripetizione in varianti.
 - Celebra anche i piccoli successi
 - Loda non solo il successo completo, ma ogni piccolo passo:
 - Trovare la fila giusta.
 - Riconoscere una fermata familiare.
 - Leggere correttamente un orario.
 - Esempio: "Hai trovato la fermata giusta! Fantastico! Non è sempre facile."
- Sii paziente e incoraggiante in ogni momento
- All'inizio leggere mappe e orari può essere stressante. Normalizza gli errori: "Anche gli adulti a volte si perdono. Va bene, l'importante è sapere come trovare aiuto!"

Funzionamento adattivo

- Attività didattica 6



Vita indipendente: comportamento sicuro durante i viaggi

L'obiettivo dell'attività è aiutare i partecipanti a comprendere e mettere in pratica comportamenti sicuri durante l'utilizzo dei mezzi pubblici, compreso come rimanere vigili, chiedere aiuto quando necessario e viaggiare in modo indipendente con sicurezza.

Risultati di apprendimento attesi:

- Utilizzare i mezzi di trasporto pubblico.
- Sviluppare un senso di responsabilità e indipendenza.
- Prendere l'iniziativa nelle attività quotidiane.
- Comprendere l'importanza delle abilità di vita quotidiana.
- Chiedere aiuto quando necessario.

Materiali:

- Poster
- Pennarelli
- Carta
- Dispensa 10
- Dispensa 11

Durata:

60 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (10 min)

- Conversazione iniziale: "Sei mai stato su un autobus, un tram o una metropolitana? Cosa devi fare per viaggiare in sicurezza?"
- Mostra immagini di comportamenti sicuri e non sicuri (ad esempio, sedersi durante il viaggio vs. stare in piedi senza tenersi a nulla).
- Discutere: "Perché è importante stare al sicuro quando viaggiamo?"

Attività 1: Sicuro o pericoloso? Gioco di classificazione (20 min)

- Distribuisci la Dispensa 10 ai partecipanti. Il foglio presenta diverse carte illustrate che raffigurano comportamenti durante il viaggio.
- Chiedi agli studenti di ordinare le carte nelle categorie "Sicuro" o "Non sicuro".

Attività 2: Gioco di ruolo "Viaggiatore sicuro!" (20 min)

- Chiedi agli studenti di formare delle coppie.
- Utilizzando la Dispensa 11, chiedi ai partecipanti di scegliere a caso una semplice scheda di gioco di ruolo e di recitare una situazione. Ripeti se necessario.
- Chiedete agli studenti di scambiarsi i ruoli una volta che hanno recitato il loro scenario.

Valutazione (10 min)

- Riflessione di gruppo:
 - “Qual è una cosa che puoi fare per stare al sicuro quando viaggi?”
 - “Se ti senti perso o in pericolo, cosa dovresti fare?”
- Ogni partecipante può disegnare o scrivere un “consiglio di sicurezza” da condividere con il gruppo.

Sessione di sintesi

- Riassumi i punti chiave:

“Quando viaggiamo in sicurezza, ci sentiamo forti e indipendenti”.

- Incoraggia i partecipanti a ricordare tre regole importanti per viaggiare in sicurezza:

1. Rimanere seduti o tenersi saldamente mentre ci si sposta.
2. Chiedere aiuto se necessario.
3. Prestare attenzione a ciò che accade intorno a voi.

Suggerimenti per gli educatori

- Utilizzate immagini realistiche e facilmente riconoscibili per le attività di smistamento
- Scegli immagini che sembrano reali e familiari (ad esempio, foto di autobus reali, autisti di autobus reali che aiutano i passeggeri).
- Se possibile, evitate i cartoni animati, in modo da rendere più facile per i partecipanti trasferire ciò che vedono in comportamenti reali.
 - Esempio: mostra una foto di una persona che tiene il corrimano all'interno di un autobus, non solo un'icona.
- Mantenete un'atmosfera giocosa e positiva durante i giochi di ruolo.
- I giochi di ruolo possono rendere nervosi alcuni partecipanti.
- Crea un'atmosfera divertente e leggera: sottolinea l'importanza di esercitarsi a "essere eroi della sicurezza" invece di evidenziare i pericoli.
 - Esempio: introdurre i giochi di ruolo dicendo:
 - "Diventa un super viaggiatore oggi! Quali scelte intelligenti possiamo fare?"
- Non drammatizzare mai il pericolo, concentrati su azioni positive e intelligenti
 - Quando si discute dei rischi, siate semplici e rassicuranti.
 - Evita di usare la paura o scenari esagerati che potrebbero spaventare i partecipanti.
 - Concentratevi invece su cosa fare nel modo giusto piuttosto che su cosa potrebbe andare storto.
 - Esempio: invece di dire "Potresti cadere e farti male!", dite "Tenersi al corrimano ti mantiene sicuro e stabile".
- Dai molti feedback positivi, anche per piccoli comportamenti sicuri
 - Celebra ogni passo verso un comportamento più sicuro, anche quelli minori come ricordarsi di tenersi al palo o chiedere aiuto.
 - Rafforzate il comportamento lodando l'azione:
 - "Ho visto che ti sei guardato intorno prima di scendere dall'autobus. È un modo intelligente di viaggiare!"
- Consenti ai partecipanti di suggerire i propri consigli di sicurezza
 - Dopo la pratica, chiedi ai partecipanti di inventare o condividere le loro "regole" personali per viaggiare in sicurezza.
 - Questo aumenta il loro coinvolgimento e li aiuta a interiorizzare i comportamenti.
 - Esempio: chiedi ai partecipanti di disegnare un poster con le loro tre regole di sicurezza preferite.
- Ricorda ai partecipanti che chiedere aiuto è un punto di forza, non una debolezza
 - Molte persone con disabilità intellettive potrebbero sentirsi timide o aver paura di chiedere aiuto.
 - Normalizza la richiesta di assistenza presentandola come un comportamento intelligente e indipendente.
 - Esempio di frase da utilizzare:
 - "I buoni viaggiatori sanno quando chiedere aiuto. Questo è essere intelligenti, non deboli!"





SICURO



NON SICURO



Co-funded by



Comportamenti sicuri vs. non sicuri



Porta sempre con te un biglietto, un abbonamento o una tessera di trasporto validi.

Informati in anticipo su quale autobus, tram o metropolitana prendere e dove scendere.

Porta con te un biglietto con il tuo nome, indirizzo e un numero di telefono di emergenza.

Utilizza solo fermate e stazioni ben illuminate e affollate.



Co-funded by
the European Union



Comportamenti sicuri vs. non sicuri



Tieni lo zaino o la borsa davanti a te, soprattutto nei luoghi affollati.

Se ti senti perso, chiedi aiuto solo al personale in divisa o a persone di fiducia.

Rimanete seduti o tenetevi ai corrimano durante il viaggio.

Utilizza sempre i passaggi pedonali e i semafori per attraversare la strada.



Comportamenti sicuri vs. non sicuri



Salire su un autobus, un tram o una metropolitana senza biglietto/conoscendo la destinazione.

Parlare con sconosciuti e condividere informazioni personali (ad esempio, il tuo indirizzo, la tua destinazione, ecc.)

Accettare passaggi da persone sconosciute o veicoli non ufficiali.

Abbandonare il percorso pianificato senza dirlo a nessuno.





Comportamenti sicuri vs. non sicuri



Ignorare i segnali di avvertimento o gli annunci sui mezzi pubblici.

Essere distratti dal telefono mentre si attraversa la strada.

Lasciare lo zaino o la borsa incustoditi.

Utilizzo di scorciatoie in aree isolate o scarsamente illuminate.



Dispensa 10:

Sul Bus/ Treno



Sali su un autobus
affollato e devi trovare un
posto sicuro dove sederti.



Hai perso la
tua fermata,
cosa dovresti
fare?

L'autobus cambia
improvvisamente
percorso. Come
puoi chiedere
aiuto all'autista?



Ti senti a disagio
perché qualcuno è
seduto troppo vicino
a te. Cosa puoi fare?



Financed by
the European Union

Aspettare/Camminare

Ti trovi in una
stazione
ferroviaria
affollata e ti senti
un po' perso.
Come chiedi
aiuto?



Vedi arrivare il
tuo autobus.
Come fai a
salire in
sicurezza?

Stai
camminando
verso la fermata
dell'autobus e
vedi un cane
senza guinzaglio.
Cosa fai?



Stai aspettando
l'autobus la
sera. Come fai a
stare al sicuro
mentre aspetti?



Financed by
the European Union

Biglietti/Costi

Devi comprare un biglietto dell'autobus/treno. Spiega come lo chiederesti.



Pensi di aver perso il tuo abbonamento dell'autobus. Cosa dovresti fare?



Vuoi verificare se il tuo biglietto è valido. Come lo chiedi all'autista?



Quando paghi ti danno il resto sbagliato. Come puoi farlo presente cortesemente?



Co-funded by
the European Union

Emergenze/Aluto

Sei sull'autobus/treno e non ti senti bene. Cosa dovresti fare?



Sali sull'autobus sbagliato. A chi puoi chiedere aiuto?



La batteria del tuo telefono si scarica mentre sei in viaggio. Cosa puoi fare?



Non riesci a trovare la tua fermata in un posto nuovo. Come chiedi indicazioni?



Co-funded by
the European Union

Riferimenti:

Wehmeyer, M. L., & Shogren, K. A. (2017). Autodeterminazione e scelta per le persone con disabilità intellettive e dello sviluppo. In M. L. Wehmeyer (Ed.), *The Oxford handbook of positive psychology and disability* (pp. 189–201). Oxford University Press.

Snell, M. E., & Brown, F. (2011). *Istruzione di studenti con disabilità gravi* (7a ed.). Pearson.

Test, D. W., Fowler, C. H., Wood, W. M., Brewer, D. M., & Eddy, S. (2005). Un quadro concettuale di auto-tutela per studenti con disabilità. *Educazione speciale e di recupero*, 26(1), 43–54. <https://doi.org/10.1177/07419325050260010601>

Ayres, K. M. e Langone, J. (2005). Intervento e istruzione con video per studenti con autismo: una rassegna della letteratura. *Education and Training in Developmental Disabilities*, 40(2), 183–196.

Browder, D. M., & Spooner, F. (2006). *Insegnare agli studenti con disabilità moderate e gravi*. Guilford Press.

Shogren, K. A., Wehmeyer, M. L., Palmer, S. B., Forber-Pratt, A. J., Little, T. D., & Lopez, S. J. (2015). Teoria dell'agenzia causale: riconcettualizzazione di un modello funzionale di autodeterminazione. *Istruzione e formazione nell'autismo e nelle disabilità dello sviluppo*, 50(3), 251–263.

Agran, M., Blanchard, C., Wehmeyer, M., & Hughes, C. (2002). Insegnare agli studenti ad autoistruirsi utilizzando un computer palmare: un metodo per promuovere l'autodeterminazione. *Istruzione e formazione nel ritardo mentale e nelle disabilità dello sviluppo*, 37(4), 398–408.

Riferimenti a SITI WEB

Mencap (Regno Unito) – <https://www.mencap.org.uk>

Ottime risorse educative e materiali pratici per supportare adulti con disabilità intellettiva.

AbleNet – <https://www.ablenetinc.com>

Modello SCERTS – <https://www.scerts.com>

ThinkWork (UMass Boston) – <https://www.thinkwork.org>

Centro nazionale sui materiali didattici accessibili (CAST) – <https://aem.cast.org>



SOFT SKILLS+



DIGITAL MEDIA ZONE



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili. Numero del progetto: 2024-1-HR01-KA220-ADU-000247169



CC BY-NC-SA 4.0