

Progetto di una Unità di Apprendimento *flipped*

Dati dell'Unità di Apprendimento

Titolo: Lo sballo del sabato sera

Scuola: Liceo Classico

Materia: Scienze Motorie

Classe: 4^a

Argomento curricolare:

(indicare l'argomento curricolare che si vuole affrontare con approccio flipped classroom, esempi: la struttura particellare della materia, , il Congresso di Vienna, le equazioni lineari, ecc.)

Educazione alla salute – La dipendenze dall'alcool.

La Sfida. Come si attiva l'interesse e la motivazione degli allievi:

(indicare come si intende stimolare l'interesse, la curiosità e coinvolgere gli allievi in modo da renderli parte attiva nella costruzione delle conoscenze indicate. Tipicamente ciò avviene lanciando una sfida che può consistere nel porre una domanda a cui rispondere, un problema da risolvere, una ricerca da effettuare, un caso da analizzare in modo coinvolgente e motivante.)

Quando si parla di tutela della salute, va messa in primo piano la prevenzione, intesa non solo come diagnosi precoce nella cura delle malattie, ma soprattutto come un sano stile di vita, come consapevolezza della propria corporeità, conoscenza e rispetto del proprio corpo e presa di coscienza dei pericoli ai quali ci esponiamo assumendo sostanze illecite o nocive come droghe, fumo e alcool. Come comunità educante la scuola condivide con la famiglia il compito di far sì che i ragazzi acquisiscano comportamenti e stili di vita, sociali e individuali, improntati al rispetto della qualità della vita e delle relazioni finalizzate al loro benessere.

Partendo dalla consuetudine, ormai diffusa, di trascorrere il sabato sera facendo abuso di sostanze alcoliche, chiedo agli alunni di intervistare i compagni e amici sui comportamenti abituali del sabato sera, allo scopo di renderli consapevoli dei danni e delle conseguenze che tale dipendenza comporta.

Lancio della Sfida. Quali attività si svolgono prima o in apertura della lezione:

(indicare se l'azione didattica proposta prevede attività preparatorie da svolgere prima della lezione d'aula. Ed esempio fruizione di risorse didattiche che costituiscano un quadro di riferimento, richiamino preconoscenze, attivino la curiosità oppure attività di verifica delle conoscenze già affrontate per mettere meglio a punto l'azione in classe. Indicare le risorse digitali eventualmente utilizzate quali LMS, video, presentazioni multimediali, testi...)

Nel primo incontro, gli allievi raccoglieranno i dati delle interviste e, dopo una prima lettura delle risposte ottenute, li raggrupperanno per affinità. Chiederò loro di costruire con i dati ottenuti un grafico dal quale si potrà evidenziare anche l'uso di sostanze alcoliche.

Agli alunni verrà assegnato come compito a casa la visione dei seguenti link <https://youtu.be/5xD2NCosChc>

<https://youtu.be/29JsfPG3bo> <https://youtu.be/xN2Kai8kyPA>

Condurre la sfida. Quali attività si svolgono per rispondere alla sfida:

(indicare le metodologie didattiche che si intendono utilizzare in classe: lezione dialogata, lavoro di gruppo, apprendimento fra pari, studio individuale per consentire agli allievi di rispondere alla sfida proposta e costruire attivamente le conoscenze richieste, indicando anche diverse metodologie e più fasi successive.)

Nel secondo incontro propongo una lezione dialogata in cui gli alunni riporteranno le proprie osservazioni. Al termine di essa e in base ai grafici da loro elaborati, faranno una tabella dalla quale deve emergere il rischio che si corre facendo abuso ed uso di tali sostanze. Propongo, poi, il confronto con tabelle ufficiali.

Il limite permesso per mettersi alla guida

Fino a **0,50** gr. di etanolo per litro di sangue equivalenti a:

Birra una bottiglia 330 cc 	Vino mezzo calice 125 cc 	Vini liquorosi e aperitivi 2/3 di bicchieri 80 cc 	Digestivi (amari acqueviti) mezzo bicchiere 40 cc 
Superalcolici mezzo bicchiere 40 cc 	Champagne e spumante 2/3 di bicchiere 100 cc 	Ready to drink 2/3 di bottiglia 150 cc 	Mix sommare tutti i componenti

Gli esempi

DONNA, un brindisi con champagne o spumante (50 cc)

gradazione alcolica (% vol): 11%	A STOMACO VUOTO				A STOMACO PIENO			
	PESO CORPOREO (Kg)				PESO CORPOREO (Kg)			
	55	60	65	75	55	60	65	75
tasso alcolemico	0,31	0,28	0,26	0,22	0,18	0,16	0,15	0,13

UOMO, un bicchiere di birra (125 cc)

gradazione alcolica (% vol): 5%	A STOMACO VUOTO				A STOMACO PIENO			
	PESO CORPOREO (Kg)				PESO CORPOREO (Kg)			
	70	75	80	90	70	75	80	90
tasso alcolemico	0,28	0,26	0,24	0,22	0,16	0,15	0,14	0,12

DONNE (A STOMACO PIENO)		PESO CORPOREO (KG)					
BEVANDA	gradazione alcolica (vol. %)	45	55	60	65	75	80
LIVELLI TEORICI DI ALCOLEMIA							
Birra analcolica	0,5	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	0,02
Birra leggera	3,5	0,23	0,19	0,17	0,16	0,14	0,13
Birra normale	5	0,32	0,23	0,24	0,22	0,19	0,18
Birra speciale	8	0,52	0,42	0,39	0,36	0,31	0,29
Birra doppio malto	10	0,65	0,53	0,48	0,45	0,39	0,36
Vino	12	0,29	0,24	0,22	0,2	0,18	0,17
Vini liquorosi Aperitivi	18	0,28	0,23	0,21	0,2	0,17	0,16
Digestivi	25	0,2	0,16	0,15	0,14	0,12	0,11
Digestivi	30	0,24	0,19	0,18	0,16	0,14	0,13
Superalcolici	35	0,27	0,22	0,21	0,19	0,16	0,15
Superalcolici	45	0,35	0,29	0,26	0,24	0,21	0,2
Superalcolici	60	0,47	0,38	0,35	0,33	0,28	0,26
Spumante Champagne	11	0,22	0,18	0,06	0,05	0,04	0,04
Ready to drink	2,8	0,07	0,06	0,06	0,05	0,04	0,04
Ready to drink	5	0,15	0,12	0,11	0,1	0,09	0,08

Unità base (bicchie o lattina) del consur



UOMINI (A STOMACO PIENO)		PESO CORPOREO (KG)					
BEVANDA	gradazione alcolica (vol. %)	55	65	70	75	80	90
LIVELLI TEORICI DI ALCOLEMIA							
Birra analcolica	0,5	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01	0,01
Birra leggera	3,5	0,14	0,12	0,11	0,10	0,10	0,09
Birra normale	5	0,20	0,17	0,16	0,15	0,14	0,12
Birra speciale	8	0,33	0,28	0,26	0,24	0,22	0,20
Birra doppio malto	10	0,41	0,34	0,32	0,30	0,28	0,25
Vino	12	0,18	0,16	0,15	0,14	0,13	0,11
Vini liquorosi Aperitivi	18	0,18	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
Digestivi	25	0,12	0,10	0,10	0,09	0,08	0,08
Digestivi	30	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09
Superalcolici	35	0,17	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
Superalcolici	45	0,22	0,19	0,17	0,16	0,15	0,14
Superalcolici	60	0,30	0,25	0,23	0,22	0,20	0,18
Spumante Champagne	11	0,14	0,11	0,11	0,10	0,09	0,08
Ready to drink	2,8	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03
Ready to drink	5	0,09	0,08	0,07	0,07	0,06	0,06

Nella terza lezione lascio agli alunni la libertà di organizzare gruppi di lavoro per cercare sul web link correlati all'argomento che stiamo trattando . In particolare sulle conseguenze derivanti dall' abuso di alcool e sottopongo loro un test da cui potranno dedurre che tipo di relazione hanno con le sostanze alcoliche.

Domande	Risposte	Punti
Con quale frequenza consumi bevande contenenti alcol?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	Da 2 a 4 volte al mese	2
	Da 2 a 3 volte a settimana	3
	4 o più volte a settimana	4
Quante bevande alcoliche consumi in media al giorno?	1 o 2	0
	3 o 4	1
	5 o 6	2
	7 o 8	3
	10 o più	4
Con quale frequenza ti capita di bere sei o più bevande in un'unica occasione?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4

Con quale frequenza, durante l'ultimo anno, ti sei accorto di non riuscire a smettere di bere una volta che avevi iniziato?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4
Con quale frequenza, durante l'ultimo anno, non sei riuscito a fare ciò che normalmente ci si aspetta da te a causa del bere?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4
Con quale frequenza, durante l'ultimo anno, hai avuto bisogno di bere di prima mattina per "tirarti su" dopo una bevuta pesante?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4
Con quale frequenza, durante l'ultimo anno, hai avuto sensi di colpa o rimorso dopo aver bevuto?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4
Con quale frequenza, durante l'ultimo anno, non sei riuscito a ricordare quello che era successo la sera precedente perché avevi bevuto?	Mai	0
	Meno di 1 volta al mese	1
	1 volta al mese	2
	1 volta a settimana	3
	Ogni giorno o quasi	4
Ti sei fatto male o hai fatto male a qualcuno come risultato del bere?	No	0
	Sì, ma non nell'ultimo anno	1
	Sì, nell'ultimo anno	2
Un parente, un amico, un medico o altro operatore sanitario si sono occupati del tuo bere o ti hanno suggerito di smettere?	No	0
	Sì, ma non nell'ultimo anno	1
	Sì, nell'ultimo anno	2

Pratica:

Se hai **AVUTO...**

Profilo A

SE HAI TRA 0 E 8 PUNTI. Risultato negativo, nessun problema da segnalare.

Profilo B

SE HAI TRA 8 E 14 PUNTI. Sei un consumatore a rischio, hai o hai avuto problemi alcol-correlati (infortuni o forti bevute occasionali) ma, probabilmente, non si tratta ancora di una dipendenza fisica da alcol. È importante parlarne con il proprio medico.

Profilo C

SE HAI OLTRE 15 PUNTI. Hai problemi alcol-correlati e/o sei un soggetto alcol-dipendente. È importante rivolgersi al proprio medico.

Chiusura della sfida. Quali attività di verifica degli apprendimenti concludono l'attività didattica: (indicare quali attività di sistematizzazione degli apprendimenti concludono l'attività, e quali metodologie e strumenti di valutazione formativa e sommativa si ritiene di dover attuare per verificare e consolidare gli apprendimenti e promuovere lo sviluppo di competenze. Tipicamente ciò avviene tramite metodi di valutazione autentica. Esplicitare le tipologie di prova.)

Come attività di verifica proporrò di stilare un "Decalogo sul consumo di alcool", in cui dovranno specificare i danni dell'alcool sulla salute, i comportamenti da tenere se si fa abuso di alcool, le possibili conseguenze pericolose per sé e per gli altri.

In che modo l'approccio proposto differisce da quello tradizionale?

(indicare i vantaggi dell'approccio scelto rispetto all'approccio tradizionale e mettere in luce le differenze con particolare riferimento all'argomento curricolare scelto.)

Generalmente quando si tratta l'argomento delle dipendenze, e nello specifico di alcoolismo, si è portati a dare agli alunni informazioni medico scientifiche, piuttosto schematiche, per poi differenziare i tipi di alcoolici ed entrare nello specifico delle conseguenze che la loro assunzione porta nell'organismo. La lezione si conclude in un incontro, massimo due, in classe in cui gli alunni dopo avere ascoltato la docente ed aver riportato qualche esperienza personale, non si soffermano a ripensare all'argomento. Con questo nuovo approccio, gli alunni sono spinti ad un coinvolgimento attivo. Attraverso gli input lanciati dalla visione di filmati, con la lezione dialogata, nasce in loro la curiosità di approfondire l'argomento con ricerche personali e di parlarne con i compagni e con il docente. Attraverso questa metodologia di coinvolgimento e ricerca diretta, l'argomento non è calato dall'alto e dato per scontato, ma in esso "si entra", oltre che, come nello specifico, raccontando le proprie esperienze, ma anche cercando di comprendere, attraverso approfondimenti medico-scientifici, quale è il giusto atteggiamento da tenere verso questa "moda del sabato sera" che tanto li coinvolge.