



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21	
TABACCO	UNITÀ PRINCIPALE Da 1 a 2 lezioni	Motivi e rituali legati al fumo	Sulla base delle loro esperienze, percezioni e osservazioni, le/gli adolescenti vengono invitate/i ad analizzare e valutare criticamente i «benefici» del fumo per i fumatori e i «benefici» della rinuncia al fumo per i non fumatori. L'obiettivo dell'unità didattica è di sensibilizzare le scolare e gli scolari sul linguaggio del corpo dei fumatori. Viene chiesto loro di inscenare in maniera giocosa i rituali legati al fumo e di analizzarli criticamente.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i motivi perché si fuma e i rituali legati al fumo. ➤ Conoscono attività alternative a quelle legate alla sigaretta. ➤ Essere «interessanti» anche senza la sigaretta. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Dialogo Motivi	Discutere e valutare una situazione di rischio.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sanno dire no alla sigaretta anche in situazioni particolari. Conoscono i motivi per cui qualcuno comincia a fumare. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Dialogo Perché no?	Evidenziare i motivi per non fumare. Sensibilizzare sulle possibili situazioni a rischio.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i motivi per non fumare. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d
	UNITÀ PRINCIPALE 2 lezioni	Effetti e conseguenze del consumo di tabacco (con verifica delle competenze)	Il tabacco non ha gli stessi effetti inebrianti dell'alcol e della canapa. Tuttavia è importante affrontare l'argomento con le scolare e gli scolari. Questa unità principale chiede loro di navigare in maniera autonoma ed esplorativa in vari siti internet.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i contenuti principali dei siti www.feel-ok.ch (in tedesco), www.smokefree.ch, www.nonfumatori.ch, www.dipendenzesvizzera.ch. ➤ Sono in grado di valutare una pagina web. ➤ Conoscono i rischi del consumo di tabacco. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NT.7.4.b NEUS.1.2.f
	UNITÀ BREVI	Dialogo Divieti di fumare	Discutere i divieti di fumare nella società.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i divieti e il loro influsso sulla società. ➤ Sanno trovare ed esprimere il loro punto di vista su un argomento. 	NEUS.1.2.f ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Quiz Fatti 1	Valutare tre affermazioni concernenti il tema «tabacco» e motivare la propria risposta.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono alcuni dati relativi al consumo di tabacco e sanno esprimere la loro opinione. 	NEUS.1.2.f
	UNITÀ BREVI	Quiz Fumo passivo	Valutare tre affermazioni concernenti il tema «fumo passivo» e motivare la propria risposta.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari approfondiscono le loro conoscenze sul fumo passivo. ➤ Sanno esprimere la loro opinione. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NT.7.4.b



Versione 2/07/19

Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
TABACCO UNITÀ BREVI	Quiz Sostanze nocive	Valutare 3 affermazioni concernenti il tema del tabacco e informarsi sulle sostanze nocive contenute nella sigaretta.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno che le sigarette contengono sostanze nocive. 	NEUS.1.2.f
	Quiz Fatti 2	Valutare tre affermazioni concernenti il tema «tabacco» e motivare la propria risposta.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari approfondiscono le loro conoscenze sul consumo di tabacco. > Sanno esprimere la loro opinione. 	NEUS.1.2.f
	Incarico Sono un potenziale fumatore?	Compilare il test del fumatore e trarre le proprie conclusioni.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno se sono delle potenziali fumatrici o dei potenziali fumatori. > Conoscono i rischi per i fumatori e i vantaggi per i non fumatori. 	STS.5.2.c
	Incarico Cruciverba	Leggere il testo e poi risolvere il cruciverba.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno rispondere alle domande riguardanti il tema «Fumare». > Conoscono gli effetti del fumo sulla salute. > Sanno che cosa significa essere liberi ed indipendenti. 	NEUS. 1.2.f
	Movimento Senza fiato	Correre un tratto, una volta in condizioni normali e una volta in condizioni rese più difficili.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sperimentano e conoscono la relazione tra ossigenazione e fumo. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NT.7.4.b
	Movimento Breve distensione	Eeguire brevi esercizi di rilassamento.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari conoscono alcuni esercizi di rilassamento. > Conoscono la relazione tra il rilassamento naturale e il «rilassamento del fumatore». 	ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.1.c
	Movimento Accelerazione del battito cardiaco	Durante una lezione eseguire cinque volte 15 piegamenti delle ginocchia.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno che le sostanze che generano dipendenza hanno un influsso sulle prestazioni fisiche. > Conoscono la correlazione tra aumento del battito cardiaco, fumo e dipendenza. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NT.7.4.b



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21	
TABACCO	UNITÀ PRINCIPALE 2 lezioni	Sicuro di sé e deciso Reagire ai tentativi di persuasione	Molte adolescenti e molti adolescenti hanno difficoltà a dire di no. In un gioco interattivo, le scolare e gli scolari mettono in scena situazioni in cui si tenta di persuadere qualcuno a fare qualcosa. In seguito riflettono sui meccanismi di interazione. Sulla base di esempi concreti imparano a dire di no usando i cosiddetti messaggi.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari sono in grado di resistere ai tentativi di persuasione. Conoscono i meccanismi di interazione in relazione ai tentativi di persuasione. Sanno comunicare in maniera attiva usando i cosiddetti messaggi. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d ELED.4.1.b NEUS.1.2.f NT.7.4.b
		Dialogo Scuse	Controbattere gli pseudo argomenti in favore del fumo.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari sanno individuare le scuse e reagire in maniera sicura e decisa. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Incarico So quello che voglio	Conoscere le situazioni in cui si è confrontati con la pressione del gruppo o con strumenti di pressione e sviluppare capacità per resistere a tali pressioni.	<ul style="list-style-type: none"> Sperimentare il fenomeno della pressione di gruppo. Conoscono delle strategie per resistere alla pressione del gruppo. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d
		Incarico Fattore spese	Calcolare le uscite di un fumatore e studiare delle possibili alternative.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono le uscite sul lungo termine dei fumatori. 	NEUS.1.2.f
		Movimento Tolleranza e rispetto	Eseguire l'esercizio «Ignorare ed essere ignorato». Discutere di tolleranza e rispetto in relazione al fumo.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono la differenza tra «ignorare» ed «essere ignorato». Conoscono la correlazione tra tolleranza e rispetto in riferimento al fumo e al fumo passivo. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d
UNITÀ PRINCIPALE Da 1 a 2 lezioni	Rischi legati all'uso delle sigarette elettroniche, della pipa ad acqua, della pipa ad acqua elettronica, del tabacco da fiuto e dello snus	Le schede didattiche informano le scolare e gli scolari sulle varie forme di consumo. Inoltre le/li invitano a riflettere sugli effetti, sui rischi e sugli aspetti legali legati al consumo dei prodotti del tabacco. Durante l'unità didattica le allieve e gli allievi diventano esperte/i di un argomento specifico e trasmettono le loro conoscenze alle compagne e ai compagni. Per approfondire e consolidare le loro conoscenze viene chiesto loro di valutare i rischi legati al consumo delle varie sostanze.	<ul style="list-style-type: none"> I giovani conoscono gli effetti, i danni alla salute, la legislazione elvetica e i rischi legati al consumo di questi quattro prodotti del tabacco. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NT.7.4.b NEUS.1.2.f	



Versione 2/07/19

Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
UNITÀ PRINCIPALI Da 2 a 3 lezioni	Industria del tabacco 1 Interessi, strategie, conseguenze	Questa unità principale si basa sulle preconoscenze delle scolare e degli scolari e presenta quali strategie adotta l'industria del tabacco per pubblicizzare i suoi prodotti.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono le strategie di comunicazione e gli interessi dell'industria del tabacco e li valutano in maniera critica. Conoscono la relazione che intercorre tra la pubblicità e le probabilità di diventare fumatore. 	ERC.2.1.a ERC.2.2.c STS.2.2.d STS.5.2.c ELED.3.2.b NT.7.4.b NEUS.2.6.h
	Industria del tabacco 2 Intrighi, etica e morale	Questa unità principale propone una riflessione da un punto di vista dell'etica e della morale riguardante le macchinazioni dell'industria del tabacco e completa l'unità principale «Industria del tabacco 2». Gli autori delle schede si sono ispirati al mondo adolescenziale per facilitare l'approccio a questa difficile tematica.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono gli intrighi, le macchinazioni e il comportamento immorale dell'industria del tabacco. Riflettono sui loro principi, sulle loro convinzioni e sulle loro abitudini di consumo. Sanno che l'industria del tabacco non si comporta in maniera corretta. 	ERC.2.1.a ERC.2.2.c STS.2.2.d STS.5.2.c ELED.3.2.b NT.7.4.b NEUS.2.6.h
T A B A C C O	 Dialogo Pubblicità del tabacco	Valutare gli slogan della pubblicità dell'industria del tabacco.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono qual è l'obiettivo dei messaggi pubblicitari destinati ai giovani. Conoscono qual è il loro comportamento rispetto ai messaggi pubblicitari. 	ERC.2.1.a ERC.2.2.c STS.2.2.d STS.5.2.c ELED.3.2.b
	 Quiz Lavoro minorile	Valutare le tre affermazioni sul lavoro minorile.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono il problema del lavoro minorile nell'industria del tabacco e conoscono i pericoli a cui sono sottoposti i bambini. 	ERC.2.1.a ERC.2.2.c STS.2.2.d STS.5.2.c ELED.3.2.b
	 Incarico Ambiente	Motivare le risposte, esprimere la propria opinione, discutere.	<ul style="list-style-type: none"> Le scolare e gli scolari conoscono i rischi per la popolazione che vive nei pressi delle piantagioni di tabacco. Sanno mettere in relazione la provenienza del tabacco, la produzione delle sigarette e i mozziconi di sigaretta con l'inquinamento e la salvaguardia ambientale. Sanno stabilire una correlazione con la tematica e il proprio ambiente di vita. 	ERC.2.1.a ERC.2.2.c STS.2.2.d STS.5.2.c ELED.3.2.b ELED.2.6.h
	 Movimento Fumare	L'insegnante fa quattro domande sul fumo. Le allieve e gli allievi si spostano nell'aula in corrispondenza al numero della risposta che hanno scelto. Come fare affinché l'intera classe non fumi? Cercare idee e annotarle.	<ul style="list-style-type: none"> Le allieve e gli allievi conoscono degli argomenti per non fumare. 	ERC.5.1.c ERC.5.2. ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d ELED.4.1.c



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21	
ALCOL	UNITÀ PRINCIPALE Da 1 a 2 lezioni	Consumo d'alcol: motivi e rituali	<p>Sulla base delle loro esperienze, percezioni e osservazioni, le/gli adolescenti vengono invitate/i ad analizzare e valutare criticamente i motivi che spingono le/i giovani a bere o a dire no all'alcol.</p> <p>Il consumo di alcol è spesso legato ad abitudini e rituali. L'unità intende sensibilizzare le scolare e gli scolari sulle abitudini radicate nella società. Chiede loro di individuarle e di metterle in scena in maniera giocosa per consapevolizzarli sul problema.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i metodi e i rituali del consumo d'alcol. ➤ Sanno essere «ganzi», «affascinanti» anche senza ubriacarsi. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d ELED.4.2.a
	UNITÀ BREVI	Dialogo Alcol alle feste	<p>Le scolare e gli scolari riflettono su come devono comportarsi se viene loro offerto dell'alcol in occasione di feste.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono diverse norme sociali che riguardano l'alcol. ➤ Sanno decidere in maniera autonoma se bere alcol o no. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d ELED.4.2.a
	UNITÀ BREVI	Dialogo Comportamento di consumo	<p>Discussione sul modo di bere in società.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono la differenza tra il consumo d'alcol degli adolescenti e quello delle persone adulte. ➤ Sanno difendere vari punti di vista. 	ERC.5.2.a ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.1.c ELED.4.2.a
	UNITÀ PRINCIPALE 2 lezioni	Effetti e conseguenze del consumo di alcol (con verifica delle competenze)	<p>Giovani raccontano sempre più spesso di essersi ubriacati. Spesso sottovalutano però i rischi che corrono. Inoltre non conoscono bene quali sono le disposizioni relative all'alcol del codice stradale.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono le quattro fasi di un'ubriacatura d'alcol e i relativi rischi. ➤ Conoscono le strategie per evitare o ridurre lo stato d'ubriacatura. ➤ Conoscono le principali leggi concernenti l'alcol e il traffico stradale. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b ELED.4.2.a
	UNITÀ BREVI	Dialogo Ubriacatura	<p>Definire che cos'è un'ubriacatura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono i rischi dell'ubriacatura. ➤ Sanno cos'è uno stato di ebbrezza. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b ELED.4.2.a
	UNITÀ BREVI	Dialogo Comportamento problematico	<p>Reagire ai problemi di alcol di amiche o amici.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sanno riconoscere situazioni problematiche. ➤ Hanno il coraggio di rivolgersi alla persona interessata. ➤ Sanno ricordarsi le offerte di aiuto. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b ELED.4.2.a



Versione 2/07-19

Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
ALCOL UNITÀ BREVI	 Quiz Effetto	Valutare e motivare tre affermazioni sul tema alcol ed effetto.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno rispondere a semplici domande sul consumo di alcol e motivare la loro risposta. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	 Quiz Rischi	Valutare e motivare 3 affermazioni sul tema alcol e rischio.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno rispondere alle domande ed esprimere la propria opinione sul tema «Tasso di alcol nel sangue/per mille». 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	 Quiz Società e legge	Valutare 3 domande sul tema alcol, società e legge.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari conoscono i dati sul consumo di alcol. > Conoscono alcune norme di legge. 	ERC.5.4.a-d ERc.5.6.d
	 Quiz Gioventù e alcol	Valutare e motivare 3 affermazioni sul tema alcol e gioventù.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno rispondere a domande sul consumo di alcol e motivare la loro risposta. 	ELED.4.2.d
	 Incarico Calcolo del tasso alcolemico	Le scolare e gli scolari calcolano il tasso alcolemico per mille nel sangue e confrontano l'effetto del consumo di alcol negli adolescenti e negli adulti.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno che l'alcol ha un effetto diverso sugli adulti e sugli adolescenti. > Sanno calcolare il tasso alcolemico nel sangue. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b
	 Incarico Genitori dipendenti dall'alcol	Leggere la storia, valutare le situazioni, discutere.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno immedesimarsi in una situazione difficile. > Sanno dove gli adolescenti possono richiedere aiuto. 	ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d ELED.4.1.c ELED.4.2.a
	 Movimento Equilibrio	Girare intorno al proprio asse, in seguito eseguire esercizi di equilibrio.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari capiscono come lo stato di ebbrezza aumenti il pericolo di incidenti. > Conoscono il nesso fra consumo di alcol e situazioni a rischio. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
UNITÀ BREVI	 Movimento Campo visivo ridotto	Simulare lo «sguardo attraverso il tubo», descrivere le sensazioni.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sanno che la riduzione della facoltà visiva ha un impatto sul pericolo di incidenti. ➤ Conoscono il nesso fra consumo di alcol e situazioni a rischio. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b
	 Movimento Tiro a segno	Lanciare una palla in un cerchio: Una volta con ambedue gli occhi aperti e una volta con un occhio coperto.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari capiscono come una minore reattività e la valutazione sbagliata della distanza hanno un impatto sul pericolo di incidenti. ➤ Conoscono il nesso fra consumo di alcol e situazioni a rischio. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b
	 Movimento Grenzen	Prendere distanze differenti.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sanno che il consumo di alcol influenza la percezione e il rispetto delle distanze. ➤ Conoscono il nesso fra consumo di alcol e situazioni a rischio. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.2.d
ALCOL UNITÀ PRINCIPALE 1 lezione	Sicuro di sé e deciso «Contro-slogan» per aiutarti a dire di no	La pubblicità su riviste, cartelloni, alla televisione, al cinema ecc. persegue un solo obiettivo: vendere. La pubblicità ci fa credere che soltanto se acquistiamo un prodotto specifico possiamo soddisfare i nostri bisogni e conquistarci la stima degli altri. I tentativi di persuasione delle/degli adolescenti sfruttano le stesse argomentazioni. Questa unità principale prende spunto dalle situazioni che i giovani vivono nella loro quotidianità, collegandole al tema della dipendenza.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sanno che ci si può esercitare a dire di no, a valutare criticamente una situazione, a rispondere in maniera decisa. ➤ Sono in grado di resistere e valutare criticamente gli inviti al consumo. ➤ Sanno che le costanti richieste di consumare favoriscono la dipendenza. ➤ Conoscono la differenza tra autodeterminazione e manipolazione in riferimento alle dipendenze. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
UNITÀ BREVI	 Incarico Decidere	Le scolare e gli scolari riflettono sul come comportarsi se nella cerchia degli amici viene offerto dell'alcol.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono alcuni motivi per cui i giovani consumano alcol. ➤ Sanno come si devono comportare e come resistere alla pressione del gruppo. 	ERG.5.1.c ERG.5.4. a–d ERG.5.6.d WAH.4.2.d
	 Incarico Cosa è coraggioso	Le scolare e gli scolari discutono situazioni della loro vita quotidiana e valutano differenti possibilità di agire.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono delle risposte coraggiose per resistere all'invito di consumare alcol. ➤ Sono critici nei confronti dell'effetto inibitorio dell'alcol. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a–d ERC.5.6. ELED.4.2.d



Versione 2/07/19

Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21	
CANAPA	UNITÀ PRINCIPALE Da 1 a 2 lezioni	Consumo della canapa: motivi e rituali	<p>Sulla base delle loro esperienze, percezioni e osservazioni, le/gli adolescenti vengono invitate/i ad analizzare e valutare criticamente i «benefici» della canapa e i «benefici» della rinuncia alla canapa.</p> <p>L'obiettivo dell'unità didattica è di sensibilizzare le scolare e gli scolari sul «linguaggio del corpo dei fumatori di canapa». Viene chiesto loro di inscenare in maniera giocosa i rituali legati al consumo di canapa e di analizzarli criticamente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Riconoscere ed essere consapevoli dei motivi e rituali della canapa. > Essere «forti» senza ubriacatura. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Incarico Tutti lo fanno (Parte 1)	<p>Questo compito si compone di due unità separate.</p> <p>Parte 1: compilare il questionario e valutazione dei modi di comportamento.</p> <p>Parte 2: risultati, valutazione e discussione (un altro giorno). Qui si descrive solo la parte 1.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sono in grado di valutare il loro comportamento a rischio e quello delle compagne e dei compagni di classe. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d NT.7.4.b
	UNITÀ BREVI	Incarico Tutti lo fanno (Parte 2)	<p>Discutere i risultati del questionario e trarne le conclusioni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari sanno distinguere tra immaginazione e realtà e trarre le dovute conclusioni. > Conoscono il loro atteggiamento fondamentale. 	ERC.5.2.a ERC.5.6.d NT.7.4.b
	UNITÀ PRINCIPALE 2 lezioni	Effetti e conseguenze del consumo di canapa (con verifica delle competenze)	<p>I giovani dovrebbero occuparsi in maniera approfondita del rapporto che c'è tra le aspettative e gli effetti, acquistare conoscenze specialistiche e discutere strategie per evitare il consumo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare/gli scolari conoscono gli effetti della canapa. > Conoscono i fattori che hanno un influsso sugli effetti della canapa. > Conoscono le principali conseguenze del consumo della canapa. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	UNITÀ BREVI	Dialogo Prendere posizione	<p>Valutare due situazioni diverse, prendere posizione e motivare.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare/gli scolari sanno riconoscere i rischi, prendere posizione in merito e difendere la propria opinione. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d
	UNITÀ BREVI	Dialogo I miti della canapa	<p>Discutere 4 affermazioni in gruppi pro e gruppi contro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari conoscono i fatti e i «miti della canapa». > Sanno farsi un'opinione e la sanno sostenere. > Sanno discuterne con i/le compagni/e di classe. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
CANAPA UNITÀ BREVI	 Dialogo Effetto, comportamento	Conoscere e discutere l'effetto e il comportamento se si consuma canapa.	<ul style="list-style-type: none"> > Gli scolari e le scolare riconoscono i sintomi del consumo della canapa. > Sanno come comportarsi con i consumatori della canapa. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	 Quiz Leggi	Occuparsi di disposizioni legali concernenti la canapa.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare/gli scolari sono a conoscenza delle disposizioni di legge. > Conoscono le conseguenze. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b
	 Quiz Effetti e rischi	Conoscere i principali effetti e rischi della canapa.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari conoscono le conseguenze a breve e a lungo termine del consumo della canapa. > Sanno valutarne i rischi. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	 Quiz Vari aspetti	Valutare le affermazioni e motivare le risposte.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare/gli scolari acquisiscono conoscenze su intossicazione, attività polmonare e quoziente d'intelligenza. 	ERC.5.1.c, ELED.4.1.b, NEUS.1.2.f
	 Quiz La psiche	Saper spiegare 3 termini concernenti il tema canapa e psiche.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare/gli scolari conoscono l'effetto della canapa sulla psiche e le sue principali sostanze psicoattive. 	ERC.5.1.c, ELED.4.1.b
	 Incarico Leggi	Discussione sugli aspetti legali e politico sociali della canapa.	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari conoscono vari modelli di legislazione. > Sanno discuterne e farsi un'opinione personale. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b
	 Movimento Pesci nella rete	Corsa a ostacoli mobili senza farsi prendere. Due passaggi (una volta con rotazione del corpo).	<ul style="list-style-type: none"> > Le scolare e gli scolari riconoscono che lo stato di ebbrezza influenza la percezione e riduce la capacità di reazione. 	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f



Versione 2/07/19

Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21	
CANAPA	UNITÀ BREVI	Movimento Memoria a breve termine	Ricordare termini percepiti acusticamente in stato normale e in stato di ebbrezza.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari riconoscono il rapporto tra ebbrezza e capacità mnemoniche. 	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NT.7.4.b
		Movimento Pensare in modo chiaro	Risolvere i compiti del foglio ed eseguire i relativi esercizi.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari riconoscono il nesso tra pensare in modo chiaro, concentrazione e ebbrezza da canapa. 	ERG.5.1.c WAH.4.1.b NMG.1.2.f
		Movimento Essere fieri	Prendere diversi atteggiamenti, percepire la relativa sensazione ed esprimerla.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari riconoscono che l'uso regolare della canapa influenza l'atteggiamento sul lavoro e il rendimento. ➤ Riconoscono che dal portamento del corpo si può dedurre l'atteggiamento interiore di una persona. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d
	UNITÀ PRINCIPALE Da 1 a 2 lezioni	Sicuro di sé e deciso Comportamento chiaro/ambiguo	Le/gli adolescenti usano spesso messaggi ambigui legati al loro modo ritualizzato di comunicare e ai loro «giochi di interazione». L'ambiguità nella comunicazione e nell'interazione tra pari può rafforzare l'insicurezza e provocare un comportamento ad alto rischio nelle/nei giovani in cerca della propria identità.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare/gli scolari sanno che un sì o un no chiaro aiuta ad evitare dei rischi. ➤ Riconoscono che cercare delle scuse o tergiversare può funzionare solo in caso di emergenza. ➤ Vedono il collegamento tra un chiaro sì risp. no nella vita quotidiana e la problematica della dipendenza. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d NEUS.1.2.f
	UNITÀ BREVI	Dialogo Decidere	Mettere in scena la situazione indicata.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari capiscono qual è l'influsso della pressione del gruppo. ➤ Conoscono il proprio comportamento nei confronti del consumo e del non consumo della canapa. 	ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d ELED.4.1.c
		Incarico Cosa mi aiuta?	Procedere alla valutazione di sé.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono delle strategie per alleviare la pressione in situazioni problematiche. ➤ Sanno ridurre il rischio di comportamenti compensativi. 	ERC.5.4.a-d ERC.5.6.d ELED.4.1.c



Modulo	Tema	Aspetti/Compiti	Competenze	Competenze specifiche secondo il Piano di studio 21
EBBREZZA E RISCHIO UNITÀ PRINCIPALI	1 lezione Competenza in materia di rischi Tipi di rischio Analizzare le proprie esperienze con ubriacatura e rischio «Take a break» (metodo di riflessione)	L'esercizio «tipo di rischio» dà ai giovani la possibilità di esprimere il proprio punto di vista e di riflettere sul tema. È importante che la discussione si basi il più possibile sulla vita quotidiana dei giovani e che vengano invitati a riflettere sulle proprie esperienze di ubriacatura e/o rischio. Generalmente tali esperienze seguono uno schema predefinito. Per questo motivo l'opzione «fare una pausa» prima di eseguire un'azione è fondamentale. Ai giovani viene chiesto di decidere sempre in modo consapevole, e non solo quando corrono un rischio.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari conoscono il loro «tipo di rischio» in determinate situazioni. ➤ Sanno riflettere sulle loro esperienze legate ai rischi e alle ubriacature. Inoltre imparano da tali esperienze. ➤ Sanno che «take a break» è un'ottima strategia per agire in maniera consapevole. 	ERC.5.1.c ERC.5.2.a ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.1.b NEUS.1.2.f
	2 lezioni Comportamento in caso di pressione Sicurezza di sé	Il rafforzamento della personalità, soprattutto dell'autostima, è un importante aspetto della prevenzione delle dipendenze. È possibile esercitare la capacità di esprimere la propria opinione (competenza personale) e di accettare quella degli altri (competenza sociale) mediante un dialogo in classe o in gruppo, un'attività svolta sotto forma di gioco. La quotidianità scolastica, i genitori, le amiche e gli amici possono mettere sotto pressione le/i giovani. È importante imparare a gestire tali situazioni.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari riconoscono quali sentimenti può far nascere in loro un gruppo. ➤ Sanno gestire meglio la pressione sociale e l'emarginazione. ➤ Imparano a sostenere la loro opinione davanti a un gruppo. ➤ Conoscono possibili strategie per gestire la pressione e i consultori a cui rivolgersi. 	ERC.5.1.c ERC.5.4.a–d ERC.5.6.d ELED.4.1.c NEUS.1.2.f
	Da 2 a 3 lezioni Pronto soccorso Pronto soccorso in situazioni d'emergenza	Le/i giovani possono essere confrontati con una situazione in cui un amico o uno sconosciuto è particolarmente ubriaco, incapace di agire o addirittura perde conoscenza. Come ci si deve comportare in un caso simile? Una domanda alla quale non è facile rispondere. Alla fine di questa unità didattica i giovani hanno realizzato una lista di controllo grazie alla quale sono in grado di agire in maniera adeguata.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le scolare e gli scolari sono in grado di prestare soccorso in una situazione d'emergenza. ➤ Sanno analizzare, strutturare e riassumere delle informazioni, realizzando una lista di controllo. ➤ Sanno utilizzare la loro lista di controllo tascabile. 	ERC.5.1.c ELED.4.1.b ELED.4.2.a NEUS.1.2.f