



Piano della lezione «I miei polmoni» – livello secondario I

1/2

N.	Tema	Obiettivi	Contenuto e attività	Forma sociale	Materiale	Tempo
01	Tipologie di consumo	Gli alunni sanno distinguere tra le diverse tipologie di consumo e conoscono le caratteristiche di ognuna di esse.	Gli alunni fanno un esperimento volto a illustrare le differenze tra un «consumo occasionale» e un «consumo problematico». Gli alunni riassumono le caratteristiche che distinguono le quattro tipologie di consumo: occasionale, problematico, abitudinario e dipendente.	Plenum LG	<ul style="list-style-type: none"> Diversi dolciumi Cartelloni Pennarelli 	45'
02	Gli aspetti salienti del fumo	Gli alunni conoscono i fatti più importanti relativi al fumo.	Domande su fatti, cifre e rituali. Gli alunni seguono una presentazione PowerPoint e discutono insieme sulle domande poste.	Plenum	Presentazione	30'
03	Prevenzione del tabagismo 1	Con dei giochi di ruolo, gli alunni «vivono» diverse situazioni di pressione di gruppo, che limitano o escludono chi non si adegua alle regole.	Che comportamento tenere per quanto concerne il fumo quando si è fuori con gli amici. Gli alunni ideano e recitano diversi sketch su temi prestabiliti e alla fine riassumono quanto appreso formulando degli obiettivi che si impegneranno a raggiungere.	LG Plenum	<ul style="list-style-type: none"> Scheda di lavoro Prevenzione del tabagismo quando si è fuori con gli amici Flipchart 	90'
04	Prevenzione del tabagismo 2	Gli alunni lavorano in maniera autonoma e analizzano diversi temi relativi al tabacco.	Gli alunni vanno sul sito www.feel-ok.ch (in lingua tedesca) e cercano informazioni che li interessano personalmente. Annotano poi i risultati più importanti della ricerca e li presentano in plenum.	LI Plenum	<ul style="list-style-type: none"> Computer con accesso ad Internet www.feel-ok.ch Scheda di lavoro 	45'
05	Polmoni e respirazione	Gli alunni approfondiscono le loro conoscenze sui polmoni e sulla respirazione.	Conoscere i polmoni e la respirazione. Gli alunni completano un testo, inserendo i termini mancanti. L'attività serve a verificare le loro conoscenze sul tema e a risvegliare la loro curiosità. Il testo viene poi discusso in plenum.	LI Plenum	Testo da completare	45'
06	Le sigarette elettroniche	Gli alunni conoscono i fatti e i rischi finora noti su sigarette e shisha elettroniche.	Gli alunni rispondono a una serie di domande sulle sigarette elettroniche e discutono poi le risposte in plenum. La presentazione funge da «correzione».	LI Plenum	<ul style="list-style-type: none"> Scheda di lavoro Presentazione 06a Computer 	45'

I valori di tempo sono indicativi e possono variare a seconda della classe, del livello e dell'intensità della lezione!

Piano della lezione «I miei polmoni» – livello secondario I



Integrazioni / Varianti	
Legenda	LI = lavoro individuale / Plenum = l'intera classe / LG = lavoro di gruppo / LC = lavoro a coppie / PD = personale docente
Informazioni	Una serie di lezioni adatte a tutti i livelli scolastici contengono ulteriori giochi ed esercizi di respirazione e rilassamento, nonché materiale didattico supplementare sul tema dell'inquinamento dell'aria.
Indirizzi di contatto	<p>Lega polmonare svizzera Chutzenstrasse 10 3007 Berna</p> <p>Tel. +41 31 378 20 50 Fax +41 31 378 20 51 E-mail: info@lung.ch</p>
Filmati	Un viaggio per immagini attraverso i polmoni e le vie respiratorie (in lingua tedesca): www.youtube.com/watch?v=Ti7MFpPgLtE#t=16
Integrazioni	<ul style="list-style-type: none"> • Opuscoli e schede informative possono essere ordinati o scaricati al sito www.legapolmonare.ch/it/meta/chi-siamo/pubblicazioni.html. • La LUNGE ZÜRICH ha un bus che misura la funzionalità polmonare. Per ulteriori informazioni, consultare il sito www.luftibus.ch (in tedesco).
Appunti personali	