

Diario di Bordo – Playtime and Downtime for Teachers and Students: the Psychology of Time to Feel Good and Do Good!

**Barcellona, Spagna, 5-10 giugno 2023
Partecipanti: Ignazio Vitetta e Simone Ilgon**

4 giugno 2023

Dopo l'arrivo nel nostro appartamento nel centro storico di Barcellona, vista la bella giornata, decidiamo di fare un tour approfondito della città fino a sera inoltrata.



5 giugno 2023

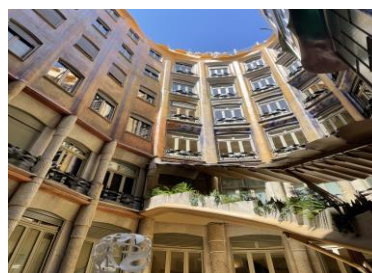
Partenza ore 8:00, dopo aver fatto colazione, raggiungiamo il gruppo di lavoro, composto da 2 insegnanti provenienti dalla Croazia, 1 dalla Finlandia, 1 dall'Austria, 3 dalla Germania, 1 dall'Olanda 1 dalla Grecia. Ognuno ha presentato brevemente il proprio profilo personale e professionale. Dopo il break, la docente ha indicato le attività extra da fare in città ed un'accurata descrizione dei luoghi più importanti di Barcellona. Successivamente, tramite un video di 2 minuti, abbiamo presentato il nostro Istituto Comprensivo e le attività svolte durante l'anno. Per concludere la prima giornata, la tutor ha fatto scegliere casualmente una card con immagini diverse ed ognuno di noi ha raccontato le emozioni e sensazioni che la figura rappresentava. La prima lezione si conclude alle ore 14:45.



6 giugno 2023

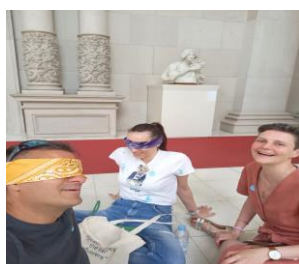
Partenza ore 8:45, raggiungiamo il gruppo di lavoro. La formatrice introduce il **Game Based Learning** (GBL). Nel GBL, non solo gli elementi del gioco sono integrati nella formazione, ma la formazione stessa diventa il gioco, in parole semplici, è imparare attraverso i giochi. Successivamente ci sono state spiegate dettagliatamente le differenze tra **gamification** (ludicizzazione) e **GBL** (apprendimento basato sul gioco). Dopo un break di 20', i partecipanti che non avevano ancora presentato la loro scuola, lo hanno fatto spiegando il loro modo di lavorare. Per concludere, la formatrice ci ha fornito del materiale (plastilina, cannucce, costruzioni lego) e ha creato una sorta di gara in cui tutti i partecipanti, a libera interpretazione, dovevano creare qualcosa. Fatto questo, ci si scambiava di posto e gli altri, tramite post-it dovevano scrivere semplici pensieri sulle creazioni. Il tutto verrà discusso domani. La seconda lezione si conclude alle ore 14:20.

P.S. L'Europass Teacher Academy ha fornito a tutti la possibilità di visitare **GRATUITAMENTE** alcune attrazioni. Noi, tra le varie scelte abbiamo deciso di andare a visitare Casa Milà.



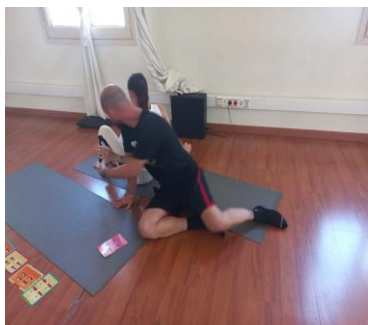
7 giugno 2023

Partenza ore 8:45, raggiungiamo il gruppo di lavoro. Dopo una breve parte dedicata a tecniche di rilassamento e meditazione effettuate con musica relax in sottofondo, ci si confronta sulla gara effettuata ieri. Ognuno di noi ha esposto il proprio lavoro, spiegando dettagliatamente quello che era lo slogan e il Challenge relativo all'oggetto realizzato. Successivamente andiamo via dall'Accademy e con la metropolitana ci spostiamo e raggiungiamo il **Museu Nacional D'Art de Catalunya**. All'interno del museo verranno fatte delle esercitazioni in cui il tema centrale è uscire per un attimo dalla comfort-zone. Molto suggestivo è stato accompagnare in giro per il museo e cercare di spiegare al compagno, che nel frattempo si è bendato, alcune opere presenti all'interno. La visita si conclude alle ore 14:00. Nel pomeriggio invece, alle ore 18:30 raggiungiamo nuovamente l'Accademy e lì incontriamo una guida con cui effettuiamo il tour del quartiere **Gràcia**. Decidiamo di fermarci tutti insieme a cenare prima di concludere la serata.



8 giugno 2023

Partenza ore 9:00, raggiungiamo il gruppo di lavoro, non all'Accademy come di consuetudine, ma in un centro Yoga... E' qui che oggi faremo la nostra lezione!! Iniziamo intorno alle 10 con delle esercitazioni relative a tecniche di rilassamento sia dal punto di vista fisico con allungamenti muscolari, che mentali, con tecniche di respirazione. La prima esercitazione, in un lavoro a coppie, consisteva nell'esporre quelli che erano i propri obiettivi personali al compagno, che a sua volta doveva rappresentare in contrasto, le problematiche che la vita ci pone davanti; si crea quindi un susseguirsi di emozioni sia da una parte che dall'altra. Nell'altra esercitazione, sempre in coppia, vengono proposti degli esercizi di yoga che, tramite delle propedeutiche devono essere eseguiti nella maniera corretta. Lo scopo dell'esercizio è quello di collaborare e creare la giusta sinergia col partner, sia fisica che mentale. Concludiamo la lezione alle ore 14:30.



9 giugno 2023

Partenza ore 8.45, raggiungiamo il gruppo di lavoro all'Europass Accademy per l'ultimo giorno di corso. Iniziamo alle 9:30 con un'esercitazione basata su una serie di domande fatte a catena l'uno con l'altro relative ai pensieri e all'esperienza fatta durante la settimana. Successivamente abbiamo analizzato la giornata passata al **Museu National D'Art de Catalunya** ed ognuno di noi ha esposto con descrizione dettagliata un oggetto, un quadro, delle persone o qualsiasi altra cosa abbia catturato l'attenzione. Dopo un break di 15 minuti, la giornata prosegue con la consegna degli attestati. Concludiamo questa esperienza con l'ultima esercitazione, quella finale chiamata "Thank you for". In pratica ognuno di noi doveva scrivere e consegnare dei bigliettini ai compagni con dei sentiti ringraziamenti per episodi o circostanze accaduti durante la settimana. Concludiamo il corso alle ore 14.

E' stata un'esperienza bellissima e molto formativa, grazie infinite per l'opportunità che ci avete dato, con affetto..... Simone e Ignazio.

