



unicef 
per ogni bambino

Innocenti Report Card 19

Toolkit per insegnanti e educatori

**ANALIZZARE E APPROFONDIRE GLI ASPETTI DEL
BENESSERE DI BAMBINE, BAMBINI E ADOLESCENTI
NEI PAESI AD ALTO REDDITO**

Indice

Introduzione	3
Perchè questo toolkit? Una questione di diritti	4
A chi è rivolto questo toolkit?	4
Come è strutturato il toolkit?	5
Come utilizzare il toolkit?	5
Che cosa significano le icone?	5
Principi fondamentali per un'attuazione sicura e efficace	8
Implicazioni etiche per la protezione	9
Attività	12
Riepilogo delle attività	13
Attività introduttiva	14
Risultati generali	15
Salute mentale	24
Salute fisica	31
Sviluppo delle Competenze	38
Appendici	48
Appendice 1: Riepilogo della Report Card 19	48
Appendice 2: Il modello ecologico	50
Appendice 3: Comparazione del benessere di bambine, bambini e adolescenti	52
Appendice 4: Materiale di supporto	54

1. Introduzione

“Report Card 19: Analizzare e approfondire le tendenze nel benessere di bambine, bambini e adolescenti nei ad alto reddito” è stato realizzato da UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight ed è collegato alla Innocenti Report Card 19 - Il benessere di bambine, bambini e adolescenti in un mondo imprevedibile | UNICEF Italia.

Dal 2001, la Report Card costituisce un potente strumento per promuovere i diritti e il benessere di bambine, bambini e adolescenti nei Paesi ad alto e medio reddito. L'ultima della serie è la Report Card 19, che esamina le tendenze del benessere di bambine, bambini e adolescenti secondo tre dimensioni - salute mentale, salute fisica e sviluppo delle competenze - nei 43 paesi membri dell'Unione europea (UE) e/o dell'Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico (OCSE). Dalla Report Card 19 emerge un quadro contrastante: negli ultimi 25 anni, sono stati registrati notevoli miglioramenti nel benessere di bambine, bambini e adolescenti nel gruppo di paesi oggetto del rapporto, tra cui il calo costante della mortalità infantile, un consistente decremento del tasso di suicidio adolescenziale e l'aumento dei tassi di completamento degli studi. Tuttavia, il tasso di obesità è in crescita e negli ultimi cinque anni sono emersi segnali d'allarme relativi al peggioramento del livello di soddisfazione della vita e delle competenze scolastiche nella maggior parte dei paesi.

L'UNICEF intende rendere fruibili il contenuto e i risultati della Report Card 19 all'interno dei contesti educativi, per avviare il dibattito.

Abbiamo pertanto deciso di sviluppare un toolkit con l'obiettivo di:

1. Guidare bambine, bambini e adolescenti nella lettura della Report Card 19, illustrandone le motivazioni, le metodologie e le conclusioni.
2. Avviare il dibattito tra tutte le persone di minore età sulle questioni legate alla salute mentale, salute fisica e sviluppo delle competenze attraverso una prospettiva basata sui diritti.
3. Favorire il confronto intergenerazionale e promuovere l'ascolto e la presa in carico delle opinioni e delle idee di bambine, bambini e adolescenti su come migliorare il loro benessere negli ambienti educativi.

Perché questo toolkit? Una questione di diritti

Con mandato ricevuto dalle Nazioni Unite, l'UNICEF ha il compito di promuovere la tutela e la realizzazione dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza. Ma quali sono esattamente questi diritti? I diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sono sanciti dalla [Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza](#) (CRC), un accordo internazionale che riconosce che anche i bambini, le bambine e gli adolescenti sono titolari di diritti, in qualsiasi parte del mondo. Si tratta di diritti universali, indivisibili, interdipendenti e interconnessi.

Ciò significa che tutti i diritti dell'infanzia e dell'adolescenza - civili, sociali, politici, culturali ed economici - devono essere rispettati, tutelati ed esercitati per garantire il benessere generale di ciascun bambino, bambina e adolescente. Non ci sono diritti che prevalgono su altri, ma sono tutti interconnessi.

La CRC definisce anche i promotori dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, ossia le entità responsabili della loro attuazione: i governi. Gli Stati parti - vale a dire tutti i Paesi che hanno firmato e ratificato la Convenzione - sono vincolati giuridicamente a garantire che tutti i diritti in essa riconosciuti siano pienamente realizzati.

La serie di Report Card dell'UNICEF fa il punto sulle azioni attuate dai paesi OCSE/UE nel rispetto di tali prescrizioni. Esaminando aspetti specifici del benessere e dei diritti di bambine, bambini e adolescenti, le Report Card rilevano sia i progressi compiuti dai governi che le sfide irrisolte.

Le organizzazioni della società civile utilizzano spesso le Report Card per promuovere politiche e servizi più incisivi, volti a migliorare la vita di bambine, bambini e adolescenti. A tale scopo, questo toolkit presenta dati e risultati, rendendoli accessibili ai bambini stessi.

Ispirato agli articoli 12 e 17 della CRC, che sanciscono rispettivamente il diritto delle persone di minore età di esprimere la loro opinione su tutte le questioni che li riguardano e il diritto di accedere a informazioni affidabili e adeguate all'età, questo toolkit rappresenta per loro un'opportunità di crescita e partecipazione. Osservando i dati in maniera diretta, bambine, bambini e adolescenti possono meglio comprendere i problemi che interessano la loro vita e le loro comunità e utilizzare tale consapevolezza per sostenere i loro diritti e il loro benessere. Il Toolkit della Report Card 19 rappresenta un collegamento tra dati e azione, facendo dialogare i dati con il punto di vista di bambine, bambini e adolescenti che hanno il diritto di essere ascoltati.

A chi è rivolto questo toolkit?

Questo toolkit è rivolto a insegnanti ed educatori. Può essere usato per svolgere una serie di attività a scelta con studenti aventi competenze ed età diverse (dai 6 ai 18 anni), sia nella scuola primaria che secondaria.

NB → prima di utilizzare questo toolkit, si consiglia di consultare la Report Card 19, scaricabile al seguente [LINK Innocenti Report Card 19](#). Per una breve spiegazione delle motivazioni alla base della Report Card 19 e dei relativi risultati, è possibile trovare un riepilogo nell'Appendice 1. Per una breve spiegazione delle motivazioni alla base della Report Card 19 e dei relativi risultati, è possibile trovare un riepilogo nell'Appendice 1.

Come è strutturato questo toolkit?

Il toolkit "Report Card 19: Analizzare e approfondire le tendenze del benessere di bambine, bambini e adolescenti nei Paesi ad alto reddito" si compone di tre sezioni principali:

1. **Introduzione** → si consiglia di leggere questa sezione dall'inizio alla fine poiché spiega come leggere e utilizzare il toolkit e fornisce suggerimenti per svolgere le attività garantendo spazi di espressione sicuri inclusivi
2. **Attività** → è possibile selezionare da questa sezione le attività più adatte ai propri studenti. Comprende attività per esplorare i risultati generali della Report Card 19 e discutere le tre principali tematiche:
i) salute mentale; II) salute fisica; III) sviluppo delle competenze.
3. **Appendici** → all'interno del toolkit sono presenti riferimenti alle Appendici. Si raccomanda di consultarle per comprendere come utilizzare il toolkit in modo efficace.

Come utilizzare questo toolkit?

Per l'utilizzo di questo toolkit, consigliamo di seguire le quattro fasi seguenti:

1. **Leggere** l'intero documento per avere un'idea generale → Le attività proposte sono interessanti? Potrebbero sorgere problemi nel realizzarle con i propri studenti?
2. **Decidere** quali attività si intende svolgere e valutare le proprie capacità → Ci sono attività che è preferibile non realizzare? Perché? Potrebbe rendersi necessario un aiuto per lo svolgimento delle attività?
3. **Contestualizzare** ed adattare le singole attività scelte → Come adattare l'attività alle caratteristiche e alle capacità dell'insegnante/educatore e degli studenti? È possibile collegare l'attività ad argomenti già pianificati per gli studenti o a programmi previsti dalla propria scuola/organizzazione?
4. **Creare** un possibile piano di lavoro → Cosa? Quando? Dove? Con chi? In che modo?

Prima di iniziare, può essere utile porsi le seguenti domande:

- Gli studenti sarebbero in grado di leggere e utilizzare la [Report Card 19](#)? In caso affermativo, sarebbe opportuno che gli studenti abbiano l'opportunità di consultarla. In caso contrario, è sufficiente che leggano la sintesi riportata nell'Appendice 1. Se si ritiene che anche la sintesi possa risultare troppo complessa, semplificarne i concetti chiave per gli studenti.
- Come ritenete che gli studenti si sentano? Cosa percepite riguardo al loro benessere? Ci sono problemi che destano la vostra preoccupazione? Riflettere su questi punti e valutare se le attività presentate in questo toolkit possono essere utili per affrontare alcuni dei problemi individuati tra gli studenti.

Quale significato hanno le icone?

All'interno di questo toolkit sono presenti numerose icone che hanno lo scopo di fornire informazioni immediate su diversi aspetti, consentendo un utilizzo più rapido e diretto del toolkit.

Significato delle icone:



1. Necessità di strumenti speciali

Per la maggior parte delle attività, gli studenti potrebbero aver bisogno solo di penne o matite e di un quaderno. Alcune sono incentrate esclusivamente sulla riflessione e non richiedono alcun materiale per essere svolte. Per altre, invece, è necessario utilizzare strumenti diversi (ciotole, cartelloni colorati, pastelli, foglietti adesivi, connessione Internet, ecc.). Per le attività contrassegnate con questa icona, leggere attentamente il materiale necessario e assicurarsi che sia disponibile per tutti i partecipanti



2. Livello di difficoltà

Le attività con un livello di difficoltà facile o medio sono generalmente pensate per studenti dai 6 ai 13 anni, mentre le attività con un livello di difficoltà elevato sono pensate per studenti dai 14 ai 18 anni.



3. Implicazioni etiche

Alcune attività potrebbero riguardare argomenti potenzialmente sensibili. Per le attività contrassegnate con questa icona, prima di presentare l'attività agli studenti leggere le riflessioni e i suggerimenti proposti, che aiuteranno a riflettere sui potenziali rischi e su come ridurli. In caso di dubbi, chiedere il supporto di colleghi all'interno della scuola o dell'organizzazione in possesso di conoscenze e sviluppo delle competenze specialistiche utili.



4. Tempi

Questa icona indica il tempo necessario per svolgere l'attività, mostrandone la durata indicativa per consentire all'insegnante/educatore di organizzare il proprio lavoro. È tuttavia possibile ridurre o ampliare i tempi di un'attività.



5. Comunicazione

Questa icona segnala la possibilità di condividere con UNICEF a scopo di diffusione e advocacy.

Icone relative alle competenze da sviluppare attraverso le attività



Scoprire i dati → questa icona identifica le attività in cui bambine, bambini e adolescenti approfondiscono i dati e i risultati della Report Card.



Pensare e Riflettere individualmente → questa icona indica le attività che stimolano il pensiero e la riflessione individuale dei partecipanti, senza dover necessariamente condividere i loro pensieri con gli altri. Si tratta di attività che favoriscono la concentrazione e la meditazione.



Discutere con gli altri → questa icona contrassegna le attività da svolgere in gruppo o con l'intera classe, in cui gli studenti dovranno discutere insieme, condividere idee e prendere decisioni di comune accordo.



Creare un'opera → questa icona si riferisce alle attività in cui gli studenti hanno la possibilità di creare un'opera d'arte o un progetto finale che potrebbe essere successivamente condiviso con altri.



Agire per il cambiamento → questa icona indica tutti le attività che stimolano bambine, bambini e adolescenti ad agire ed esprimere liberamente la propria opinione per migliorare i contesti educativi in cui vivono ogni giorno. È un'esortazione ad attuare il loro diritto alla partecipazione basata sui diritti.

Principi fondamentali per un'attuazione sicura ed efficace

Questo toolkit è realizzato partendo dai risultati della Report Card 19, che affronta una serie di argomenti delicati e complessi, alcuni dei quali inclusi nel toolkit. Una raccomandazione chiave della Report Card 19 è quella di creare spazi sicuri in cui le bambine, i bambini e gli adolescenti possano discutere di temi complessi, riflettere sul loro benessere e sviluppare competenze emotive. Questo toolkit si propone di sviluppare quest'idea all'interno degli ambienti educativi.

Affrontare tali argomenti può portare numerosi benefici per gli studenti, ma, allo stesso tempo, comportare dei potenziali rischi di cui è importante essere consapevoli. Di seguito vengono fornite alcune indicazioni su come massimizzare i benefici e ridurre i rischi. Consigliamo agli educatori di leggere con attenzione questa sezione prima di utilizzare il toolkit.

Prima di tutto, ecco alcuni punti chiave da considerare:

- **Ove possibile, integrare il toolkit all'interno dei programmi didattici esistenti.** Il toolkit può risultare più efficace se inserito nei programmi educativi in corso.
- **Considerare le esperienze personali degli studenti.** A prescindere da quanto bene si possano conoscere i propri studenti, potrebbero esserci situazioni di cui non si è a conoscenza. È possibile che alcuni studenti abbiano sofferto di disturbi alimentari, problemi legati alla salute mentale, lutti, scarsa soddisfazione della vita, disturbi alimentari o bullismo. Per questo motivo, è necessario prestare una certa sensibilità e attenzione nello svolgimento delle attività.
- **Adattare le attività alle diverse esigenze e realtà degli studenti.** Le bambine, i bambini e gli adolescenti all'interno della classe provengono da contesti differenti e hanno competenze, esigenze ed esperienze diverse. È quindi opportuno tenere in considerazione queste diversità e, se necessario, modificare le attività per meglio aderire alle specifiche esigenze della classe. Nella sezione "Valutare i fattori di emarginazione e le vulnerabilità individuali" di seguito sono riportate ulteriori idee e suggerimenti al riguardo.
- **Prevedere due facilitatori per alcune attività.** Per le attività in cui si affrontano questioni più delicate (contrassegnate dall'icona Implicazioni Etiche - si veda la sezione "Quale significato hanno le icone?"), si consiglia di coinvolgere un secondo insegnante/facilitatore per prestare ulteriore attenzione agli studenti e garantire che le discussioni si svolgano in maniera sicura e costruttiva.

Implicazioni etiche per la protezione

Le considerazioni che seguono sono state formulate con l'obiettivo di massimizzare la partecipazione attiva di bambine, bambini e adolescenti riducendo al minimo i rischi e di rispondere in modo rapido ed efficace a qualsiasi problema e preoccupazione che potrebbe emergere durante le attività. I principi riportati sono da intendersi come orientamenti, ma in caso di dubbi durante le attività si prega di fare riferimento alle politiche di tutela e protezione dell'infanzia della propria scuola, per indicazioni più dettagliate su come gestire il rinvio a servizi specialistici e le segnalazioni.



Introdurre un processo partecipativo consensuale durante tutte le attività

Tutte le bambine, i bambini e gli adolescenti dovrebbero essere adeguatamente informati sulle attività che si intende svolgere con loro. Prima di iniziare, spiegare agli studenti come si è venuti a conoscenza del toolkit, qual è la sua utilità e perché discutere della Report Card 19 può essere interessante per loro. Illustrare le modalità in cui saranno eseguite le attività e chiedere la loro opinione sull'intero progetto.

Gli studenti sono interessati o preferirebbero affrontare temi diversi da quelli della Report Card 19? Hanno dei suggerimenti su come organizzare il lavoro? Hanno dei dubbi da affrontare prima di iniziare? Spiegare agli studenti che non sono obbligati a parlare di qualcosa di personale durante le attività e che, se si sentono a disagio, possono smettere di partecipare.

Precisare che, se durante le attività qualcuno condivide informazioni che implicano un possibile pericolo per se stessi o per gli altri, sarà necessario seguire le disposizioni previste dalla propria scuola per questi casi. Spiegare che le procedure da seguire prevedono un colloquio privato con gli studenti interessati per offrire loro il supporto necessario e garantirne la sicurezza.

Per assicurare una preparazione adeguata prima di realizzare qualsiasi attività contenuta in questo toolkit, individuare e tenere a disposizione i contatti delle autorità e delle organizzazioni competenti (incluso, ad esempio, le helpline/i servizi telefonici di supporto) in grado di fornire sostegno alle bambine, ai bambini e agli adolescenti con problematiche specifiche.

Se la scuola o l'organizzazione di appartenenza prevede la presenza di consulenti, informare gli studenti, spiegando le modalità di accesso ai servizi di sostegno.

Riconoscere le possibili cause di emarginazione e le vulnerabilità individuali

Valutare in anticipo i fattori di diversità che caratterizzano gli studenti aiuterà a svolgere le attività di questo toolkit nel modo più etico ed efficace possibile, prevenendo al contempo qualsiasi forma di discriminazione. La vostra classe presenta fattori di diversità? Siete in grado di riconoscere gli studenti più vulnerabili o emarginati? Perché?

Pensare alle cause strutturali di discriminazione quali genere, etnia, disabilità o condizione socioeconomica. Ci sono studenti che rischiano di essere discriminati a causa di uno di questi fattori? In

caso affermativo, tenere presente e riflettere su questo aspetto e rispondere alle seguenti domande prima di svolgere qualsiasi attività del toolkit:

La mia comunicazione è neutra sotto il profilo del genere?

Il modo in cui parlo riconosce le diverse caratteristiche dei miei studenti e i contesti da cui provengono?

L'attività che intendo attuare richiede una particolare capacità fisica o mentale (camminare, scrivere, ascoltare, ecc.)? Come posso assicurarmi che l'attività sia accessibile a tutti?

Tutti gli studenti hanno accesso al materiale necessario per svolgere l'attività?

Alcuni studenti potrebbero trovarsi in difficoltà nel creare determinati progetti finali?

Pensare alle tre dimensioni del benessere analizzate nella Report Card 19: Salute fisica, salute mentale e sviluppo delle competenze. Alcuni studenti rischiano di sentirsi stigmatizzati nel parlare di questi argomenti?

Le bambine, i bambini e gli adolescenti con caratteristiche fisiche che non rientrano negli standard estetici tradizionali potrebbero avere difficoltà a parlare di salute fisica. Gli studenti che hanno problemi di salute mentale potrebbero provare disagio nell'affrontare alcuni temi di fronte ad altre persone. Gli studenti con scarsi risultati scolastici potrebbero sentirsi in imbarazzo nel parlare di competenze. Questi sono solo alcuni esempi. Valutate le caratteristiche dei vostri studenti e tenetene conto durante tutto il lavoro con questo toolkit.

Gestire le dinamiche di gruppo e promuovere la riservatezza

Diverse attività richiedono agli studenti di parlare, discutere e prendere decisioni insieme. All'inizio delle attività, stabilire di comune accordo delle regole per una partecipazione di gruppo rispettosa, come ad esempio:

- parlare uno alla volta;
- prestare attenzione a ciò che dicono gli altri;
- gestire il tempo a disposizione per parlare (chi parla molto, deve lasciar parlare anche gli altri, mentre chi tende a stare in silenzio deve provare a esprimere la propria opinione di tanto in tanto).

Durante le attività proposte, gli studenti potrebbero essere chiamati a parlare delle proprie esperienze riguardo a una serie di tematiche. A tal proposito, ribadire agli studenti che è di fondamentale importanza che il gruppo rappresenti uno spazio sicuro, in cui nessuno viene giudicato e dove si assicura la riservatezza delle informazioni condivise, senza spazio per i pettegolezzi.

Seguire le politiche della propria scuola in materia di protezione dell'infanzia e dell'adolescenza

Nessuna delle attività del toolkit obbliga bambine, bambini e adolescenti a parlare in pubblico e a condividere esperienze personali sensibili. Tuttavia, potrebbe capitare che alcuni studenti decidano di parlare o scrivere di argomenti che possono causare preoccupazione o ansia nell'insegnante o negli altri membri del gruppo. In questo caso, fare riferimento alle politiche e alle normative in vigore nella scuola o nell'organizzazione di appartenenza in materia di protezione dell'infanzia e dell'adolescenza.

Alcuni degli aspetti da considerare prima di iniziare le attività (definite "valutazione dei rischi per la protezione") sono elencati di seguito. Se la scuola dispone di un esperto in protezione dell'infanzia e dell'adolescenza, potrebbe essere utile consultarlo in questa fase. Quanto segue può contribuire a prevedere i potenziali rischi per bambine, bambini e adolescenti, pianificare come ridurli e quali azioni intraprendere in caso di preoccupazioni legate alla protezione dei minorenni.

- Quando, dove e come potrei parlare con lo studente in modo sicuro e appropriato?
- Chi può occuparsi del resto della classe mentre io parlo con uno studente?
- Ci sono altre persone all'interno della mia scuola/organizzazione che devono essere informate
- A quali professionisti, autorità o organizzazioni della società civile posso fare riferimento, se necessario?
- Esiste un consulente o una persona di riferimento da contattare all'interno della scuola o dell'organizzazione?
- Quali sono gli obblighi giuridici in materia di segnalazione obbligatoria previsti dalla legislazione nazionale?

Rispettare inoltre i seguenti principi:



Non nuocere → garantire la sicurezza, protezione e benessere di bambine, bambini e adolescenti durante qualsiasi attività.



Tolleranza zero → adottare un approccio di tolleranza zero per qualsiasi forma di abuso, violenza, sfruttamento o danno nei confronti di bambine, bambini e adolescenti.



Consapevolezza culturale → riconoscere, rispettare e valorizzare le differenze culturali, applicando le pratiche di protezione dei minorenni in un'ottica inclusiva e sensibile alla dimensione culturale.

Contatti di Emergenza e Servizi di Supporto

Per garantire un ambiente sicuro e di supporto durante e dopo l'utilizzo delle attività proposte nel toolkit, raccomandiamo di tenere sempre a disposizione i contatti di emergenza e delle organizzazioni competenti, qualora bambine, bambini o adolescenti abbiano bisogno di aiuto o supporto aggiuntivo.

Di seguito un elenco di riferimenti utili:

- Telefono Azzurro – 19696
- Emergenza Infanzia – 114
- Linea di Ascolto per la Salute Mentale – 800 833 833
- Centro Antiviolenza Nazionale – 1522
- Servizi locali e scolastici

Suggerimento: Presentate questi contatti all'inizio del percorso, assicurandovi che siano chiari e accessibili per tutti gli studenti e le studentesse.

Attività

Questo toolkit si compone di 16 attività, suddivise in quattro sezioni:

1. Risultati generali
2. Salute mentale
3. Salute fisica
4. Sviluppo delle competenze

Prima delle sezioni, è presente un'attività introduttiva attraverso cui presentare agli studenti il tema della Report Card 19 – il benessere di bambine, bambini e adolescenti. L'attività può essere adattata a bambini e adolescenti di età diverse.

Nella prima sezione **Risultati generali** e attività presentano i risultati analizzati nella Report Card 19. Nelle attività delle altre tre sezioni vengono approfondite le tre diverse dimensioni oggetto dal rapporto: (i) Salute mentale; (II) salute fisica; e (III) Sviluppo delle competenze.

Ciascuna sezione comprende l'attività Report Card in Pillole, che presenta in modo diretto i dati esaminati nel rapporto, oltre a varie attività con livelli di difficoltà differenti.

Le attività sono numerate, ma non è necessario svolgerle in sequenza: è possibile selezionarne alcune ed evitarne altre in base alle esigenze e alle preferenze di insegnante/educatore studentesse e studenti. Tuttavia, se si lavora con persone di età pari o superiore a 10 anni, si consiglia di svolgere prima l'attività introduttiva e almeno due attività nella sezione Risultati generali prima di passare alle successive. Inoltre, talvolta un'attività può essere propedeutica a un'altra; in questi casi sarebbe meglio svolgerle entrambe per garantire la piena comprensione del materiale proposto.

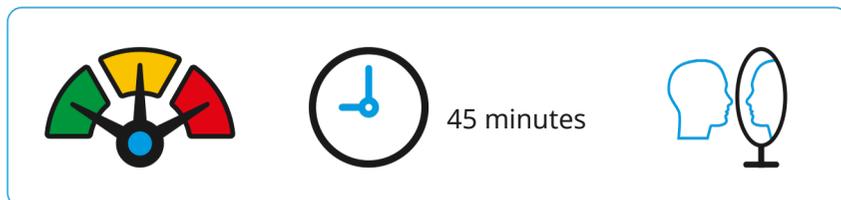
Riepilogo delle attività

Attività	Titolo	Argomento	Obiettivo	Durata consigliata	Implicazioni etiche e per la protezione
1.	Mimare i temi della Report Card 19	Risultati generali	Familiarizzare con i contenuti della Report Card 19	45 min	
2.	Conoscere il modello ecologico del benessere di bambine, bambini e adolescenti	Risultati generali	Comprendere le motivazioni alla base della Report Card 19	120 min	
3.	Disegnare i Paesi della Report Card	Risultati generali	Conoscere l'ambito geografico della Report Card 19	45 min	
4.	Scoprire i contenuti della Report Card 19	Risultati generali	Conoscere gli argomenti, gli indicatori e la classifica comparata della Report Card 19	120 min	
5.	Quiz sulla classifica comparata	Risultati generali	Imparare a comprendere la classifica comparata	45 min	
6.	Report Card in Pillole – percezione del benessere	Salute mentale	Far conoscere agli studenti alcuni dei risultati della Report Card 19	60 min	
7.	Disegnare il proprio benessere	Salute mentale	Aiutare gli studenti a riflettere sul loro ambiente scolastico e a prendervi parte in modo consapevole	90 min	
8.	Verso una migliore percezione del benessere	Salute mentale	Comprendere in che modo i partecipanti percepiscono i fattori che incidono sulla loro percezione del benessere	120 min	
9.	Report Card in Pillole – Sovrappeso e obesità infantili	Salute fisica	Aiutare gli studenti a comprendere i dati relativi a obesità e sovrappeso della Report Card 19	90 min	
10.	Giocare con la plastilina (o i LEGO) per riflettere sulla salute fisica	Salute fisica	Riflettere su ciò che è necessario per una buona salute fisica	90 min	
11.	La rivista sulla salute	Salute fisica	Riflettere sull'importanza della salute fisica	180 min	
12.	Campagna "Basta plastiche tossiche"	Salute fisica	Acquisire le informazioni contenute nella Report Card	120 min	
13.	Report Card in Pillole - Il rapporto tra media digitali e competenze scolastiche	Sviluppo delle competenze	Pensare a come utilizzare al meglio i media digitali in classe.	180 min	
14.	Report Card in Pillole - Quali paesi ottengono risultati migliori nelle competenze emotive?	Sviluppo delle competenze	Comprendere i risultati della Report Card sulle competenze emotive	90 min	
15.	Una cartolina per te	Sviluppo delle competenze	Aiutare gli studenti a sviluppare competenze emotive come comprendere il punto di vista altrui e provare empatia	60 min	
16.	Scrivere una storia da un altro punto di vista	Sviluppo delle competenze	Aiutare i bambini a sviluppare competenze emotive come comprendere il punto di vista altrui e provare empatia	120 min	

Attività Introduttiva

VISUALIZZARE IL BENESSERE

OBIETTIVO: Chiedersi cosa significa "stare bene".



Questa attività potrebbe portare gli studenti a descrivere esperienze personali o situazioni che riguardano altri compagni, suscitando in alcuni casi sensazioni spiacevoli. Prima di svolgere l'attività, comunicare alla classe a chi rivolgersi per parlare di questi problemi, presentando i consulenti scolastici o fornendo i numeri telefonici delle helpline/servizi telefonici di supporto da contattare in caso di necessità; in alternativa, informare gli studenti che l'insegnante/educatore è disponibile dopo la lezione per parlare di qualsiasi problematica.

Chiedere agli studenti di disegnare una persona della loro età che "sta bene" e di descrivere il loro disegno con alcune frasi sul retro del foglio.

Per facilitare il compito, porre le seguenti domande guida:

- Da cosa riconosciamo che questa persona sta bene? C'è qualcosa nel suo aspetto, nel comportamento o nelle cose che dice indica che sta bene?
- Perché è serena? Perché è soddisfatta?

Se lavorate con studenti più grandi, potreste fare quanto sopra oppure (a seconda del gruppo e del contesto) potreste chiedere loro di disegnare o scrivere un testo che descriva un bambino della loro età che "non se la cava bene": il suo aspetto, il suo comportamento e come trascorre il tempo. Guidateli con le seguenti domande:

- Come è possibile capire che il bambino non sta bene? C'è qualcosa nel suo aspetto, nel suo comportamento o nelle cose che dice che ti fa capire che non sta bene?
- Quali sono le ragioni dietro il loro stress, la loro ansia o la loro mancanza di soddisfazione in questo momento?

Specificare che nessuno è tenuto a mostrare il proprio disegno o leggere le frasi scritte. Si tratta di un'attività che aiuta gli studenti a riflettere sulla loro idea di benessere prima di capire il modo in cui i ricercatori dell'UNICEF studiano il benessere di bambine, bambini e adolescenti.

Gli studenti possono riesaminare il disegno/testo alla fine delle attività e chiedersi se sono ancora d'accordo con ciò che hanno disegnato e scritto o se vorrebbero cambiare qualcosa.

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.

Risultati generali

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.

ATTIVITÀ 1: MIMARE I TEMI DELLA REPORT CARD 19

OBIETTIVO: Familiarizzare con i contenuti della Report Card 19



45 minuti



1 recipiente, foglietti di carta (da piegare), una lavagna e un pennarello per segnare i punti, un contaminuti, un premio.

Dividere il gruppo in due squadre. Scrivere i seguenti argomenti sui foglietti di carta, piegarli e metterli nel recipiente:

- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Salute Mentale: | 7. Competenze sociali |
| 2. Soddisfazione della vita | 8. Uso eccessivo dei social media |
| 3. Salute fisica | 9. Pandemia COVID-19 |
| 4. Sport ed esercizio fisico | 10. Cambiamento climatico |
| 5. Sana alimentazione | 11. Conflitti |
| 6. Competenze scolastiche | |

Spiegare agli studenti che ogni foglietto di carta contiene uno degli argomenti oggetto della Report Card 19 per riflettere sul benessere dei bambini. Una o due persone all'interno di ciascuna squadra devono scegliere un foglietto e mimarne il contenuto ai compagni, che dovranno indovinare l'argomento mimato in un tempo massimo di un minuto. La squadra che riconosce il maggior numero di argomenti vince un premio.

Quando una squadra segna un punto, scrivere l'argomento sulla lavagna, spiegandone brevemente il significato e la correlazione con il benessere di bambine, bambini e adolescenti. Fare riferimento alla Report Card 19 o alla sintesi riportata nell'Appendice 1. Se si desidera discutere di questi argomenti in modo più approfondito, attraverso un approccio basato sui diritti dell'infanzia, richiamare i seguenti articoli della Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza e i documenti ad essa connessi.

- **Articolo 6** Diritto alla vita, alla sopravvivenza e allo sviluppo
- **Articolo 13** Diritto alla libertà di espressione
- **Articolo 17** Diritto di accedere alle informazioni
- **Articolo 19** Diritto alla protezione contro ogni forma di violenza
- **Articolo 24** Diritto alla salute, all'acqua potabile, al cibo, a un ambiente salubre
- **Articolo 28** Diritto all'istruzione
- **Articolo 29** Finalità dell'istruzione
- **Articolo 31** Diritto al riposo, al gioco e di partecipare alla vita culturale ed artistica
- **Articolo 38** Diritto alla protezione in caso di conflitto armato
- **Articolo 39** Diritto al recupero fisico e psicologico e al reinserimento sociale
- **Commento generale n. 26** sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza e l'ambiente, con particolare attenzione al cambiamento climatico
- **Commento generale n. 25** sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza in relazione all'ambiente digitale
- **Commento Generale n. 20** sull'attuazione dei diritti dell'infanzia durante l'adolescenza
- **Protocollo opzionale alla CRC** sul coinvolgimento di bambine, bambini e adolescenti nei conflitti armati

ATTIVITÀ 2: CONOSCERE IL MODELLO ECOLOGICO DEL BENESSERE DI BAMBINE, BAMBINI E ADOLESCENTI

OBIETTIVO: Comprendere le motivazioni alla base della Report Card 19

⚠️
Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



120 minuti



Stampe delle tabelle (si veda l'Appendice 4), Stampe dell'Appendice 2, cartelloni di grandi dimensioni con il modello ecologico vuoto (si veda Appendice 4).



Fase 1 - Inserire le parole nelle tabelle

Dividere i partecipanti in gruppi. Fornire a ciascun gruppo il seguente elenco di frasi e chiedere, discutendo insieme, di raggrupparle nelle tabelle (si veda Appendice 5).

1. Giocare ai videogiochi **[attività]**
2. Pandemia di COVID-19 **[contesto]**
3. Studiare la matematica **[attività]**
4. Compagni di scuola **[relazioni]**
5. Reddito dei genitori **[risorse]**
6. Assistenza sanitaria gratuita **[politiche]**
7. Rapporti tra gli insegnanti a scuola **[reti]**
8. Leggi sul congedo di maternità e paternità **[politiche]**
9. Fratelli e sorelle **[relazioni]**
10. Quartiere con parco pubblico **[risorse]**
11. Campagne di vaccinazione gratuita **[politiche]**
12. Conflitti armati nei paesi limitrofi **[contesto]**
13. Cambiamenti climatici **[contesto]**
14. Rapporto tra i genitori e i loro superiori sul posto di lavoro **[reti]**
15. Giocare a tennis **[attività]**
16. Studenti che protestano all'università **[reti]**
17. Babysitter competente **[relazioni]**
18. Scuolabus nuovi e confortevoli **[risorse]**

Chiedere a ciascun gruppo di presentare almeno una tabella e discutere le diverse opinioni con l'intera classe.



Fase 2 – Inserire le intestazioni e le parole delle tabelle all'interno del modello ecologico

Dare a ciascun gruppo una riproduzione di grandi dimensioni del modello ecologico vuoto (si veda l'Appendice 5). Chiedere ai partecipanti di discutere insieme e di collocare le frasi e le intestazioni delle tabelle della Fase 1 all'interno del modello ecologico, nel sistema corretto, scegliendo tra:

1. Ambiente del bambino
2. Ambiente attorno al bambino
3. Ambiente in generale

(Per esempio, il rapporto con gli altri bambini a scuola appartiene all' ambiente del bambino; il rapporto tra gli insegnanti appartiene all' ambiente intorno al bambino; e le campagne di vaccinazione gratuita appartengono all'ambiente in generale).

Non fornire alcuna spiegazione riguardo al modello ecologico: gli studenti dovranno rifletterci in modo intuitivo.



Fase 3 – Presentare i modelli

Chiedere a ciascun gruppo di presentare i propri modelli e spiegarne la logica al resto della classe. Individuare le eventuali differenze e analogie tra i modelli dei vari gruppi. Osservare l'Appendice 2 con i partecipanti per valutare se le loro risposte sono corrette e notare come il modello ecologico definisca la complessità del benessere di bambine, bambini e adolescenti e i vari fattori, vicini e lontani, che lo influenzano.

Fare riferimento all'attività introduttiva (se svolta): gli studenti ricordano che dovevano individuare i segnali o l'assenza di benessere in una persona della loro età? Spiegare che gli esiti al centro del modello ecologico sono molto simili ai segnali che notiamo in un amico che sta (o non sta) bene. Allo stesso modo, i ricercatori analizzano i dati – i segnali – per valutare come stanno bambine, bambini e adolescenti ed esplorare i fattori che influenzano il loro benessere, individuabili nelle sezioni del modello ecologico (ambiente del bambino, ambiente attorno al bambino, ambiente in generale).

ATTIVITÀ 3: DISEGNARE I PAESI DELLA REPORT CARD

OBIETTIVO: Conoscere l'ambito geografico della Report Card 19

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



45 minuti



Pastelli, cronometro, copie dell'elenco dei paesi (uno per squadra), carta geografica muta del planisfero (una per squadra, possibilmente di grandi dimensioni), un premio.

Dividere i partecipanti in squadre e fornire a ciascuna squadra pastelli, una carta geografica muta del planisfero e l'elenco dei 43 paesi oggetto della Report Card 19 (si veda l'Appendice 4).

I gruppi hanno un massimo di 15 minuti per individuare i paesi sulla mappa e colorarne i territori. La squadra che indica correttamente il maggior numero di Paesi nel minor tempo possibile vince un premio.

Riunire tutte le squadre in un unico gruppo e chiedere ai partecipanti:

- Cosa notate da questo elenco di Paesi?
- Quali Paesi non sono inclusi?
- Perché, secondo voi?

Concludere spiegando che la Report Card 19 analizza i dati di 43 Paesi membri dell'Unione europea (UE) e/o dell'Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico (OCSE).

ATTIVITÀ 4: SCOPRIRE I CONTENUTI DELLA REPORT CARD 19

OBIETTIVO: Conoscere gli argomenti, gli indicatori e la classifica comparata della Report Card 19

⚠️
Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



120 minutes



Fogli bianchi



Questa attività spiega i principali indicatori utilizzati nella scheda Report Card, che comprendono "suicidio adolescenziale", "mortalità infantile" e "obesità/sovrappeso". In alcuni contesti, o con studenti di determinate fasce d'età, parlare di questi argomenti può essere prematuro, problematico o motivo di stigmatizzazione.

Come è consigliabile procedere?

- Se si vuole evitare di parlare di "suicidio" nella dimensione del salute mentale, si può incentrare la discussione sull'indicatore della soddisfazione della vita.
- Se si preferisce non affrontare i temi "mortalità infantile" e/o "sovrappeso/obesità", è possibile escludere la dimensione della salute fisica.
- È inoltre possibile decidere di non eseguire affatto questa attività.

Fase 1 - Spiegazione generale della classifica comparata

Spiegare agli studenti che una delle caratteristiche principali della Report Card è la presenza della classifica comparata: si tratta di una classifica di paesi in cui ai primi posti si trovano i paesi che ottengono risultati migliori, mentre agli ultimi quelli che ottengono risultati peggiori.

Tuttavia, per comparare i risultati dei diversi paesi, è importante trovare dati che possano essere confrontati. La Report Card 19 è dedicata al tema del benessere di bambine, bambini e adolescenti, pertanto i ricercatori dell'UNICEF hanno dovuto elaborare indicatori comparabili per riuscire a misurarlo.

I ricercatori e le ricercatrici dell'UNICEF si sono chiesti: Attraverso quali dati possiamo comprendere il livello di benessere di bambine, bambini e adolescenti? Dopo un'attenta riflessione, hanno concluso che occorreva indagare su tre dimensioni del benessere:

- Salute mentale
- Salute fisica
- Sviluppo delle competenze

Facendo riferimento all'attività introduttiva (se svolta), chiedere agli studenti di ricordare di aver individuato i segnali di benessere in una persona della loro età. Allo stesso modo, i ricercatori cercano dei dati – o dei segnali – per valutare il benessere di bambine, bambini e adolescenti. Durante le attività introduttive, molti degli studenti potrebbero aver pensato che se un bambino è sano, mangia bene, ottiene buoni risultati scolastici, sorride ed è gentile con gli altri, mostra segnali di benessere. Analogamente, i ricercatori dell'UNICEF hanno ritenuto di analizzare i dati sulla salute fisica e mentale e sullo sviluppo delle competenze di bambine, bambini e adolescenti per capire il loro livello di benessere in una serie di paesi.



Fase 2 – Individuare i segnali di benessere

Dividere gli studenti in gruppi e fornire un cartellone, chiedendo di dividerlo in tre parti, con le seguenti intestazioni: (I) salute mentale; (II) salute fisica; e (III) sviluppo delle competenze.

Invitare la classe a riflettere su ciascuna delle tre dimensioni del benessere. In alternativa, è possibile assegnare un'intestazione a ciascun gruppo, chiedendo di concentrarsi su una sola area di indagine.

Dimensione della salute mentale:

Leggere o fornire agli studenti le seguenti linee guida:

Se fossi un ricercatore, cosa misureresti per capire se bambine, bambini e adolescenti godono di una buona salute mentale? Come riusciresti a capire se hanno una buona salute emotiva? Come riusciresti a determinare il loro livello di salute mentale? Accertandoti che siano sereni?

Discutetene insieme e scrivete sul cartellone i due aspetti che secondo voi rappresentano i dati più importanti per capire se bambine, bambini e adolescenti hanno o non hanno una buona salute emotiva e mentale.

Dimensione della salute fisica:

Leggere o fornire agli studenti le seguenti linee guida:

Se fossi un ricercatore o ricercatrice, cosa misureresti per capire se bambine, bambini e adolescenti godono di una buona salute fisica? Come riusciresti a capire se hanno una buona salute fisica?

Discutetene insieme e scrivete sul cartellone i due aspetti che secondo voi rappresentano i dati più importanti per capire se bambine, bambini e adolescenti godono di una buona salute fisica.

Dimensione dello sviluppo delle competenze:

Leggere o fornire agli studenti le seguenti linee guida:

Se fossi un ricercatore/ricercatrice, cosa misureresti per capire se bambine, bambini e adolescenti possiedono le competenze necessarie? Come riusciresti a capire se ottengono buoni risultati scolastici? Come riusciresti a capire se sono in grado di socializzare con gli altri? Discutetene insieme e scrivete sui i due aspetti che secondo voi rappresentano i dati più importanti per capire se bambine, bambini e adolescenti ottengono buoni risultati scolastici e sono in grado di socializzare con gli altri.



Fase 3 - Scoprire cosa hanno fatto i ricercatori

Riunire tutti i gruppi e chiedere a ciascuno di spiegare il proprio cartellone e le motivazioni alla base delle loro risposte.

Una volta che tutti i gruppi avranno descritto la sezione relativa al Benessere Mentale del proprio cartellone, condividere con la classe i due indicatori scelti dai ricercatori per la Report Card: 1. Suicidio adolescenziale; 2. Soddisfazione della vita.

Una volta che tutti i gruppi avranno descritto la sezione Salute fisica del proprio cartellone, condividere con la classe i due indicatori scelti dai ricercatori per la Report Card: 1. Mortalità infantile; 2. Sovrappeso e obesità infantili.

Una volta che tutti i gruppi avranno descritto la sezione Competenze del proprio cartellone, condividere con la classe i due indicatori scelti dai ricercatori per la Report Card: 1. Capacità di stringere facilmente amicizia; 2. Percentuale di 15enni che frequentano ancora la scuola e hanno acquisito conoscenze di base sia in lettura che in matematica.

Riassumere i sei indicatori scelti dai ricercatori dell'UNICEF, spiegando che sono quelli utilizzati per classificare i paesi e capire quali stanno ottenendo i risultati migliori/peggiori in ciascuna dimensione.

ATTIVITÀ 5: QUIZ SULLA CLASSIFICA COMPARATA

OBIETTIVO: Imparare a comprendere la classifica comparata e osservare se il Paese in cui gli studenti vivono sta promuovendo il benessere di bambine, bambini e adolescenti in modo efficace.



45 minuti



Copie dell'Appendice 3. Pensare a un premio da assegnare alla squadra che vince il quiz e a premi di consolazione per i secondi classificati e la squadra perdente.



Please read the "Ethics and safeguarding" section before starting any activity. That section provides guidance on how you can maximize the benefits and manage and mitigate the risks for children.

La classifica comparata è uno degli elementi principali della Report Card. Nella Report Card 19 mette a confronto 36 dei 43 Paesi analizzati sulla base di criteri specifici. Si veda l'Appendice 3 per maggiori Informazioni.

Dividere gli studenti in squadre, spiegando che dovranno partecipare a un quiz. Leggere le domande riportate di seguito, accompagnate da alcune possibili risposte. La squadra che dà per prima la risposta corretta, ottiene un punto. Trattandosi di un gioco di velocità, specificare che ogni volta che una squadra è pronta a rispondere, dovrebbe fare un suono. In caso di risposta errata, non è possibile cambiare la risposta, ma bisogna attendere che rispondano anche le altre squadre.

Prima di iniziare, chiedere agli studenti di scegliere un nome per la propria squadra e di stabilire quale suono/rumore utilizzare per dare una risposta. Chiedere alle squadre di annotare le risposte corrette a ciascuna domanda poiché dovranno utilizzarle in seguito.

Domande del quiz

1. Su una scala da 1 a 36, in che misura il Paese in cui viviamo promuove il salute mentale di benessere di bambine, bambini e adolescenti?

- A. Il nostro Paese è tra i primi 12 in classifica.
- B. Il nostro Paese è tra gli ultimi 12 in classifica.
- C. Il nostro Paese è al centro della classifica – né tra i migliori 12 né tra i peggiori 12

2. Su una scala da 1 a 36, in che misura il Paese in cui viviamo promuove la salute fisica di bambine, bambini e adolescenti?

- A. Il nostro Paese è tra i primi 12 in classifica.
- B. Il nostro Paese è tra gli ultimi 12 nella classifica.
- C. Il nostro Paese è al centro della classifica – né tra i migliori 12 né tra i peggiori 12.

3. Su una scala da 1 a 36, in che misura il Paese in cui viviamo promuove lo sviluppo delle competenze scolastiche ed emotive di bambine, bambini e adolescenti?

- A. Il nostro Paese è tra i primi 12 in classifica.
- B. Il nostro Paese è tra gli ultimi 12 nella classifica.
- C. Il nostro Paese è al centro della classifica – né tra i migliori 12 né tra i peggiori 12.

4. Su una scala da 1 a 36, in che misura il Paese in cui viviamo promuove il benessere complessivo di bambine, bambini e adolescenti? Come si posiziona nella classifica comparata delle Report Card?

- A. Il nostro Paese è tra i primi 12 in classifica.
- B. Il nostro Paese è tra gli ultimi 12 nella classifica.
- C. Il nostro Paese è al centro della classifica – né tra i migliori 12 né tra i peggiori 12.

Assegnare i premi alle squadre e successivamente distribuire una copia della classifica comparata a ciascun gruppo (si veda l'Appendice 3). Chiedere agli studenti:

C'è qualcosa nella classifica che vi lascia sorpresi? Perché?

Avviare un confronto con l'intera classe utilizzando le informazioni riportate nell'Appendice 3. Se sono presenti bambini più piccoli, si consiglia di mostrare loro la classifica spiegandone gli aspetti chiave anche sulla base delle domande del quiz.



Fase 2: Se fossi al governo del mio Paese

Dividere la classe in piccoli gruppi di circa 4-5 studenti.

Chiedere a ciascun gruppo di immaginare di essere i leader politici del proprio Paese e di avere il potere di prendere decisioni che possono migliorare la vita di bambine, bambini e adolescenti. Porre a tutti le seguenti domande:

1. Quali messaggi chiave daresti ai cittadini del tuo Paese per promuovere il benessere di bambine, bambini e adolescenti?
2. Per mettere in pratica le parole di tali messaggi, quali azioni potreste attuare per migliorare il benessere di bambine, bambini e adolescenti nel vostro Paese?

Ogni gruppo deve formulare due messaggi chiave e due azioni per ciascuna delle seguenti dimensioni:

- Salute mentale (ad esempio, sentirsi sicuri, supportati e in uno stato di equilibrio emotivo)
- Salute fisica (ad esempio, avere accesso a cibi nutrienti, opportunità di gioco ed esercizio fisico)
- Sviluppo delle competenze scolastiche ed emotive (ad esempio, istruzione di qualità, alfabetizzazione emotiva, sostegno nel processo di apprendimento)

Esempio → Messaggio chiave: Bambine, bambini e adolescenti dovrebbero ricevere supporto emotivo a scuola. AZIONE: L'educazione emotiva dovrebbe essere obbligatoria in tutte le scuole.

Dopo che tutti i gruppi avranno completato le loro proposte, invitarli a presentare i messaggi e le azioni individuati a tutta la classe.



Raccogliere tutti i messaggi chiave di ciascun gruppo e riunirli su un grande cartellone o una bacheca.



Cosa stabilisce la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sulla salute mentale?

Il tema del salute mentale non viene affrontato in maniera esplicita all'interno della Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, ma è compreso nel concetto più ampio di salute. Tuttavia, numerosi diritti sanciti dalla Convenzione contribuiscono direttamente a proteggere e promuovere il salute mentale di bambine, bambini e adolescenti. Tenere presenti i diritti elencati di seguito quando si eseguono le attività descritte in questa sezione.



Articolo 13 Diritto alla libertà di espressione

Ogni bambino ha il diritto di condividere liberamente con gli altri ciò che impara, pensa e sente per mezzo delle parole, della scrittura, dell'arte e così via, a meno che queste attività non danneggino i diritti degli altri



Articolo 17 Diritto di accedere alle informazioni

Ogni bambino ha il diritto di raccogliere informazioni da internet, dalle radio, dalle televisioni, dai giornali, dai libri e da qualunque altra fonte. Gli adulti sono tenuti a garantire che tali informazioni non arrechino danni alla persona di minore età. I governi dovrebbero incoraggiare i mass-media a condividere informazioni provenienti da varie fonti, in una lingua comprensibile a tutti i fanciulli.



Articolo 19 Diritto alla protezione contro ogni forma di violenza

Ogni bambino ha il diritto di essere protetto da violenze, abusi e negligenze da qualunque persona che abbia il suo affidamento.



Articolo 31 Diritto al riposo, al gioco e di partecipare alla vita culturale ed artistica

Ogni bambino ha il diritto di rilassarsi, riposare, dedicarsi al gioco e ad attività ricreative e culturali.

ATTIVITÀ 6: REPORT CARD IN PILLOLE- SODDISFAZIONE DELLA VITA

OBIETTIVO: Presentare alla classe alcuni dei risultati della Report Card 19 e discutere insieme di ciò che, secondo loro, favorisce e/o pregiudica la loro soddisfazione della vita



Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione “Implicazioni etiche e per la protezione”, che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



60 minuti



Due cartelloni, nastro/puntine per appenderli alle pareti.

Fase 1 – Alcuni dati sulla soddisfazione della vita

Spiegare agli studenti che la Report Card 19 confronta i dati sul benessere di bambine, bambini e adolescenti di diversi paesi, evidenziando come tali dati sono cambiati nel tempo. I ricercatori e le ricercatrici dell'UNICEF hanno analizzato i dati più recenti disponibili (raccolti nel 2022) e li hanno confrontati con i dati raccolti nel 2018.

Hanno inoltre scoperto che, negli ultimi anni, la percezione che bambine, bambini e adolescenti hanno della propria soddisfazione della vita è diminuita in tutti i paesi tranne uno. Ciò significa che i bambini, le bambine e gli adolescenti di oggi sono meno soddisfatti della loro vita rispetto ai loro coetanei del 2018.

Informare i partecipanti che nell'attività che stanno per svolgere dovranno esprimere le loro idee su quali potrebbero essere i fattori che influenzano la soddisfazione della vita di bambine, bambini e adolescenti. L'attività si basa su alcune affermazioni riportate nella Report Card per consentire al gruppo di confrontare le proprie idee con quelle discusse dai ricercatori.



Fase 2 – Vero o Falso?

Prendere i due cartelloni. Scrivere su uno la frase “l'affermazione è vera” e sull'altro “l'affermazione è falsa”. Collocare i cartelloni in due punti diversi all'interno dell'aula, assicurandosi che siano abbastanza distanti tra loro.

Chiedere agli studenti di alzarsi per potersi muovere nell'aula. Leggere le seguenti affermazioni, tratte dai risultati della Report Card 19. Per ciascuna affermazione, i partecipanti dovranno posizionarsi nel punto della classe corrispondente alla frase “l'affermazione è vera” o “l'affermazione è falsa”.

Una volta che avranno deciso, avviare un confronto tra tutti gli studenti in merito a ciascuna affermazione (prima di fornire la risposta corretta). Porre le seguenti domande:

- Per gli studenti che hanno scelto “l'affermazione è vera”: Cosa vi ha fatto pensare che l'affermazione sia vera?
- Per gli studenti che hanno scelto “l'affermazione è falsa”: Cosa vi ha fatto pensare che l'affermazione sia falsa?

Ciascun gruppo deve discutere brevemente queste domande e indicare due motivi a sostegno della loro scelta tra vero e falso. Argomentando, devono cercare di convincere gli studenti che hanno fatto la scelta opposta a spostarsi dalla loro parte. Lasciare a entrambi i gruppi del tempo per convincere gli altri a spostarsi dalla loro parte. Al termine di questa fase, comunicare la risposta corretta e stabilire quale gruppo ha vinto.

Dichiarazioni (se si lavora con bambine e bambini molto piccoli, adattare il linguaggio alla fascia di età)

1. I ragazzi tendono ad avere una soddisfazione della vita inferiore rispetto alle ragazze. **[FALSO]**
(affermazione corretta: Le ragazze tendono ad avere una soddisfazione della vita inferiore rispetto ai ragazzi.)
2. I bambini e le bambine che vivono in famiglie con più risorse economiche hanno una maggiore soddisfazione della vita rispetto a quelli che vivono in famiglie con meno risorse. **[FALSO]**
(affermazione corretta: Il reddito familiare non incide particolarmente sul livello di soddisfazione della vita di bambine e bambini)
3. Le bambine ed i bambini che praticano più sport e sono più attivi fisicamente sono più soddisfatti della loro vita. **[VERO]**
4. Le bambine ed i bambini che trascorrono molto tempo a fare i compiti hanno una minore soddisfazione della vita. **[FALSO]** **(affermazione corretta:** Non esiste una correlazione evidente tra le ore trascorse a svolgere i compiti e la soddisfazione della vita.)
5. Le bambine ed i bambini che trascorrono molto tempo a utilizzare le tecnologie digitali e/o i social media hanno una minore soddisfazione della vita. **[VERO]**
6. Le bambine ed i bambini che non utilizzano mai le tecnologie digitali e/o i social media sono molto più soddisfatti della loro vita. **[FALSO]** **(affermazione corretta:** I bambini che non utilizzano affatto le tecnologie digitali e/o i social media tendono ad avere una minore soddisfazione della vita.)
7. Le bambine ed i bambini che parlano spesso con i genitori o gli adulti con cui vivono sono più soddisfatti della loro vita. **[VERO]**
8. Non esiste alcuna correlazione tra l'essere vittima di bullismo e la soddisfazione della vita. **[FALSO]** **(affermazione corretta:** La frequenza di episodi di bullismo incide sfavorevolmente sulla soddisfazione della vita della vittima.)

Concludere la discussione con l'intera classe e rispondere alle eventuali domande da parte dei partecipanti.

ATTIVITÀ 7: DISEGNARE IL PROPRIO BENESSERE

OBIETTIVO: Aiutare gli studenti a riflettere sul loro ambiente scolastico e a prendervi parte in modo consapevole

Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



90 minuti



Letto musicale e cassa speaker, grande pannello da parete, carta A4 bianca, colla o nastro.



Questa attività prevede domande che possono suscitare sentimenti e pensieri dolorosi negli studenti che hanno subito violazioni dei loro diritti, come abusi, violenze o bullismo. Le statistiche indicano che ciò vale per molti più bambine, bambini e adolescenti di quanti sappiamo, probabilmente uno o più studenti in ogni classe.

Condurre l'attività con particolare attenzione e valutare se sia opportuno collaborare con un consulente che possa offrire sostegno agli studenti. Per saperne di più sul diritto del fanciullo alla libertà da ogni forma di violenza, si veda il Commento generale n. 13 del Comitato ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza.



Fase 1 - Disegno individuale con musica rilassante

Mettere della musica rilassante in classe. Mentre ascoltano la musica, chiedere agli studenti di fare un disegno:

- Devono pensare e disegnare ciò che li fa sentire bene, in generale. Possono pensare ai loro rapporti interpersonali, alle attività che svolgono, alla loro vita scolastica, alla loro comunità, o a qualcosa del loro Paese o del mondo in generale.



Comunicare in anticipo alla classe che i disegni saranno esposti in una mostra all'interno dell'aula. Permettere a coloro che dovessero sentirsi a disagio nel condividere i propri disegni di non presentarli al resto della classe.

Dopo che tutti avranno completato il loro disegno, porre agli studenti le seguenti domande (chi non si sente a proprio agio può non rispondere):

- Come ti ha fatto sentire questo esercizio?
- La musica era felice o triste?
- Quali colori ti ricordava la musica?

Esporre tutti i disegni su un grande pannello e chiamarlo "Fattori che favoriscono e ostacolano il nostro benessere".



Fase 2 – Cosa vi fa sentire bene in gruppo?

Chiedere ai partecipanti di guardare i disegni insieme e, successivamente, avviare una discussione di classe. Porre le seguenti domande guida:

1. Guardando il pannello con i disegni, cosa vi fa sentire bene in gruppo?
2. C'è qualcosa che secondo voi manca tra i disegni?

Nella Report Card 19 i ricercatori menzionano i seguenti fattori:

- Il modo in cui i bambini trascorrono il loro tempo e le attività che svolgono possono incidere sulla loro soddisfazione della vita. Ad esempio, l'attività fisica e la meditazione sono state collegate a una maggiore soddisfazione della vita, mentre l'ansia da prestazione scolastica può ridurla. Cosa pensate di queste affermazioni? Fornire la spiegazione.
- Anche la quantità e la qualità del sonno sono collegate alla salute mentale di bambine, bambini e adolescenti. Cosa pensate di queste affermazioni? Fornire la spiegazione.
- Essere vittima di bullismo o vivere quotidianamente in un ambiente in cui c'è bullismo incide negativamente sulla soddisfazione della vita di bambine, bambini e adolescenti. Cosa pensate di queste affermazioni? Fornire la spiegazione.
- L'ansia causata da conflitti armati e cambiamenti climatici riduce la soddisfazione della vita di bambine, bambini e adolescenti. Cosa pensate di queste affermazioni? Fornire la spiegazione.

In base alle risposte emerse dal confronto, invitare gli studenti ad aggiungere qualcosa al pannello se lo desiderano. Moderare la discussione in caso di disaccordi.



Scattare foto dei singoli disegni e dell'intero pannello.

ATTIVITÀ 8: VERSO UNA MIGLIORE COMPrensIONE DEL BENESSERE

OBIETTIVO: comprendere la percezione dei partecipanti sui fattori che incidono sulla loro soddisfazione della vita e proporre idee per migliorarla

⚠️
Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



120 minuti



Mazzo di carte da gioco o mazzo di tarocchi (qualsiasi mazzo di carte con immagini stimolanti e suggestive), riviste, colla, cartelloni bianchi, forbici, foglietti adesivi.



Fase 1- Scegliere una carta e riflettere

Portare il mazzo di carte in classe. Posizionare le carte su un tavolo con le immagini visibili a tutti gli studenti. Porre le seguenti domande:

- Quale carta va fa pensare al concetto di "soddisfazione della vita"?

Ogni studente dovrà scegliere una carta e tenerla con sé, scrivendo, se lo desidera, il motivo per il quale ha scelto quella determinata carta su un biglietto che resterà personale, una sorta di diario.



Fase 2 - Collage sulla soddisfazione della vita

Chiedere agli studenti di formare dei piccoli gruppi. Ognuno dovrà dire agli altri membri del gruppo perché ha scelto quella carta, quali sono gli elementi raffigurati nell'immagine sulla carta che collega con l'idea di soddisfazione della vita.

Chiedere agli studenti di discutere insieme quali sono, secondo loro, i fattori che contribuiscono positivamente alla soddisfazione della vita di bambine, bambini e adolescenti.

Consegnare ai partecipanti riviste, colla e forbici chiedendo a ciascun gruppo di creare un collage che rappresenti gli elementi di cui i giovani come loro hanno bisogno per essere soddisfatti della loro vita. Ogni gruppo dovrà presentare il proprio collage agli altri.



Fase 3 - Un piano d'azione per migliorare la soddisfazione della vita

Con gli studenti ancora suddivisi in gruppo, dare a ciascun gruppo un cartellone bianco. Dopo aver riflettuto su ciò che bambine, bambini e adolescenti hanno bisogno per essere soddisfatti della loro vita, dovranno pensare adesso a come ottenerlo. (Appendice 4 schede di facilitazione)

Dovranno creare un piano d'azione che possa servire da guida per giovani e anziani, in posizioni di potere diverse, affinché ognuno faccia la propria parte. Per facilitare il compito, porre le seguenti domande:

1. Che serve ai giovani per essere soddisfatti della vita?
2. Cosa dovrebbe cambiare?
3. Cosa possono fare le persone che lavorano all'interno delle scuole?
4. Cosa possono fare i politici?
5. Cosa può fare l'UNICEF?
6. Cosa possono fare gli altri adulti? Definire il ruolo degli adulti a cui i partecipanti si riferiscono.
7. Cosa potete fare voi?

Fase 4 – Organizzare una mostra scolastica

Organizzare una mostra scolastica dei collage e dei piani d'azione creati dagli studenti. Consentire agli altri studenti degli altri gruppi e del resto della scuola di lasciare dei commenti anonimi, rispondendo alle seguenti domande:

- Cosa pensi dei collage? Quale si avvicina di più alla tua idea di soddisfazione della vita? Attacca dei foglietti adesivi con i tuoi commenti e i tuoi pensieri.
- Cos'altro occorre, secondo te, per migliorare la soddisfazione della vita delle persone della tua età?

Attacca dei foglietti adesivi con i tuoi commenti e i tuoi pensieri.



Scattare foto dei collage.

Salute fisica



Cosa stabilisce la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sulla salute fisica?

La Convenzione afferma che tutti i diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sono universali, indivisibili, interdipendenti e interconnessi. Fa inoltre riferimento esplicito al benessere fisico dei minori nei seguenti articoli (tenere presenti i diritti elencati di seguito quando si eseguono le attività descritte in questa sezione):



Articolo 6 Diritto alla vita, alla sopravvivenza e allo sviluppo

Ogni bambina e bambino ha diritto alla vita. I governi devono assicurare la sopravvivenza e lo sviluppo di tutte le persone età.



Articolo 24 Diritto alla salute, all'acqua, al cibo, a un ambiente sicuro

Le bambine, i bambini e gli adolescenti hanno diritto ad accedere alla migliore assistenza sanitaria possibile, ad acqua potabile pulita, a cibo sano e a un ambiente pulito e sicuro in cui vivere. Gli Stati parti devono garantire che adulti e minorenni ricevano informazioni adeguate sulla salute.

ATTIVITÀ 9: REPORT CARD IN PILLOLE SOVRAPPESO E OBESITÀ

OBIETTIVO: Aiutare i bambini a comprendere i dati relativi a obesità e sovrappeso della Report Card 19



90 minuti



Stampe delle Figure 13 e 14 della Report Card 19 (si veda l'Appendice 4), Stampe della scheda informativa "Attività 10, Fase 3: cause e possibili soluzioni di sovrappeso e obesità infantile» (si veda l'Appendice 4).



Se uno degli studenti è in sovrappeso o sottopeso, soffre di disturbi alimentari, è vittima di bullismo e body shaming o rischia di esserlo, valutare attentamente se svolgere questa attività. L'attività potrebbe stimolare un interessante e utile dibattito sull'argomento e favorire l'empatia e la comprensione tra i partecipanti, ma per essere efficace richiede all'insegnante/educatore estrema attenzione e la capacità di offrire sostegno agli studenti che potrebbero averne bisogno. L'adolescenza è un periodo in cui i cambiamenti fisici che avvengono in questa fase della vita non dovrebbero essere motivo di preoccupazione. Tra i 13 e i 18 anni, nella maggior parte degli adolescenti il peso corporeo raddoppia.

I continui messaggi che esaltano un corpo magro e atletico, come quelli presenti sui social media, rischiano di esporre bambini e adolescenti a ideali di salute e benessere difficili da raggiungere. Questa attività non intende in alcun modo incoraggiare i pregiudizi legati al peso corporeo, al contrario, punta a evidenziare che, nonostante l'aumento di peso sia fisiologico con la crescita, un aumento eccessivo e l'accumulo di calorie potrebbero avere implicazioni negative sulla vita presente e futura di bambini e adolescenti. Spesso, ciò dipende da problematiche a livello sistemico piuttosto che dalle scelte di vita individuali.



Fase 1 - Conoscere i dati relativi al di sovrappeso in bambine, bambini e adolescenti

Chiedere agli studenti: *Sapevate che il numero di bambine, bambini e adolescenti affetti da sovrappeso e obesità sta crescendo a livello globale?*

Distribuire alcune stampe della Figura 13 (si veda l'Appendice 4) e chiedere ai partecipanti di osservarla.

Spiegare che la figura mostra l'aumento dei tassi di sovrappeso e obesità in bambine, bambini e negli adolescenti di età compresa tra i 5 e i 19 anni, nel periodo tra il 2000 e il 2022 nei paesi analizzati dalla Report Card. Rileva un aumento costante dei tassi di sovrappeso, passati dal 17% circa nel 1990 al 28% circa nel 2022.



Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.

Fase 2 – Approfondire la situazione dei Paesi esaminati nella Report Card

Dividere la classe in gruppi composti preferibilmente da cinque persone. Distribuire una copia della Figura 14 (si veda l'Appendice 4) a ciascun gruppo.

Chiedere ai partecipanti di prendere nota dei principali fattori che si evincono dal grafico. È possibile aiutarli a riflettere sul grafico ponendo le domande di seguito (se i partecipanti hanno familiarità con grafici e statistiche, lasciare che analizzino il grafico senza porre le domande):

1. Nel periodo compreso tra il 2018 e il 2022, in quali paesi è diminuita la percentuale di bambini in sovrappeso?
 2. Nel periodo compreso tra il 2018 e il 2022, in quali paesi è aumentata la percentuale di bambini e adolescenti in sovrappeso?
 3. In quali dei paesi illustrati nel grafico bambine, bambini e adolescenti tendono ad essere maggiormente in sovrappeso?
 4. In quali dei paesi illustrati nel grafico bambine, bambini e adolescenti tendono ad essere meno in sovrappeso? Come si posiziona il Paese in cui viviamo rispetto agli altri paesi nel grafico (meglio o peggio)?
- Cos'altro si nota osservando il grafico? Cosa vi sorprende di tutto quello che abbiamo scoperto?

When everybody is ready, ask the groups to share their answers. Facilitate a discussion.



Fase 3 – Le cause del sovrappeso e dell'obesità infantili

Lavorare con tutta la classe. Chiedere agli studenti di fare riferimento ai dati osservati nelle Fasi 1 e 2. I risultati li sorprendono oppure no? Perché?

Domandare perché, secondo loro, la percentuale di bambine, bambini e adolescenti in sovrappeso sta aumentando nei paesi ad alto reddito. I partecipanti devono alzare la mano e condividere le loro osservazioni con il resto della classe. Annotare le loro riflessioni su una lavagna e creare un elenco di possibili motivi.

Chiedere quindi agli studenti di riformare gli stessi gruppi della Fase 2 e distribuire la scheda informativa "Attività 10, Fase 3: cause e possibili soluzioni a sovrappeso e obesità infantili" (si veda l'Appendice 5). Discuterne il contenuto insieme e sottolineare che i fattori che causano il sovrappeso infantile sono strutturali (derivano dal modo in cui le società sono organizzate) e nessun individuo dovrebbe essere criticato per essere in sovrappeso o obeso.

ATTIVITÀ 10: GIOCARE CON LA PLASTILINA (O I LEGO) PER RIFLETTERE SULLA SALUTE FISICA

OBIETTIVO: Riflettere su ciò che è necessario per una buona salute fisica

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



90 minuti



Plastilina e/o mattoncini LEGO (sufficienti per tutti i gruppi), uno o più registratori, computer portatili.



Fase 1 – Cosa occorre per una buona salute fisica?

Dividere gli studenti in gruppi e invitarli a pensare e ad annotare su un cartellone i principali fattori che determinano una buona salute fisica in bambini e adolescenti della loro età. Orientare la discussione sugli aspetti legati alle attività (ad esempio sportive), alla nutrizione, al sostegno da parte di familiari e amici e così via. Chiedere a ciascun gruppo di illustrare il proprio elenco al resto della classe e avviare un confronto. Sono tutti d'accordo con gli elenchi realizzati dagli altri gruppi? In caso di disaccordo, spiegarne i motivi. Ci sono altri fattori che è possibile includere? Se necessario, dare dei suggerimenti.

Fase 2 – Visualizzare e mostrare le idee in 3D.

Fornire a ciascun gruppo di partecipanti della plastilina e/o dei mattoncini LEGO, chiedendo loro di creare un modellino che includa tutti i principali fattori di cui bambini e adolescenti hanno bisogno per una buona salute fisica. Suggestire agli studenti di fare riferimento all'elenco che hanno elaborato nella Fase 1 e alle varie problematiche emersi durante la discussione.

Chiedere a ciascun gruppo di scrivere una descrizione del loro modellino su un computer portatile e di registrare a voce lo stesso testo utilizzando un telefono cellulare o qualsiasi altro dispositivo di registrazione disponibile.



Raccogliere i file con i testi e le descrizioni audio e scattare foto di ciascun modellino. È possibile utilizzare questo materiale per allestire una mostra scolastica, sia fisica che digitale sul sito web della scuola.

ATTIVITÀ 11: LA RIVISTA SULLA SALUTE

OBIETTIVO: Riflettere sull'importanza della salute fisica e sui fattori che ostacolano o favoriscono la salute fisica di bambine, bambini e adolescenti

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



180 minuti



Telefoni e computer portatili, programmi informatici per la progettazione o attrezzatura necessaria per disegnare, stampanti e carta (in caso di riviste cartacee), una sezione sul sito web della scuola in cui caricare la versione digitale della rivista, stampe della scheda informativa "Attività 11: che cosa affermano i ricercatori della Report Card sulla salute fisica?" (si veda l'Appendice 4).



Fase 1 - Scoprire cosa affermano i ricercatori della Report Card

Distribuire la scheda informativa "Attività 11: cosa affermano i ricercatori della Report Card sulla salute fisica?" agli studenti per fornire informazioni e dati che possono utilizzare durante l'attività. Potrebbe inoltre essere utile leggere alcune delle raccomandazioni proposte dai ricercatori e dalle ricercatrici nella parte finale della Report Card.



Fase 2 - Lavorare alla realizzazione di un'edizione speciale di una rivista sulla salute

In questa attività, i partecipanti avranno dei ruoli diversi e lavoreranno insieme per realizzare una rivista sulla salute destinata a bambine, bambini e adolescenti. Dividere la classe in tre gruppi:

Dividere la classe in tre gruppi:

1. Giornalisti
2. Fotografi
3. Redattori

Assegnare a ciascun gruppo i seguenti compiti:

Gruppo 1:

Scrivere tre articoli di giornale sull'importanza di una buona salute fisica per bambini e adolescenti, rispondendo alle domande guida.

Gruppo 2:

Andare in giro per la scuola (sia all'interno che all'esterno) e scattare delle fotografie utilizzando il telefono, rispondendo alle domande guida. Nota: non scattare foto dei volti delle persone o di caratteristiche personali riconoscibili. Scattare tutte le foto che si desidera, ma selezionarne circa 10 per la pubblicazione. Lavorare con il gruppo 3 per finalizzare la selezione e scrivere didascalie per ciascuna immagine.

Domande guida per i gruppi 1 e 2

- Cosa possono fare bambine, bambini e adolescenti per avere una buona salute fisica (pensate allo sport, alla nutrizione, ecc.)?
- Quali sono secondo voi le principali barriere che impediscono a bambini, bambine e adolescenti di godere di una buona salute fisica? Perché?
- Cosa dovrebbe fare il Paese in cui vivete per garantire a bambine, bambini e adolescenti una buona salute fisica (pensate a quanto discusso nella Fase 1)?

Gruppo 3:

Lavorare alla grafica della rivista e selezionare le idee da porre in primo piano. Confrontarsi con i gruppi 1 e 2 per concordare una linea comune alla vostra strategia editoriale. È possibile utilizzare un programma per la progettazione grafica o disegnare manualmente su carta la grafica della rivista.

Per eseguire questa attività, distribuire la scheda informativa "Attività 11: che cosa affermano i ricercatori della Report Card sulla salute fisica?" (si veda l'Appendice 5), dando ai partecipanti anche alcune informazioni dalla Report Card.

Fase 3 - Pubblicazione della rivista

I tre gruppi devono riunirsi e discutere di ciò che hanno scritto/fotografato per decidere come organizzare le informazioni nella rivista e scegliere un titolo per la rivista e il numero speciale. Se la scuola ha già una rivista scolastica, valutare se proporre ai responsabili della rivista di pubblicare un numero sulla salute.



La rivista sulla salute potrebbe essere pubblicata in formato cartaceo o digitale, o entrambi, a seconda della disponibilità della scuola.

ATTIVITÀ 12: CAMPAGNA “BASTA PLASTICHE TOSSICHE”

OBIETTIVO: Acquisire le informazioni contenute nella Report Card e utilizzarle per sostenere il benessere di bambine, bambini e adolescenti

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione “Implicazioni etiche e per la protezione”, che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



120 minuti



Schermo/LIM, connessione Internet, stampe della scheda informativa “I pericoli delle microplastiche” (si veda l'Appendice 4).

Distribuire agli studenti la scheda informativa “Attività 12: I pericoli delle microplastiche» (si veda l'Appendice 5), che spiega come le microplastiche contenute in alimenti, indumenti, acqua, giocattoli e così via possono nuocere alla salute di bambine, bambini e adolescenti, con conseguenze negative.

Chiedere ai partecipanti di leggere attentamente il testo e discuterne insieme.

Mostrare successivamente il video **“Everything is Connected”** dal corso di formazione **“Our Rights, Our Planet”** del programma delle Nazioni Unite per l'ambiente. I video sono disponibili solo in inglese.

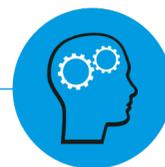


Lavorare insieme agli studenti per realizzare una campagna che chieda alle autorità e ai governi locali e nazionali di ridurre i rischi legati alla presenza di microplastiche negli alimenti, nei vestiti, nei giocattoli e così via.

Per creare la campagna, i partecipanti dovranno:

- Definire 10 punti d'azione su cui si desidera incentrare la campagna.
- Sviluppare un'idea creativa su come condividere i punti d'azione. (Una campagna online? Una mostra scolastica? Un murale?)
- Pianificare e preparare la campagna e definire strategie per coinvolgere altri studenti.

Sviluppo delle competenze



Cosa stabilisce la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sullo sviluppo delle competenze sociali e scolastiche?

La Convenzione afferma che tutti i diritti dell'infanzia e dell'adolescenza sono universali, indivisibili, interdipendenti e interconnessi. Fa inoltre riferimento esplicito allo sviluppo delle competenze sociali e scolastiche delle persone di minore età nei seguenti articoli. (tenere presenti i diritti elencati di seguito quando si eseguono le attività descritte in questa sezione):



28 Articolo 28 Diritto all'istruzione

Ogni bambina, bambino ha diritto a ricevere un'istruzione. L'istruzione primaria deve essere gratuita. L'accesso all'insegnamento secondario e superiore e i governi devono impegnarsi ad adottare misure adeguate per garantire tale diritto, come la gratuità e l'offerta di una sovvenzione finanziaria in caso di necessità. I bambini dovrebbero essere incoraggiati a proseguire gli studi fino ai livelli più alti.



29 Articolo 29 Finalità dell'educazione

L'educazione deve avere come obiettivo lo sviluppo della personalità, delle capacità e delle attitudini del fanciullo, il rispetto dei diritti umani e delle libertà fondamentali, dei genitori, della propria identità e cultura, la preparazione alla vita in una società libera e la promozione del rispetto per l'ambiente.

ATTIVITÀ 13: REPORT CARD IN PILLOLE- IL RAPPORTO TRA MEDIA DIGITALI E COMPETENZE SCOLASTICHE

OBIETTIVO: Pensare a come utilizzare al meglio i media digitali in classe.

Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



180 minuti



Urna per votazioni, copie delle sei affermazioni (si veda l'Appendice 4). Foglietti adesivi, un pannello/ cartellone, copie delle Card Scenario (si veda l'Appendice 4).

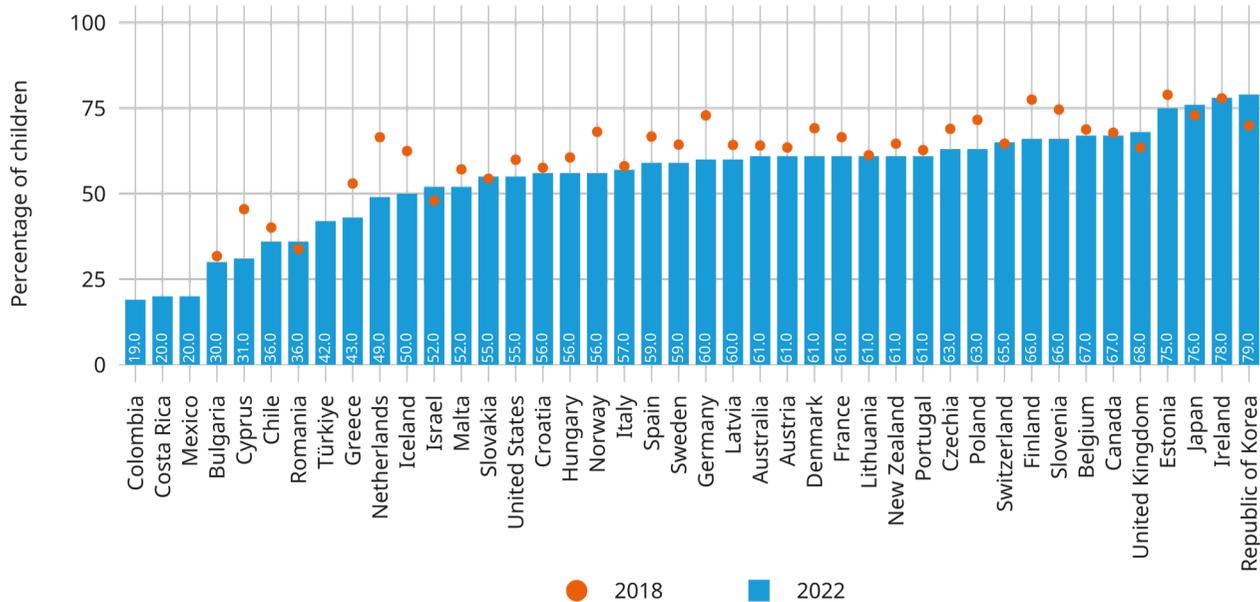


Fase 1 - Lacune nello sviluppo delle competenze scolastiche e tecnologia digitale

In seguito ad un'indagine condotta sui 15enni nei paesi oggetto della Report Card, i ricercatori hanno scoperto che le competenze scolastiche degli adolescenti (misurate in base alla percentuale di quindicenni che frequentano ancora la scuola e hanno acquisito conoscenze di base sia in lettura che in matematica) si sono ridotte notevolmente tra il 2018 e il 2022. Queste competenze sono estremamente utili nella vita quotidiana (per essere ad esempio in grado di comprendere senza difficoltà il foglietto illustrativo di un farmaco) e permettono a bambine, bambini e adolescenti di sviluppare capacità di agire in autonomia.

Mostrare agli studenti le immagini 21 e 22 della Report Card 19 (di seguito), spiegando i risultati a cui i ricercatori sono giunti.

Figura 21: Variazione del livello di competenze scolastiche nei quindicenni, dal 2018 al 2022



Source: UNICEF Innocenti. Report Card 19.

I ricercatori dell'UNICEF hanno analizzato i possibili motivi all'origine della riduzione dello sviluppo delle competenze scolastiche di bambine, bambini e adolescenti, chiedendosi se il crescente uso dei media digitali da parte degli studenti potesse rientrare tra le cause. Hanno scoperto che l'impatto dei social media sullo sviluppo delle competenze scolastiche non è ancora ben chiaro.

Fornire agli studenti le seguenti informazioni tratte dalla Report Card 19:

Scheda informativa: Sapevi che l'impatto dei social media sullo sviluppo delle competenze scolastiche non è ancora ben chiaro?

Le potenziali conseguenze negative dei social media sulla vita di bambine, bambini e adolescenti sono spesso oggetto di discussione sui mezzi di comunicazione e nei dibattiti pubblici. È opinione diffusa che una maggiore frequenza di utilizzo dei social media sia associata a scarsi risultati scolastici; tuttavia, alcune ricerche dimostrano che l'uso dei social media è correlato a un migliore rendimento scolastico.

Ciò indica la mancanza di un'opinione condivisa circa l'influenza dei social sull'acquisizione delle competenze scolastiche. Tuttavia, in tutto il mondo, molte scuole hanno introdotto divieti sull'uso dei telefoni cellulari e della tecnologia digitale durante l'orario scolastico.



Fase 2 - votazione

La Report Card 19 mostra i risultati di un'indagine condotta nell'ambito del Programma per la valutazione internazionale degli studenti (PISA), in cui è stata chiesta l'opinione dei quindicenni sull'introduzione di sei possibili misure per affrontare il problema dell'uso della tecnologia digitale nelle scuole.

Chiedere agli studenti di rispondere alle stesse domande in classe tramite una votazione, prima di analizzare insieme i risultati dello studio PISA.

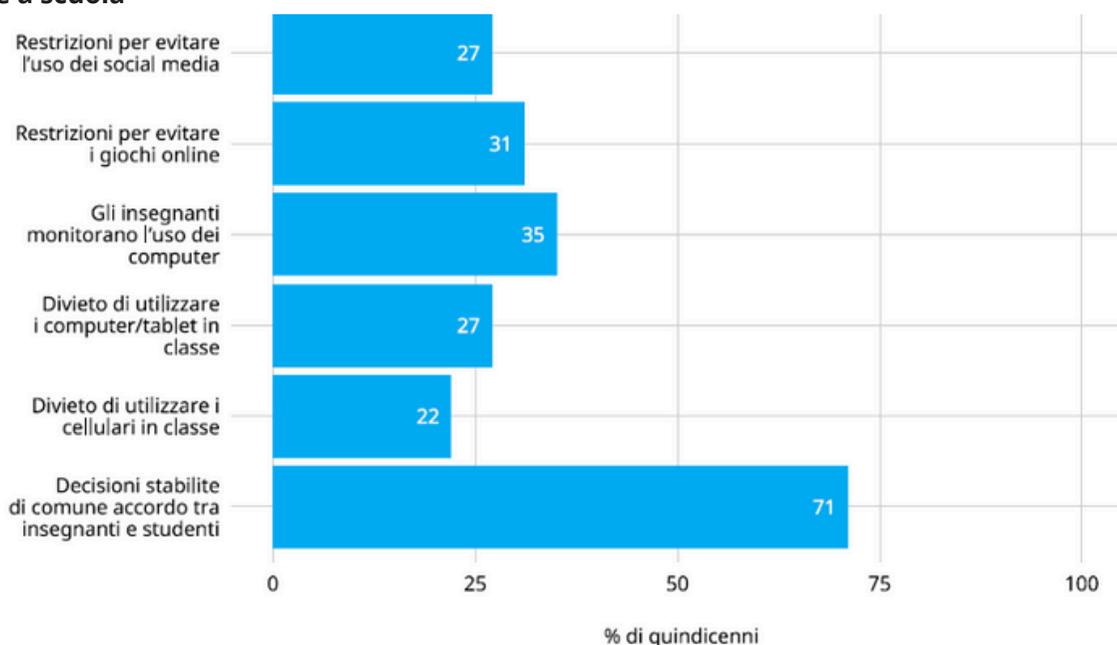
Predisporre in classe un'urna per votazioni e distribuire a ciascuno studente una scheda contenente l'elenco delle sei misure. Ognuno dovrà scrivere in forma anonima se è d'accordo o meno con ciascuna affermazione. Le schede dovranno essere piegate e inserite nell'urna.

Una volta che tutti avranno votato, aprire l'urna e contare i voti. Calcolare quindi la percentuale di voti ricevuta da ciascuna affermazione.

Lavorare con l'intera classe e confrontare i risultati dei partecipanti con i dati del sondaggio riportati nella Report Card. Discutere insieme le misure che hanno ricevuto un consenso maggiore, riflettendo sui motivi che lo hanno determinato.

Il grafico seguente mostra la percentuale di quindicenni d'accordo con le misure proposte nei vari paesi per affrontare il problema dell'uso della tecnologia digitale nelle scuole. L'unica proposta che ha ricevuto un maggiore consenso (71%) è stata quella di far collaborare studenti e insegnanti per stabilire le regole.

Figura 26: Opinioni dei quindicenni sulle misure per controllare l'uso della tecnologia digitale a scuola



Fonte: PISA, 2022. Si veda l'Appendice tecnica per maggiori dettagli.



Fase 3 – Navigare nell'universo della tecnologia

Insieme agli studenti e ad altri insegnanti, avviare un processo decisionale congiunto sull'uso della tecnologia digitale a scuola. Immaginare che la classe sia un'astronave che viaggia attraverso l'universo digitale. Per navigare in sicurezza, è necessaria una Bussola Digitale condivisa, una serie di principi guida che aiutino tutti a decidere come utilizzare la tecnologia in modo equo ed efficace.

Collaborare con studenti e colleghi per decidere come utilizzare la tecnologia in classe. Formare piccoli gruppi misti (studenti + insegnanti). Ciascun gruppo dovrà scrivere la risposta alle seguenti domande su dei foglietti adesivi:

- In che modo la tecnologia digitale può aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi di apprendimento?
- Quali sfide dovremmo evitare?

Un insegnante dovrà posizionare tutti i foglietti adesivi su un cartellone/pannello, raggruppando le idee simili.

Discutere tutte le risposte con l'intera classe. È possibile riconoscere qualche schema nelle risposte? Ci sono idee ripetute e condivise?

Sfida di scenario

Ciascun gruppo sceglie una Card Scenario (si veda l'Appendice 4) e avvia un confronto seguendo queste domande guida:

- In questa situazione, quale potrebbe essere un comportamento equo per tutti?
- In che modo la tecnologia può essere usata responsabilmente?
- Chi dovrebbe essere coinvolto in questa decisione?

I gruppi dovranno presentare le loro soluzioni agli scenari al resto della classe.

Concludere la discussione sottolineando che l'uso della tecnologia è fonte di grandi incertezze. L'obiettivo non è quello di trovare regole "perfette", ma di concordare principi e di adozione delle decisioni equi e condivisi da tutti.

La Bussola Digitale

Riepilogare i punti principali dell'attività svolta finora con l'intera classe. Porre agli studenti e agli insegnanti che hanno partecipato a questa attività la seguente domanda: Secondo voi, cosa abbiamo imparato finora sulla questione dell'uso della tecnologia digitale in classe?

I partecipanti dovranno proporre da tre a cinque principi guida che potrebbero orientare le decisioni sull'uso della tecnologia digitale in classe da parte di insegnanti e studenti.

Chiedere agli studenti di disegnare la Bussola Digitale della loro classe con i tre o cinque principi guida individuati: si tratterà di un accordo condiviso sull'uso della tecnologia in classe, e tutti i partecipanti dovranno firmarla in qualità di co-creatori.

La bussola digitale non deve essere un manuale di istruzioni fisso, ma piuttosto un accordo che studenti e insegnanti possono aggiornare insieme quando più opportuno. Ogni volta che si verifica un problema in classe relativo all'uso della tecnologia digitale, utilizzare la Bussola Digitale per cercare accordi e soluzioni.

ATTIVITÀ 14: REPORT CARD IN PILLOLE - QUALI PAESI OTTENGONO RISULTATI MIGLIORI NELLE COMPETENZE EMOTIVE?

Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.

OBIETTIVO: Comprendere i risultati della Report Card sulle sviluppo delle competenze emotive.



90 minuti



Fase 1: Carta di due colori diversi
Fase 2: Copie dell'elenco dei paesi oggetto della Report Card (si veda Appendice 4, Attività 3), copie dalla figura riportata di seguito.

Fase 1 - Introduzione generale e sondaggio rapido

Lo sviluppo delle competenze emotive sono fondamentali per costruire relazioni significative. La Report Card 19 utilizza due dimensioni per misurarle: la capacità di comprendere il punto di vista dell'altro e provare empatia. La capacità di comprendere il punto di vista dell'altro è definita come la capacità di interpretare una situazione dal punto di vista di un'altra persona, mentre l'empatia è la capacità di percepire le emozioni e gli stadi d'animo degli altri.

Queste due dimensioni sono state utilizzate in un sondaggio condotto nei paesi oggetto della Report Card, che ha chiesto a studenti quindicenni se fossero d'accordo o meno con le seguenti affermazioni:

- Riesco a considerare le situazioni dal punto di vista dei miei amici e delle mie amiche.
- Riesco a comprendere lo stato emotivo dell'altro.

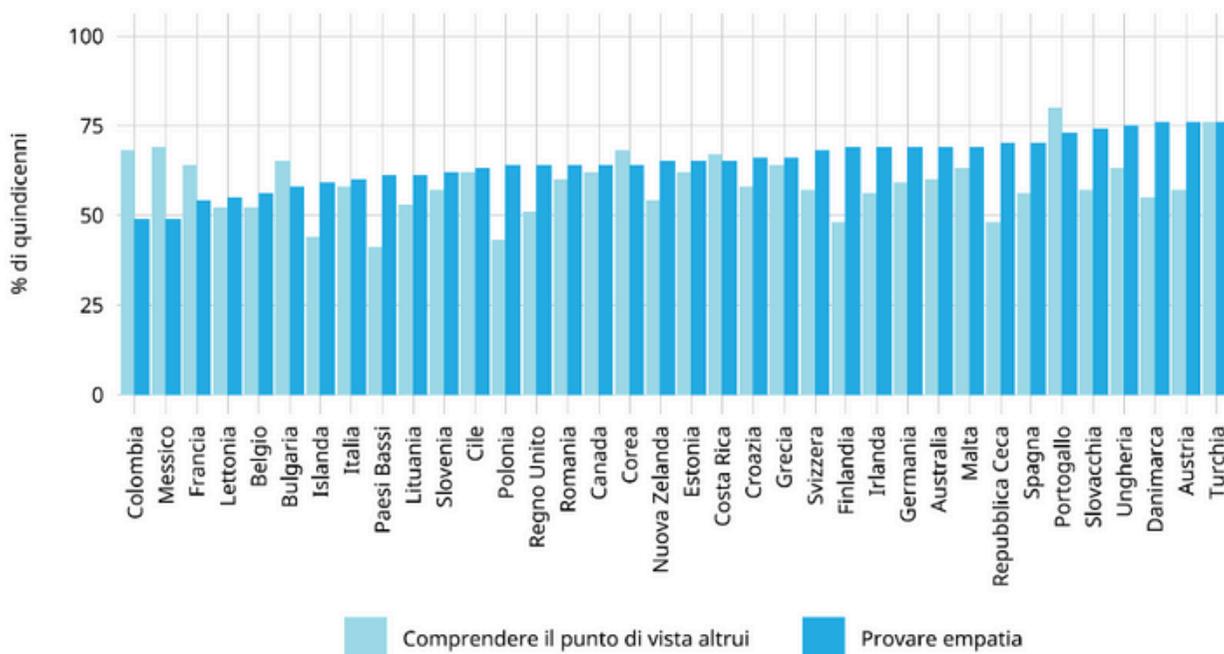
Condurre lo stesso sondaggio nella propria classe. Dare agli studenti due fogli di carta di colori diversi e chiedere di scrivere in forma anonima "sono d'accordo", "non sono d'accordo" o "non sono nè d'accordo nè in disaccordo" con le affermazioni (un foglio colorato per ciascuna affermazione, stabilire il colore in anticipo).

Dopo aver scritto la risposta, i partecipanti devono piegare i fogli e consegnarli all'insegnante. Contare quante persone in classe affermano di riuscire a considerare le situazioni dal punto di vista dei loro amici e amiche e di essere in grado di capire come si sentono gli altri.



Fase 2 - I risultati della classe rispetto ai risultati della Report Card

Dividere la classe in gruppi, dando a ciascuno l'elenco dei paesi analizzati nella Report Card e la figura riportata di seguito.



Chiedere ai partecipanti di individuare i due paesi in cui la percentuale di quindicenni che riescono a comprendere il punto di vista dell'altro (considerare una situazione dal punto di vista dei loro amici) è più alta e i due paesi in cui tale percentuale è più bassa.

[Le percentuali relative alla capacità di comprendere il punto di vista altrui sono più alte (oltre il 75%) in Portogallo e Turchia e più basse (sotto il 50%) nei Paesi Bassi e in Polonia].

Chiedere successivamente ai partecipanti di individuare i due paesi in cui la percentuale di quindicenni che mostrano la capacità di provare empatia (essere in grado di comprendere le emozioni e gli stati d'animo dell'altro) è più alta e i due paesi in cui tale percentuale è più bassa.

[Le percentuali relative alla capacità di comprendere come si sentono gli altri sono più alte (oltre il 75%) in Austria e Danimarca e più basse (sotto il 50%) in Colombia e Messico].

In generale, in tutti i paesi bambine, bambini e adolescenti sembrano essere più propensi a provare empatia verso gli altri piuttosto che a comprendere il punto di vista dei loro coetanei. Confrontare con gli studenti i risultati dello studio con i risultati della classe emersi durante la Fase 1.

Concludere ponendo la seguente domanda:

- Cosa potrebbe aiutare bambine, bambini e adolescenti a sviluppare la capacità di comprendere il punto di vista dei loro amici?

Avviare una discussione con l'intera classe.

ATTIVITÀ 15: UNA CARTOLINA PER TE

OBIETTIVO: Aiutare i bambini a sviluppare competenze emotive come comprendere il punto di vista dell'altro e provare empatia

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.



60 minuti



Copie di una cartolina stampata su cartoncino (si veda l'Appendice 4) o carta da lettere (una per studente), buste (una per studente), un cartellone e pennarelli, nastro/puntine per appenderle alle pareti, pastelli.



Questa attività potrebbe portare gli studenti a descrivere esperienze personali o situazioni che riguardano altri compagni, suscitando in alcuni casi sensazioni spiacevoli. Prima di svolgere l'attività, comunicare alla classe a chi rivolgersi per parlare di questi problemi, presentando i consulenti scolastici o fornendo i numeri telefonici delle helpline servizi telefonici di supporto da contattare in caso di necessità; in alternativa, informare gli studenti che l'insegnante/educatore è disponibile dopo la lezione per parlare di qualsiasi problematica.

Fase 0 - Preparazione attività

Cercare una storia che racconta di un bambino a una bambina che si sente triste selezionandola dal materiale educativo a disposizione o scrivendone una. La storia potrebbe anche essere scritta o narrata in un video.



Fase 1 - Mettersi nei panni degli altri

Invitare i partecipanti ad ascoltare attentamente l'insegnante mentre legge la storia o mostra il video, dopo di che chiedere se tutti hanno capito e se ci sono domande.

Distribuire a ciascuno studente una cartolina o un foglio da lettera con una busta e spiegare: Immaginate che il protagonista della storia sia vostro amico. Voi siete lontani, ma potete inviargli una cartolina o una lettera per farlo/a sentire meglio. Potete scrivere o disegnare qualcosa, o entrambi. Mettetevi nei suoi panni. Come vi sentireste? Cosa vorreste sentirvi dire per stare meglio? Avete 20 minuti.

Mettere della musica e attendere che i partecipanti completino questa attività.



Fase 2 - Provare empatia

Raccogliere le cartoline o le lettere chiuse in busta e mescolarle. Distribuirne una a ogni partecipante, assicurandosi che nessuno riceva quella che ha scritto/disegnato (si potrebbe suggerire agli studenti di disegnare un simbolo a loro scelta in un angolo della busta per riconoscerla). Chiedere a tutti di guardare e leggere le cartoline/lettere che hanno ricevuto e di rispondere, in silenzio tra sé e sé, alla seguente domanda:

Se fossi la persona nella storia, come mi sentirei a ricevere e leggere questa cartolina/lettera?

Lasciare un paio di minuti per la riflessione.

Dividere la classe in piccoli gruppi di quattro persone al massimo: ognuno dovrà mostrare la cartolina/lettera ricevuta agli altri componenti del gruppo, spiegando le sensazioni provate durante la lettura e il motivo.



Fase 3 - Creare un ambiente sicuro per tutti

Riunire tutti i gruppi e porre le seguenti domande:

Sulla base delle riflessioni che abbiamo fatto finora, cosa pensate si possa fare nella nostra classe per creare un ambiente che faccia sentire bene tutti? Come possiamo garantire che tutti i membri di questa classe si sentano protetti, ascoltati e compresi dagli altri? Cosa possiamo fare per assicurare che l'opinione di ogni studente sia presa in considerazione?



Scrivere le risposte su un cartellone per creare una sorta di manifesto che gli studenti possono tenere come promemoria. Alcuni partecipanti possono colorare e abbellire il manifesto come preferiscono. Appendere il manifesto su una parete nell'aula.

ATTIVITÀ 16: SCRIVERE UNA STORIA DA UN ALTRO PUNTO DI VISTA

 Prima di iniziare qualsiasi attività, leggere la sezione "Implicazioni etiche e per la protezione", che fornisce indicazioni su come massimizzare i benefici e gestire e ridurre i rischi per bambine, bambini e adolescenti.

OBIETTIVO: Aiutare i bambini a sviluppare competenze emotive come comprendere il punto di vista dell'altro e provare empatia



120 minuti



Copie del testo selezionato

Fase 0 - Preparazione attività

Scegliere un testo breve (ad esempio un romanzo, una poesia, un'opera teatrale) che includa aggettivi, sostantivi e verbi su un'ampia varietà di emozioni e sentimenti.

Fase 1 - Lavorare con le emozioni

Dividere gli studenti in coppie, facendo in modo che le coppie siano formate casualmente (ad esempio, attraverso un sorteggio di nomi) e non solo da amici.

Distribuire una copia del testo a ciascuno studente, che dovrà leggerlo e sottolineare cinque parole che rappresentano emozioni che li colpiscono all'interno della storia. Chiedere agli studenti di scambiare il testo con le cinque parole sottolineate con il proprio compagno.

Ogni studente dovrà adesso scrivere un nuovo testo utilizzando le parole sottolineate dal compagno. Il testo potrebbe essere, per esempio, un romanzo, una poesia, una riflessione o una favola. È importante che il testo da riscrivere sia diverso da quello di partenza dato dall'insegnante. I partecipanti dovranno confrontarsi con i sentimenti degli altri e creare una narrazione che li comprenda.

In seguito, ognuno dovrebbe dare il testo che ha scritto al proprio compagno affinché lo legga. Mettere della musica rilassante per accompagnare gli studenti in questo processo.



Fase 3 - Dalle emozioni alle idee

Dividere la classe in gruppi: gli studenti dovranno confrontarsi su come si sono sentiti nell'immedesimarsi con le emozioni dei loro compagni e nel mettersi nei panni di qualcun altro.

Chiedere a ciascun gruppo di creare un cartellone con le proprie idee e di presentarlo. Avviare la discussione.

Fase 4 - Creare uno spazio condiviso sicuro

Riunire gli studenti e invitarli a proporre idee su come creare in classe un ambiente in cui tutti si sentano protetti, ascoltati e compresi e che garantisca che l'opinione di ogni studente sia presa in considerazione. Fornire agli studenti un cartellone in modo che possano creare un manifesto per la classe con i vari suggerimenti.

Appendice

Appendice 1: Riepilogo della Report Card 19

La Report Card 19 analizza il benessere di bambine, bambini e adolescenti nei paesi ad alto reddito. Come avviene per ogni edizione della Report Card, i ricercatori e le ricercatrici dell'UNICEF hanno osservato le statistiche nazionali e le hanno confrontate, creando una classifica dei paesi (la classifica comparata riportata nell'Appendice 3), utile per comprendere in quali paesi il benessere di bambine, bambini e adolescenti è maggiore e in quali invece la situazione dovrebbe essere migliorata.

Ogni edizione della Report Card si concentra su un tema specifico: la Report Card 19, pubblicata a maggio 2025, intende trovare una risposta alle seguenti domande: come stanno bambine, bambini e adolescenti nel complesso? Qual è il loro livello di benessere?

I ricercatori dell'UNICEF hanno analizzato i dati relativi a tre dimensioni del benessere: salute mentale, salute fisica e sviluppo delle competenze. Tuttavia, non è stato semplice trovare dati nazionali che potessero essere confrontati tra i vari paesi al fine di creare una classifica. Pertanto, i ricercatori hanno dovuto selezionare indicatori specifici, riportati nella tabella che segue:

Dimension	Components	Indicators
Salute Mentale	Soddisfazione della vita	Percentuale di adolescenti con un'elevata soddisfazione della vita a 15 anni
	Suicidio adolescenziale	Tasso di suicidio tra gli adolescenti di età compresa tra 15 e 19 anni
Salute fisica	Mortalità infantile	Tasso di mortalità infantile tra i bambini e adolescenti di età compresa tra 5 e 14 anni
	Sovrappeso	Percentuale di bambini e adolescenti di età compresa tra 5 e 19 anni in sovrappeso
Sviluppo delle Competenze	Competenze scolastiche	Percentuale di 15enni in possesso di competenze di base in matematica e lettura
	Competenze sociali	Percentuale di 15enni che stringe facilmente amicizia a scuola

I ricercatori dell'UNICEF hanno anche riflettuto sul fatto che i dati emersi dagli indicatori appena elencati non tracciano un quadro generale. Bisogna considerare che, negli ultimi anni, il mondo intero, compresi i paesi ad alto reddito, è stato scosso da tre eventi fondamentali, le "tre C": COVID-19, conflitti e cambiamenti climatici. Inoltre, i cambiamenti demografici e gli sviluppi nel campo delle tecnologie digitali rendono l'intera analisi ancora più complessa.

Quando la pandemia di COVID-19 è stata dichiarata ufficialmente nel marzo 2020, l'Italia, pur facendo parte dei paesi ad alto reddito, è stata uno dei primi epicentri. In seguito, in tutto il mondo centinaia di milioni di persone sono state confinate nelle proprie case e le scuole sono rimaste chiuse per lunghi periodi. Nell'analisi dei dati sulla salute mentale e lo sviluppo delle competenze, i ricercatori non dovrebbero dimenticare che le bambine, i bambini e gli adolescenti di tutti questi paesi hanno subito la sospensione delle attività didattiche per diversi mesi.

I conflitti armati continuano a colpire direttamente e indirettamente le bambine, i bambini e gli adolescenti in tutto il mondo. Molti paesi – sia ad alto reddito che non – sono stati raggiunti da flussi di minorenni e famiglie in fuga dai conflitti. E sebbene gli eventi climatici estremi colpiscono in maniera particolarmente grave i paesi poveri, la crescente crisi ambientale supera qualsiasi confine. Nel 2020, mezzo milione di bambine, bambini e adolescenti nei paesi ad alto reddito sono stati sfollati all'interno dei confini nazionali a causa di disastri naturali come inondazioni e incendi, mentre periodi di caldo estremo ne hanno colpito un numero persino maggiore. Questi terribili eventi hanno avuto effetti innegabili sulla vita dei bambini.

Per questo motivo, i ricercatori della Report Card 19 hanno analizzato le tre dimensioni del benessere di bambine, bambini e adolescenti – salute fisica, salute mentale e sviluppo delle competenze – non solo attraverso i dati statistici, ma anche in relazione a questi eventi di grande impatto (pandemia, guerre e cambiamenti climatici). Cosa hanno scoperto?

Il rapporto presenta un quadro eterogeneo:

- La mortalità infantile ha subito una riduzione nella maggior parte dei paesi, riflettendo una tendenza a lungo termine nei paesi ad alto reddito.
- Lo sviluppo delle competenze sociali di bambine, bambini e adolescenti sono relativamente stabili o in aumento in alcuni casi.
- Negli ultimi anni, non si evidenzia una tendenza chiara nei tassi di suicidio adolescenziale, caratterizzati da incrementi, stabilità e decrementi nei diversi paesi.
- Gli altri tre indicatori – soddisfazione della vita, sovrappeso e competenze accademiche – tendono a peggiorare nella maggior parte dei paesi, registrando un miglioramento solo in alcuni.

Il rapporto dimostra inoltre che, anche se diversi paesi hanno compiuto notevoli progressi nel tutelare il benessere di bambine, bambini e adolescenti negli ultimi anni, questi risultati sono gravemente minacciati dagli eventi e dagli shock globali.

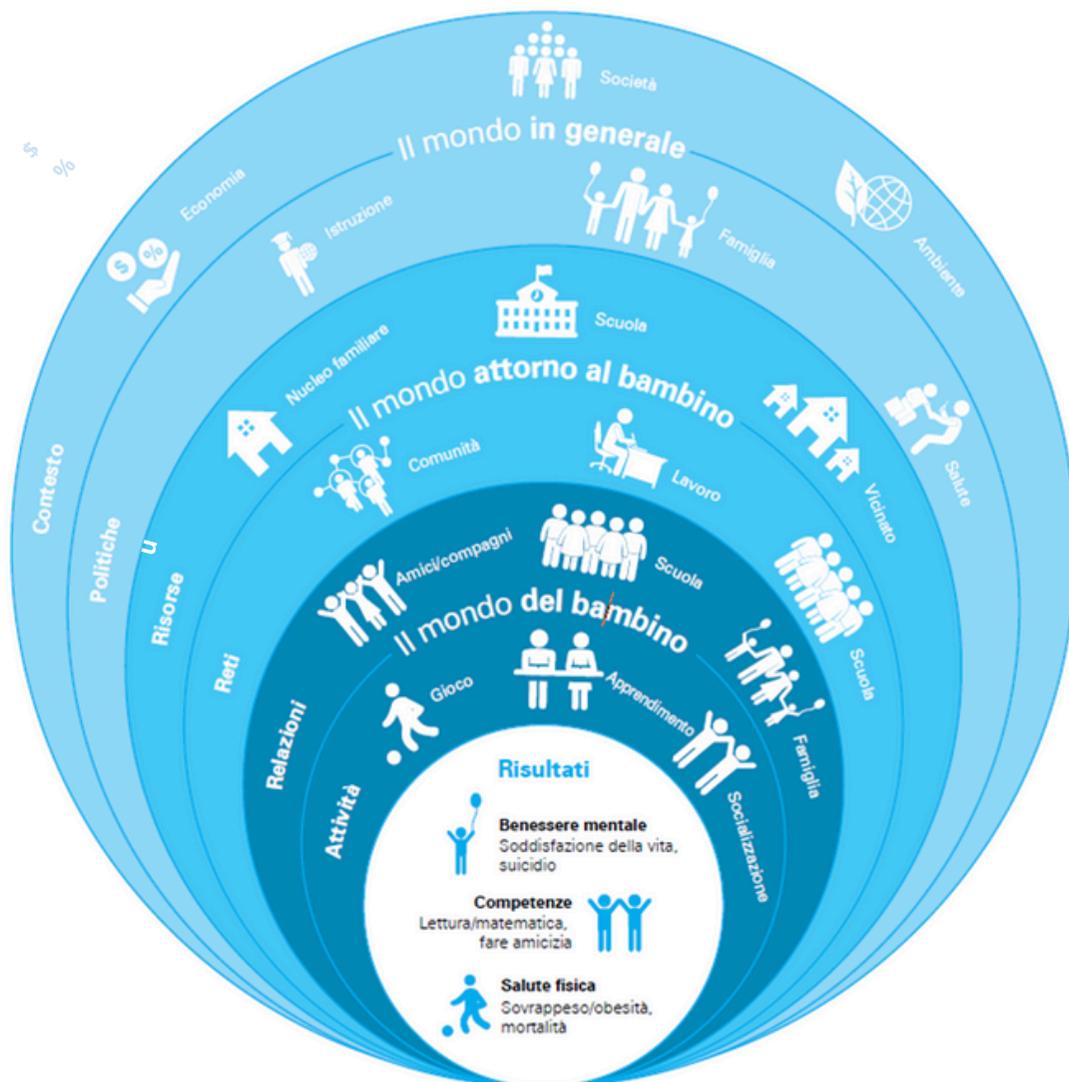
Appendice 2: Il modello ecologico del benessere di bambine, bambini e adolescenti

Prima di stabilire come strutturare l'intero rapporto, i ricercatori e le ricercatrici dell'UNICEF Innocenti si sono chiesti: Che cos'è il benessere di bambine, bambini e adolescenti? Prima di scrivere un rapporto che tratta questo argomento, selezionare i dati giusti e spiegare in modo corretto determinate tendenze, era necessario stabilire una definizione di benessere. Hanno quindi deciso di basarsi su un modello teorico chiamato modello ecologico (sviluppato in origine sulle idee proposte dallo psicologo Urie Bronfenbrenner).

Il modello è definito "ecologico" perché considera tutte le relazioni che bambine, bambini e adolescenti hanno con l'ambiente circostante. In questo modello, il bambino è al centro di una rete di sistemi:

- L'ambiente del bambini, costituito dalle attività quotidiane e dalle relazioni più strette con altre persone;
- L'ambiente attorno ai bambini, che comprende la scuola e la comunità;
- L'ambiente in generale, rappresentato dal contesto sociale, economico, tecnologico e ambientale e dalle politiche nazionali.

Figura 1. Quadro di riferimento per il benessere di bambine, bambini e adolescenti



Secondo questo modello teorico, per comprendere il benessere dei bambini, non si possono prendere in considerazione solo i dati relativi a salute fisica, salute mentale e sviluppo delle competenze. Affermare che bambini e adolescenti sono maggiormente in sovrappeso o che hanno migliori competenze in matematica in alcuni paesi rispetto ad altri non è sufficiente: è necessario spiegare questi dati sulla base di altre informazioni disponibili.

Ad esempio, se bambine, bambini e adolescenti non hanno abbastanza spazio per giocare con i loro amici, non stanno bene. Se i genitori si trovano in una situazione economica difficile, ciò avrà un impatto sul benessere dei loro figli, anche se non sono coinvolti direttamente nella gestione finanziaria della famiglia. Se gli insegnanti a scuola sono costretti a lavorare in condizioni precarie, ciò influenzerà il rendimento scolastico degli studenti. Se la crisi climatica peggiora sempre di più e i governi non agiscono abbastanza rapidamente, ciò potrebbe essere fonte di ansia e incidere sul salute mentale di molti bambine, bambini e adolescenti, anche se non colpiti direttamente da eventi disastrosi legati al clima.

Questi sono solo alcuni esempi dei motivi per cui è essenziale tenere in considerazione un quadro ecologico quando si lavora a una pubblicazione sul benessere di bambine, bambini e adolescenti, perché la loro vita dei bambini è collegata a moltissimi altri fattori.

Classifica generale	Paese	Salute Mentale:	Salute fisica	Competenze
1	Paesi Bassi	1	4	11
2	Danimarca	3	3	8
3	Francia	11	2	9
4	Portogallo	2	10	22
5	Irlanda	24	11	1
6	Svizzera	13	7	6
7	Spagna	4	25	16
8	Croazia	9	31	3
9	Italia	8	16	23
10	Svezia	14	13	14
11	Ungheria	6	30	13
12	Austria	16	20	7
13	Slovenia	28	18	2
14	Giappone	32	1	12
15	Lituania	20	17	17
16	Romania	5	32	26
17	Finlandia	21	23	18
18	Repubblica Ceca	25	5	31
19	Canada	23	24	21
20	Slovacchia	12	29	27
21	Regno Unito	27	22	15
22	Islanda	26	6	28
23	Lettonia	22	15	32
24	Grecia	7	27	35
25	Germania	18	14	34
26	Malta	15	21	36
27	Corea	34	28	4
28	Bulgaria	10	34	33
29	Polonia	30	19	30
30	Estonia	33	26	24
31	Costa Rica	17	36	39
32	Nuova Zelanda	36	35	25
33	Colombia	29	39	38
34	Messico	19	41	41
35	Turchia	35	37	37
36	Cile	31	40	40
	Australia	n/d	33	20
	Belgio	n/d	8	5
	Israele	n/d	12	19
	Norvegia	n/d	9	10
	Stati Uniti	n/d	38	29

Appendix 4: Materiale di supporto

ATTIVITÀ 2, FASE 1: Tabelle

Attività
Attività che bambine/i e adolescenti svolgono

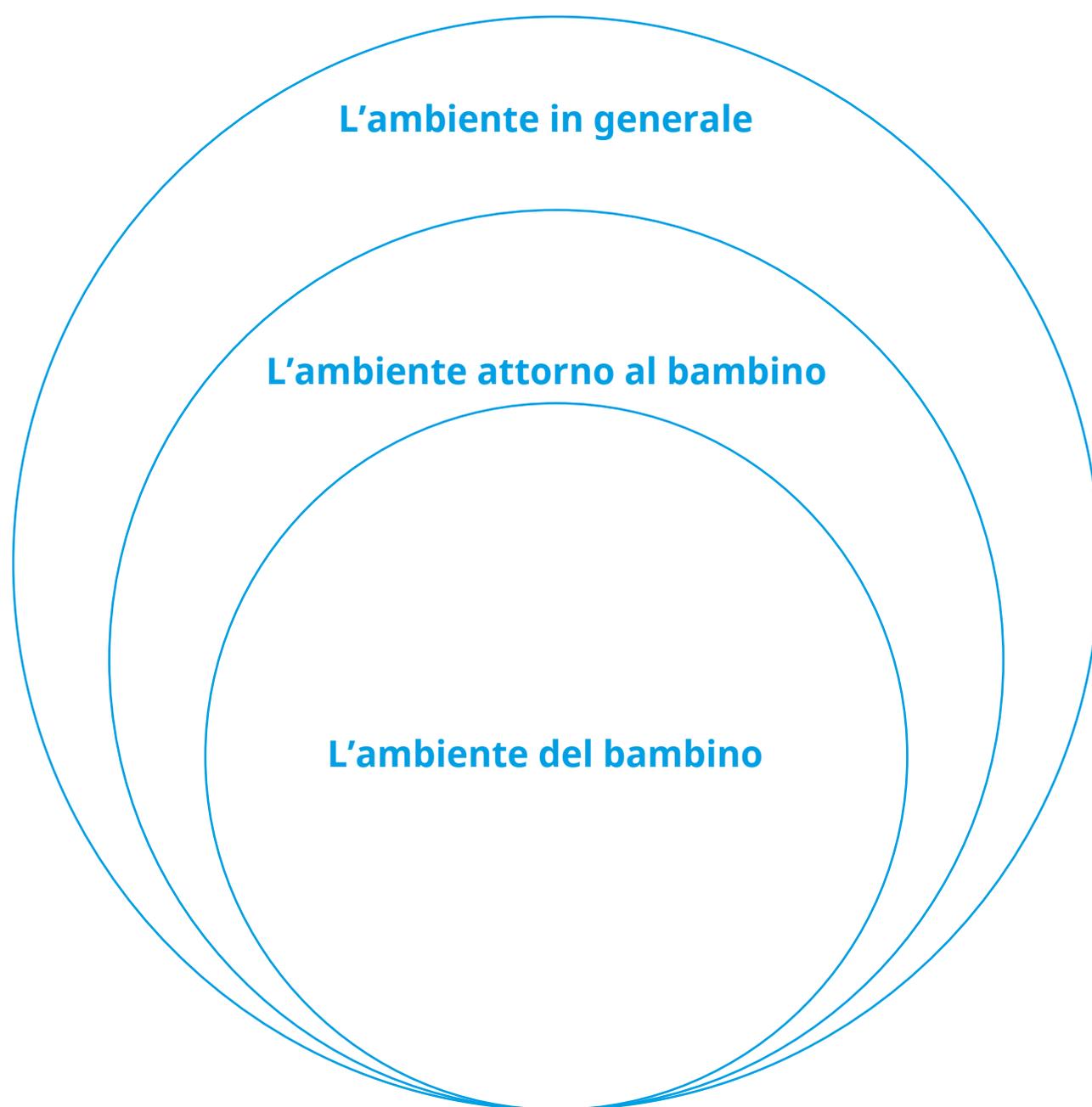
Relazioni
Tra bambine/i e adolescenti e altre persone

Reti
Collegamenti tra le persone attorno ai bambini senza esperienza- contatto diretto

Risorse
Risorse e servizi disponibili per bambine/i e adolescenti e per la comunità in cui vivono

Politiche
Decisioni prese dai governi nazionali e internazionali

Contesto
Quello che accade nel mondo



ATTIVITÀ 3: PAESI ESAMITATI NELLA REPORT CARD E CARTA GEOGRAFICA MUTA DEL PLANISFERO

Elenco dei paesi esaminati nella Report Card 19

1. Cypro	16. Finlandia	30. Costa Rica
2. Lituania	17. Francia	31. Svezia
3. Danimarca	18. Corea	32. Polonia
4. Portogallo	19. Italia	33. Romaniaa
5. Giappone	20. Repubblica Ceca	34. Ungheria
6. Lettonia	21. Belgio	35. Malta
7. Spagna	22. Germania	36. Lussemburgo
8. Svizzera	23. Croazia	37. Paesi Bassi
9. Cile	24. Israele	38. Canada
10. Irlanda	25. Islanda	39. Turchia
11. Norvegia	26. Austria	40. Regno Unito
12. Bulgaria	27. Stati Uniti	41. Grecia
13. Slovenia	28. Nuova Zelanda	42. Messico
14. Estonia	29. Slovacchia	43. Colombia
15. Australia		

**CARTA GEOGRAFICA
MUTA DEL
PLANISFERO**



ATTIVITÀ 8, FASE 3: VERSO UNA MIGLIORE COMPrensIONE DEL BENESSERE

1. **Cosa serve ai giovani per avere una maggiore comprensione del benessere?** (Pensare a fattori come la salute mentale, le amicizie, il sostegno della famiglia, l'educazione, salute fisica, le opportunità e lo sviluppo personale).

2. **Cosa dovrebbe cambiare?** (Individuare quali ambiti della società, della scuola, della famiglia o di altri contesti potrebbero essere sviluppati per migliorare la soddisfazione della vita di bambine, bambini e adolescenti.)

3. **Cosa possono fare le persone che lavorano all'interno delle scuole?** (Riflettere sul ruolo di insegnanti, consulenti e dirigenti scolastici nel promuovere il benessere e la soddisfazione degli studenti).

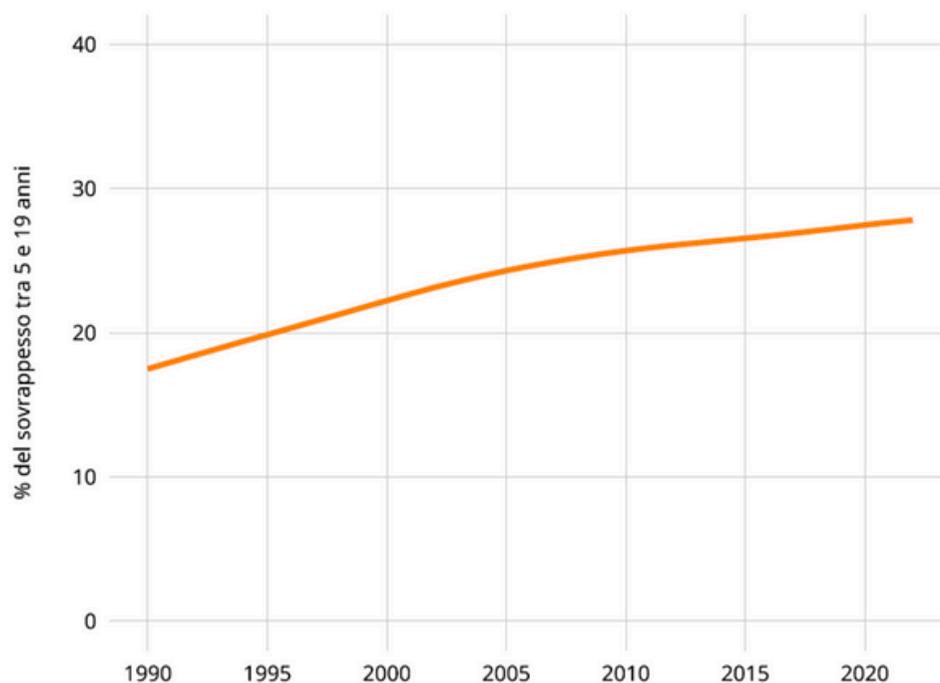
4. **Cosa possono fare i politici?** (Pensare a leggi, politiche, finanziamenti e altre azioni governative che potrebbero favorire il benessere di bambini e adolescenti.)

5. **Cosa può fare l'UNICEF?** (Considerare come le organizzazioni internazionali possono contribuire a migliorare la vita di bambini e adolescenti.)

6. **Cosa possono fare gli altri adulti?** (Determinare i ruoli di genitori, leader di comunità o altri adulti nel sostenere i giovani. Specificare a quali adulti si fa riferimento e il loro potenziale impatto sul benessere delle persone di minore età).

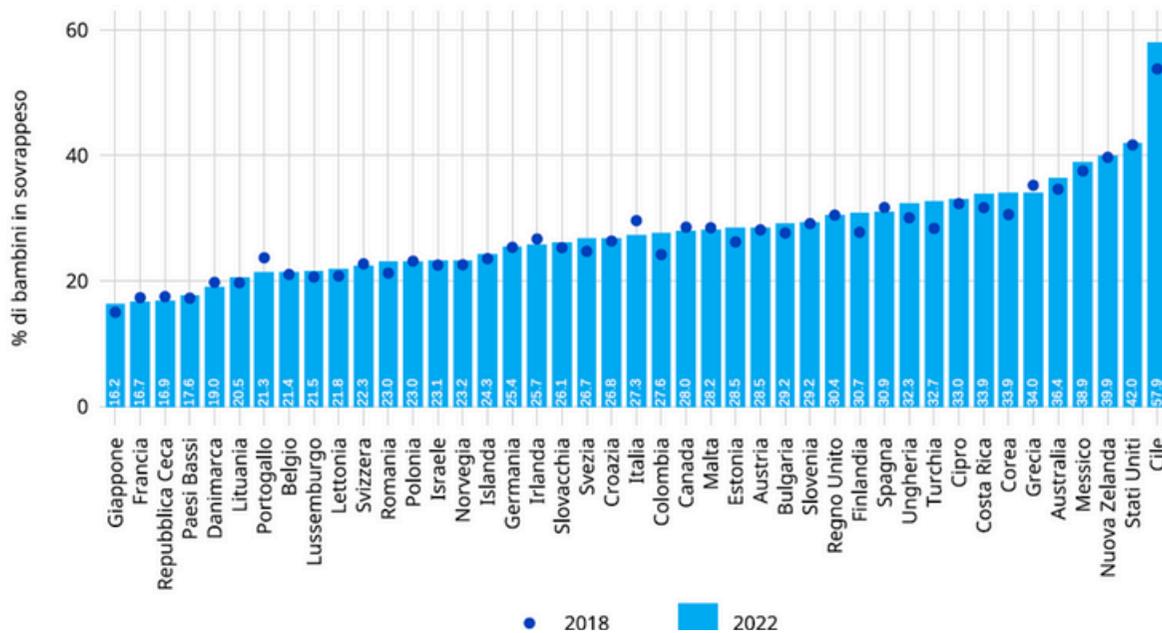
Riflessione: Dopo aver completato questo modello, riflettere sul ruolo che l'insegnante/educatore può svolgere per migliorare la comprensione del benessere degli adolescenti. Quali azioni potete intraprendere per sostenere un cambiamento positivo?

Figura 13. Andamento dei tassi di sovrappeso in età compresa tra 5 e 19 anni nei paesi OCSE/UE, dal 1990 al 2022



Source: UNICEF Innocenti. Report Card 19.

Figura 14. Variazione nei tassi di sovrappeso tra 5 e 19 anni, dal 2018 al 2022



Source: UNICEF Innocenti. Report Card 19.

ATTIVITÀ 9, FASE 3: CAUSE E POSSIBILI SOLUZIONI A SOVRAPPESO E OBESITÀ INFANTILI

Nell'analizzare l'aumento di sovrappeso e obesità tra bambine, bambini e adolescenti nei paesi a reddito medio-alto, i ricercatori dell'UNICEF e gli autori della Report Card 19 hanno chiarito i seguenti punti chiave:

- La responsabilità di tale aumento non dovrebbe essere attribuita esclusivamente a bambine, bambini e adolescenti.
- Le cause alla radice dell'obesità e del sovrappeso infantili sono da ricercare a livello strutturale. Non dipendono solo dall'individuo, ma soprattutto da come è organizzata la società. Se prendiamo in considerazione il modello ecologico del benessere di bambine, bambini e adolescenti utilizzato nella Report Card 19 (si veda l'Attività 2), i principali gruppi responsabili del sovrappeso e dell'obesità infantili sono l' "ambiente attorno al bambino" e l' "ambiente in generale".
- Spetta ai governi locali e nazionali, e alle aziende globali, garantire che le cose cambino affinché bambine, bambini e adolescenti possano mangiare cibi più salutari e avere corpi più sani.

Cosa dovrebbero fare i paesi per ridurre il rischio di sovrappeso e obesità infantili? Secondo i ricercatori della Report Card 19:

1. I paesi dovrebbero garantire che bambine, bambini e adolescenti abbiano un accesso equo a cibi nutrienti a prezzi accessibili. Non tutti hanno le stesse risorse per poter acquistare cibo nutriente: una situazione economica familiare precaria è uno dei principali ostacoli.
2. I paesi dovrebbero garantire ambienti di vita sani, anche a scuola. Pasti scolastici gratuiti e di qualità possono assicurare un pasto sano al giorno per ogni studente, contribuendo a ridurre sia l'obesità che l'insicurezza alimentare.
3. I paesi dovrebbero regolamentare la pubblicità di determinati tipi di alimenti, anche attraverso le piattaforme digitali. Ridurre la pubblicità di alimenti industriali ad alto contenuto di zuccheri, ad esempio, sarebbe un modo per migliorare l'ambiente alimentare di bambine, bambini e adolescenti; si tratta di una misura particolarmente importante, poiché attraverso i media digitali la pubblicità può essere rivolta direttamente ai bambini, senza il filtro degli adulti. Inoltre, i paesi potrebbero aumentare le tasse sulle bevande zuccherate, poiché particolarmente efficaci nel ridurre il consumo da parte di bambine, bambini e adolescenti.
4. I paesi dovrebbero attuare politiche pubbliche che promuovano un'alimentazione sana e un'attività fisica regolare, incoraggiando, ad esempio, l'uso della bicicletta per andare a scuola bloccando alcune strade al traffico automobilistico. Inoltre, i paesi potrebbero aumentare il numero di parchi e spazi verdi dove bambine, bambini e adolescenti possono correre e giocare all'aperto.

Cosa ne pensate VOI? Se foste i ricercatori della Report Card, quali altre idee e soluzioni per ridurre sovrappeso e obesità infantili vorreste suggerire ai governi?

ATTIVITÀ 11: CHE COSA SOSTENGONO I RICERCATORI DELLA REPORT CARD SULLA SALUTE FISICA ?

La salute fisica è una delle principali aree per determinare se i bambini stanno bene, e quindi misurare il loro benessere. Cosa dicono i ricercatori della Report Card?

Molti aspetti della salute fisica di bambine, bambini e adolescenti sono stati ampiamente migliorati nei paesi OCSE/UE oggetto della Report Card. Nel 1950, in alcuni di questi paesi con dati disponibili, la percentuale di bambine, bambini e adolescenti morti prima di compiere 15 anni variava da poco più del 3% in Svezia a quasi il 12% in Spagna. Nel 2022, la percentuale è stata inferiore all'1%.

Cosa è cambiato? I principali risultati positivi raggiunti sono:

- Molte malattie pericolose sono scomparse e non sono più una minaccia per bambine, bambini e adolescenti.
- Ospedali e medici sono disponibili gratuitamente, e sono fondamentali nel prevenire e curare le malattie.
- Bambine, bambini e adolescenti hanno accesso ad acqua pulita e ai servizi igienici.

Tuttavia, ci sono ancora molte minacce che gravano sulla salute di bambine, bambini e adolescenti, alcune delle quali sono recenti, tra cui:

- La natura e la qualità degli alimenti disponibili possono rappresentare una minaccia per alcuni bambini (ad esempio, i cibi ad alto contenuto di zucchero e industriali).
- I cambiamenti climatici comportano rischi per la salute di bambine, bambini e adolescenti, come il caldo e il freddo estremo.
- L'inquinamento dell'aria, dell'acqua e del suolo ha conseguenze negative sulla salute di bambine, bambini e adolescenti, in particolare di quelli che vivono in ambienti altamente inquinati.

Bambine, bambini e adolescenti sono più a rischio rispetto agli adulti per via della loro caratteristiche fisiche.

Cosa dovrebbero fare le istituzioni e il governo del vostro Paese per garantire che tutti i bambini possano godere di una buona salute fisica?

ATTIVITÀ 12: I PERICOLI DELLE MICROPLASTICHE

Dalle ricerche condotte in alcuni paesi è emerso che negli alimenti che i bambini e gli adulti mangiano ogni giorno possono essere presenti sostanze chimiche e materie plastiche.

Com'è possibile? La rivista scientifica *The Lancet* ha affermato che le microplastiche, derivanti dalla degradazione della plastica, possono penetrare negli alimenti di cui i bambini si nutrono, nell'acqua che bevono e nell'aria che respirano. Sono presenti anche nei giocattoli con cui giocano, nei vestiti che indossano e nelle case in cui vivono.

Essendo in una fase di crescita e a causa dell'abitudine di portare le mani alla bocca, i bambini, specie più piccoli, sono particolarmente vulnerabili a queste sostanze chimiche. Queste particelle possono trasportare sostanze chimiche nocive che interferiscono con gli ormoni, lo sviluppo cerebrale e il sistema immunitario, indebolendo la loro salute.

Ciò vale in particolare per quei bambini che – per diverse ragioni – consumano alimenti industriali e confezionati in plastica e non prodotti freschi, e per gli adolescenti che usano indumenti sintetici a basso costo che rilasciano microplastiche durante il lavaggio.

ATTIVITÀ 13, FASE 2: SCHEDA DI VOTO CON LE SEI AFFERMAZIONI PER IL SONDAGGIO

Mettere una X nella colonna della risposta scelta. Se la X viene messa in entrambe le colonne, la risposta non sarà valida.

In caso di indecisione riguardo un'affermazione, lasciare la casella vuota.

Una volta completate le risposte, piegare il foglio e inserirlo nell'urna.

Ricordare: il voto deve restare anonimo, altrimenti non sarà valido.

Affermazione	Sono d'accordo	Non sono d'accordo
Gli insegnanti monitorano l'uso dei computer		
Divieto di utilizzare i telefoni cellulari in classe		
Divieto di utilizzare computer/tablet in classe		
Studenti e insegnanti dovrebbero decidere di comune accordo come regolare l'uso della tecnologia digitale in classe		
I telefoni dovrebbero avere dei filtri per evitare l'uso dei social media		

Attività 13, Fase 3: Schede degli scenari

Scenario 1: Il dilemma del computer

Uno studente preferisce prendere appunti su un computer, ma lo schermo distrae gli altri.

- In questa situazione, quale potrebbe essere un comportamento equo per tutti e tutte?
- In che modo la tecnologia può essere usata responsabilmente?
- Chi dovrebbe essere coinvolto in questa decisione?

Scenario 2: Il dibattito sui telefoni cellulari

Un insegnante vuole vietare l'uso dei telefoni cellulari in classe, ma alcuni studenti ne hanno bisogno per motivi di accessibilità.

- Qual può essere una regola equa ed adeguata alle esigenze di apprendimento?
- Come garantire che i telefoni cellulari vengano utilizzati per gli scopi giusti?
- Chi dovrebbe contribuire a stabilire questa regola?

Scenario 3: Intelligenza artificiale (AI) e compiti

Alcuni studenti utilizzano strumenti di AI per svolgere i compiti. Come si può garantire un apprendimento costruttivo?

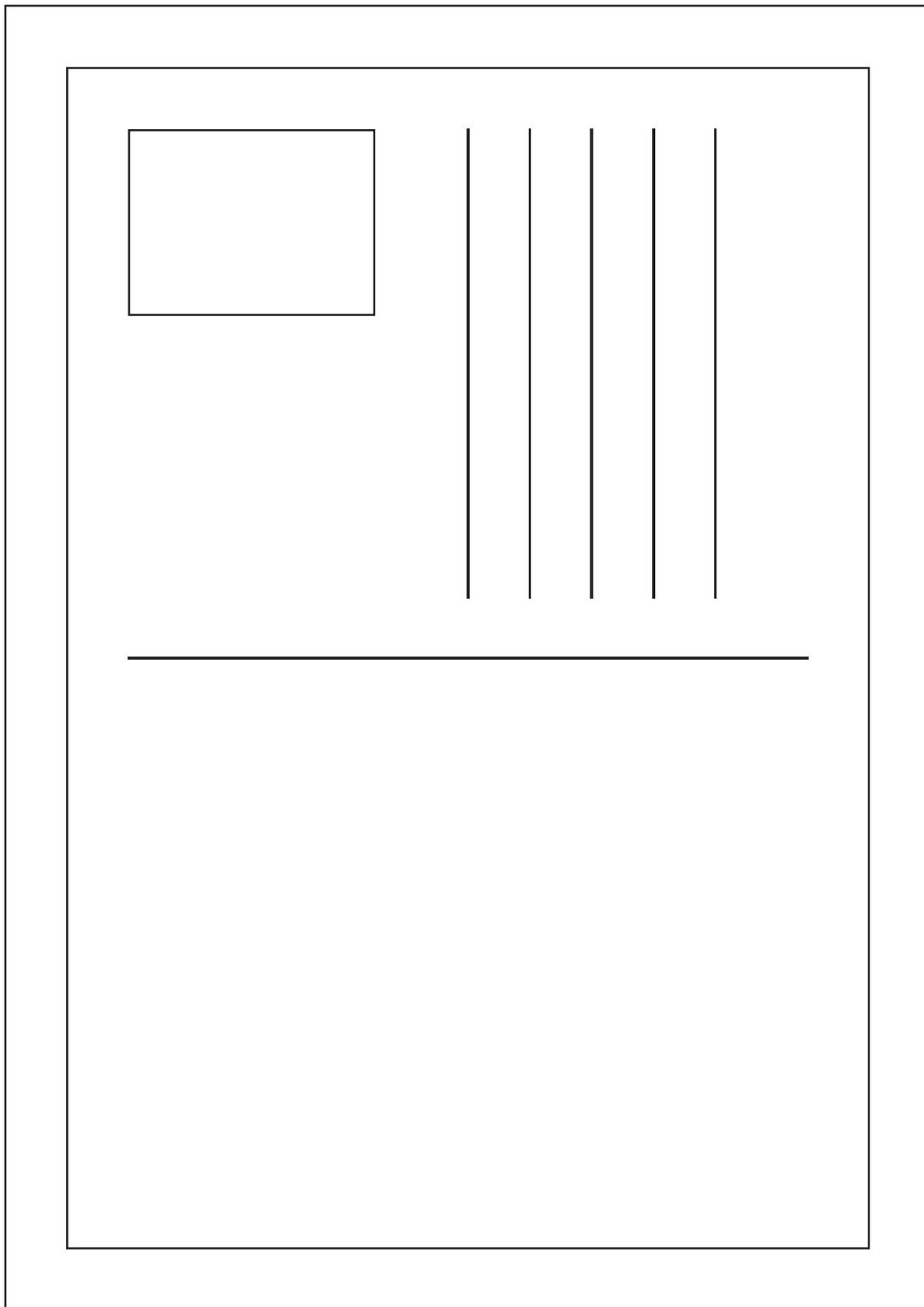
- Quando l'intelligenza artificiale è utile e quando invece supera il limite?
- Come si può garantire equità nell'apprendimento?
- Chi dovrebbe stabilire le regole per l'uso dell'intelligenza artificiale nello svolgimento dei compiti?

Scenario 4: Il dibattito sulla ricerca

In un progetto di gruppo, uno studente preferisce fare ricerche online, un altro vuole usare i libri cartacei e un terzo suggerisce di usare l'intelligenza artificiale.

- Come è possibile trovare un equilibrio tra i diversi metodi di ricerca?
- Qual è un modo equo per utilizzare l'intelligenza artificiale nel lavoro di gruppo?
- Chi deve decidere quali strumenti sono consentiti?

Attività 15, Fase 1: Modello di cartolina



Chi siamo

L'UNICEF opera nei luoghi più difficili del mondo per raggiungere i bambini e gli adolescenti più svantaggiati e per proteggere i diritti di ogni bambino, bambina e adolescente ovunque. In 190 paesi facciamo tutto il necessario per aiutare i bambini a sopravvivere, crescere e realizzare il loro potenziale, dalla prima infanzia all'adolescenza. E non ci arrendiamo mai.

UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight affronta le questioni di maggiore importanza per i bambini, sia attuali che emergenti. Promuove il cambiamento attraverso la ricerca e la previsione su un'ampia gamma di tematiche relative ai diritti dell'infanzia, stimolando un dibattito globale e coinvolgendo attivamente le e i minorenni nel suo lavoro.

UNICEF Innocenti fornisce ai leader e ai decisori politici le prove necessarie per costruire un mondo migliore e più sicuro per i bambini. L'ufficio conduce ricerche su questioni irrisolte ed emergenti, utilizzando dati primari e secondari che rappresentano le voci dei bambini e delle famiglie stesse. Utilizza una prospettiva ad ampio raggio per definire l'agenda per l'infanzia, includendo analisi di orizzonte temporale, analisi delle tendenze e sviluppo di scenari. L'ufficio produce una documentazione diversificata e dinamica composta da report, analisi e documenti politici di alto livello e fornisce una piattaforma per il dibattito e la sensibilizzazione su un'ampia gamma di questioni relative ai diritti dell'infanzia.

L'UNICEF Innocenti fornisce a ogni bambino, bambina e adolescente le risposte alle sue preoccupazioni più urgenti.

Pubblicato da

UNICEF Innocenti – Global office of Research and Foresight Via degli Alfani, 58 50121, Florence, Italy Web: unicef.org/innocenti

i Email: innocenti@unicef.org

Social media: @UNICEFInnocenti on Bluesky, Instagram, LinkedIn and YouTube

Documentazione citata

UNICEF Innocenti – Global Office of Research and Foresight (2025).
Innocenti Report Card 19: Toolkit for insegnanti e educatori: analizzare e approfondire gli aspetti del benessere di bambine, bambini e adolescenti nei paesi ad alto reddito. Florence: UNICEF Innocenti.

Autori

Francesca Viola e Maria Rosaria Centrone
Child Participatory Research Consultants UNICEF
Innocenti – Global Office of Research and Foresight

Traduzione a cura di Chiara Nigro
Adattamento curato dall'Ufficio Scuola e Università
scuola@unicef.it

Cover photo: © UNICEF/UNI772529/Pezantes

© United Nations Children's Fund (UNICEF), Maggio 2025

Versione Italiana a cura dell'Ufficio Scuola e Università
del Comitato Italiano per l'UNICEF Fondazione ETS

Per ogni bambino, **risposte**