



"In scena nell'età dell'oro: teatro per un invecchiamento sano"

NUMERO DI PROGETTO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

# WP3 - Programma di formazione congiunto per i settori sociale, culturale e sanitario

## Piano del modulo 5

DOCUMENTO PRODOTTO DA: RightChallenge



FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSE SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.

## Piano dei moduli

Nome del modulo: Sviluppo delle competenze comunicative e socio-emotive per l'attuazione di attività teatrali con persone anziane

Sessione	Cronometraggio (Totale: 4 ore)	Attività / compiti	Risorse necessarie
Introduzione al Modulo 5	09:00 - 09:10  10 minuti	Fai una panoramica della tematica del modulo e dei suoi obiettivi. Perché le abilità comunicative e socio-emotive sono importanti negli interventi teatrali con gli anziani?	Computer, presentazione PPT, connessione internet
Capitolo I: Abilità di comunicazione verbale	09:10 - 09:20  10 minuti	Scopri le definizioni, i concetti e le tecniche chiave per una comunicazione verbale efficace in contesti teatrali	Computer, presentazione PPT, connessione internet
Esercizio in solitaria: Lettura ad alta voce con enfasi	09:20 - 09:25  5 minuti	Seleziona un passaggio da un libro o da un articolo e leggilo ad alta voce, sperimentando toni, ritmi e volumi diversi. Esercizio in solitaria per costruire la varietà vocale e praticare un'enunciazione chiara e una comunicazione espressiva.	Un libro, un giornale o un articolo di propria scelta
Esercizio in solitaria: riflessione quotidiana ad alta voce	09:25 - 09:30  5 minuti	Scegli un argomento, come un ricordo preferito o un'esperienza recente, e parlane ad alta voce per cinque minuti. Concentrati	-

		sull'organizzazione chiara dei pensieri e sull'uso di una varietà di parole descrittive per esprimere i dettagli. Esercizio in solitaria per aumentare la chiarezza e la sicurezza nell'espressione verbale.	
Esempio di video multimediale relativo a un'attività di gruppo	09:30 – 09:35 5 minuti	Guarda i video inclusi nella presentazione per trarre ispirazione per <i>l'Attività di Apprendimento Attivo #1 – Il Cerchio della Storia</i>	Computer, presentazione PPT, connessione Internet
Implementazione dell'attività di gruppo <i>#1 – Il Cerchio della Storia</i>	09:35 – 10:05 30 minuti	In cerchio, ogni partecipante, a turno, aggiunge una riga a una storia collettiva. Questa attività migliora le capacità di ascolto, incoraggia un'articolazione chiara e promuove la narrazione creativa.	Sedie disposte in cerchio, un timer e una lavagna o messaggi stampati (vedere la dispensa)
Capitolo 2: Abilità di comunicazione non verbale	10:05 – 10:15 10 minuti	Scopri le definizioni, i concetti e le tecniche chiave per un'efficace comunicazione non verbale in contesti teatrali	Computer, presentazione PPT, connessione internet
Esercizio in solitaria: Pratica dell'espressione facciale	10:15 – 10:20 5 minuti	Mettiti davanti a uno specchio ed esercitati a esprimere varie emozioni. Questo esercizio aiuta a migliorare la consapevolezza delle espressioni facciali e migliora la capacità di esprimere le emozioni senza parole.	Specchio



# "In scena nell'età dell'oro: teatro per un invecchiamento sano"

NUMERO DI PROGETTO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Solo-esercizio: Diario del linguaggio del corpo	10:20 - 10:30  10 minuti	Iniziare un diario per annotare le interazioni e concentrarsi sui segnali non verbali osservati in te stesso e negli altri. Esercizio in solitaria per incoraggiare la consapevolezza della comunicazione non verbale e aiutare a sviluppare una comprensione più profonda del suo impatto sulle interazioni sociali.	Quaderno o diario
Esempio di video multimediale sull'attività di gruppo	10:30 - 10:35  5 minuti	Guarda i video inclusi nella presentazione per trarre ispirazione per l' <i>Attività di Apprendimento Attivo #2 - Il Gioco dello specchio</i>	Computer, presentazione PPT, connessione Internet
Implementazione dell'attività di gruppo #2 - Il gioco dello specchio	10:35 - 11:05  30 minuti	In coppia, un partecipante prende l'iniziativa mentre l'altro rispecchia/ripete i movimenti e le espressioni. Questo esercizio aiuta i partecipanti a diventare più consapevoli dei gesti non verbali e migliora la loro capacità di esprimere le emozioni attraverso il linguaggio del corpo.	Spazio aperto per consentire alle coppie di muoversi comodamente, suggerimenti stampati (vedi dispensa)
Capitolo 3: Sviluppo delle competenze socio-emotive	11:05 - 11:15  10 minuti	Scopri le definizioni, i concetti e le tecniche chiave per efficaci abilità socio-emotive in contesti teatrali	Computer, presentazione PPT, connessione internet
Esercizio in solitaria: Diario della gratitudine	11:15 - 11:20  5 minuti	Inizia un diario della gratitudine in cui puoi scrivere una o due cose per cui sei grato ogni	Quaderno o diario

		giorno. Esercizio in solitaria per migliorare la consapevolezza di sé e la regolazione emotiva incoraggiando il pensiero positivo e la comprensione delle emozioni personali.	
Esercizio in solitaria: Meditazione con consapevolezza	11:20 - 11:30 10 minuti	Conduci una meditazione consapevole: concentrati sul tuo respiro, nota i tuoi pensieri e riconosci i tuoi sentimenti senza giudicare. Esercizio in solitaria per migliorare la consapevolezza di sé, la regolazione emotiva e la pazienza.	Seduto comodamente Casse per amplificazione, se si preferisce accendere un po' di musica da meditazione
Esempio di video multimediale sull'attività di gruppo	11:30 - 11:35 5 minuti	Guarda i video inclusi nella presentazione per trarre ispirazione per l'Attività di Apprendimento <i>Attivo #3 - Scenari di Gioco di Ruolo sulle emozioni</i>	Computer, presentazione PPT, connessione Internet
Implementazione dell'attività di gruppo <i>#3 - Scenari di gioco di ruolo sulle emozioni</i>	11:35 - 12:25 50 minuti	Dividi i partecipanti in piccoli gruppi e assegna uno scenario che implichi un conflitto o una sfida emotiva. Ogni gruppo interpreta lo scenario, concentrandosi sull'uso dell'empatia e della comunicazione efficace per risolvere la situazione. Questa attività rafforza la risoluzione dei conflitti e la comprensione emotiva.	Spazio aperto per consentire ai partecipanti di muoversi comodamente, scenari di gioco di ruolo stampati (vedi dispensa)



# "In scena nell'età dell'oro: teatro per un invecchiamento sano"

NUMERO DI PROGETTO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Integrazione delle competenze apprese e del feedback	12:25 - 12:35  10 minuti	Otteni alcuni suggerimenti su come integrare le competenze comunicative e socio-emotive e gli strumenti di valutazione nella pratica.	Computer, presentazione PPT, connessione internet
Quiz	12:35 - 13:00  25 minuti	Quiz finale con varie domande sulla comunicazione (non-) verbale e sulle competenze socio-emotive	Computer, connessione internet



FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSE SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.



## “ON STAGE IN THE GOLDEN AGE: THEATRE FOR HEALTHY AGEING”

PROJECT NUMBER: 2023 - 1 - R001 - KA220 - ADU - 000160973

SITO WEB: <https://age-thea.eu/>

FACEBOOK: [On Stage on the Golden Age: Theatre for Healthy Ageing](#)

INSTAGRAM: [age.thea2023](#)



FINANZIATO DALL'UNIONE EUROPEA. I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI ESPRESSE SONO ESCLUSIVAMENTE QUELLI DELL'AUTORE O DEGLI AUTORI E NON RIFLETTONO NECESSARIAMENTE I PUNTI DI VISTA E LE OPINIONI DELL'UNIONE EUROPEA O DELL'AGENZIA NAZIONALE PER I PROGRAMMI COMUNITARI NEL CAMPO DELL'ISTRUZIONE E DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE (ANPCDEFP). NÉ L'UNIONE EUROPEA NÉ L'ANPCDEFP POSSONO ESSERE RITENUTI RESPONSABILI PER ESSI.