



idenTikTok

<i>Creator</i>	Veronica Baffi
<i>Autore Identik-tok</i>	Martina Migliavacca
<i>Titolo</i>	AUTOREGOLAZIONE...non solo con il cibo! ⚖️
<i>Link al video</i>	https://vm.tiktok.com/ZMeeK4rH2/
<i>Quanti secondi dura?</i>	24 secondi

<i>Tecniche/linguaggi</i>	Stop-Motion
<i>Musiche/colonna sonora</i>	TikTok Viral
<i>Canzone utilizzata</i>	Wellerman - Sea Shanty / 220 KID x Billen Ted Remix
<i>N° di utilizzi del suono</i>	261,6 K
<i>Hashtag</i>	#perte #imparacontiktok #today #viral #mediaeducation

<i>Target</i>	6 - 9 anni ; 9 - 12 anni ; Adulti
<i>Area tematica</i>	ReceCremi
<i>Utilizzo questo video per</i>	Stimolo
<i>Proposta di attività in cui utilizzare il video</i>	<p>Per una settimana realizza il tuo diario alimentare, indicando ogni giorno quali cibi mangi, in quale quantità e in quale momento della giornata.</p> <p>Contemporaneamente, nel medesimo diario settimanale indica quando e per quanto tempo fai uso dei media e di quale tipologia di media si tratta (computer, smartphone, console giochi, televisione...).</p> <p>Al termine della settimana, condividi il tuo lavoro con i compagni, usando per esempio un Padlet appositamente costruito.</p> <p>A partire dal lavoro svolto dagli studenti, l'insegnante può chiedere agli studenti suddivisi in piccoli gruppi di riflettere prima sulle diete alimentari dei compagni, poi su quelle mediatiche chiedendosi:</p> <ul style="list-style-type: none">- La dieta (alimentare/mediatica) analizzata è equilibrata?- Perché?- Nella dieta (alimentare/mediatica) esistono alimenti/media "pericolosi"?- Da cosa dipende la loro pericolosità?





idenTikTok

L'insegnante, in un momento successivo rispetto ai lavori di gruppo avvia una fase di confronto in plenaria in cui gli studenti condividono le loro riflessioni e, guidati dall'insegnante, giungono a comprendere che la pericolosità degli alimenti e dei media dipende dalla mancanza di autoregolazione nel loro consumo. Per condurre tale confronto l'insegnante può utilizzare un Mentimeter per raccogliere le idee degli studenti.

Per far riflettere gli studenti su quest'ultimo aspetto l'insegnante può anche chiedere agli studenti di analizzare i consumi mediali dell'intera classe, costruendo dei grafici che mettano in evidenza la quantità di tempo di utilizzo dei media, le finalità (studio, divertimento, svago...), i momenti della giornata coinvolti.

Al termine dell'attività, sarebbe opportuno che ogni studente riflettesse sulla propria dieta mediale, sviluppando così una maggiore capacità di autoregolazione.

Altre domande che aiutano la riflessione anche degli adulti potrebbero essere le seguenti:

- Cosa si intende per dieta mediale?
- Perché è importante sviluppare autoregolazione nei consumi dei media nei più giovani (e non solo)?
- Come sviluppare la capacità di autoregolazione dei consumi mediali?

Indicatori di competenza osservabili che l'attività proposta sviluppa o potrebbe sviluppare

Lo studente:

1. realizza il proprio diario alimentare e mediale
2. condivide con i compagni il proprio diario alimentare e mediale
3. analizza i consumi mediali propri e dei compagni
4. partecipa attivamente al confronto in grande gruppo
5. riflette e modifica i propri consumi mediali

