

Potenziamento del programma Erasmus+ 2021-2027, nell'ambito del PNRR - Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR) - finanziato dall'Unione europea - Next Generation EU. Missione 4 - Componente 1 - Investimento 3.1 "Nuove competenze e nuovi linguaggi" (D.M. 61/2023_INTERVENTO: CUP B56E23004900006 PNRR_2023-1-ITo2-KA121-SCH-000123536; PNRR_2024-1-ITo2-KA121-SCH-000225588

MOBILITÀ INDIVIDUALE dello Staff

Diario di Bordo

Giovanna Uda

Erasmus+ - PNRR | Next Generation EU | Mobilità Staff



Corso Strutturato

“Digital Wellbeing: A New Challenge for Teachers and Students”

Fremdsprachenzentrum EUROPASS ACADEMY ATHENA EINPERSONEN-AG Zweigniederlassung

VIENNA dal 15 al 20 DICEMBRE 2025

Erasmus+ – PNRR | Next Generation EU | Mobilità Staff



Struttura e metodologia

Il corso si è sviluppato attraverso un approccio fortemente esperienziale e collaborativo. Fin dalle prime attività è stato dato ampio spazio alla conoscenza reciproca, alla condivisione delle aspettative e alla costruzione di un clima di fiducia, elementi fondamentali per favorire un apprendimento autentico in un contesto multiculturale.



Attenzione, memoria e cooperazione

Una prima parte del corso ha riguardato il funzionamento dell'attenzione e della memoria nei processi di apprendimento. Sono state sperimentate attività basate sull'uso di supporti visivi e simbolici e momenti di riflessione sull'importanza della cooperazione come strategia per favorire un apprendimento efficace.



Intelligenza artificiale e pensiero critico

Una parte significativa del corso è stata dedicata all'Intelligenza Artificiale e allo sviluppo del pensiero critico. Abbiamo analizzato i rischi legati all'uso dell'IA, come deepfake e disinformazione, e sperimentato attività di fact-checking e valutazione delle fonti attraverso domande guida.



Lavoro collaborativo

In gruppo abbiamo progettato una lezione sul pensiero critico, condividendo idee, esperienze e prospettive professionali diverse. La restituzione dei lavori e il feedback tra pari hanno rappresentato un momento di crescita sia metodologica sia relazionale.



Digital Wellbeing

I modulo sul Digital Wellbeing ha proposto una riflessione sulle abitudini digitali personali e professionali. Attraverso la compilazione di un diario di riflessione e il confronto in gruppo, abbiamo analizzato il tema delle distrazioni digitali e discusso strategie per ridurre il sovraccarico cognitivo e prevenire il burnout.



Project-Based Learning

La parte finale del corso è stata dedicata al Project-Based Learning. In gruppo abbiamo progettato un percorso PBL dal titolo Digital Wellbeing Mosaic, approfondendo il valore di una didattica orientata a compiti autentici, riflessione continua e prodotti finali destinati a un pubblico reale.



Competenze sviluppate

L'esperienza di mobilità mi ha permesso di rafforzare le competenze di alfabetizzazione digitale, di progettazione didattica e di gestione del benessere emotivo e dell'attenzione in classe. Il lavoro in un contesto internazionale ha inoltre favorito lo sviluppo di competenze collaborative e comunicative.



Punti di forza dell'esperienza

L'esperienza di mobilità è stata complessivamente molto positiva e professionalmente arricchente. La dimensione internazionale, lo scambio di buone pratiche e l'approccio pratico e collaborativo del corso rendono le competenze acquisite facilmente trasferibili nel contesto scolastico.



Aspetti migliorabili

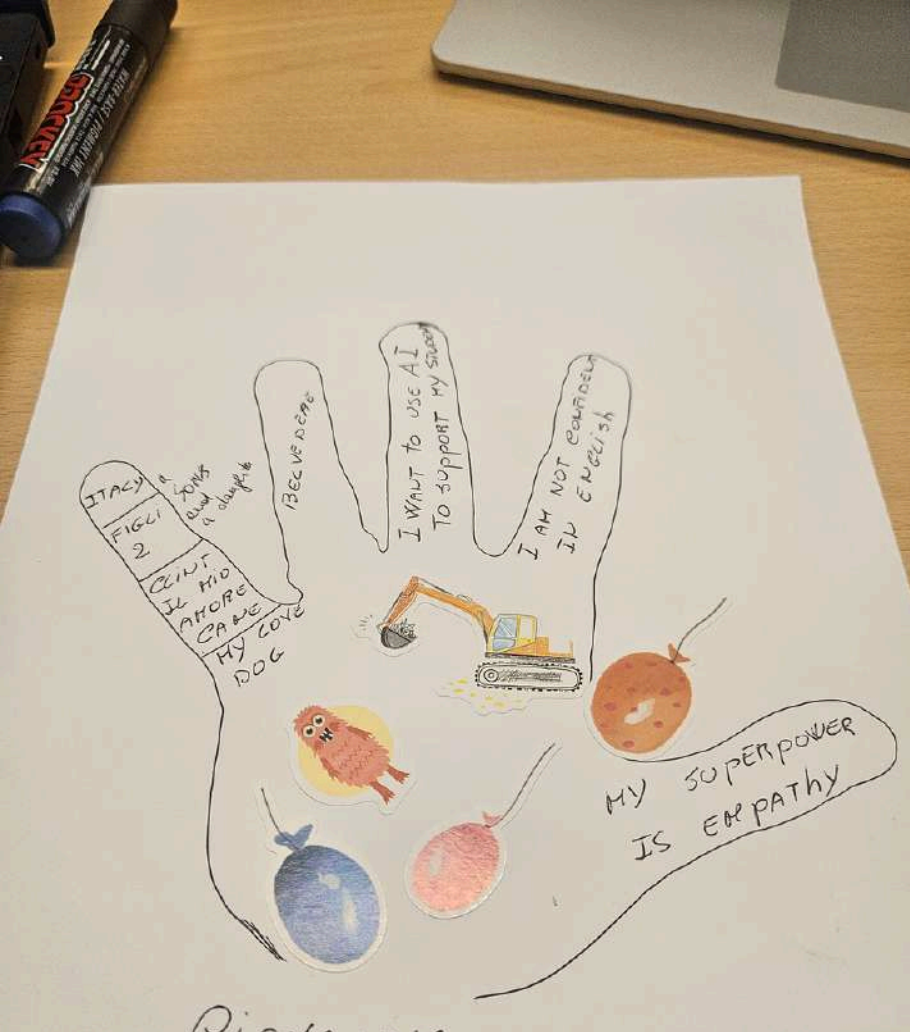
Tra gli aspetti migliorabili, il modulo dedicato al Digital Wellbeing avrebbe potuto essere maggiormente strutturato e orientato a strumenti immediatamente spendibili in classe. Una gestione del tempo più equilibrata avrebbe inoltre consentito ulteriori momenti di approfondimento.



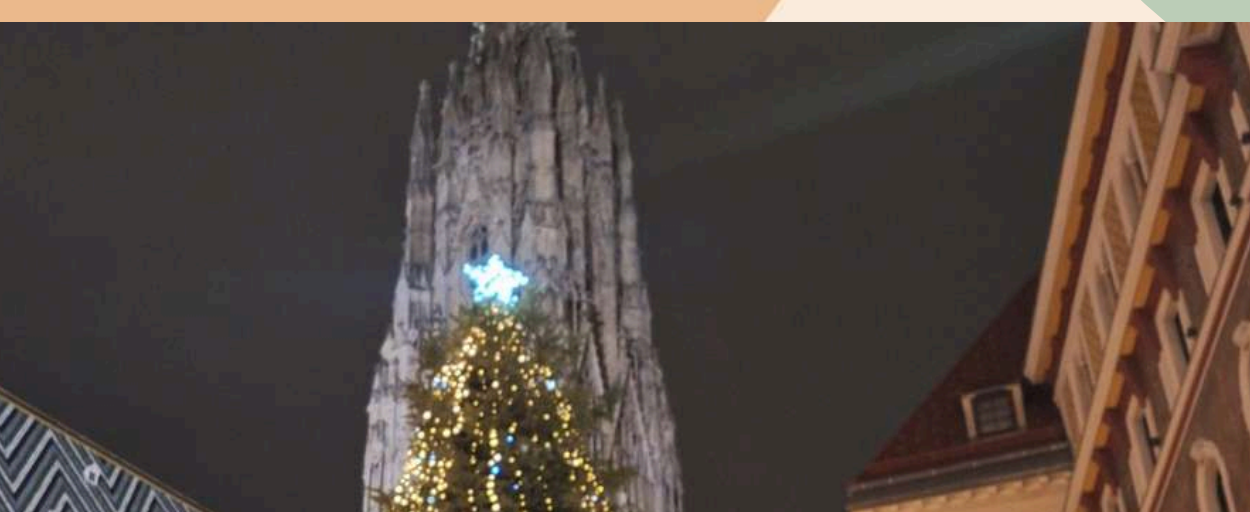
Conclusioni

L'esperienza di mobilità Erasmus+ ha rappresentato un'importante occasione di crescita professionale e personale. Il confronto europeo e l'approfondimento di metodologie innovative costituiscono un valore aggiunto per la pratica didattica e per l'intera comunità scolastica.





critical thinking
how to use critically when
create harmonious inclusion
environments through . differentiate
mindfulness . admin ✓
manage demographic . translation
create learning . □□□
RA 3
representational
abstract
online
↓
accessibility
remote learning





Grazie