

SPORT COME BENESSERE





Durante la fase e-learning del PCTO **SPORT COME BENESSERE** avete avuto modo di riflettere sui molteplici benefici associati all'attività sportiva e, più nello specifico, sull'importanza della relazione tra sport e benessere psicologico, alimentazione, relazioni interpersonali, accessibilità, tecnologia e sostenibilità.

Avete osservato, inoltre, i dati sul rapporto tra giovani generazioni e sport, comprendendo come i vostri coetanei percepiscono e vivono lo sport, anche alla luce dell'influenza delle nuove tecnologie che, per alcuni rendono gli allenamenti più accessibili.

Per la **fase di Project Work** vi chiediamo di aiutarci a portare avanti un "Osservatorio GenZ" sul rapporto tra benessere e sport, raccogliendo dati utili per approfondire questo tema. L'obiettivo del Project Work è condurre una ricerca diretta con i vostri coetanei e creare un report finale che sintetizzi i risultati di un sondaggio, evidenziando la relazione tra sport e benessere nella vostra generazione. Avrete così l'opportunità di approfondire cosa rappresenti per voi lo sport, quali siano i benefici che associate all'attività sportiva, e quale ruolo gioca la tecnologia, insieme ad altri fattori, nella vostra esperienza sportiva.

Per aiutarvi nella vostra attività, avete a disposizione come materiali di supporto:

- queste istruzioni operative;
- questionario da somministrare ai coetanei;
- template per la produzione del report finale.

Per realizzare l'elaborato finale procedete seguendo queste fasi di lavoro.

Fase 1



BRAINSTORMING E ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO

Il Project Work di **SPORT COME BENESSERE** è un **elaborato di classe**: ciò vuol dire che tutti i componenti della classe, o comunque chi è stato iscritto al PCTO, devono lavorare allo stesso progetto, che deve essere collettivo. Lavorare in team è molto stimolante, ma è necessario organizzare bene tutte le fasi di lavoro, dall'ideazione alla realizzazione, fin al montaggio finale. Per questo vi consigliamo di strutturare dei veri e propri gruppi di lavoro che sappiano occuparsi di una cosa ben specifica. Ciò non vuol dire che ogni gruppo lavori in modo staccato dall'altro, anzi: è necessaria coordinazione e cooperazione.

Potete organizzare dei team responsabili delle seguenti aree:

• **Distribuzione del sondaggio**

Inviare il file Questionario ai coetanei (tramite social media, e-mail o altri canali).

• **Raccolta dati**

Monitorare le risposte ricevute e organizzare i dati per l'analisi.

• **Analisi dei dati**

Elaborare statistiche e interpretazioni dai risultati ottenuti.

• **Stesura del report**

Seguendo il template fornito, presentare un documento che sintetizzi in valori percentuali i dati raccolti e arricchire con riflessioni e interpretazioni in un formato visivamente accattivante.

Prima di iniziare, discutete in gruppo su:

- Come suddividere equamente il lavoro tra i membri del team.
- Quali aspetti del report richiederanno maggior attenzione.

(Es. grafici, discussioni o conclusioni).



Fase 2

CONDUZIONE DEL SONDAGGIO

Per questa fase, utilizzate la risorsa "Questionario" che trovate tra le risorse per il Project Work. Il questionario è stato già progettato per raccogliere informazioni rilevanti sulle vostre abitudini sportive, il loro impatto sul benessere psicologico e le opinioni generali dei vostri coetanei sul tema.

Il vostro compito è sottoporlo a un minimo di 10 ragazz* vostri coetanei, con un'età compresa tra i 16 e i 18 anni. Scegliete voi come condividere il questionario: potrete stampare il file e organizzare delle interviste a scuola, distribuire il sondaggio tra i coetanei o essere un po' più digital creando un form su Google Form – inserendo ovviamente le stesse domande.

Fase 3



ANALISI DEI DATI

Una volta raccolte le risposte, organizzatele e analizzatele utilizzando strumenti come Excel o Google Sheets. Elaborate grafici e tabelle per:

- Evidenziare le abitudini sportive dei partecipanti.
- Identificare il collegamento tra sport e benessere psicologico percepito.
- Rilevare differenze significative tra gruppi (ad esempio, per età o genere).

Organizzate così i dati che avete raccolto, vi servirà per compilare il Template del report che avete a disposizione tra i materiali di supporto al Project Work.



COMPILAZIONE TEMPLATE E STESURA DEL REPORT

Sviluppate il vostro report compilando i campi richiesti del Template, che vi aiuterà a strutturare le informazioni in vostro possesso in modo chiaro, semplice e organizzato. Vi sottolineiamo che l'utilizzo del Template è fondamentale e non opzionale.

Il Template a vostra disposizione segue questo schema:

1. Introduzione

In questa sezione dovrete descrivere il tema del progetto e gli obiettivi del sondaggio.

2. Metodologia

In questa parte spiegate come è stato condotto il sondaggio (inclusa la distribuzione).

3. Risultati

Presentate i dati raccolti inserendo i valori percentuali così come indicato dal template

4. Grafici e immagini

Inserite grafici, tabelle o infografiche a supporto del vostro lavoro.

5. Discussione

Commentate i risultati, con l'obiettivo di:

- Evidenziare le abitudini sportive dei partecipanti.
- Approfondire come e in quali aspetti lo sport contribuisce al vostro benessere.
- Rilevare differenze significative tra gruppi (ad esempio, per età o genere).
- Identificare delle tendenze che pensate possano essere interessanti riguardanti il vostro rapporto con lo sport.

6. Conclusioni

Riassumete i punti principali e suggerite eventuali azioni o riflessioni future.

NOTA BENE

Per comodità, il template da utilizzare come modello di report è diviso in due parti distinte: una parte dedicata alla sintesi dei dati ottenuti dal sondaggio e una parte dedicata alle conclusioni e a eventuali grafici/tabelle prodotte a supporto dei dati.

La prima parte è obbligatoria e non modificabile: pertanto, il vostro compito è compilare i campi richiesti (Slide 4-19). Nella seconda parte potete scrivere le vostre riflessioni e conclusioni e arricchire con grafici, tabelle o infografiche. È in questa ultima sezione (Slide 19-23) che vi chiediamo di rendere il vostro report graficamente accattivante, personalizzando anche con immagini e fotografie.

Fase 5



FINALIZZAZIONE E CARICAMENTO

Finalizzate il report controllando, dall'inizio alla fine, i dati inseriti e le conclusioni che ne avete tratto. Non abbiate paura di inserire elementi che rendano il lavoro unico e personale, come infografiche e immagini. Una volta sicuri e soddisfatti dell'elaborato, caricatelo nell'apposita sezione di upload seguendo le istruzioni riportate in piattaforma.

BUON LAVORO

