



# Le mie attività digitali

**Cittadinanza digitale consapevole  
per la Scuola Secondaria di Primo Grado**

Adattamento italiano a cura di I. Corradini, F. Lacchia, E. Nardelli



# **Le mie attività digitali**

## ***Cittadinanza digitale consapevole***

### ***per la Scuola Secondaria di Primo Grado***

Contenuti originali di Common Sense Education ([www.commonsense.org/education](http://www.commonsense.org/education))

Versione italiana a cura di Programma il Futuro ([www.programmailfuturo.it](http://www.programmailfuturo.it))

Direzione e coordinamento: Enrico Nardelli

Revisione e supervisione scientifica: Isabella Corradini

Traduzione e adattamento in italiano: Francesco Lacchia

Grafica di copertina: Paolo Alberti

Foto di copertina: [designed by Freepik](#)

Distribuito sotto licenza Creative Commons: Attribution-NonCommercial-ShareAlike



Ultimo aggiornamento: ottobre 2020



### Introduzione

Per diventare buoni cittadini digitali è necessario che gli studenti acquisiscano non solo i concetti base dell'informatica, ma anche le competenze per muoversi in modo responsabile in Internet. I cosiddetti nativi digitali, infatti, usano con sorprendente abilità gli strumenti tecnologici, ma spesso in modo non sicuro.

Questo materiale educativo è stato realizzato dall'organizzazione americana no profit Common Sense ([www.commonsense.org/education](http://www.commonsense.org/education)) e adattato in italiano da Programma il Futuro ([www.programmailfuturo.it](http://www.programmailfuturo.it)), il progetto MIUR<sup>1</sup>-CINI<sup>2</sup> che ha l'obiettivo di fornire alle scuole una serie di strumenti semplici, divertenti e facilmente accessibili per formare gli studenti ai concetti di base dell'informatica.

Nel testo si è preferito non usare il termine *virtuale* per ciò che accade in rete e *reale* per ciò che avviene nel mondo fisico, perché potrebbe suggerire che ciò che accade in rete non sia tangibile. Invece, tutte le azioni che gli esseri umani compiono in Internet (ad esempio fare un post su un social media, inviare una mail) sono concrete. Inoltre, le esperienze che essi vivono in rete, nel bene e nel male, evocano delle emozioni e possono produrre conseguenze anche nefaste sulla vita degli altri (ad esempio nel cyberbullismo).

Per ogni lezione sono disponibili i seguenti documenti:

- il piano di lavoro della lezione,
- del materiale di approfondimento per l'insegnante,
- una o due esercitazioni,
- le versioni delle esercitazioni commentate per l'insegnante,
- la verifica,
- la versione della verifica commentata per l'insegnante.

È anche prevista una scheda di consigli utili per i genitori ed un'altra per svolgere delle attività insieme in famiglia.

### I quaderni digitali di Programma il Futuro

Questa guida fa parte della seguente collana "Cittadinanza digitale consapevole":

- per la scuola primaria:
  - [Segui le tracce digitali](#)
  - [Caccia via le cattiverie dallo schermo](#)
  - [Il mio quartiere digitale](#)
  - [Il potere delle parole](#)
  - [Super cittadino digitale](#)
  - [Dati personali e altri dati](#)
- per la scuola secondaria di primo grado:
  - [Comunicare in rete in modo sicuro](#)
  - [Le mie attività digitali](#)
- per tutti gli ordini di scuola (a partire dagli ultimi anni della primaria):
  - [Come funzionano i computer](#)

<sup>1</sup> Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca  
<sup>2</sup> Consorzio Interuniversitario Nazionale per l'Informatica

### Sommario

- [Piano di lavoro della lezione](#) pag. 5
- [Registro delle mie attività digitali - Esercitazione](#) pag. 8
- [Istogramma dei miei dispositivi digitali - Esercitazione](#) pag. 9
- [Verifica](#) pag. 10
- [Verifica - Versione insegnante](#) pag. 11
- [La vita digitale degli adolescenti - Scheda per i genitori](#) pag. 12
- [Scheda per attività in famiglia](#) pag. 14

## Le mie attività digitali

### Domanda chiave

*Quali sono le tue abitudini digitali e quanto tempo trascorri in queste attività?*

**Durata:** 45 minuti - 1 ora

### Sommario

Gli studenti analizzano le loro abitudini d'uso dei mezzi di comunicazione digitali e riflettono sul ruolo che hanno nella loro vita. Gli studenti tengono traccia del tempo trascorso usando diverse forme di intrattenimento multimediale. Basandosi su questo registro, gli studenti creano un **Istogramma**, un'istantanea visiva della loro vita sui dispositivi digitali che evidenzia il tempo che trascorrono su questi strumenti. Gli studenti riflettono quindi sul loro rapporto con le tecnologie digitali.

### Parole Chiave –

**abitudine:** ripetizione regolare di un comportamento o di una pratica

**registro:** trascrizione di una serie di eventi nel tempo

### Obiettivi

*Gli studenti saranno in grado di...*

- valutare quanto tempo trascorrono in attività digitali;
- registrare e confrontare il tempo trascorso su differenti dispositivi digitali, con diverse attività digitali (scambio di messaggi di testo, uso di social network, visione o creazione di video ecc.);
- farsi un'idea del ruolo che i mezzi di comunicazione digitali svolgono nella loro vita.

### Materiali e preparazione

- Stampa il documento [Registro delle mie attività digitali – Esercitazione](#) (pag. 8), due per ogni studente.
- Stampa il documento [Istogramma dei miei dispositivi digitali – Esercitazione](#) (pag. 9), due per ogni studente.

### Risorse per la famiglia

- Puoi segnalare alle famiglie la seguente documentazione: [La vita digitale degli adolescenti – Scheda per i genitori](#) (pag. 12) e la successiva [Scheda per attività in famiglia](#) (pag. 14), puoi stampare i documenti oppure comunicare il seguente indirizzo: [www.programmailfuturo.it/le-mie-attivit -digitali#genitori](http://www.programmailfuturo.it/le-mie-attivit -digitali#genitori)

## introduzione

### Preparazione (10 minuti)

**FAI** chiudere gli occhi ai tuoi studenti e invitali a concentrarsi. Spiega loro che dovranno pensare ad una loro giornata tipo, in particolare a quando utilizzano i diversi strumenti di comunicazione digitale. Mentalmente, poi, dovranno rispondere a delle domande che farai loro.

**GUIDA** gli studenti a riflettere su una loro giornata tipo. Fai loro immaginare se e quali mezzi di comunicazione digitali utilizzano appena alzati dal letto: controllano se hanno ricevuto dei messaggi? guardano la TV o ascoltano musica la mattina? Usano lo smartphone mentre vanno a scuola? Quali strumenti digitali usano a scuola per fini didattici? in che modo? Ora chiedete loro di immaginare cosa fanno dopo la scuola. Usano i dispositivi digitali per fare i compiti, per socializzare con gli altri o per cercare informazioni? Quali dispositivi digitali usano principalmente?

**DEFINISCI** la parola chiave **abitudine**.

**INVITA** gli studenti a condividere ciò che hanno realizzato sulle loro abitudini digitali in seguito al viaggio mentale appena intrapreso.

**CONSEGNA** ad ogni studente due copie del documento [Registro delle mie attività digitali – Esercitazione](#) (pag. 8), chiedendo di compilarne uno in una giornata infrasettimanale e l'altro in una giornata del fine settimana.

## parte 1

### Registro delle mie attività digitali (10 minuti)

**DIVIDI** gli studenti in gruppi di quattro o cinque.

**CHIEDI** agli studenti di fare riferimento ai propri registri per discutere le seguenti domande all'interno del proprio gruppo (una domanda alla volta). Chiedi poi agli studenti di riferire a tutta la classe sulle domande principali.

**CHIEDI:**

- Qualcuno è rimasto sorpreso del tempo (se troppo o se troppo poco) che viene dedicato alle attività digitali?
- Che tipo di attività digitali svolgete maggiormente nel vostro gruppo di amici?
- Quali sono le principali attività digitali che svolge solo una persona del vostro gruppo?
- Fate più attività digitali dentro o fuori da scuola?
- C'è differenza tra i giorni infrasettimanali e il fine-settimana?
- Fate più attività digitali da soli o in compagnia?
- Siete più orientati a consumare (guardare, ascoltare, leggere) o a creare contenuti digitali?

**RICORDA** agli studenti che ogni famiglia ha diverse abitudini e regole per usare i dispositivi digitali nel quotidiano. E discutine insieme qualcuna.

## parte 2

### Istogramma dei miei dispositivi digitali (15 minuti)

**CHIEDI** agli studenti di compilare le due copie dei documenti [Istogramma dei miei dispositivi digitali – Esercitazione](#) (pag. 9) sulla base delle due giornate tipo considerate. In primo luogo, gli studenti convertono i minuti totali in ore. Se necessario, aiutali a convertire i minuti totali in ore e minuti. Successivamente, gli studenti creano gli istogrammi basati sui loro dati individuali (uno infrasettimanale e l'altro per il fine settimana). Volendo, gli studenti possono creare anche grafici a torta per rappresentare la distribuzione percentuale delle loro attività e/o l'utilizzo dei vari dispositivi.

**CHIEDI:**

*Quale componente del gruppo sembra dedicare più tempo ad attività digitali?*

Risposte varie.

*Quali tipologie di mezzi di comunicazione digitali vengono utilizzate di meno dai membri del gruppo?*

Risposte varie.

*Ci sono degli aspetti della vita digitale dei vostri compagni di classe che avete trovato particolarmente interessanti?*

Risposte varie.

## conclusione

### Riepilogo (5 minuti)

Puoi usare queste domande per valutare il raggiungimento degli obiettivi della lezione da parte dei tuoi studenti. Potresti anche chiedere loro di approfondire per iscritto una delle domande.

**CHIEDI:**

*Paragonandoti ai tuoi compagni di classe, come definiresti il tuo livello di utilizzo dei dispositivi digitali? Basso, medio o alto?*

Risposte varie.

*Quali sono le attività digitali alle quali dedichi più tempo?*

Esempi di risposte: scambio di messaggi, guardare video online, giocare ai videogiochi, parlare al telefono.

*In base a quanto evidenziato dal Registro delle tue attività digitali e dall'Istogramma che hai creato, c'è qualcosa che vorresti cambiare nelle tue abitudini digitali?*

Risposte varie.

# Registro delle mie attività digitali

## Istruzioni

Quanto tempo dedichi alle varie attività digitali in una giornata tipo? Compila il seguente registro per individuare le tue abitudini digitali. Utilizza il registro per tenere traccia dell'uso dei vari dispositivi e delle relative abitudini; ricordarti di considerare le attività svolte sia a scuola che a casa.

1. Nella colonna di sinistra denominata **DISPOSITIVO**, elenca quale delle seguenti 5 tipologie di tecnologia hai utilizzato: **smartphone, console videogiochi, TV, tablet, computer**.
2. Nella colonna centrale denominata **ATTIVITÀ**, descrivi brevemente il tipo di attività svolta.
3. Nella colonna di destra denominata **TEMPO**, indica approssimativamente il tempo dedicato ad ogni attività.

Giornata infrasettimanale     Giornata del fine settimana

DISPOSITIVO	ATTIVITÀ	TEMPO (minuti)
<i>ESEMPIO: tablet</i>	guardato un film	90 min.
<i>ESEMPIO: smartphone</i>	ascoltato musica	30 min.
<b>TEMPO TOTALE IN UNA GIORNATA:</b>		

**SUGGERIMENTO:** dividi il totale dei minuti per 60 per calcolare quante ore hai trascorso in attività digitali.

NOME: \_\_\_\_\_

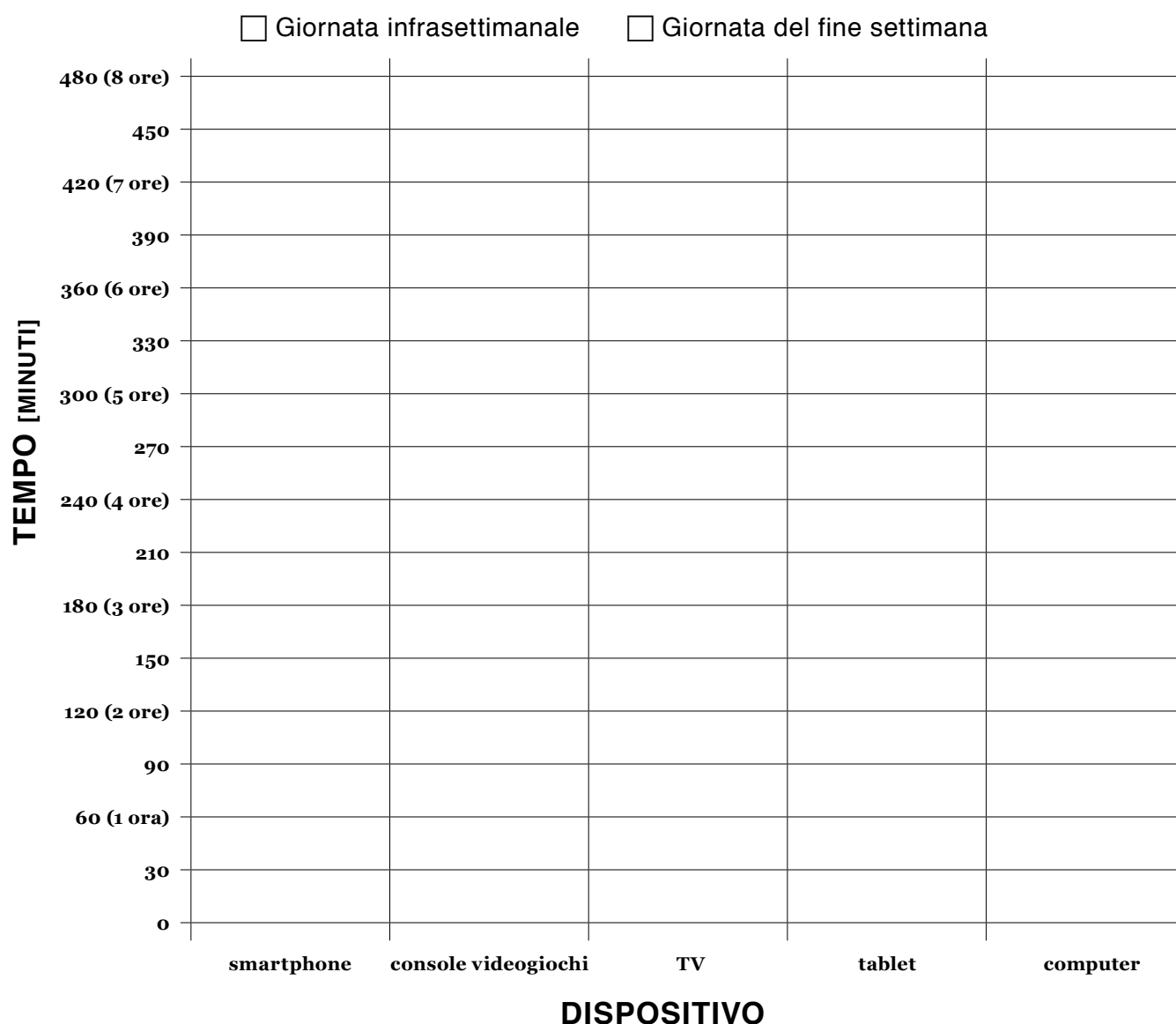


# Istogramma dei miei dispositivi digitali

## Istruzioni

Crea un istogramma per visualizzare quanto tempo hai trascorso sui vari dispositivi digitali in una giornata tipo (fai riferimento a quanto rilevato nel Registro delle tue attività digitali). Crea cinque barre che mostrano quanti minuti hai dedicato ad ogni dispositivo.

## Istogramma dei miei dispositivi digitali



NOME: \_\_\_\_\_

1. Tommaso usa i dispositivi digitali più di ogni altro suo amico. A volte Tommaso è impegnato su Internet mentre i suoi amici sono in giro insieme. Uno degli aspetti negativi di un tale uso delle tecnologie digitali è che Tommaso potrebbe:

- a) avere più amici online della maggior parte dei suoi amici
- b) perdere l'occasione di divertirsi con i suoi amici dal vivo
- c) condividere commenti online

2. \_\_\_\_\_: un comportamento o una pratica regolare.

- a) abitudine
- b) cerimonia
- c) lavoro di routine

3. Renata è curiosa di scoprire quanto tempo ha trascorso sui dispositivi digitali lo scorso fine settimana. Evidenzia le attività digitali.

Sabato	Domenica
10:00: passeggiata col cane	9:00: corsa
12:00: pranzo in famiglia	10:00: allenamento pallavolo
13:30: scambio di messaggi con Roberta	11:00: babysitter
14:15: email compiti al prof.	13:00: email Marta
14:30: lettura di un libro	13:15: email Rossana e alcuni messaggi
16:00: ricerca di un articolo su Internet e messaggio a Chiara	15:00: video-chiamata con Donatella
20:00: intrattenimento su social network	17:00: aggiornamenti al blog

NOME: \_\_\_\_\_

1. Tommaso usa i dispositivi digitali più di ogni altro suo amico. A volte Tommaso è impegnato su Internet mentre i suoi amici sono in giro insieme. Uno degli aspetti negativi di un tale uso delle tecnologie digitali è che Tommaso potrebbe:

- a) avere più amici online della maggior parte dei suoi amici
- b) perdere l'occasione di divertirsi con i suoi amici dal vivo**
- c) condividere commenti online

*Commento*

La risposta corretta è **b**. Dato che Tommaso passa così tanto tempo da solo online, potrebbe perdersi l'occasione di divertirsi con i suoi amici nel mondo fisico.

2. \_\_\_\_\_: un comportamento o una pratica regolare.

- a) abitudine**
- b) cerimonia
- c) lavoro di routine

*Commento*

La risposta corretta è **a**. L'abitudine si riferisce a comportamenti che si ripetono con regolarità. Un esempio di abitudine potrebbe essere il controllo dei social network dopo aver finito di fare i compiti.

3. Renata è curiosa di scoprire quanto tempo ha trascorso sui dispositivi digitali lo scorso fine settimana. Evidenzia le attività digitali.

Sabato	Domenica
10:00: passeggiata col cane	9:00: corsa
12:00: pranzo in famiglia	10:00: allenamento pallavolo
<b>13:30: scambio di messaggi con Roberta</b>	11:00: babysitter
<b>14:15: email compiti al prof.</b>	<b>13:00: email Marta</b>
14:30: lettura di un libro	<b>13:15: email Rossana e alcuni messaggi</b>
<b>16:00: ricerca di un articolo su Internet e messaggio a Chiara</b>	<b>15:00: video-chiamata con Donatella</b>
<b>20:00: intrattenimento su social network</b>	<b>17:00: aggiornamenti al blog</b>

NOME: \_\_\_\_\_

## Qual è il problema?

Possiamo pensare alle varie attività che i nostri figli svolgono in rete, come alla loro “vita digitale”, ma per loro è più semplicemente una parte della vita. Il loro mondo è fatto sia di creazione di contenuti digitali che della fruizione di contenuti multimediali prodotti da altri. Le diverse tipologie di mezzi e comunicazioni digitali si sono contaminate tra loro e sono diventate sempre più potenti e portatili. Gli attuali telefoni cellulari (smartphone) non servono solo più per telefonare, ma per ascoltare musica, inviare e ricevere messaggi, fare e condividere foto e video e, soprattutto, accedere ad Internet. I nostri ragazzi usano i loro computer (ma soprattutto gli smartphone) per fare i compiti, ma li usano anche per socializzare, giocare, trasmettere video in streaming e creare film e canzoni. E possono connettersi e comunicare 24 ore su 24, 7 giorni su 7, da qualsiasi luogo.

## Perché è importante?

Vogliamo che i nostri ragazzi facciano le scelte giuste, in modo da poter sfruttare al meglio i vantaggi che offre la tecnologia. Per fare le scelte giuste, i ragazzi devono sapere come funziona il mondo digitale. Per esempio, il fatto stesso di essere costantemente connessi, implica l'assoluta necessità che i ragazzi comprendano a fondo il concetto di privacy, in modo che ciò che pubblicano e creano non rischi di penalizzarli o metterli in imbarazzo in futuro. Il fatto che gran parte della comunicazione online manchi dell'interazione fisica, significa che le conseguenze che potrebbero sembrare ovvie nelle interazioni faccia a faccia, potrebbero non essere così evidenti in rete. Gran parte del compito dell'infanzia e dell'adolescenza consiste nel capire chi sei. Ma uno dei problemi della vita digitale è che tutto ciò che viene pubblicato può rimanere in rete per sempre e creare conseguenze indesiderate.

La posta in gioco è alta perché l'abilità tecnica dei nostri figli può essere superiore alla loro maturità e alla loro capacità di giudizio. La disponibilità di un accesso illimitato ad informazioni e contatti personali può permettere di acquisire un ampio bagaglio di informazioni ed esperienze. Ma può anche significare accedere a contatti e contenuti inappropriati. La differenza tra una valida esperienza ed una pericolosa, dipende dalle decisioni che i ragazzi prendono. Così come imparano a mangiare correttamente, a nuotare con sicurezza o a guidare con prudenza, i ragazzi devono imparare anche a vivere nel mondo digitale in modo responsabile e rispettoso. Il loro successo dipende in gran parte dalla capacità di usare bene gli strumenti digitali per creare, collaborare e comunicare con gli altri. Coloro che padroneggiano queste abilità, potranno sfruttare al meglio la straordinaria potenza del mondo digitale.

## La voce del buon senso

**Insegnate ai vostri figli come utilizzare la tecnologia in modo saggio e corretto.** È difficile fare i guardiani in un mondo senza recinti. Come genitori avete poco controllo sul flusso di informazioni dei vostri figli, che vedono troppo e troppo presto. Non è produttivo sentire le loro conversazioni e spiare ciò che i vostri figli creano e condividono con gli altri. Dato che non è possibile isolarli o chiuder loro gli occhi ovunque vadano, è più utile che insegnate loro a comportarsi in modo responsabile nel mondo digitale.

**Mantenete una mente aperta.** Gli adulti non vedono il mondo come lo vedono i loro figli. E non aiutate i vostri figli quando giudicate le loro vite attraverso la lente di un mondo non digitale. È importante capire che i giovani d'oggi trascorreranno gran parte della loro vita in un mondo connesso, dove tutti creano e comunicano.

**Non abbiate paura.** Non potete permettervi di essere tecnofobici. I vostri figli usano le tecnologie più velocemente di voi. Spesso possono risultare molto lontani, pur essendo di fronte a voi. Questo fatto può sconvolgere il rapporto genitore-figlio. Quindi mettetevi in gioco. Se avete delle difficoltà tecniche, fatevi aiutare dai vostri figli a risolverle.

**Condividete la saggezza.** I ragazzi spesso non capiscono le implicazioni delle loro azioni. Ma voi sì, quindi ricordatevi di estendere la vostra saggezza di genitori anche per ciò che accade nel mondo digitale. È normale insegnare ai propri figli a scegliere le parole con attenzione, a stare bene con gli altri e a rispettare i loro insegnanti. Ora bisogna estendere queste lezioni anche ad un mondo più vasto e invisibile.

**Trasmettete i vostri valori.** Uno dei compiti più importanti dei genitori è spiegare ai figli i propri valori fondamentali. Ma in un mondo digitale dove le azioni possono sembrare prive di conseguenze, dove i ragazzi possono restare anonimi (entro certi limiti) e dove non si trovano faccia a faccia con le persone con cui comunicano, rischiano di perdersi. Come genitori, dovete trovare il modo di tradurre i vostri valori nel mondo digitale, aiutando così i ragazzi a capire le implicazioni delle loro azioni.

**Cercate un equilibrio.** È difficile stabilire quanta libertà è corretto lasciare ai propri figli. Si vuole lasciare che esplorino, si divertano, comunichino e creino liberamente. Ma bisogna anche accertarsi che siano al sicuro o che sappiano come proteggersi. Per far sì che i vostri figli possano trarre il meglio dal mondo digitale, dovete spiegare loro come riuscire a bilanciare i lati negativi con quelli positivi, la richiesta di privacy con la necessità di protezione. Man mano che i figli crescono, è normale che richiedano più indipendenza e privacy. Ma come genitori dovete essere sicuri che i vostri figli sappiano come comportarsi in modo sicuro e responsabile prima di concedere più libertà. I giovani hanno bisogno di conoscere sia le opportunità che i pericoli di Internet, in modo da poter agire in modo responsabile, cogliendo il meglio del mondo digitale per arricchire la loro vita.

## Le mie attività digitali

### \* LO SAPEVI CHE...

Più del 50% dei giovani tra 13 e 32 anni si è fatto un selfie nell'ultima settimana!

### Scopri l'anagramma!

1. snoccorerie      riconoscere
2. genusnoceze    \_\_\_\_\_
3. irlomates        \_\_\_\_\_
4. tuppanorito    \_\_\_\_\_
5. danetibiu        \_\_\_\_\_
6. geurastoasoe    \_\_\_\_\_

### \* COSA NE PENSI?

Quali attività svolgi più frequentemente con i dispositivi digitali? Come sarebbe una giornata senza di essi?

### \* TI RICORDI?

Come puoi valutare le tue abitudini digitali e quanto tempo ci dedichi?

#### 1. Attività in famiglia

Compila il Registro delle tue attività digitali per almeno 24 ore. Poi condividilo con un amico o un familiare. Siete sorpresi dal tempo trascorso online? È di più o di meno di quanto vi aspettavate? Evidenziate i punti in comune e le differenze.

#### 2. Sfrutta la tecnologia

Crea un grafico, un diagramma o un'infografica per visualizzare il tuo utilizzo dei dispositivi elettronici in 24 ore. Oltre che a mano, puoi creare il tuo grafico utilizzando un sito web gratuito come Canva.com ( <https://www.canva.com> ).

#### 3. La voce del buon senso...

Abbiamo tutti bisogno di confrontarci con gli altri, soprattutto con le persone con cui condividiamo il nostro quotidiano. Assicurati di utilizzare al meglio il tuo tempo, senza farti assorbire completamente dallo smartphone. Prenditi delle pause dalla tecnologia durante il giorno e non aver paura di chiedere lo stesso ai tuoi amici, in modo da trascorrere del tempo insieme senza distrazioni esterne.