

Domanda ESS (3° ciclo): come potremmo allestire la nostra oasi rigenerativa contro lo stress scolastico?			
Confrontarsi con la situazione problema	Conoscenza e collegamento in rete	Visioni e azioni	Conclusione
sensibilizzare, attivare	esercitarsi, approfondire, fare rete	sviluppare, descrivere, rappresentare, confrontare, valutare, discutere, agire	scambio, riflessione, modello, sicurezza
Contenuti centrali			
Cosa significa per me “essere stressato”? Quali strategie mi aiutano a gestire lo stress? Dove vado quando mi sento stressato (ad esempio a letto, su una panchina sotto un albero, ecc.)? Introduzione alla domanda ESS Attivare e rilevare le conoscenze pregresse.	Quando mi capita di essere stressato nella vita scolastica di tutti i giorni? Tenete un diario per un certo periodo di tempo su quando vi sentite stressati e perché. Pensate a cosa vi aiuterebbe in questa situazione. Dove posso trovare pace e tranquillità all'interno della scuola? Esplorare individualmente l'area scolastica. Discutete in classe su dove trovare pace e tranquillità. Di quali elementi ho bisogno per calmarmi? Valutate individualmente di quali elementi avete bisogno per ridurre lo stress. Scambio di idee in classe.	Che aspetto ha la mia oasi rigenerativa perfetta? Sviluppare una propria visione di come dovrebbe essere l'oasi rigenerativa perfetta all'interno della scuola. Che aspetto ha la nostra oasi rigenerativa nell'area scolastica? Raccogliete le idee in classe e decidete come dovrebbe essere la vostra oasi rigenerativa perfetta.	Quali esperienze avete/abbiamo avuto? Scambio sulle esperienze vissute e sulle osservazioni fatte, riflessione critica sul processo di apprendimento. Che cosa avete/abbiamo imparato per il futuro? Assicurare i risultati, modellare visioni per il futuro.
Altre domande ESS			
- Come possiamo progettare l'area scolastica per creare zone di tranquillità, per fare dell'esercizio fisico e zone naturali? - Cosa possiamo fare per evitare le isole di calore nella nostra area scolastica? - Quali misure contribuiscono a promuovere la biodiversità nella nostra area scolastica? - Quali sono le attività a scuola particolarmente importanti per voi e come potete renderle più efficaci? - Trasformare il vecchio in nuovo: cosa dell'area scolastica vogliamo rinnovare o riprogettare? - Di quali strutture abbiamo bisogno per garantire che nessun rifiuto finisca in natura nell'area scolastica? - Come possiamo modificare l'area scolastica affinché sia accessibile a tutti? - Come possiamo utilizzare l'area scolastica in modo sostenibile? - Orto scolastico: cosa ci possiamo aspettare dal nostro orto? Cosa vogliamo produrre?			