

COSA CI INSEGNA IL TEAM BUILDING?

Di S. Matta

Molte delle attività di apertura di quest'anno scolastico, il Jungle Rider Park, il Laboratorio Sportivo a Bibione, Museo Ferrari - pitstop Maranello, Orienteering, il progetto equitazione, sono state pensate per fare TEAM BUILDING. Capiamo il perché, ma prima spieghiamo cos'è il Team Building.

Il TB nasce come strategia aziendale; le aziende investono in attività che aiutano a costruire la propria squadra di lavoro, a consolidare rapporti e relazioni tra pari o tra gerarchie diverse, a sensibilizzare su particolari temi, a migliorare performance attuando meccanismi condivisi e di gruppo, a sviluppare il senso di appartenenza o in alcuni casi anche solo e semplicemente per premiare il gruppo. Tutto questo ha senso anche in una scuola perché è altamente formativo; i ragazzi imparano dall'inizio a condividere, divertendosi, spazi, regole, discipline, strategie a conoscersi tra loro e a instaurare rapporti di fiducia con i docenti, a migliorarsi in gruppo e talvolta anche a superare i propri limiti insieme agli altri, ma soprattutto incominciano a sviluppare la voglia di appartenere ad un gruppo, una comunità, che è appunto quella scolastica. Svolgere queste attività all'inizio dell'anno ha dunque ancora più senso. Quando organizza queste attività, la nostra scuola pianifica ogni piccolo dettaglio perché si possano raggiungere al meglio, gli obiettivi formativi di cui sopra. Ma quali sono le regole del "gioco"? Sono poche: 1. Indossare il kit sportivo (per riconoscersi ed essere riconosciuti) 2. Rispettare le regole che gli altri forniscono (orari e turni, numero di partecipanti, sicurezza, ecc.); tutto il resto è ammesso soprattutto divertirsi, imparare e attuare nuove strategie, ascoltare e osservare. Perché il team building è importante anche per gli accompagnatori (docenti o personale scolastico)? Grazie al team building gli accompagnatori imparano a conoscere i ragazzi in contesti non solo scolastici, osservano come si muovono, quali sono le fragilità o i punti di forza, i meccanismi di inclusione o di esclusione, studiano le loro strategie, evidenziano problemi e condividono soluzioni, entrano in relazione con gli studenti senza imporre il proprio ruolo e alla fine possono plasmare le proprie strategie di insegnamento anche sulla base di queste osservazioni. Cosa insegnano le esperienze sin qui svolte? Agli studenti - imparate ad ascoltare e osservare, si impara dagli errori; ai docenti - impariamo dai loro errori.

Organizzare queste attività, perché riescano nel migliore dei modi, richiede entusiasmo ma anche grande impegno collettivo e condiviso da parte di chi le propone; se la nostra scuola ha scelto una linea, vincente ed inclusiva come quella di fare Team Building è perché crede ancora nei giovani e nel valore di insegnare a 360 gradi.

Con queste premesse apriamo l'anno scolastico e il primo numero del giornalino: a tutti i nuovi lettori benvenuti nella nostra/vostra grande scuola!

BENVENUTI E BEN TORNATI A TUTTI GLI STUDENTI!



DEDICATA A TUTTE QUELLE PERSONE CHE SPESSO SI SENTONO SOLE.

**MEGLIO SOLI
CHE MALE
ACCOMPAGNATI
L'UMANITÀ È UN
GRUPPO COESO**

Di Juney Jimenez

A pagina 2

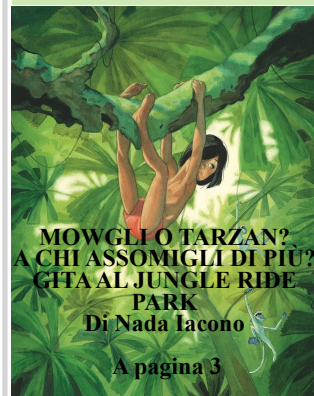
**LASCIAMO SPAZIO
ALLO SPORT:
ToRneo sostenibile e
gli sport dell'anno**

Ragazze di III

A pagina 5 e 6

**UNA STURT UP
CREATA DA ZERO
PROGETTO DELLA 5^a
AFM**

A pagina 5



**MOWGLI O TARZAN?
A CHI ASSOMIGLI DI PIÙ?
GITA AL JUNGLE RIDE
PARK**

Di Nada Iacono

A pagina 3



**SETTIMANA BIANCA
O SETTIMANA
SABBIA?
ALL'INSEGNA DEL
BEACH VOLLEY**

Di Giulia Parisi

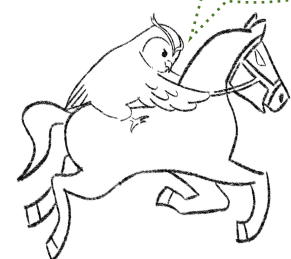
A pagina 3

**UN GRANDE AMICO
DEGLI STUDENTI
RAFFAELE: PIÙ DI UN
SEGRETARIO**

Di Matilde Beretta e Isabel Cornejo

A pagina 5

**HO LE ALI MA
SONO COMUNQUE
PIGRO!**



**LA SOLITUDINE
DELL'ANIMA**
Un racconto che
emoziona anche i
cuori di ghiaccio

Di Alisa Jakupi

A pagina 2



**CAVALCANDO LE
INSICUREZZE
LEZIONI DI
EQUITAZIONE**

Di Wiktorja Barone

Gli studenti imparano a
cavalcare, lezioni
indimenticabili

A pagina 4



**STARE CON
QUALCUNO NON
SIGNIFICA NON
ESSERE SOLI**
Un'approfondita
analisi della vita
di un artista
solitario

Di Sara Masetti

A pagina 2

**IN GITA A CASA DI
LECLERC
NO RAGA, NON AL
PRINCIPATO DI MONACO,
MA AL MUSEO FERRARI
MARANELLO!**

Di Desirée Valeri

A pagina 3



**L'ECOLOGIA È
UNO STILE DI VITA
I PRIMI PASSI,
SONO FATTI DAGLI
STUDENTI.**

Proteste in strada e
innovazioni a scuola,
la sostenibilità è
sempre più
importante

WHY?

A pagina 4

**PER COMMENTI,
CONSIGLI, IDEE O
ARTICOLI SCRIVICI A
redazione@istitutolabor.it**

MEGLIO SOLI CHE MALE ACCOMPAGNATI L'UMANITÀ È UN GRUPPO COESO

Di Juney Jimenez

Solitudine. È curioso vedere come davanti a questa singola parola tutti si incupiscano. Questo è semplicemente dato dalla paura che l'uomo prova nei confronti di tutte quelle situazioni che possono verificarsi a causa di un eventuale isolarsi.

Ma la domanda è: perché l'essere umano ha così tanto timore della solitudine?

Secondo il pensiero comune portato alla luce da pensatori, quali Aristotele, l'uomo è un animale sociale: è quindi chiaro che in una società dominata da questa retorica la solitudine non solo non venga generalmente contemplata, ma per di più non la si considera come un fatto positivo. Ciò provoca una stigmatizzazione ed una demonizzazione della solitudine (nonostante non ci sia vita di cui non faccia parte) che non fanno altro che alimentare ancor di più quel rifiuto tanto irrazionale di essa. Forse però questo germe tanto difficile da debellare, alla base presenta radici più profonde che vanno comprese: l'unione di

elementi di natura psicologica, fisico-biologica e

I like to
be alone,
but I hate
being lonely.

per Jimenez

dell'individuo: mancanza di sonno, sistema immunitario più debole e fragile, problematiche cardiovascolari ecc... sono solo alcune delle innumerevoli problematiche scatenate dall'atteggiamento solitario.

Sotto l'aspetto fisico-biologico invece va denotato come l'isolamento trascina con sé conseguenze negative sulla salute dell'individuo: mancanza di sonno, sistema immunitario più debole e fragile, problematiche cardiovascolari ecc... sono solo alcune delle innumerevoli problematiche scatenate dall'atteggiamento solitario. Secondo le scienze sociali, il senso di alienazione provato dall'essere umano rappresenta il frutto dell'assetto economico capitalistico (estremamente volto alla competitività e all'individualismo) che spinge l'uomo ad una solitudine non voluta o ricercata, ma bensì presente contro la nostra volontà; in più è dato dalla cosiddetta "società liquida" contemporanea che spinge il soggetto a sviluppare la propria parte individuale per potersi adattare ai costanti ed innumerevoli cambiamenti sociali (ciò crea inevitabilmente la separazione tra un essere umano e un altro).

sociologica infatti costituiscono una componente fondamentale per comprendere la matrice di questa condizione che tanto mortifica l'individuo, il quale la sperimenta ad ogni età durante il corso della sua vita.

Da un punto di vista psicologico la solitudine oltre che derivare da tratti caratteriali pronunciati (come ad esempio la timidezza), è anche data dall'incomprensione di se stessi e degli altri, dal senso di inadeguatezza e dall'idea di essere percepiti come "diversi" dal mondo.

Sotto l'aspetto fisico-biologico invece va denotato come l'isolamento trascina con sé conseguenze negative sulla salute

Per quanto la solitudine abbia sempre fatto soffrire la razza umana, è innegabile come questa sia solo aumentata e peggiorata negli ultimi anni: ad esempio la pandemia ha portato ad una situazione anomica e ad un senso di solitudine notevole (particolarmente pronunciato negli adolescenti e negli anziani) non colmabile visto il distanziamento sociale obbligatorio, facendo così nascere nella mente e nel cuore del soggetto un senso di angoscia e malessere.

La solitudine però non è solo distruttiva; questa può essere anche positiva: dal momento in cui siamo noi a scegliere di stare da soli in modo libero e consapevole, isolarsi non ci fa ammalare, ma al contrario crea situazioni che ci permettono di entrare all'interno di noi stessi per poterci capire, migliorare ma soprattutto amare.

"La solitudine non è vivere da soli, la solitudine è il non essere capaci di fare compagnia a qualcuno o qualcosa che sta dentro di noi."
José Saramago



LA SOLITUDINE DELL'ANIMA

Di Alisa Jakupi

Un racconto mi è stato chiesto di fare, eppure quale racconto è più veritiero e doloroso della vita stessa? Il destino mi ha messo sin da piccola davanti a una scelta difficile, nei miei anni di piena vulnerabilità; mi è stato chiesto di vivere, ma in un mondo violento o di morire, ma in un mondo ignoto. Nello sconforto del giorno vissuto, in quella camera che per me aveva tutto, tra i ricordi del mio cammino, la paura della morte era nulla di fronte a quella che era stata la paura del mio domani, un domani fatto di solitudine, di insulti, di incapienze o semplicemente di me stessa.

E nonostante gli anni passati a fortificare me stessa, i ricordi di tale paura, mai mi lasciarono sola negli anni del destino; quando le persone vedevano il loro cammino, io pregavo che il mio non arrivasse mai, perché troppo spaventata da ciò che mi avrebbe portato.

"Una volontà morta e una riflessione che la culla, come un figlio vivo."

F. Passoa

È forse questo ciò che provo? Una vita passata a cedere, una vita che mia non è, e

mai lo è stata, se non nella presa di coscienza che sono le azioni che io svolgo in essa; una volontà perduta da tempo oramai, che mi fa cedere dinanzi alle provocazioni delle persone e mi fa accettare il male che essi mi provocano. Ancora oggi sento il

fruscio, delle parole che mi venivano dette, di quegli istanti di rabbia e quegli istanti di paura; quei sussurri che mai lasceranno la mia mente e continueranno a creare peripezie da affrontare per l'eternità, perché ormai troppo spaventata dalla gente.

E avevo accettato le mie pene, pene che neanche sapevo di aver commesso;

ma era mia la pena di essere nata, era mia la pena di aver vissuto una vita ignobile secondo criteri di cui non ero neanche a conoscenza? Eppure mi trovavo lì a piangere perché ero nata "diversa", a piangere perché la bambina di nove anni che conoscevo aveva commesso la pena capitale del trasferimento; ho speso molte parole nel mero obiettivo di far capire, a quelle persone che si sentono tanto forti, quanto deboli in realtà siano per cercare di rovinare la vita a una persona della quale non sanno niente, non sanno il vissuto, non sanno il passato, ma ne rovinano il presente; come può un altro essere umano giudicare l'individuo perché esso è troppo debole nel vivere in un mondo di vincitori e vinti; e chi è mai stato e secondo quali criteri, ad eleggere queste persone dei vincitori? Io li chiamerei vinti, che vivono in un mondo anomico, che non sapendo come controllare la loro vita, rovinano quella altrui.



"Sulla soglia dell'eternità" STARE CON QUALCUNO NON SIGNIFICA NON ESSERE SOLI Di Sara Masetti

Vincent Willem Van Gogh è un pittore olandese vissuto tra il 1853 e il 1890, tanto geniale quanto incompreso se non addirittura disprezzato nel corso della sua vita.

Il pittore ci viene mostrato in un film intitolato "Van Gogh - Sulla soglia dell'eternità" alla scoperta del suo incredibile genio. Particolare è stata la scelta di far muovere la telecamera insieme a Van Gogh, a volte anche in modo non propriamente stabile o prendendo direttamente il suo posto, creando una scena più dinamica e che non solo ce li trasmette meglio, ma ci fa diventare parte dei suoi sentimenti e della sua storia. Inoltre, il registro e il ritmo del lungometraggio cambiano a seconda dei personaggi, una delle principali note di differenziazione di Van Gogh dal resto delle persone.

Saranno anche dettagli futili, ma senza di questi particolari dinamici il film avrebbe perso una parte di ciò che voleva rappresentare.

In questo film, possiamo conoscere meglio il lato più particolare della sua vita: discussa tanto quanto il numero di ipotesi che è stato fatto a riguardo, non si ha con certezza la diagnosi della sua salute mentale. Soffrendo di frequenti disturbi mentali, lato della sua personalità molto presente anche nel film, scrive: "La mia testa a volte è insensibile e spesso brucia e i miei pensieri sono confusi", e ancora: "Tornato qui, mi sono rimesso e ho dipinto tre grandi tele. Sono immense distese di campi di grano sotto cieli nuvolosi, in cui ho cercato deliberatamente di esprimere tristezza, estrema solitudine", in un'epistola al fratello Theo.

Durante la visione del film ci viene mostrato molto spesso solo, isolato e in viaggio non si sa bene per dove. Quando finalmente sembra che abbia trovato qualcuno che gli resti accanto, qualcosa porta quella persona lontano da lui.

A volte Van Gogh non è fisicamente solo, ma se ci immedesimiamo abbastanza profondamente potremmo capire come lui sia solo in un modo un po' più profondo. Lui è solo anche quando è in compagnia perché, forse in parte per colpa della sua malattia, nessuno lo capisce e nessuno lo apprezza.

Van Gogh soffre molto di quell'abbandono, interiore ed esteriore. Questo potrebbe essere uno dei motivi per cui si ritrova spesso a bere, causa ulteriore del suo malessere.



"Ci può essere un grande incendio nella nostra anima, ma nessuno viene mai a scaldarvisi, e i passanti vedono solo un filo di fumo"

ALONE



IN GITA A CASA DI LECLERC

NO RAGA, NON AL PRINCIPATO DI MONACO, MA AL MUSEO FERRARI MARANELLO!

Di Desirée Valeri ed Eleonora Andreacchio

Storia, cuore, passione...il tutto racchiuso tra cilindri, valvole e benzina; così, con un fantastico colore rosso che rende unica e inimitabile ogni creazione, mercoledì 5 ottobre si è svolto il percorso di Team Building presso il Museo Ferrari di Maranello (MO).

Più che in un'esposizione, si ha la sensazione di entrare in un luogo dove sono conservati ed esposti reperti che hanno fatto la storia (non solo motoristica, ma anche socio-culturale del nostro Paese), ripercorrendo un secolo di capolavori.

Lo spirito Ferrari si respira ovunque, tra vetture vincenti, imprese storiche, trofei vinti sulle piste e durante i campionati più impegnativi al mondo, rendendo il Museo una vera e propria eccellenza italiana, nella quale racchiudere tutto ciò che un amante dei motori possa aspettarsi, con un'organizzazione attenta ai minimi dettagli.

La visita è stata completata con un valido percorso formativo su loghi, colori e modelli, rendendo inoltre impagabile il poter sognare (anche se per poco: 7 minuti) di essere protagonisti al volante di una monoposto grazie a un simulatore di guida.

Attraverso il metodo esperienziale, siamo stati coinvolti a fronteggiare, insieme, imprevisti, difficoltà e stress, contando sulle nostre risorse e quelle della nostra squadra; la stessa esperienza di Pit-Stop (il vero cambio gomme) ci ha permesso di riflettere e constatare l'importanza della condivisione di problematiche, risorse e soluzioni, confidando in un solido lavoro di squadra, e ricercando un miglioramento e una crescita costanti, puntando sulla comunicazione, sulla collaborazione e accogliendo l'errore come parte integrante e vincente per il raggiungimento dei nostri obiettivi (nella Formula Uno come nella vita).

Il mondo Ferrari è dunque un sogno per tutti, appassionati e non!

Non si tratta solo di una favola grazie alla quale toccare con mano ciò che è scaturito dal genio del grande Enzo Ferrari, ma un esempio di come cuore, passione e profondo impegno siano l'arma vincente per arrivare in alto...sempre di più, permettendo a sogni e obiettivi apparentemente irrealizzabili di prendere forma, lasciando un segno indelebile e profondo nella storia. La nostra!

Ma ora diamo la parola ai protagonisti di questa esperienza: gli studenti!
-Qual è stata secondo te la parte più interessante?

Studente 1: "secondo me, così come credo per molti dei miei compagni, la parte più figa è stato il pit stop."

Studente 2: personalmente mi è piaciuto il fatto che ci siano stati dei laboratori appositi per ogni indirizzo; per esempio a noi di AFM hanno fatto vedere un PowerPoint sul Marketing.

Oltre ad avere recensioni positive però, abbiamo riscontrato anche qualche commento negativo:

-Hai qualche critica da fare riguardo a ciò che avete visto e visitato?

Studente 3: sì, sinceramente non credo che questa sia un'esperienza essenziale: se hai la possibilità di farla bene... sennò amen, non ti cambia la vita

Studente 4: certo, abbiamo passato più tempo sul pullman che al museo!

Studente 5: ma vi sembra normale che io debba pagare 25€ per 7 minuti di simulazione al volante? Col ca**o!

Nonostante questo gli alunni si sono divertiti molto sin dal primo momento: anche il solo fatto di passare tutta la durata del tragitto a chiacchierare, fare casino e ridere con i propri compagni di classe sul pullman è un momento importante per la coesione del gruppo. Questi sono momenti di sincero divertimento che un liceale si ricorderà per il resto della propria vita. Di certo questo è stato un laboratorio che ha aiutato i ragazzi di prima a rafforzare rapporti che speriamo stiano procedendo bene.



MOWGLI O TARZAN? A CHI ASSOMIGLI DI PIÙ? GITA AL JUNGLE RIDE PARK Di Nada Iacono

Come già ben sappiamo, il nostro istituto propone regolarmente a tutti gli studenti la possibilità di vivere esperienze nuove ed interessanti.

Proprio questo lunedì 19 settembre, gli alunni di seconda hanno avuto l'occasione di andare al jungle rider park.

Jungle rider park è un complesso di parchi avventura e divertimento costruiti in mezzo agli alberi, il luogo perfetto per staccare dalla routine scolastica e viverci una giornata all'aria aperta all'insegna del gioco di squadra. Gioco di squadra proprio perché la giornata è stata organizzata nella seguente modo:

**-la mattina sono stati fatti giochi di team Building,
-il pomeriggio i ragazzi hanno affrontato i tipici percorsi di arrampicata sugli alberi.**

Per quanto riguarda la prima metà della gita alcuni degli studenti ci riferiscono quanto segue:

Studente 1: "Mi sono divertito molto come al solito, però avrei preferito fare altre esperienze e



giochi al posto del team Building. Proprio perché lo facciamo già in classe sarebbe stato bello provare anche altro."

Mentre ecco le testimonianze riportate a fine giornata sul resto della giornata:

-qual'è stata la tua esperienza preferita?

Studente 2: "sicuramente il percorso sugli alberi è stato bellissimo, ci siamo divertiti un sacco tutti insieme"

Studente 3: "io personalmente ho amato andare sulle carrucole, ci avrei fatto altri 10 giri"

Studente 4: "a dir la verità tutte le esperienze sono state interessanti e divertenti, l'unica cosa è che sia io che i miei compagni avremmo preferito provare anche altri percorsi".

Ad essere andati al jungle rider park però non sono solo gli alunni, ricordiamoci anche della presenza dei professori che li hanno accompagnati e che si sono divertiti allo stesso tempo con loro. Uno fra loro ci riporta che "i ragazzi hanno davvero tanto potenziale, sarebbe bello se lo sfruttassero al meglio impegnandosi di più".



SETTIMANA BIANCA O SETTIMANA SABBIA? ALL'INSEGNA DEL BEACH VOLLEY Di Giulia Parisi

Dal 26 al 30 novembre, le classi quinte hanno partecipato ad un laboratorio sportivo, presso la località di Bibione. Questa gita aveva diversi obiettivi, e tutti sono stati raggiunti con grande successo: i laboratori, essendo in lingua, hanno migliorato la capacità linguistica dei ragazzi; la rigidità delle regole e degli orari possono aver dato qualche problema, ma sicuramente molti si sono responsabilizzati; per ultimo ma non meno importante, inserirsi in un contesto nuovo ed estraneo, insegna ad adattarsi alle novità e alle esigenze... Possiamo quindi dire che questa gita abbia fornito strumenti importanti per la vita dei nostri ragazzi.

La parte più importante di una gita però, è l'opinione degli studenti, e far sì che a loro rimangano forti ricordi dell'esperienza vissuta, per questo, abbiamo deciso di intervistarli:

Quali sono i vostri ricordi più belli?

Studente 1: "sicuramente le serate passate tutti quanti insiemistici, possiamo dire che l'obiettivo del team building abbia funzionato alla grande... Stare con gli altri ha migliorato l'esperienza"

Studente 2: "un mio compagno ha portato la play station e l'abbiamo collegata alla tv della camera, abbiamo passato il tempo libero giocandoci, mentre i nostri compagni facevano il tifo per noi... Non penso di aver mai riso così tanto!"

Studente 3: "i prof erano con noi h24, ci hanno fatto compagnia notte e giorno... è stato bello vederli fuori da scuola (più o meno), e scoprire che non sono così male"

Studente 4: "io sono riuscito a parlare in inglese con alcuni ospiti dell'hotel, non ho mai parlato inglese per

18 anni della mia vita, e invece con loro ho persino fatto amicizia!"

E invece i ricordi più brutti?

Studente 1: "il ricordo più brutto è sicuramente il cibo, si sa che noi in Italia siamo abituati bene, ma lì alcune cose erano immangiabili e addirittura inguardabili, la pizza che ho mangiato appena tornati è stata come una benedizione, aveva il sapore della felicità."

Studente 2: "lo sbalzo di temperatura mi ha fatto prendere l'influenza... ho avuto il raffreddore qualche giorno, sicuramente non è stato bello giocare in quelle condizioni..."

Hai delle osservazioni da fare sulla gestione del tempo?

Studente 3: "giocavamo 3h alla mattina e 4 al pomeriggio, abbastanza pesante ma comunque divertente; l'unica critica è che i tornei serali potevano organizzarli meglio, c'erano molti meno studenti rispetto al giorno, ovviamente.. io ne ho visti un paio, e veder giocare di sera è stato bello, mi spiace che non tutti l'abbiano apprezzato..."

Da queste recensioni si capisce quanto i ragazzi si siano divertiti, alcuni sono al Labor da qualche anno e si conoscevano già, ma questo viaggio ha dato l'opportunità agli studenti nuovi di integrarsi totalmente. Sicuramente è un'esperienza che verrà proposta e apprezzata dalle future quinte. Solo un consiglio... **NASCONDETE UNA PIZZA NELLA VALIGIA!**

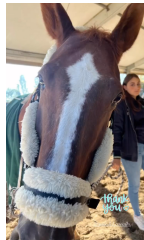


CAVALCANDO LE INSIKUREZZE LEZIONI DI EQUITAZIONE Di Wiktorja Barone

Durante i mesi di settembre e ottobre la scuola ha offerto alle classi III LSS e IV LES il progetto equitazione presso L'Oasi del (Paderno Dugnano, MI). Ci ha offerto opportunità attraverso 5 lezioni in cui professionisti e insegnanti ci hanno spiegato come funzionasse questa disciplina. Inizialmente gli istruttori hanno trattato le differenze fra le varie tipologie e razze di cavallo per poi mostrarci come pulirli e prendersene cura. Proseguendo, hanno spiegato le varie andature, ossia passo, trotto e galoppo e infine, per due lezioni abbiamo avuto la possibilità di salire sui cavalli, permettendoci di andare al passo e al trotto. Per quanto riguarda questa ultima parte, per non mettere a rischio nessuno degli alunni, gli istruttori sono rimasti vicino a noi tenendo il cavallo attraverso una lunghina attaccata alla testiera (uno degli strumenti per avere il contatto e il controllo del cavallo, manovrando i suoi movimenti). Parlando di essa, un pezzo molto importante facente parte di essa sono le briglie o redini, prolungamenti di quest'ultima che permettono al professionista di destreggiare al meglio il proprio cavallo. Oltre alla testiera, altre attrezzature fondamentali per quanto riguarda la disciplina dell'equitazione sono sottosella, agnellino, sella e sottopancia. Questi servono all'equite per sedersi sul cavallo avendo più controllo e coscienza dello spazio che occupa il proprio corpo sull'animale. Della sella fanno parte anche le staffe, ossia il posto in cui l'equite appoggia il piede per avere più equilibrio mentre cavalca. Un altro essenziale strumento per far sì che il cavallo non si procuri lesioni o simili danni sono le stinchiere, protezioni in plastica e tessuto affinché gli stinchi e i tendini del cavallo



Cavallo questa

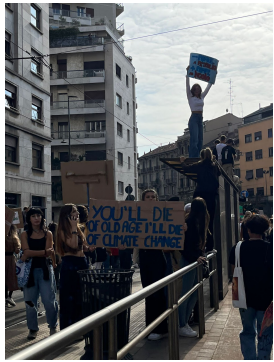
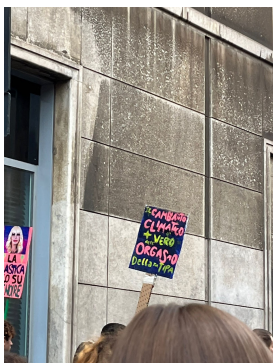


siano protetti durante il riscaldamento e la conseguente esecuzione dei vari esercizi.

Come detto in precedenza, durante le cinque lezioni la direzione del maneggio ci ha mostrato prima di tutto come prendersi cura del cavallo (attraverso spazzole, raschietti e striglie) per poi farci cavalcare per qualche lezione con l'aiuto di insegnanti professionisti fino a farci arrivare all'andatura del trotto. Per quanto riguarda l'ultima lezione il maneggio "L'Oasi del Cavallo" ha deciso di mostrarci, attraverso una delle insegnanti di questa disciplina, il galoppo e conseguentemente il salto degli ostacoli tramite un percorso creato da loro.

In linea generale è stata un'esperienza molto interessante ed educativa, soprattutto per le persone che amano stare a contatto con la natura, tutto ciò che la circonda e fa parte di essa. Inoltre, grazie a quest'esperienza molti ragazzi facenti parte delle classi III e IV hanno avuto la possibilità di avvicinarsi e comprendere il comportamento di animali come i cavalli, entrando in contatto con loro e rendendosi conto che nonostante siano creature possenti sono altrettanto buone e spesso affettuose ma altrettanto testarde. Per questo motivo, per molti alunni è stata un'esperienza incredibile e straordinaria che è riuscita ad avvicinare al mondo equestre anche persone che inizialmente avevano il timore di questi animali, dando la riprova di quanto la natura possa stupirci e affascinarci ogni giorno di più.

Un fattore importante per la riuscita di quest'esperienza sono stati gli istruttori, molto pazienti e diligenti, riuscendoci a spiegare in poche lezioni tutte le nozioni più importanti per praticare questo sport. Un importante insegnamento che questa disciplina ci porta è il fatto che la pazienza, la diligenza e la determinazione sono fattori fondamentali per perseguire e arrivare ai nostri obiettivi.



STUDENTI IN STRADA, ORA TOCCA A NOI! Di Desiree Valeri



Il "Fridays for Future" è un movimento ambientalista nato dalla necessità di combattere il cambiamento climatico. Fondato da Greta Thunberg, è stata successivamente approvata da milioni di adolescenti e giovani in tutto il mondo. L'obiettivo principale è quello di sensibilizzare sul tema della lotta per la giustizia climatica e sociale. Proprio per questo in oltre 70 città del nostro paese le persone hanno scioperato da scuola e lavoro, partecipando a manifestazioni e cortei. In Italia la data ha una valenza speciale, dato che essa cadeva a soli due giorni dalla data delle elezioni politiche. Lo sciopero è servito anche a portare al centro del dibattito pubblico i temi e le misure necessarie per risolvere la crisi climatica e per garantire supporto alle persone più colpite dagli effetti della crisi energetica. L'incontro, previsto alle ore 9:30 in Largo Cairoli, è iniziato subito con un numero di manifestanti cospicuo. Percorrendo man mano la città di Milano, folle di specialmente studenti hanno fatto sentire la propria voce attraverso cori e cartelloni (molti dei quali simpaticissimi). Una volta finito il corteo la speranza di esserci fatti sentire e la voglia di portare avanti questa lotta in futuro sono rimaste un po' a tutti.

La maggior parte di questi studenti si sono riuniti "per colpa" di una paura comune: il futuro su questo pianeta. Non si può negare che probabilmente in molti saranno andati solo per saltare la giornata scolastica ma di certo la maggioranza era lì per cercare di assicurarci un posto sicuro su cui abitare e, in futuro, creare e formare una famiglia. Le generazioni X, Z e i primi nati in quella Alpha, non hanno il futuro in visione, non ci vedono chiaro addirittura nei propri piani (ideologia incentivata dai problemi climatici e sociali). Non ci serve altro per far muovere orde di ragazzi arrabbiati giù in piazza. Perché arrabbiati? Arrabbiati perché obbligati a combattere ciò che le vecchie generazioni hanno creato e ciò di cui non si sono impegnati a tenere sotto controllo (non che ora lo facciamo). Arrabbiati perché questo menefreghismo non fa altro che alimentare le fiamme che stanno mandando la Terra in cenere.

La crisi climatica è già in corso: abbiamo le risorse e le soluzioni per cercare di risolvere questo problema che ci riguarda, dal primo all'ultimo di tutti noi. La storia ci ha insegnato che manifestare serve e anche se ci vorrà tempo, i giovani sono pronti a compiere un compito di cui altri non hanno voluto occuparsene.



L'ECOLOGIA È UNO STILE DI VITA I PRIMI PASSI SI FANNO A SCUOLA Di Giulia Parisi



È iniziato un nuovo anno scolastico, e con lui tante sono state le novità all'interno dell'istituto: nuovi prof, nuovi alunni, ma soprattutto nuova visione dell'ecologia nella scuola. Come tutti sanno, uno dei problemi più gravi e imminenti che le nuove generazioni devono affrontare, sono proprio il cambiamento climatico e l'inquinamento ambientale; per questo motivo è giusto sensibilizzare gli studenti, e far sì che tutti capiscano la gravità della situazione.



Come ha deciso di agire la scuola?

Ci sono due principali novità: la prima è quella della raccolta differenziata, infatti in diversi punti dell'edificio è possibile trovare cestini appositi per carta, plastica ed indifferenziata; facendo così capire agli studenti quanto sia importante buttare un pacchetto di plastica nel cestino giusto, per poi garantirne il riciclaggio e impedire che danneggi l'ambiente.

La seconda introduzione è letteralmente nelle macchinette: per quanto riguarda le merendine, sono stati ridotti i prodotti imballati con plastica non riciclabile, molte merendine sono proteiche o dietetiche, con ingredienti sostenibili; invece per le macchinette del caffè, i bicchieri sono 100% riciclabili e i cucchiaini sono fatti in carta, in modo tale da non sprecare plastica inutilmente.

Per citare una frase famosissima ma più che appropriata, "questo è un piccolo passo per l'uomo, ma un gigantesco balzo per l'umanità", se oltre che a farla privatamente a casa, la raccolta differenziata venisse introdotta nelle scuole, negli uffici, nelle palestre e in qualunque luogo di ritrovo, l'impatto ambientale diminuirebbe drasticamente.

Da questo si evince il messaggio necessario da trasmettere, ovvero che, per quanto piccola sia un'azione, un passo alla volta, cambiare il mondo diventerà più facile: che sia tu per primo a fare qualcosa o il tuo vicino di casa, sicuramente la situazione potrà solo migliorare; un gesto positivo isolato può dare il via ad un gigantesco domino di conseguenze che possono solo fare del bene.



Non parliamo di egoismo o altruismo, si cerca solo di discutere e trovare una soluzione che ci permetta di vivere in un mondo migliore, o almeno questa è la mia speranza. Dovrebbe essere anche la vostra.



UN GRANDE AMICO DEGLI STUDENTI

RAFFAELE: PIÙ DI UN SEGRETARIO

Di Matilde Beretta e Isabel Cornejo

Raffaele è una delle figure più importanti per noi ragazzi in questa scuola. Da il meglio di sé e sicuramente la cosa che più ci piace è il rapporto che ha con noi studenti, cerca sempre di farci divertire e di farci sentire a nostro agio e come potevamo non intervistarlo?



Sei felice del ruolo che hai al Labor? Assolutamente sì, anche perché il ruolo che ho qui al Labor non è facilmente definibile, nel senso che sulla carta sono un segretario però mi occupo di tante altre cose che mi fanno apprezzare ancora di più il lavoro che faccio.

Qual è il lavoro dei tuoi sogni?

In questo lavoro mi ci sono ritrovato un po' per caso, nel senso che, prima lavoravo in un'altra scuola in un'altra città, poi capendo che il lavoro mi piaceva, ho colto l'occasione di trasferirmi qui a Milano e di trovare lavoro in una scuola importante che funziona a mio parere molto bene, e non nego che il rapporto che c'è con l'amministrazione e la direzione al momento non mi fa pensare a nessun altro lavoro. Sto talmente bene che penso che il mio lavoro possa rimanere questo per il resto della mia vita, poi non si può mai sapere.

Com'è il rapporto con gli studenti?

La cosa che mi piace di più di questo lavoro è di stare in mezzo ai ragazzi, a voi, ovviamente non in modo diretto come con i professori ma ho la possibilità di essere una persona di cui ci si fida. A me personalmente questa cosa piace molto anche perché conosco abbastanza i ragazzi, so ciò che fanno al di fuori della scuola, i nomi e quindi riesco facilmente ad instaurare un dialogo e quindi anche un rapporto. È bellissimo vedere tutti i giorni i ragazzi che si fermano appena mi vedono per parlarmi. Ovviamente tutto questo è stato possibile anche grazie alla scuola che mi ha dato il permesso di partecipare alle gite e quindi stare più tempo con voi anche in un ambito non scolastico.

Ti piacerebbe ricoprire un ruolo più importante all'interno della scuola? Se sì, cambieresti qualcosa?

Sì, mi piacerebbe sicuramente, è una delle cose a cui aspiro però tempo al tempo, e devo dire che secondo me il Labor funziona così come è per come lo vedo io, funziona bene proprio perché le persone che ci lavorano ci tengono a tutti come se fosse una propria azienda, quindi a parer mio dal primo all'ultimo dipendente tutti fanno il lavoro con grande serenità, con grande passione, quindi per me ha raggiunto grandi risultati, poi si spera sempre di fare meglio.

Cosa ne pensi delle tue colleghe segretarie?

Abbiamo un ottimo rapporto tra di noi, sono tante le cose da gestire, so che all'occhio di uno studente non sembrerebbe, tante cose non le potete sapere, ma noi spesso andiamo oltre a quello che dovremmo proprio perché ci teniamo e abbiamo tutti i mezzi a disposizione. Le mie colleghe le ho conosciute qui, le conoscevo prima così di vista o telefonicamente. Adesso sono tre anni che lavoro qui dentro, il nostro rapporto è buonissimo, abbiamo acquisito confidenza, ci divertiamo quando possiamo, quando dobbiamo essere seri lo siamo e nonostante abbiamo ruoli differenti ci aiutiamo e collaboriamo a vicenda.



Sei sentimentalmente occupato?

La risposta è sì, sono fidanzato da 4 anni, la mia ragazza vive a Verona quindi ci vediamo solo nel weekend, forse l'anno prossimo riesce a trasferirsi a Milano.

Dopo questa intervista ci siamo fatte un'idea ancora più concreta su Raffaele e di quanto lui sia fantastico con tutti noi studenti. Un importante punto di riferimento all'interno del nostro istituto.

UN MODO DIVERSO DI FARE SCUOLA: UN PROGETTO IN MANO AGLI STUDENTI

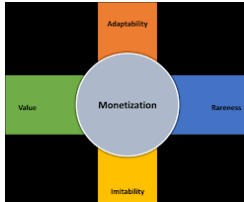
Classe 5ª AFM

Articolo di Kevin Fernandez

Con la prof. di economia aziendale abbiamo iniziato un lavoro di gruppo che consiste nel progettare una start up. Siamo partiti dicendo che per creare una start up bisogna rispondere a tre domande: Il bene che andiamo a creare, risolve un problema? Realizza un desiderio? C'è una clientela vasta?

Successivamente ogni gruppo ha esposto la propria idea, e man mano con le lezioni siamo andati ad approfondire. Partendo dalla Value proposition (che valore offre la mia azienda?).

Poi il modello VARIM nel quale la V sta per "Value" (la nostra idea offre dei benefici percepiti dai consumatori?), la A per "Adaptability" (la nostra impresa può adattarsi per offrire altri benefici?), R per "Rareness" (l'impresa è l'unica ad offrire questi benefici?), I per "Inimitability" (il prodotto è facile da imitare?) e infine M per "Monetization" (l'impresa è in grado di monetizzare?).



Abbiamo svolto il Buyer persona ossia la rappresentazione del nostro acquirente target (in che range di età si trova, interessi, obiettivi, ecc...)

Il Business Model Canvas, che è un documento che aiuta a definire la nostra idea ponendo domande chiave suddivise in

AMMINISTRAZIONE,
FINANZA
E MARKETING



9 quale: "Value Proposition" (quale valore consegnamo?)

- **Quale problema dei nostri clienti andiamo a risolvere?**
- **"Customer Segments"** (per chi stiamo creando valore? chi sono i nostri più importanti segmenti?)
- **"Channels"** (attraverso quali canali vogliamo raggiungere i clienti?) I canali possono essere di due tipi: Diretti, se sono di proprietà dell'azienda; Indiretti, se sono forniti da terzi
- **"Customer Relationship"** (quale tipo di relazione vogliamo instaurare con la nostra clientela? e come li fidelizziamo?)
- **"Key Resources"** (quali sono le risorse chiave su cui sta puntando la nostra azienda?)
- **"Key Partners"** (quali sono i collaboratori chiave per la nostra azienda?)
- **"Key Activities"** (quali sono le attività chiave della nostra azienda, che ci fanno ottenere profitto?)
- **"Revenue Streams"** (quali sono i nostri flussi d'entrata?)
- **"Cost Structure"** (quali sono i costi più importanti della nostra azienda?)

Abbiamo svolto l'analisi SWOT che consiste nell'analizzare i punti di forza (Strengths), le debolezze (Weaknesses), le opportunità (Opportunities) e le minacce (Threats) di un progetto.



Abbiamo svolto altro, comunque il lavoro non è ancora terminato, dobbiamo finirlo entro il 28 Ottobre esponendo il lavoro alla classe.

COL-LABOR-IAMO CON L'AMBIENTE LA NOSTRA SCUOLA IN CAMPO E CON IL CAMPO SPORT E SOSTENIBILITA' Delle inviate di 3ª LES



Con sviluppo sostenibile si intende l'imparare a vivere in maniera dignitosa, senza sfruttare i sistemi naturali da cui si possono trarre risorse e senza oltrepassare le loro capacità di assorbire scarti e rifiuti, generati dalle nostre attività; tutto ciò comporta una maggiore responsabilità da parte di tutti noi.

In particolare, quando si parla di sviluppo sostenibile, si fa riferimento all'Agenda 2030, la quale rappresenta un programma, che mira a raggiungere degli obiettivi, definiti non a caso Goals, entro tale data.

Essi sono 17:



Naturalmente, affinché tutti possano venire a conoscenza di questi obiettivi, e contribuiscano alla loro riuscita, bisogna sensibilizzare i cittadini e i ragazzi che rappresentano il futuro ed è necessario istruirli sin da piccoli.

Ovviamente, il programma proposto dall'Agenda 2030, rappresenta una base da cui partire, per creare una nuova immagine del mondo, dal punto di vista ambientale, economico e sociale.

Gli obiettivi prefissati per il raggiungimento di uno sviluppo sostenibile sono rivolti a tutti i paesi del mondo e a tutti i settori della vita quotidiana, compreso quello sportivo.

Ma quindi quando uno Sport è Sostenibile?

Lo Sport può considerarsi sostenibile quando il suo impatto, il suo svolgimento, non hanno effetti distruttivi, sull'ambiente, o almeno ne hanno in minima parte. Sono compresi in questo caso tutti gli sport all'aria aperta, dove non vengono utilizzati mezzi, o strumenti meccanici o a motore. Abbiamo quindi ad esempio: la corsa, le camminate, il tennis, la pallavolo, il basket, il calcio, lo sci e il surf, che utilizza la forza aerodinamica dell'acqua, senza nessun impatto sull'ambiente. Ovviamente, tutti gli sport a motore, come il motociclismo e le corse in auto, sono molto meno sostenibili; anche se sono molto amati dal pubblico, questi producono un notevole quantitativo di inquinante e quindi un forte impatto negativo sull'ambiente. Anche tutto quello che gira intorno a determinati sport è nocivo per l'ambiente, come la costruzione degli impianti e delle piste, per esempio. La nostra scuola, da sempre attenta alle questioni ambientali, promuove continuamente attività e iniziative concrete e interessanti, volte a educare noi ragazzi a preservare il nostro pianeta e a spiegarci i benefici e le conseguenze drammatiche, che potrebbero accadere in un futuro neanche troppo lontano.



provincia di Milano, organizzato da ASI Lombardia, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI.

Un gruppo di studentesse, a supporto delle squadre del nostro Istituto, raccogliendo interviste e riflessioni, ha meditato insieme ai compagni su come lo sport ed, in particolare, il calcio debba e possa essere più sostenibile

Calcio e sostenibilità possono "camminare insieme"?

La risposta è affermativa, assolutamente sì! Lo sport si basa sul rispetto, comprensione, dialogo, e quindi è il miglior mezzo che possa sostenere il Pianeta e la sua salute.

Ma come?

- Le divise da gioco possono essere realizzate con tessuti ecologici;
- Gli stadi possono essere costruiti con materiale riciclabile;
- Il terreno di gioco può essere composto interamente da materiale organico;
- Si può riciclare l'acqua piovana per l'irrigazione dei campi senza sprecarla;
- Si possono installare pannelli solari al posto dei riflettori, i quali funzionano a corrente elettrica, per illuminare i campi da gioco e per riscaldare gli spogliatoi;
- Si possono adottare orari flessibili e fare in modo che le partite si svolgano sempre durante il giorno: avendo a disposizione la luce naturale, non è necessario illuminare stadi e campi;
- Evitare lo spreco di cibo durante le partite;
- Aumentare l'uso dei trasporti pubblici per raggiungere gli stadi;
- Incentivare, ove possibile, l'uso delle biciclette;
- Far spostare i calciatori in treno piuttosto che in aereo;
- Recuperare e riutilizzare i prodotti utilizzati per le partite, dando loro una nuova vita.

Per concludere, sicuramente con l'impegno di tutti raggiungeremo gli obiettivi prefissati dall'Agenda 2030 e come abbiamo visto, anche l'ambito sportivo può prendere parte al raggiungimento di questi.

L'idea non è solamente quella di mettere in pratica e applicare determinati comportamenti più rispettosi, ma soprattutto, ciò che deve cambiare, è l'idea che l'essere umano ha del proprio pianeta e del proprio ambiente: deve migliorare il senso di responsabilità nei confronti dei luoghi e della natura e il suo atteggiamento deve essere mirato alla salvaguardia di tutto ciò. Non sempre è facile, ma sicuramente è possibile, anche perché su questo pianeta, in fin dei conti ci dobbiamo vivere e dobbiamo cercare di farlo in maniera più equilibrata e sostenibile.

Se le risorse termineranno, il cibo scarseggerà e la natura si rivolterà mettendo in atto conseguenze catastrofiche, i rapporti tra gli organismi e gli esseri di ogni ecosistema non potranno più esistere, interferendo nel loro funzionamento.

Il Pianeta si sta ammalando! Lo aiutiamo?

Quindi facciamo squadra, fischio d'inizio... partita e goal ... il PIANETA è di tutti e lo SPORT è salute e può portare speranza. Insieme si vince!



LO SPORT, IL PROTAGONISTA DELL'ANNO!



Di seguito una tabella, che mostra quali sport verranno praticati dalle diverse classi, da sempre l'istituto cerca di sperimentare con attività interessanti e proficue per tutti i ragazzi. Le proposte di questi quadrimestri servono ad incentivare il tema building, e migliorare la comunicazione tra gli alunni.



CLASSI E SPORT	PRIMO SPORT	SECONDO SPORT	TERZO SPORT	QUARTO SPORT	QUINTO SPORT
CLASSI PRIME	Orienteering	Atletica	Nuoto	Basket	
CLASSI SECONDE	Volley	Nuoto	Pallamano	Atletica	
CLASSI 3ª AFM E LES	Basket	Pallanuoto	Volley	Atletica	
CLASSE 3ª LSS	Equitazione	Basket	Beach volley	Pallanuoto	Atletica
CLASSE 4ª LES	Equitazione	Basket	Baseball	Karatè	Tennis
CLASSI 4ª LSS E AFM	Calcio	Baseball	Karatè	Tennis	
CLASSI 5ª LSS E LES	Combinato	Beach volley	Padel	Capoeira	Canottaggio
CLASSE 5ª AFM	Combinato	Beach volley	Padel	Calcio	



super prof