



Guida per gli insegnanti

Programma SPEED – 5 moduli per la classe

The SPEED programme includes 5 lessons of approximately one hour each, to be carried out with the class. Materials and instructions on how to conduct the lessons are provided.

Modulo 1 – 1 ora

Immagine ideale vs unicità

Attività 1 – Introduzione e schede di lavoro

- Reflect on the ideal image each student has of their own physical appearance, focusing on all its characteristics.

Attività 2 – Introduzione e schede di lavoro

- Reflect on what it means to be unique and on the value of each person's uniqueness.

Modulo 2 – 1 ora

Le immagini proposte dai media

Attività 1 – Introduzione e video / foto

- Reflect on how images can be manipulated on social media and in the media.

Attività 2 – Introduzione e video / foto

- Reflect on the difference between professional and private profiles.

Attività 3 – Introduzione e schede di lavoro

- Reflect on the impact of images proposed by the media and social media, and on the effect of comparing oneself with these models.

Modulo 3 – 1 ora

Confrontarsi con gli altri



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Attività 1 – Introduzione

- Reflect on who or what we use as our benchmark.

Attività 2 – Introduzione

- Reflect on how much importance we place on physical appearance when comparing ourselves with others.

Attività 3 – Introduzione

- Reflect on our own positive qualities and on how they tend to disappear when we engage in comparisons.

Modulo 4 – 1 ora

Come parliamo del corpo

Attività 1 – Introduzione

- Reflect on examples of body talk.

Attività 2 – Introduzione

- Reflect on how body talk is used and what consequences it can have.

Attività 3 – Introduzione

- Reflect on how body talk can be changed.

Modulo 5 – 1 ora

Come cambiare il modo in cui percepiamo noi stessi

Attività 1 – Introduzione

- Reflect on how we can value our individuality.

Attività 2 – Introduzione

- Reflect on how we can change the way we perceive ourselves.

Attività 3 – Introduzione

- Reflect on how the way we use social media to present ourselves to the world could change.