

## PALESTRA FORMATIVA

### In sintesi

Esercitarsi ed apprendere con la metafora di uno sport. La palestra formativa è una forma innovativa di aula dove almeno l'80% del tempo è dedicato all'esperienza, all'allenamento delle competenze critiche. Il 20% del tempo rimanente è dedicato alle istruzioni operative e al commento delle prestazioni. La palestra formativa utilizza la metafora sportiva per accompagnare itinerari di apprendimento, rovesciando la logica dell'aula tradizionale.

### Che cos'è?

La palestra formativa è una metodologia che utilizza la metafora sportiva per accompagnare itinerari di apprendimento. Nella palestra si rovescia la logica dell'aula tradizionale: l'80% del tempo è dedicato all'esperienza, all'allenamento sulle competenze critiche mentre il 20% del tempo rimanente è dedicato alle istruzioni operative e al commento delle prestazioni. Utilizzare metodi attivi non significa che la dimensione del fare prevalga su quella del pensare. Al contrario le metodologie attive come simulazioni e simulatori, role play, giochi didattici, project work aiutano a pensare meglio per poi fare meglio. Si riesce in questo modo a sviluppare una formazione progettuale, di taglio consulenziale, con project work individuali e collettivi finalizzati a proporre progetti concreti, idee di miglioramento, veri e propri laboratori di innovazione continua, creando così nuova visibilità e interesse per il momento formativo. La palestra formativa è particolarmente efficace se accompagnata dalla metafora di uno specifico sport. Ad esempio, per la scrittura potrà essere utilizzata la metafora del tiro con l'arco (facendo riferimento ai concetti di precisione, bersaglio, attenzione al vento, fluidità, strumenti, preparazione, giusto stato emotivo ecc.).

### A cosa serve?

- praticare un modello dove l'aula tradizionale si trasforma in palestra di apprendimento operativo e collaborativo e si integra con i nuovi modelli di apprendimento online
- creare un'immagine positiva della formazione, meno teorica e più vicina ai problemi concreti della quotidianità
- promuovere gradevolezza e piacere dell'apprendimento, tale da attivare un "passaparola" in grado di suscitare attenzione crescente alla formazione