

PROGETTO EDITORIALE
DELLA **QUINTA A • N. 2**

fuori classe



A detailed illustration of a white winged horse, resembling Pegasus, in mid-flight. The horse is shown from a side profile, galloping forward with its wings fully extended. The wings are a mix of white and light blue, with a golden glow emanating from the base. The background is a dark, textured cityscape at night, with numerous small, warm yellow and orange lights from buildings and streets, creating a bokeh effect. The overall color palette is dominated by deep blues, greens, and the warm tones of the city lights and the horse's wings.

QUANDO LA FANTASIA DI ARIOSTO INCONTRA L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

DI LAURA DIPIERRI, GIORGIA DAMIANO E MARTINA PALERMO

Avete mai pensato che un vecchio poema come l'Orlando Furioso potesse avere qualcosa in comune con l'intelligenza artificiale (IA)? Sembra strano, vero? Eppure, se ci guardiamo bene, il mondo immaginato da

Ludovico Ariosto e quello della tecnologia moderna non sono poi così lontani.

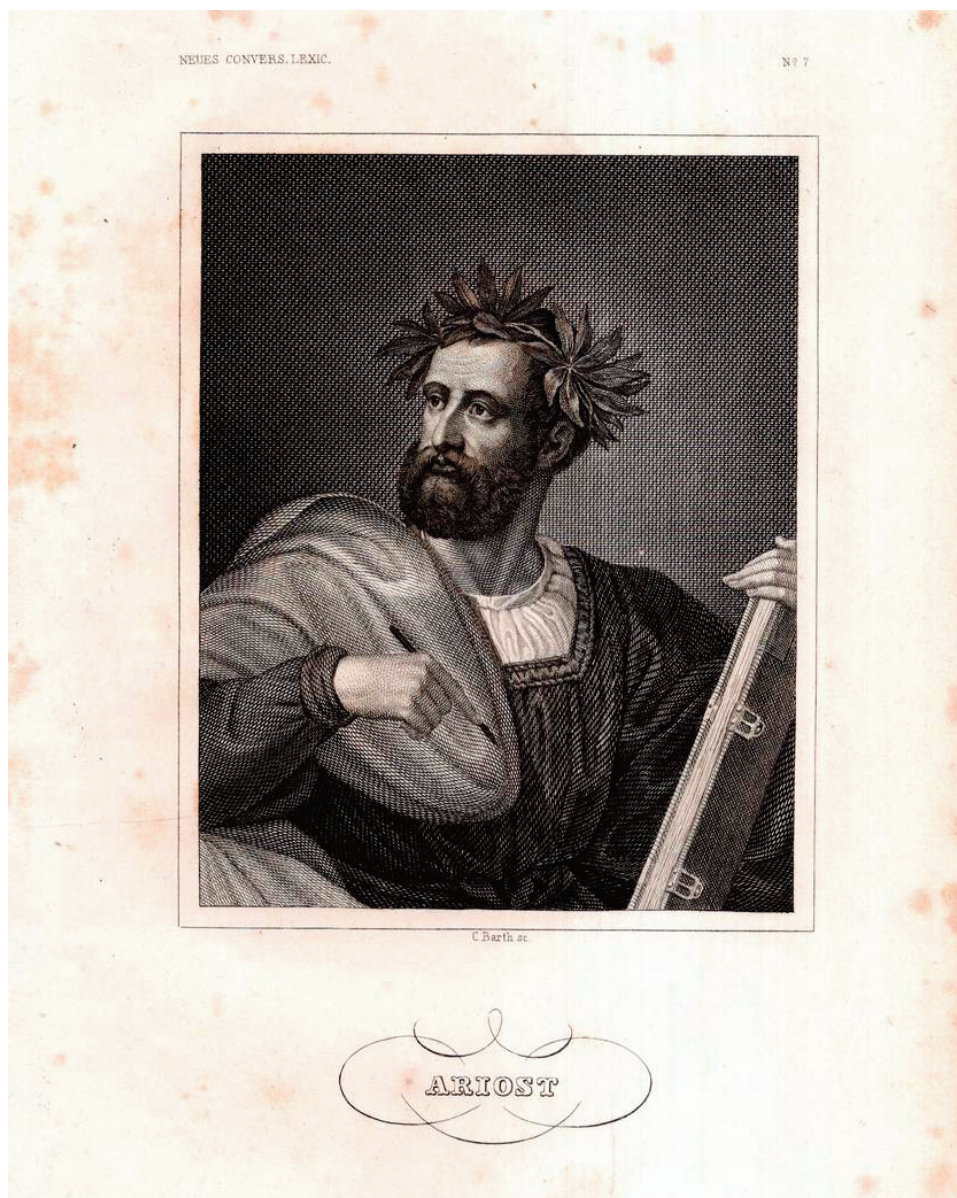
Nell'Orlando Furioso ci sono creature incredibili, come l'ippogrifo (un cavallo alato), oggetti magici come un anello che

LUDOVICO ARIOSTO

ritratto da C. Barth nel 1850.

PAGINA PRECEDENTE

Un ippogrifo sullo sfondo di una città futuristica (immagine creata con IA).



rende invisibili e persino armature incantate. Ai tempi di Ariosto queste erano solo fantasie. Oggi, però, possiamo fare cose altrettanto incredibili con la tecnologia: l'intelligenza artificiale può creare mondi virtuali, arte, storie e persino imitare la nostra voce o il nostro volto. Proprio come la "magia" di Ariosto serviva a rendere le storie più avvincenti, anche l'IA oggi ci aiuta a esplorare nuove idee e a spingere la nostra creatività oltre i limiti. Ma c'è un'altra somiglianza: sia la magia del poema che la tecnologia moderna possono essere usate per scopi buoni o pericolosi.

Nel poema di Ariosto, i personaggi che usano male i loro poteri magici spesso finiscono nei guai. Lo stesso vale per l'intelligenza artificiale. Pensate ai robot o agli algoritmi: possono migliorare la nostra vita, ma cosa succede se li

usiamo male? Ariosto, con la sua fantasia, ci ricorda che il vero potere non sta nello strumento, ma in come lo usiamo.

Nonostante siano passati più di 500 anni dalla sua pubblicazione, l'Orlando Furioso ha ancora tanto da insegnarci. Ci invita a immaginare, a esplorare e a porci domande importanti, proprio come facciamo oggi con l'intelligenza artificiale. Insomma, Ariosto ci ricorda che, anche quando si parla di tecnologia, non dobbiamo mai dimenticare il lato umano delle nostre invenzioni.

Quindi, rileggere l'Orlando Furioso non è solo un tuffo nel passato, ma anche un modo per prepararci al futuro. E chissà, magari un giorno troveremo un nuovo "ippogrifo" tra le meraviglie che la tecnologia ha ancora in serbo per noi!

ATTIVITÀ FISICA E SPORT: UNA CHIAVE PER IL BENESSERE E LO SVILUPPO

DI ARIANNA DE SANTIS

*Non solo salute:
un viaggio nei
molteplici campi
in cui lo sport
migliora la
nostra vita*



L'attività fisica e lo sport non sono semplicemente momenti di svago, ma rappresentano pilastri fondamentali per una vita sana ed equilibrata. Dalla salute fisica al benessere mentale, fino alla crescita personale, muoversi e praticare sport offre benefici inestimabili, indipendentemente dall'età o dal livello di abilità.

I BENEFICI DELL'ATTIVITÀ FISICA

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, praticare regolarmente attività fisica è essenziale per prevenire malattie croniche come obesità, diabete e problemi cardiovascolari. Non occorre essere atleti professionisti: anche una passeggiata

quotidiana, una sessione di yoga o un'ora in palestra contribuiscono a migliorare la salute.

Ma i vantaggi non sono solo fisici. L'attività fisica aiuta a ridurre lo stress, migliorare la qualità del sonno e rafforzare la mente.

LO SPORT COME STRUMENTO EDUCATIVO

Lo sport, in particolare, è un'opportunità unica per sviluppare capacità fondamentali. Oltre a migliorare le performance fisiche, le discipline sportive insegnano valori come il lavoro di squadra, la resilienza, la disciplina e il rispetto delle regole.

Che si tratti di un campo da calcio, di una piscina o di una pista di atletica, lo sport favorisce la socializzazione e aiuta a creare legami significativi.

Per i più giovani, lo sport rappresenta un laboratorio di crescita personale. Attraverso la vittoria o la sconfitta, si impara ad affrontare le sfide con determinazione e a gestire le emozioni. Per gli adulti, invece, può diventare un'occasione per staccare dalla routine e mantenere una buona qualità della vita.

LA SFIDA DELLA SEDENTARIETÀ

Nonostante i benefici evidenti, la società moderna affronta un problema crescente: la sedentarietà. L'uso eccessivo della tecnologia, il lavoro d'ufficio e stili di vita poco attivi stanno contribuendo a una riduzione significativa del movimento quotidiano. Secondo recenti studi, oltre il 25% della popolazione mondiale non svolge abbastanza attività fisica, con gravi conseguenze per la salute pubblica.

LO SPORT PER TUTTI

Uno degli aspetti più belli dello sport è la sua universalità: non ha età, genere o confini. Che si tratti di una partita di calcio tra amici, di una corsa al parco o di una lezione di danza, c'è sempre un'attività adatta a ogni persona. Negli ultimi anni, è cresciuto anche l'interesse per discipline meno tradizionali, come il parkour, il paddle o il trail running, che offrono modi innovativi e divertenti per mantenersi in forma. Investire tempo nell'attività fisica e nello sport significa investire nella propria salute, nel proprio equilibrio mentale e nel proprio futuro. È un impegno che porta benefici non solo a livello personale, ma anche sociale, costruendo comunità più unite e cittadini più consapevoli.

La vera sfida è trovare il giusto equilibrio e ricordare che ogni passo, ogni movimento, è un passo verso il benessere. Non serve essere campioni: basta cominciare. ■



*I dati sono
allarmanti,
il disagio
dei giovani
è un problema
sociale diffuso*

La salute mentale dei giovani è un tema sempre più rilevante, ma purtroppo ancora troppo sottovalutato. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, circa il 20% degli adolescenti soffre di disturbi psicologici, con l'ansia e la depressione che emergono come le problematiche più diffuse. Le cause di questo disagio sono molteplici: dalla pressione scolastica e sociale, alle difficoltà nell'affrontare le sfide del mondo digitale, fino alle incertezze legate al futuro.

I social media, in particolare, hanno un impatto negativo sulla percezione di sé, alimentando insoddisfazione e comparazioni continue. Inoltre, la pandemia ha accentuato l'isolamento e il senso di incertezza, portando un numero crescente di giovani a vivere periodi di solitudine e ansia. Affrontare questi temi è fondamentale. Le scuole dovrebbero essere luoghi sicuri dove il benessere psicologico venga tutelato, e dove i giovani imparino a riconoscere i segnali di disagio e a chiedere aiuto. Le famiglie hanno un ruolo cruciale nel creare un ambiente di supporto e ascolto, senza giudizio.

Investire nella salute mentale significa investire nel futuro. È essenziale garantire a ogni giovane l'accesso a risorse adeguate, che possano aiutarlo a superare le difficoltà psicologiche e a crescere in modo sano e sereno. ■



SALUTE MENTALE TRA I GIOVANI: UN TEMA DA AFFRONTARE CON URGENZA

DI DAPHNE ROBORTELLA



IL FUTURO DELL'ISTRUZIONE: SCUOLE TRADIZIONALI O PIATTAFORME DIGITALI?

DI AURORA LAPENTA

*Quale strada
deve imboccare
la scuola dopo
la pandemia?*

Negli ultimi anni, la trasformazione digitale ha rivoluzionato molti aspetti della nostra vita, e il mondo dell'istruzione non fa eccezione. La pandemia di COVID-19 ha accelerato il passaggio alla didattica a distanza, costringendo scuole e università di tutto il mondo a sperimentare con piattaforme digitali. Ora che l'emergenza sanitaria si è ridimensionata, rimane una domanda: quale sarà il futuro del-

l'istruzione? Le scuole tradizionali riusciranno a mantenere la loro centralità o saranno soppiantate dalle piattaforme digitali?

Le scuole, non sono solo luoghi di apprendimento formale, ma anche ambienti dove si sviluppano relazioni sociali e si apprendono competenze emotive e interpersonali. La presenza fisica di insegnanti e compagni di classe crea un contesto che favorisce il confronto e



ISTRUZIONE DIGITALE

L'esperienza di apprendimento può essere arricchita da strumenti digitali interattivi, come quiz in tempo reale e video educativi.

il dialogo. Le aule sono spazi di crescita personale, oltre che accademica, e molti genitori e insegnanti vedono ancora nell'educazione tradizionale un valore fondamentale per lo sviluppo dei giovani.

Inoltre, la didattica in presenza offre strutture come laboratori scientifici, palestre e biblioteche, risorse difficilmente replicabili in un ambiente digitale. Non va trascurato nemmeno l'impatto sociale: la scuola è spesso un punto di riferimento per intere comunità, contribuendo alla coesione.

L'istruzione digitale ha dimostrato di avere enormi potenzialità. Piattaforme come Google Classroom, Zoom, e-learning hanno permesso a milioni di studenti di continuare a seguire le lezioni nonostante le restrizioni. L'apprendimento online offre flessibilità, permettendo agli studenti di organizzare il proprio tempo e apprendere al proprio ritmo. Inoltre, le risorse digitali possono essere facilmente aggiornate e distribuite abbattendo i confini geografici e aprendo le porte dell'istruzione anche a chi, per vari motivi, avrebbe difficoltà

a frequentare una scuola fisica.

La digitalizzazione dell'istruzione può anche offrire un'ampia varietà di strumenti interattivi, come quiz in tempo reale, video educativi e ambienti virtuali, che arricchiscono l'esperienza di apprendimento. Tuttavia, l'accesso a queste tecnologie non è sempre equo. Esistono ancora disparità economiche e geografiche che limitano la diffusione di questi strumenti. Un approccio misto consente di sfruttare al meglio il tempo in aula, dedicandolo a discussioni, progetti collaborativi e attività pratiche, mentre la parte teorica può essere appresa a casa attraverso video-lezioni o letture digitali. Questo metodo non solo offre maggiore flessibilità, ma rende anche l'apprendimento più accessibile e personalizzabile.

Il passaggio a un modello ibrido non è privo di sfide. La prima è sicuramente la necessità di formare i docenti all'uso delle nuove tecnologie. Molti insegnanti si sono trovati impreparati di fronte all'improvvisa digitalizzazione e richiedono supporto e formazione per utilizzare al meglio queste piattaforme. ■



TRAMUTOLA E LE SUE TRADIZIONI: UN VIAGGIO NELLA STORIA

Benvenuti a Tramutola, un borgo della Basilicata ricco di storia, cultura e antiche usanze che ancora oggi rendono viva l'identità della comunità locale. In questo giornalino scopriremo le tradizioni che rendono unico questo paese.

LE FESTE RELIGIOSE: LA FEDE AL CENTRO DELLA VITA COMUNITARIA

• San Rocco, il Patrono di Tramutola

Ogni anno, il 16 agosto, Tramutola si veste a festa per onorare San Rocco, il suo santo patrono. La giornata inizia con una solenne messa, seguita da una processione per le vie del borgo, in cui la statua del santo è accompagnata da fedeli e musicisti. La serata si conclude con spettacoli pirotecnici e musica dal vivo, attirando visitatori da tutta la regione.

• I Riti della Settimana Santa

La Pasqua è un momento particolarmente



SAN ROCCO

È il santo patrono di Tramutola. Il 16 agosto la statua del santo viene portata in processione per le vie del borgo.

sentito, con celebrazioni che includono processioni e rappresentazioni della Passione di Cristo. Questi eventi coinvolgono tutta la comunità, mantenendo vive le tradizioni tramandate di generazione in generazione.

LA GASTRONOMIA LOCALE: SAPORI DI UNA TERRA GENEROSA



“RASCATIEDDI”

La tipica pasta di Tramutola fatta solo di acqua e farina.

OLIO D'OLIVA

Lavorato con tecniche antiche nei frantoi del territorio, l'olio extravergine d'oliva di Tramutola è apprezzato per il suo sapore intenso e fruttato.

- **Pasta fatta in casa**

I “rascatieddi”, piccoli gnocchi di farina, sono il simbolo della cucina casalinga. Vengono spesso serviti con ragù di carne o condimenti a base di funghi, un prodotto tipico della zona.

- **Salumi e formaggi**

Tra i prodotti più apprezzati spiccano la soppressata e il pecorino, realizzati con tecniche artigianali.

- **Dolci tradizionali**

Durante le festività si preparano dolci come le “pastarelle” e le zeppole, autentiche delizie per i palati più golosi

L'OLIO D'OLIVA: L'ORO VERDE DI TRAMUTOLA

La produzione di olio extravergine d'oliva è una tradizione secolare. Le famiglie locali si dedicano alla raccolta delle olive nei mesi autunnali, portando avanti tecniche antiche nei frantoi del territorio. Questo olio, apprezzato per il suo sapore intenso e fruttato, rappresenta un simbolo di qualità e autenticità

Tramutola conserva ancora alcune tradizioni legate all'artigianato:

- **Lavorazione del legno**

Da utensili contadini a oggetti decorativi, il legno è protagonista dell'artigianato locale.

- **Tessitura**

Sebbene meno diffusa, la tessitura manuale rappresenta un legame con il passato rurale del paese.

Un luogo iconico di Tramutola è la storica Fontana dei Pisciarrelli, che con le sue cannelle d'acqua è simbolo di freschezza e comunità. Questo luogo rappresenta un punto di incontro e un richiamo alla semplicità della vita di un tempo.

La musica tradizionale di Tramutola, con fisarmoniche e tamburelli, anima le serate estive e le feste paesane. I canti popolari raccontano storie di amore, lavoro e fede, tramandate oralmente da generazioni.

In passato, le feste legate alla mietitura e alla raccolta del grano erano momenti fondamentali per la comunità. Sebbene oggi siano meno frequenti, queste tradizioni rivivono in alcune manifestazioni che celebrano i cicli della natura e il duro lavoro nei campi.

Che siate appassionati di cultura, gastronomia o semplicemente alla ricerca di un luogo autentico, Tramutola vi accoglierà con la sua ospitalità e le sue tradizioni. Venite a scoprire la magia di un borgo dove il tempo sembra essersi fermato. ■



FAMIGLIA E SCUOLA, UN RAPPORTO BIUNIVOCO

DI ALESSIA
SCANNONE

Per comprendere la condizione del bambino di oggi, i suoi bisogni educativi e formativi occorre tener presente il livello di complessità della realtà nella quale è immerso. Secondo la prospettiva ecologica di Bronfenbrenner lo sviluppo del bambino è frutto dell'adattamento progressivo all'ambiente. Entrando nel dettaglio si può notare che la società attraverso la propria influenza, la scuola attraverso le scelte educative, la famiglia con le proprie scelte valoriali influenzano la formazione del cittadino

di domani. Il futuro dei bambini è il prodotto, quindi, dell'influenza di queste componenti del sistema e della visione che hanno dell'idea di bambino, dei reali bisogni, dei percorsi per la sua crescita. La famiglia viene considerata il primo contesto formativo del bambino e la scuola il primo luogo di socializzazione in cui la formazione viene sistematizzata. Nel momento in cui il bambino entra a scuola avviene,



SCUOLA-FAMIGLIA

Coinvolgere i genitori nel processo di apprendimento dei figli è molto importante, come seguirli nei compiti a casa e condividere esperienze formative.

tra genitori e insegnanti, un primo confronto sull'idea di bambino nel tentativo di portare allo scoperto e valorizzare tutte quelle potenzialità che gli permetteranno di affrontare nel miglior modo possibile la vita. La scuola e la famiglia si trovano ad avere lo stesso obiettivo educativo, ma a volte hanno differenti visioni dell'idea di bambino. Varie ricerche hanno dimostrato che la relazione scuola-famiglia è fondamentale per sostenere il processo di apprendimento del bambino e che una positiva relazione scuola-famiglia favorisce il benessere dei figli-alunni. Il rapporto scuola-famiglia va costruito attraverso degli interventi mirati e consapevoli da parte dell'istituzione scolastica.

Le azioni che la scuola e la famiglia possono mettere in atto sono:

- i genitori devono mettere in atto tutte le azioni per eseguire gli obblighi genitoriali:

cura, guida, salute per aiutare i bambini a diventare studenti capaci;

- da parte della scuola comunicazioni su eventi, attività importanti e linee educativo-didattiche stabilite.
- coinvolgimento delle famiglie in attività di volontariato a scuola;
- coinvolgimento dei genitori nel processo di apprendimento dei loro figli: compiti a casa, esperienze di apprendimento diversificate all'interno della comunità;
- i genitori possono essere invitati a partecipare al processo decisionale della scuola attraverso l'iscrizione ai diversi organi di partecipazione previsti;
- la scuola si è aperta al territorio costruendo itinerari partecipativi e percorsi di collaborazione con le famiglie, nel reciproco rispetto dei ruoli e del riconoscimento delle proprie competenze.



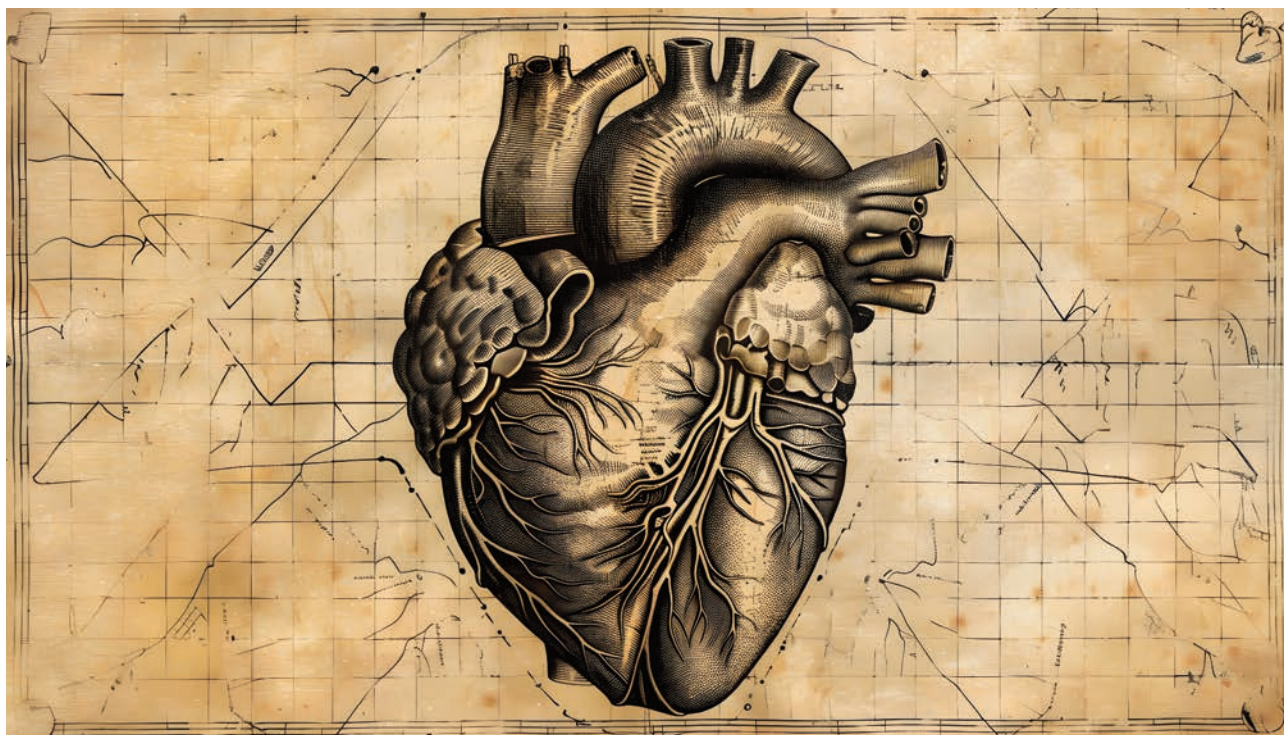


CUORE & MENTE

LA SCIENZA DIETRO LE DECISIONI CHE PRENDIAMO

*La ricerca scientifica
dimostra come le nostre scelte
non sono dettate soltanto
dal pensiero razionale*

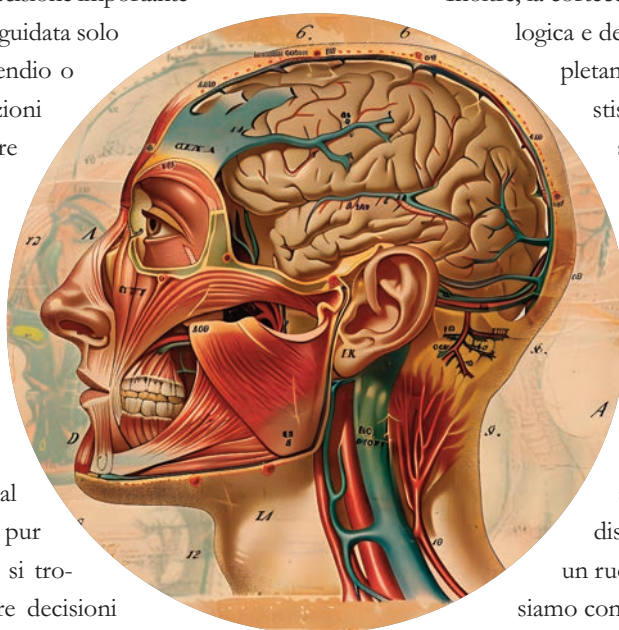
Ci piace pensare a noi stessi come esseri razionali, in grado di prendere decisioni equilibrate e logiche. Ma, secondo la neuroscienza, la realtà è ben più complessa e affascinante. Emozioni come paura, entusiasmo, gioia e ansia non sono semplicemente “accessori” delle nostre vite: sono il motore invisibile che guida le nostre scelte, spesso senza che ce ne accorgiamo. Il nostro cervello è un organo straordinario e complesso, in



cui si intrecciano logica ed emozioni. Studi neuroscientifici hanno mostrato che l'amigdala, una piccola struttura nel sistema limbico, è una delle principali responsabili dell'elaborazione delle emozioni e gioca un ruolo chiave nel prendere decisioni. Questa piccola ma potente area si attiva ogni volta che ci troviamo di fronte a una scelta, specialmente quando la posta in gioco è alta. Ad esempio, una decisione importante come cambiare lavoro non viene guidata solo da fattori razionali come lo stipendio o la vicinanza, ma anche da emozioni profonde come la paura di uscire dalla nostra zona di comfort. Un celebre studio del neuroscienziato Antonio Damasio ha dimostrato quanto sia profonda l'influenza delle emozioni sulle scelte. Damasio ha studiato pazienti con lesioni alla corteccia prefrontale, una parte del cervello che è legata sia all'elaborazione emotiva che al ragionamento. Questi pazienti, pur essendo intellettualmente lucidi, si trovavano in difficoltà nel prendere decisioni quotidiane. La ragione? Non riuscivano a provare emozioni, e quindi non riuscivano a valutare quale opzione fosse "giusta" per loro. Questo studio è diventato una prova potente di quanto il nostro cervello emotivo sia essenziale per orientarci nelle scelte della vita.

Le emozioni ci aiutano a dare significato e valore alle nostre decisioni. Un'esperienza che ci ha lasciato un ricordo negativo,

ad esempio, suscita immediatamente un senso di avversione e ci spinge a evitare situazioni simili in futuro. Allo stesso tempo, ricordi positivi e sensazioni piacevoli ci orientano verso scelte che ci fanno sentire appagati o felici. Il cervello, insomma, usa le emozioni come segnali che ci guidano attraverso la complessità della vita.



Inoltre, la corteccia prefrontale, responsabile della logica e del pensiero razionale, non è completamente separata dalle aree che gestiscono le emozioni; al contrario, sono in costante dialogo. Questo "cervello integrato" cerca di bilanciare i segnali emotivi con quelli logici per trovare una soluzione che sia percepita come "giusta". Ecco perché, anche quando facciamo un calcolo apparentemente razionale – come un acquisto basato sul prezzo – l'emozione di soddisfazione o insoddisfazione gioca un ruolo fondamentale nel decidere se siamo contenti della scelta o meno.

Capire che le emozioni sono parte integrante delle nostre decisioni non significa rinunciare alla logica, ma riconoscere che non c'è mai un confine netto tra cuore e mente. La consapevolezza di questo processo può aiutarci a prendere decisioni più autentiche e in linea con i nostri reali bisogni, ascoltando anche quelle voci interiori che la logica tende a ignorare.

MODA E TENDENZE GIOVANILI

DI GIADA MARIA TOLVE



Ho sempre pensato che la moda non sia solo un modo per vestirsi, ma un vero e proprio linguaggio. Per noi giovani, è un mezzo per raccontare chi siamo senza bisogno di parlare. Ogni scelta che facciamo, dai jeans alle scarpe, dice qualcosa di noi. A volte, ci aiuta a sentirci parte di un gruppo, altre volte è il modo migliore per distinguerci e mostrare la nostra unicità. È per questo che ho deciso di dedicare questo numero del mio giornalino alla moda e alle tendenze giovanili, per riflettere su quanto ci influenzano e quanto, invece, possiamo usarle per esprimerci davvero.

Ogni giorno, guardandomi intorno, noto un mix incredibile di stili. Ci sono ragazzi che sembrano appena usciti da un video musicale degli anni 2000, con pantaloni a vita bassa, top cortissimi e accessori brillanti. Altri preferiscono uno stile streetwear, fatto di felpe oversize, pantaloni larghi e sneakers che a volte sono veri e propri pezzi da collezione. Poi c'è chi ama il vintage, scovando capi unici nei mercatini e dando loro nuova vita, non solo per distinguersi, ma anche per fare scelte più sostenibili. Altri ancora puntano su uno stile più minimalista o futuristico, con linee semplici o capi che sembrano usciti da un film di fantascienza. È incredibile come la moda riesca a offrire infinite possibilità, e ognuno la interpreta a modo proprio.



LA SCELTA DEL LOOK

L'uso dei social come fonte di ispirazione per creare un proprio stile è molto diffuso, ma c'è anche chi cerca di distinguersi cercando capi unici nei mercatini vintage.



bene con ciò che si indossa, perché è in quel momento che si vede chi siamo.

Per capire cosa ne pensano gli altri, ho chiesto ad alcuni miei amici cosa rappresenti per loro la moda. Marco mi ha detto che segue le tendenze solo quando lo fanno sentire a suo agio, perché non vuole mai vestirsi in un modo che non lo rappresenta. Giulia, invece, passa ore su TikTok e Pinterest a cercare ispirazione, perché per lei lo stile è un gioco divertente. Alice, infine, ama il vintage perché ogni abito racconta una storia e le permette di distinguersi. Parlando con loro, mi sono reso conto di quanto la moda sia personale: non esiste un modo giusto o sbagliato di viverla, ma solo quello che funziona per noi. Non possiamo negarlo, però: oggi sono i social media a dettare molte delle tendenze. Piattaforme come TikTok e Instagram sono piene di video su outfit, look e abbinamenti. Da un lato, è divertente scoprire nuovi stili e lasciarsi ispirare, ma dall'altro, a volte ci si sente quasi obbligati a seguire ciò che va di moda per paura di essere esclusi. Io credo che i social siano un ottimo strumento, ma bisogna sempre usarli con equilibrio, ricordandoci che il nostro stile personale vale più di qualsiasi like.

La moda, in fondo, è un viaggio. Ogni giorno ci dà l'occasione di raccontare qualcosa di nuovo su chi siamo. Non importa se seguiamo le tendenze del momento o se preferiamo creare il nostro stile unico, ciò che conta è che ci rappresenti. E forse è proprio questa la cosa più bella: la moda ci ricorda che siamo tutti diversi, e che ognuno ha il proprio modo di brillare.

A volte, però, mi chiedo: sto scegliendo quello che piace a me o quello che gli altri si aspettano da me? È una domanda che mi pongo spesso. La verità è che la moda è una parte della nostra identità, ma non è sempre facile trovare il coraggio di essere autentici. Non dobbiamo avere paura di sbagliare o di essere giudicati. Alla fine, ciò che conta davvero è sentirsi



Questo giornale
è l'elaborato finale del PCTO
“Come nasce un giornale:
dall’idea alla stampa”,
realizzato in collaborazione
con la redazione di
“Orizzonti, idee dalla Basilicata”.