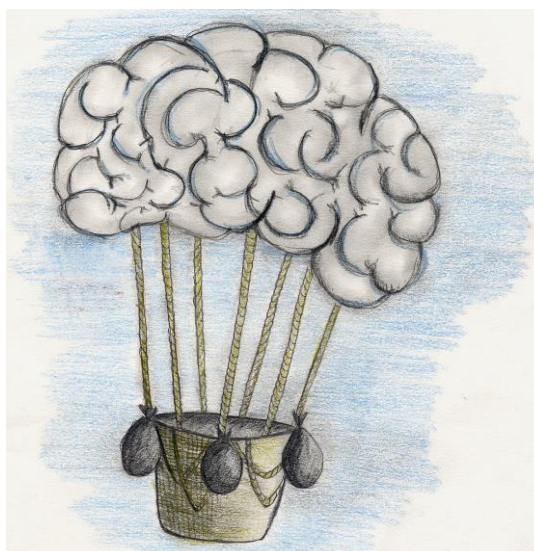


## **STILI DI VITA PER LE CLASSI 3° E 5° elementari**

### **COLLEGA-MENTI MANUALE DOCENTE**

- **Moduli formativi per i docenti di Classe terza**
- **Moduli formativi per i docenti di Classe quinta**  
**Delle Scuole Primarie della Provincia di Frosinone**





## **Società Italiana di Promozione di Salute**



Questo progetto è inserito nel Piano di Prevenzione della Regione Lazio 2021-2025, Progetto PP1 Scuole che Promuovono Salute.

E' frutto della collaborazione tra il Settore delle Dipendenze della ASL Frosinone, Dipartimento Salute Mentale e Patologie da Dipendenza, la Società Italiana di Promozione di Salute e il progetto School Food promosso dalla Fondazione Monte dei Paschi di Siena

Referente PP1 Asl Frosinone: Dott. Lucio Maciocia  
Mail: [scuolechepromuovonosalute@aslfrosinone.it](mailto:scuolechepromuovonosalute@aslfrosinone.it)

### **Introduzione**

La Regione Lazio ha approvato il Piano Della Prevenzione per il quinquennio 2021 – 2025 che vede, tra gli altri progetti regionali, al primo posto “Scuole che Promuovono Salute”. Le azioni che entrano a far parte di questo contenitore regionale, fanno riferimento ad un Movimento Europeo, School for Health in Europe – SHE, che si sta provvedendo ad introdurre anche in Italia. Alcune Regioni hanno già provveduto ad applicarlo e promuoverlo, la Regione Lazio sta, con questa programmazione, introducendolo come strumento di condivisione nelle Scuole del Lazio l’adesione di ciascuna singola Scuola al Movimento Scuole che Promuovono Salute. .. ([https://www.dors.it/documentazione/testo/201209/HPS\\_Guidelines\\_Italian\\_WEBversion.pdf](https://www.dors.it/documentazione/testo/201209/HPS_Guidelines_Italian_WEBversion.pdf)).

Per sviluppare la promozione della salute e del benessere nel contesto scolastico è fondamentale un’alleanza fra Scuola e Sistema Sanitario, come sostenuto dal Documento “Indirizzi di policy integrate per la Scuola che promuove salute” approvato in Conferenza Stato-Regioni nel 2019 (Rep. Atti n.2/CSR del 17/01/2019). Per tale ragione e in relazione all’avvio della rete delle Scuole che Promuovono Salute (Piano Regionale della Prevenzione 2021-2025), per l’anno scolastico 2022/2023, saranno promossi su tutto il territorio regionale e nel territorio della ASL Frosinone, i seguenti interventi:

- interventi preventivi orientati alle life skills attraverso il programma “Unplugged” (alunni delle classi seconda e terza della scuola secondaria di I grado);
- interventi per facilitare l’adozione competente e consapevole di comportamenti e stili di vita sani, con l’acquisizione di competenze individuali e il cambiamento dell’ambiente scolastico, sul piano sociale, fisico e organizzativo attraverso: il programma “Sanochisa” (alunni delle classi terze della scuola primaria e delle prime e seconde classi della scuola secondaria di I grado); il progetto “Muovinsieme: un miglio al giorno intorno alla scuola” (alunni della scuola primaria) o le pause attive (alunni della scuola dell’infanzia e della scuola primaria e secondaria di I grado);
- il programma “Stili di vita” (alunni delle classi terze e quinte scuole elementari di I grado)
- interventi di promozione della salute e interventi di prevenzione del tabagismo basati sulla metodologia della peer education (alunni delle scuole secondarie di II grado).

## Il Programma STILI DI VITA – COLLEGA-MENTI

E’ un programma destinato agli alunni delle classi terze e quinte delle elementari. Fa parte di un programma formativo sperimentato nel Sud della Toscana da 7 anni a cura della Fondazione Monte dei Paschi di Siena denominato “School Food”. Stili di vita è promosso dalla Società Italiana di Promozione di Salute ed è svolto in accordo con la Regione Lazio, in via sperimentale, per la sola Provincia di Frosinone. Prevede una formazione di 5 ore di formazione per i docenti delle classi terze e 5 ore per i docenti delle classi quinte. Per l’implementazione del programma, gli insegnanti coinvolti dovranno dedicare almeno 10 ore curriculari all’intervento in aula e 2 ore per il monitoraggio.

Il presente manuale è destinato a fungere da guida, puntuale e documentata, per i docenti nella formazione con il gruppo classe.



**STILI DI VITA PER LE CLASSI 3° elementari**

**COLLEGA - MENTI**

**MANUALE DOCENTE**

- **Moduli formativi per i docenti di Classe terza**

## MODULO 1

# PROMOZIONE DI STILI DI VITA SANI: LA COLLABORAZIONE E L'INTEGRAZIONE DEL GRUPPO (modulo base)

### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Questa unità è finalizzata alla creazione di un clima di partecipazione attiva degli alunni, vengono indicati i postulati di base per la creazione di un clima positivo e comunicativo all'interno della classe. Il "qui e ora" della classe si regola sul concetto fondamentale dell'affermazione di stili di vita sani, non competitivi, collaborativi, con la valorizzazione delle diversità, della creatività, dell'accettazione dell'altro, dell'aiuto reciproco. Questa unità propone, quale esempio di stile di vita, l'attenzione alla qualità delle relazioni all'interno del gruppo classe, in contrapposizione con la competitività e l'individualismo.

Crediamo che, a seguito della Pandemia Covid e dopo un anno particolarmente difficile, la ripartenza dovrebbe concentrarsi sul recupero del senso di appartenenza ad una classe, sulla solidarietà, sulla riconquista della fiducia verso l'altro. Dopo un periodo così lungo di isolamento, la scuola dovrebbe puntare sull'effetto gruppale e sulla qualità della relazione nel gruppo. Ci sembrano questi essere dei prerequisiti importanti e fondamentali per far transitare qualsiasi elemento conoscitivo relativo alle discipline scolastiche.

Il senso del programma STILI DI VITA – COLLEGA-MENTI è di promuovere il cambiamento ed il mantenimento di stili di vita appropriati che vengono consolidati nel tempo dall'adesione di ciascuna classe alle proposte del programma, facendo in modo che ciascun argomento venga assunto tra gli obiettivi della classe e consolidato nel corso del tempo e che gli obiettivi raggiunti rientrino nel programma didattico. L'intero programma costituisce soprattutto un suggerimento di conduzione del gruppo classe, attraverso metodologie didattiche attive, partecipative, inclusive.

Questa unità didattica e le altre che seguiranno, dedicati alla promozione della salute e tutto il programma STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI, prevedono metodi interattivi per lavorare a coppie o in piccoli e grandi gruppi. Il successo del programma dipenderà in larga misura dalla riuscita di queste attività interattive: in particolare dal modo in cui gli alunni si scambieranno idee ed emozioni e dalla loro capacità di discutere e condividere i propri pensieri in gruppo. Questo è il contributo degli studenti, mentre il ruolo dell'insegnante è quello di rafforzare la collaborazione positiva e l'interazione tra bambini in classe. Di seguito sono riportati alcuni promemoria e suggerimenti per le discussioni in classe.

**La discussione di gruppo disposti in cerchio.** Quando sono riuniti uno accanto all'altro in un piccolo cerchio, gli alunni parlano liberamente, ascoltano più intensamente, si sentono più strettamente legati e provano meno rivalità reciproca. Preparate un contesto per la discussione sotto forma di cerchio chiuso (o serrato). Tra gli alunni non ci sono scrivanie. È preferibile usare le sedie su cui gli alunni si siedono normalmente. Quale valida alternativa, si possono disporre piccoli sgabelli in un angolo separato. Anche l'insegnante fa parte del cerchio e la prima volta deve spiegare il motivo per cui si usa questa disposizione.

**Ascolto reciproco.** Il cerchio consente di vedersi e ascoltarsi a vicenda in modo più diretto. Si sceglie questa disposizione perché si ritiene che gli alunni possano anche imparare gli uni dagli altri e non soltanto dall'insegnante.

**Apprezzamento.** Gli alunni che vengono apprezzati ed incoraggiati perché hanno contribuito alla discussione, anche con poche parole, acquistano fiducia in se stessi e saranno indotti a partecipare di nuovo in successive occasioni. Il senso di solidarietà tra alunni cresce se questi si rendono conto di poter influire sulle sensazioni positive di qualcun altro manifestando apprezzamento.

**Rivolgere domande.** Rivolgendo domande su ciò che un alunno dice, ripetendo o riformulando l'intervento con altre parole, gli altri alunni possono chiarire e comprendere ciò che quell'alunno intende dire. Si tratta di un aspetto importante nelle discussioni in cerchio, ma diventerà ancora più importante nelle attività in cui gli alunni lavoreranno in sottogruppi.

**Partecipazione dell'insegnante.** Unendosi alla discussione, l'insegnante fornisce un esempio, incoraggia la partecipazione attiva, premia gli alunni e dimostra che anche a lui/lei viene chiesto di mettersi in gioco come gli alunni.

**Alunni silenziosi.** Gli alunni silenziosi talvolta non intervengono ma stanno comunque apprendendo ascoltando i loro compagni mentre altri, più estroversi, apprendono intervenendo. Invece altri alunni che restano in silenzio in realtà vorrebbero partecipare, ma sono timidi. Si raccomanda di stimolare la partecipazione di tutti gli studenti, senza tuttavia forzare e mettere in imbarazzo l'alunno. Una tecnica per coinvolgere gli alunni silenziosi consiste nell'incoraggiarli a bisbigliare la propria idea nell'orecchio del compagno che siede accanto, che a sua volta dirà ad alta voce ciò che ha sentito.

**Silenzio.** Un intervallo silenzioso nella conversazione non significa che il processo di apprendimento si sia interrotto. Gli alunni stanno pensando. Si può rendere il silenzio più tollerabile sottolineando esplicitamente il momento di riflessione: «Adesso pensiamoci su tutti insieme».

**Il diritto di passare la mano.** Se si fanno domande su esperienze, pensieri o sentimenti personali, si deve concedere agli alunni il diritto di non rispondere e di passare la mano. Non devono essere costretti a dire qualcosa di confidenziale o che potrebbe imbarazzarli. È una decisione che spetta agli alunni, ma l'insegnante può influire ponendo la domanda in modo sensibile ed esplicitando regole di rispetto reciproco per la classe.

**Evitare la derisione.** Niente può essere più frustrante ed umiliante per gli alunni che sentirsi ridicolizzati in modo esplicito o implicito. È evidente che ogni insegnante deve impedire che un alunno rida in faccia a un altro compagno per un sentimento che quest'ultimo ha espresso; tuttavia, la realtà è più complessa, come si sarà certamente constatato, lavorando con i bambini. Quando l'insegnante nota atti di umiliazione o di scherno, compiuti di nascosto o in modo subdolo, deve parlare apertamente di ciò che è successo. In tali occasioni il ruolo dell'insegnante è quello di garantire protezione e sicurezza all'alunno nel gruppo in modo che l'attività in classe possa funzionare come luogo protetto per sperimentare le abilità sociali e personali.

**Coinvolgimento della famiglia.** È ovvio che parlare a casa delle attività di prevenzione svolte in classe non è sufficiente perché le abilità apprese a scuola possano essere applicate al contesto familiare. Talvolta si possono avere anche conseguenze indesiderate, per evitare le quali si raccomanda di informare i genitori sul programma in corso.

**Valori.** In qualità di insegnante si deve rispondere alle domande relative ai valori in buona coscienza. I ragazzi vogliono conoscere l'opinione dei loro insegnanti, tuttavia si deve lasciare loro la libertà di pensare, riflettere e formarsi un'opinione autonoma. Il confronto con il gruppo e con l'insegnante è fondamentale per favorire lo sviluppo di valori condivisi.

**Favorire la discussione.** L'insegnante deve cercare di fare domande per promuovere la discussione e stimolare tutti gli alunni a partecipare alla discussione. In queste unità l'obiettivo spesso non è quello di trovare le risposte giuste, ma di avere l'opportunità di imparare attraverso il punto di vista di altre persone.

**Motivazione e ispirazione.** L'entusiasmo dell'insegnante sarà determinante nel motivare e coinvolgere il gruppo. L'insegnante deve quindi prepararsi anche mentalmente per le attività e cercare di trovare le parole e le modalità per indurre gli alunni a partecipare.

## NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

Il concetto di partecipazione attiva; il rispetto per se stessi e per gli altri, la costruzione delle regole e il loro rispetto; la conoscenza del proprio corpo; la motivazione e la positività della partecipazione al programma complessivo.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Gli alunni riceveranno una introduzione all'intero programma e alle modalità di svolgimento; stabiliranno obiettivi e regole per il programma complessivo;
- il primo obiettivo da ottenere è che il lavorare sulla salute passa attraverso la promozione di stili di vita sani in classe e con i propri coetanei, nel creare un clima di classe positivo.
- riflettere sulle proprie conoscenze in merito agli obiettivi di Sviluppo Sostenibili per il 2030 e comprendere che questi obiettivi riguardano il loro presente e vengono perseguiti attraverso l'adesione della classe a comportamenti adeguati agli obiettivi.

## METODOLOGIA

Si forma il gruppo attraverso la formazione del cerchio in modo tale che ciascun alunno possa vedere tutti i coetanei ed in modo tale che il docente possa essere visto e vedere tutti. Promuovere la partecipazione attiva e l'assunzione di responsabilità attraverso la condivisione delle regole del gioco, la discussione in gruppo, la valorizzazione di ciascun contributo, senza alcun commento e giudizio.

### STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

- Un gomitolo di lana
- Un cartellone con i titoli di tutte le unità
- Tre grandi fogli di carta per documentare la discussione, le aspettative e le regole su cui la classe si è accordata.

### SPAZI e SETTING

Serve un'aula abbastanza grande che permetta la disposizione a cerchio della classe. Una volta individuata sarebbe molto importante mantenerla nel tempo.

### APERTURA (5 minuti)

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI.

Descrivere quello che verrà fatto nel corso dell'intero programma e, nello specifico, quello che verrà fatto durante questa ora; spiegare in che cosa consiste il programma e come è organizzato.

### ATTIVITA' PRINCIPALI (35 minuti)

#### Fase 1

**Gioco del gomitolo:** tutti in piedi, si crea un cerchio il più stretto e serrato possibile. Si utilizza un gomitolo per presentarsi al gruppo. Ciascuno a turno si presenterà dicendo "nome, luogo di provenienza, una cosa bella che fa o che gli piace fare"; al termine della propria presentazione ciascuno dovrà mantenere per tutto il tempo del gioco un'estremità del gomitolo e con l'altra mano lanciarlo ad un altro membro del gruppo, che a sua volta si presenterà e lancerà il gomitolo, senza mai lasciare l'estremità del gomitolo, uno di seguito all'altro in modo tale che alla fine del giro di presentazioni si venga a creare una rete. Dopo che si è creata la rete, per sbrogliarla si seguirà lo stesso ordine ma al contrario: si riparte dall'ultimo che prima di rilanciare il gomitolo deve ricordare solo un'informazione della persona da cui ha ricevuto il gomitolo, e così via, fino a ritornare al primo.

#### Fase 2

##### Creare il contratto di classe

Nel cerchio ciascun gruppo, attraverso un delegato, espone il lavoro svolto, le aspettative e le regole vengono scritte su due distinti fogli di carta. Commentate le aspettative e discutete con la classe se possono essere raggiunte con le attività del Programma STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI.

Raccogliete le regole proposte e verificate insieme agli alunni se sono condivise; lavorate sulla sintesi e arrivate all'approvazione del contratto di classe che dovrà essere controfirmato da tutti gli alunni e posto in bella vista nella classe. Sarebbe molto importante se queste regole riguardassero anche la vita scolastica nel suo complesso piuttosto che le singole ore dedicate al programma.

#### Fase 3



Conclusioni: riepilogate le attività svolte, quello che è venuto fuori dal loro lavoro, lo stimolo positivo rispetto al lavoro della classe. Costruzione di una griglia di valutazione del funzionamento del contratto di classe, da utilizzare per un periodo preordinato e da verificare, discutere ed eventualmente rivedere per essere nuovamente controfirmate.

## VALUTAZIONE

La valutazione è insita nelle modalità di svolgimento del lavoro, vale a dire che i risultati sono i 3 tabelloni e la sottoscrizione del contratto di classe. Potrebbe essere utile concordare un tempo di verifica per il funzionamento del contratto (dopo 3-5 unità p.e.) e, nel caso, rivedere il contratto.

## CHIUSURA (10 minuti)

Non vengono assegnati compiti ulteriori, le attività proposte si esauriscono nel tempo previsto, ma rimangono in termini di comportamenti acquisiti. Presentare le unità successive e cercare i legami tra questa unità e quella che segue.

## IN BREVE

- Introdurre lo scopo e il contenuto del programma
- Chiarire le aspettative
- Definire e discutere le regole e firmare il contratto di classe.

In riferimento agli SDGs: obiettivo 4, obiettivo 17, obiettivo 16, obiettivo 10

## BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

[http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea\\_EducationMaterial.aspx](http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea_EducationMaterial.aspx)

[www.eudap.net](http://www.eudap.net)

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/unplugged/materiale-informativo>

[http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3\\_gentile\\_2006\\_clima\\_costruzione\\_gruppo\\_classe\\_1.pdf](http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3_gentile_2006_clima_costruzione_gruppo_classe_1.pdf)

<https://asvis.it>

## MODULO 2

### LAVORARE IN GRUPPO

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Il concetto fondamentale di promozione di salute è stato codificato, in ambito internazionale, dalla Carta di Ottawa (1986). La Carta di Ottawa è stata ratificata dall'Onu ed è uno dei pilastri fondativi dell'agire della Organizzazione Mondiale della Sanità.

“La promozione della salute è il processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla. Per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo, o un gruppo, deve essere capace di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di cambiare l'ambiente circostante o di farvi fronte. La salute è quindi vista come una risorsa per la vita quotidiana, non è l'obiettivo del vivere. La salute è un concetto positivo che valorizza le risorse personali e sociali, come pure le capacità fisiche. Quindi la promozione della salute non è una responsabilità esclusiva del settore sanitario, ma va al di là degli stili di vita e punta al benessere” (Carta di Ottawa, 1986).

Questi presupposti per la promozione di salute evidenziano la necessità di una partecipazione attiva di tutti i protagonisti sociali, la scuola in primis. Non si tratta di trasformare i docenti educatori in medici o psicologi, si tratta, nella pratica quotidiana dello stare insieme in classe, di attivare percorsi salutari, di favorire lo star bene in classe, di promuovere partecipazione e consapevolezza. Stiamo proponendo di prestare attenzione ai prerequisiti, o meglio ancora, alla cornice educativa che possa permettere il raggiungimento degli obiettivi scolastici, intesi anche dal punto di vista degli obiettivi indicati dagli SDGs (Obiettivi di Sviluppo Sostenibili) per il 2030. La scuola assolve inevitabilmente un ruolo fondamentale su almeno 4 obiettivi: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

La scuola ha il compito di creare un ambiente favorevole per la ricerca delle informazioni, per lo sviluppo delle abilità personali, per lo sviluppo della capacità di integrazione, di riconoscere l'altro da sé, per migliorare la comunicazione intra e interpersonale, per favorire la nascita di relazioni gruppal positive, basate sulla cooperazione piuttosto che sulla competitività ed esclusione.

Uno degli strumenti individuati dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) per la promozione della salute e per il perseguimento di una istruzione di qualità sono le metodologie didattiche basate su programmi di influenza sociale (Comprehensive Social Influence -Csh) e sulle Life skills. Queste metodologie prevedono il coinvolgimento attivo della classe e l'utilizzo in positivo della naturale propensione dell'individuo a conformarsi al comune sentire sociale. I comportamenti sono influenzati dal modo di pensare, cambiare il modo di pensare, tramite le giuste informazioni e le esperienze positive, produce cambiamenti nel comportamento profondi e duraturi. Le conquiste personali divengono i principali attivatori dell'apprendimento. In base a questi assunti, la promozione di salute inizia nel “qui ed ora” della classe, incoraggiando il sostegno e la tutela reciproci, prendendosi cura dell'altro e valorizzando le esperienze positive di comunicazione efficace. “La salute è creata e vissuta dalle persone all'interno degli ambienti organizzativi della vita quotidiana: dove si studia, si lavora, si gioca e si ama. La salute è creata prendendosi cura di se stessi e degli altri, essendo capaci di prendere decisioni e di avere il controllo sulle diverse circostanze della vita, garantendo che la società in cui uno vive sia in grado di creare le condizioni che permettono a tutti i suoi membri di raggiungere la salute. Assistenza, olismo ed ecologia sono questioni essenziali nello sviluppo delle strategie per la promozione della salute” (Carta di Ottawa, 1986). Questo modulo è quindi pensato per costruire un clima positivo all'interno del gruppo classe, per promuovere salute nelle relazioni tra i pari e facilitare il benessere psichico, ponendo l'attenzione sui processi di formazione dei gruppi; le metodologie sono state mediate dal Programma EUDAP (European Drug Addition Prevention Trial) UNLUGGED.

#### NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

L'unità è centrata sull'esperienza di appartenere ad un gruppo e di svolgere un compito in gruppo, valorizzando le capacità di ciascuno e stimolando la solidarietà e l'appartenenza. Il bisogno di appartenere ad un gruppo può spingere ad assumere comportamenti potenzialmente dannosi per la salute o a creare situazione di bullismo, marginalità, sopraffazione. Lo scopo di questa unità è utilizzare la naturale propensione al vivere in gruppo, la pressione tra i pari e l'influenza sociale verso aspetti positivi piuttosto che negativi, impegnando gli alunni in un compito comune.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Gli alunni impareranno che appartenere ad un gruppo è necessario per la loro crescita personale;
- impareranno le regole di funzionamento del gruppo in termini di regole esplicite ed implicite;
- impareranno in che misura un comportamento può essere influenzato e modificato dal gruppo ;
- proveranno come ci si sente ad essere esclusi da un gruppo e rifletteranno su questo argomento.

## METODOLOGIA

La metodologia utilizzata è quella di lavorare di gruppo e in gruppo: all'interno di ciascun gruppo si svilupperà una discussione per i contenuti e si utilizzeranno varie forme comunicative: un tabellone grafico, una scenetta, un elaborato esplicativo. Il tutto verrà presentato in plenaria. La scelta dei gruppi è assolutamente casuale, si possono utilizzare le modalità di formazione legate al segno zodiacale o in base ai gusti del gelato. Ogni gruppo sarà formato al massimo da 5 alunni.

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

4,5 Fogli A 3, colori, colla, forbici, pennarelli

## SPAZI e SETTING

C'è la necessità di uno spazio abbastanza grande che possa permettere ai vari gruppi di avere una relativa possibilità di lavorare in autonomia.

## APERTURA (5 minuti)

L'insegnante spiegherà quello che si attende dalla classe: una campagna pubblicitaria basata su 3 elementi: un elaborato grafico (l'immagine della pubblicità), un elaborato scritto che spieghi e enfatizzi il prodotto, e una scenetta di 30 secondi, come se la volessimo mandare sul web o in televisioni. Ciascun gruppo sarà formato da max 5 elementi e si divide la classe in almeno 4 gruppi. Ciascun gruppo si occuperà di una delle materie scolastiche: italiano, matematica, inglese (o francese), scienze, geografia, storia.

## ATTIVITA' PRINCIPALI (25 minuti)

### Fase 1

Vengono strutturati i gruppi in base a criteri casuali, riprendendoli dalle attività precedenti. A ciascun gruppo viene assegnata una materia, ad estrazione. Viene ribadito il mandato: ciascun gruppo costruirà la pubblicità della materia, elaborando un disegno, una scenetta e uno slogan esplicativo. Si lascia che il gruppo si strutturi e si organizzi e si interviene solo se il gruppo non riesce a mettersi effettivamente in moto attraverso una ripartizione dei compiti. Si può allora suggerire che prima va concordato quali sono gli aspetti positivi della materia, quali argomenti possono essere attrattivi per gli alunni, in che modo si possono valorizzare i contenuti; poi si potrà strutturare dei sottogruppi che si occuperanno di uno delle tre modalità (almeno 2 alunni per modalità).

## Fase 2

Ciascun gruppo valuta il lavoro dei sottogruppi e concorda su eventuali aggiustamenti.

## Fase 3

Si stabilisce un ordine di presentazione delle pubblicità e ciascun gruppo presenta in plenaria quanto ha prodotto. È molto importante che ogni gruppo venga applaudito e rinforzato; si può eventualmente chiedere se ci sono altri suggerimenti.

## VALUTAZIONE (5 minuti)

L'insegnante chiede una autovalutazione ai componenti di ciascun gruppo, soprattutto in merito alla partecipazione; si può chiedere anche quale dei gruppi è stato più divertente e convincente.

## CHIUSURA (5 minuti)

L'insegnante ricapitola le pubblicità e farà in modo di apprezzare il lavoro svolto

## IN BREVE

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

## BIBLIOGRAFIA

[http://www.epicentro.iss.it/temi/politiche\\_sanitarie/30anniOttawa.asp](http://www.epicentro.iss.it/temi/politiche_sanitarie/30anniOttawa.asp)  
[http://www.dors.it/documentazione/testo/201509/Ottawa\\_1986\\_ita.pdf](http://www.dors.it/documentazione/testo/201509/Ottawa_1986_ita.pdf)  
[www.sipsalute.it](http://www.sipsalute.it)  
<http://www.hbsc.unito.it/it/index.php/aree-tematiche/salute-e-benessere.html>  
<http://www.hbsc.unito.it/it/index.php/aree-tematiche/ambiente-scolastico.html>  
<http://dctf.uniroma1.it/galenotech/strategie.htm>

## Modulo 3

### STRAND : Educazione motoria

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Sono innumerevoli i programmi di promozione dell'attività fisica per i bambini e gli adolescenti, la maggior parte dei quali propone attività da svolgersi in luoghi deputati e definiti, all'esterno della classe scolastica. Quello che proponiamo è invece un modello molto interessante di promozione dell'attività fisica da svolgere direttamente in classe; la proposta ha diverse paternità, e diverse sfaccettature, noi proponiamo il modello "Scuola in Movimento", un progetto di pedagogia sperimentale realizzato in una scuola primaria di Macolin in Svizzera, dove l'insegnamento e l'apprendimento avvengono attraverso il movimento.

I più recenti studi affermano che i bambini e gli adolescenti hanno bisogno di almeno 60 minuti al giorno di attività fisica, "con esercizi di tipo aerobico, camminare a ritmo sostenuto, correre, pedalare o nuotare, da eseguire con intensità moderata e vigorosa (almeno 3 volte a settimana) per rinforzare muscoli e le ossa" (OMS, 2010). L'attività fisica periodica offre vantaggi importanti sia dal punto di vista dei benefici per la salute che sul benessere individuale. Ci sembra però ancora più importante sottolineare come l'attività fisica, alternata ai normali flussi di attività scolastica, produca vantaggi e evidenti benefici anche rispetto alle necessità immediate di attenzione per la riuscita di compiti specifici nel campo della didattica e delle prestazioni di apprendimento. Studi condotti dai soliti americani evidenziano come l'attività fisica svolta durante le ore scolastiche, suddivisa in moduli di 10 minuti, accrescano del 20% le capacità di apprendimento degli alunni.

Ricordiamo altresì che, generalmente, la capacità di concentrazione dei bambini, e anche degli adulti, non va al di là dei venti minuti, andare oltre tale limite comporta una perdita di informazioni importante. La pedagogia e la psicologia consigliano di alternare momenti di concentrazione e di attenzione al compito con momenti di rilassamento, stacco, attività di altro tipo; questi stacchi permettono a tutti, ed in special modo ai bambini e agli adolescenti, di recuperare l'attenzione e la concentrazione. La strategia di "insistiamo di più", sponiamoli a rimanere concentrati, diamo di più, assolutamente non funziona, mentre è sicuramente più funzionale l'alternanza di momenti di grande concentrazione a momenti di svago e di rilassamento. Il progetto "la scuola in movimento" propone di strutturare le lezioni con alternanze di momenti didattici tradizionali e momenti di attività fisica attraverso giochi e attività da svolgere direttamente in classe sotto la guida del docente. Un altro indubbio vantaggio di questa proposta è che aumentano sempre più le iperattività e le ipercinesie nei bambini, per cui strutturare questi momenti e governare queste attività, fa in modo di "scaricare" le tensioni accumulate e di permettere anche ai più irrequieti di sfogare la necessità di muoversi. Il risultato concreto è che il docente riavrà l'attenzione dei bambini e il ritorno in termini di apprendimento è certo.

"La scuola in movimento" richiede la cura e l'attenzione agli spazi della classe, la valorizzazione delle pause, attraverso "intervalli attivi" e "pause attive", in cui gli alunni, piuttosto che essere liberi di scatenarsi, trovano nel gioco collettivo e nell'attività fisica proposta un valido rinforzo motivazionale all'esperienza scolastica. La Regione Lazio ha promosso l'azione Muovi/insieme Pause Attive, ed è probabile che la vostra scuola abbia aderito a questa iniziativa. Abbiamo voluto dedicare una specifica unità a questo argomento nel caso in cui l'adesione a Stili di Vita non coincida anche con l'adesione a Muovi/insieme Pause attive.

#### TITOLO DEL MODULO

*Muovi/insieme e pause attive*

#### NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

- Benessere fisico attraverso il movimento; conoscenza del corpo, schema corporeo; come recuperare energie dall'attività fisica; utilizzo del gioco per l'apprendimento

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- L'importanza dell'attività fisica per la conoscenza del proprio corpo; benessere e attività fisica: il rispetto e la partecipazione attiva; il valore del gioco per l'apprendimento; il recupero della concentrazione e della motivazione attraverso il gioco.

## METODOLOGIA

La Scuola in movimento è una metodologia basata sul gioco e sulla partecipazione attiva che presenta l'enorme vantaggio del docente che gestisce e governa la classe anche in relazione al bisogno fondamentale del bambino di muoversi e gestire la stanchezza tramite il movimento. Rappresenta, anche per il docente, una modalità quotidiana di riprendere il contatto con il proprio corpo e di modulare la concentrazione e l'adempimento al compito attraverso il gioco e lo scarico della tensione emotiva.

## APERTURA (5 minuti)

Iniziare con un breve richiamo al progetto COLLEGA-MENTI

Descrivere brevemente le attività che seguiranno rendendo consapevoli gli alunni che quello che andranno a sperimentare verrà ripetuto durante ciascuna giornata scolastica, che i movimenti proposti diventeranno parte integrante delle lezioni e che anzi, tramite il movimento controllato e comune, tramite il gioco, si potranno raggiungere obiettivi sempre più ambiziosi e potranno ancor meglio addentrarsi nei contenuti delle lezioni. Bisognerà, inoltre, porre l'attenzione sulla necessità di fare attività sportiva, sottolineando il fatto che le attività proposte durante le pause attive vanno sommate alle attività espressamente previste per l'educazione fisica. Gioco e apprendimento si fondono e l'una cosa diviene propedeutica all'altra. L'importante è che ne sia convinto il docente.

## ATTIVITA' PRINCIPALI (25 minuti)

- I docenti, per proprio conto, dovranno visionare i filmati presenti sul sito della Regione Lazio <https://sanochisa.regione.lazio.it/> mentre le schede operative sono disponibili all'indirizzo <https://sanochisa.regione.lazio.it/area-docenti/attivita-docenti/principi-di-educazione-motoria/pause-attive-a-scuola/>

... Potrete verificare che in rete esistono tantissimi esempi di "pause attive" adatte ai bambini di terza elementare, tutti basati tutti su una serie di movimenti da fare in classe, senza stravolgerne l'assetto, ma che permettono di creare quelle pause che possono tranquillizzare i bambini e permettere loro di recuperare movimento e scaricare tensioni, in maniera tale da scegliere uno dei semplici esercizi da proporre in classe. Dovranno spiegare agli alunni l'attività, far loro vedere i movimenti e poi ripeterli con tutti gli alunni nelle modalità viste nel video. Ripetere in classe i movimenti visti; poi si può proporre, senza farla vedere prima, un'altra delle attività proposta nei filmati. Il docente per i giorni a seguire, è libero di scegliere quale attività proporre, così come sarà molto importante rispettare il patto: ogni giorno si dovrà, almeno una volta, ricorrere alla "pausa attiva", a cui seguirà un altro momento di grande intensità scolastica, una spiegazione, le interrogazioni, un compito, un lavoro di gruppo. Sarà molto importante far arrivare il concetto che divertirsi e giocare sono due elementi molto importanti per l'apprendimento e che se la classe si impegna in questo ci aspettiamo che migliori il clima di benessere in classe, che aumenti il loro rendimento scolastico e che, nel momento di massima tensione, si può ricorrere alla "pausa attiva" per stemperare il clima. Qual è il segreto per ritrovare un oggetto che si cerca disperatamente? distogliere la mente, occuparsi d'altro; di solito, in maniera del tutto inattesa ecco che l'oggetto viene fuori. Il gioco si configura come un momento in cui la mente ed il corpo si ristrutturano, ritrovano un equilibrio, svolgendo, per certi versi, la stessa funzione del sonno: la mente si acquieta, i contenuti e le informazioni dell'intera giornata si riassettano con il sonno, l'essenziale rimane, la problematicità, di solito, si dissolve.

## Fase 1

*Visione dei filmati da parte dei docenti e scelta degli esercizi da proporre; si consiglia di farlo separatamente e preliminarmente all'incontro con la classe; sarebbe auspicabile che la visione dei filmati venisse fatta insieme ai docenti della scuola che partecipano al progetto;*

## Fase 2

*Sperimentazione di una delle modalità di "Pausa attiva".*

*Raccolta delle opinioni e accordo sui tempi e sui modi di proporre le "pause attive" durante le normali attività scolastiche; definizione delle regole del gioco, individuazione delle eventuali problematiche;*

## Fase 3

- *Visione del file di power point "promuovere l'attività fisica a scuola" costruito da DORS ([http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors\\_28marzo14\\_Verona.pdf](http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors_28marzo14_Verona.pdf)) Costruzione di un tabellone da esporre in classe sulle regole della "pausa attiva", sui possibili movimenti da fare. Individuazione dei benefici che si possono ricavare da questa attività e inserimento dei vantaggi sul tabellone*

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

Computer, proiettore e schermo, con collegamento internet per la visione dei filmati. Tabellone e colori.

## SPAZI e SETTING

Non ci sono indicazioni, l'attività va svolta in classe, con l'unica accortezza di creare spazio tra i banchi per permettere i movimenti, minimi, previsti.

## VALUTAZIONE (10 minuti)

Predisporre un questionario di gradimento molto semplice per la valutazione dell'attività.

## CHIUSURA (10 minuti)

Anche in questo caso non sembra il caso di proporre attività e compiti; le pause attive, oltre che permettere agli alunni quel minimo di attività fisica, in ogni caso positiva, rinforzano la motivazione ed il benessere e permettono il miglior conseguimento degli obiettivi di apprendimento didattici. In chiusura il docente dovrà ricapitolare le decisioni prese dalla classe in merito alle pause attive e farsi garante della sua applicabilità.

## IN BREVE

- L'attività fisica accompagna e integra l'attività didattica e ne è parte integrante;
- Introduzione e sperimentazione delle "pause attive";
- Concordare sui tempi e sui modi in cui effettuare le pause attive durante la giornata scolastica
- Verificare il gradimento degli alunni

Obiettivi di Sviluppo sostenibile attivati: il 3 "Benessere e Salute" il 4 "Istruzione di qualità";

## **BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA ESSENZIALE**

[https://www.youtube.com/watch?v=brEylc9G-TI&index=1&list=PLC3-X7ALxZ-BRhfavKFCYBpVhCE\\_EUH5P](https://www.youtube.com/watch?v=brEylc9G-TI&index=1&list=PLC3-X7ALxZ-BRhfavKFCYBpVhCE_EUH5P)

[www.azioniperunavitainsalute.it/Raccomandaz-Oms](http://www.azioniperunavitainsalute.it/Raccomandaz-Oms)

<http://www.guadagnaresalute.it/attivita/>

<http://www.salute.gov.it/stiliVita/paginaMenuStiliVita.jsp?menu=attivita&lingua=italiano>

[Libro Verde "Promuovere le diete sane e l'attività fisica: una dimensione europea nella prevenzione di sovrappeso, obesità e malattie croniche" \(pdf 256 kb\)](#)

<http://www.hbsc.unito.it/it/index.php/aree-tematiche/attivita-fisica-e-tempo-libero.html>

[http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors\\_28marzo14\\_Verona.pdf](http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors_28marzo14_Verona.pdf)[http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors\\_28marzo14\\_Verona.pdf](http://www.dors.it/documentazione/testo/201501/Dors_28marzo14_Verona.pdf)

<https://sanochisa.regione.lazio.it/>

<https://sanochisa.regione.lazio.it/area-docenti/attivita-docenti/principi-di-educazione-motoria/pause-attive-a-scuola/>



## MODULO 4

### PROMOZIONE DEL BENESSERE IN CLASSE TRAMITE IL RICONOSCIMENTO DELLE EMOZIONI

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

In questa unità formativa introdurremo il concetto che le emozioni sono potenti attivatori delle motivazioni e della promozione del benessere e/o del malessere in classe. Ci occuperemo della promozione di salute in classe basandoci soprattutto sui seguenti presupposti: etica della responsabilità, nel senso di assumersi la responsabilità etica di comportamenti consapevoli e sostenibili; empowerment, nel senso che le metodologie di intervento promuovono la comprensione e l'accettazione critica di comportamenti e modalità di pensiero costruttive e attente al benessere collettivo; sostenibile, vale a dire che ci occuperemo non della sola sostenibilità economica dell'azione, ma anche della sostenibilità ecologica, con l'impegno etico di lasciare un mondo vivibile per le generazioni future e non completamente consumato; equo, vale a dire che l'accesso al benessere è a disposizione di tutti, al di là della ricchezza economica; relazionale, nel senso che si punta decisamente alla promozione della qualità delle relazioni tra gli individui e tra gli individui e le società; integrative, nel senso che si promuove la cultura del rispetto e della valorizzazione delle diversità. Lo scenario in cui tutto questo viene promosso è la classe, intesa come risorsa per la ricerca e la promozione del benessere, lo strumento proposto è quello della comprensione delle emozioni fondamentali e comprensione empatica dell'altro. Siamo in un ambito di coerenza con gli obiettivi di Sviluppo Sostenibile per il 2030 e nel rispetto dell'Enciclica di Papa Francesco "Laudato si": il benessere soggettivo non è assolutamente una questione individuale, ma è strettamente connesso con l'ambiente circostante e con le relazioni tra le persone che sono nell'ambiente. Questa unità, in continuità con la precedente, vuole promuovere benessere nelle relazioni all'interno del gruppo classe. Vuole far sperimentare una modalità di benessere gruppale che, nel "qui ed ora" della scuola, possa permettere di superare le barriere etniche, socio-economiche, di appartenenza religiosa, di reddito, di condizione psico-fisiche. Il docente assume la funzione di promotore di benessere e di educatore alle emozioni positive in un contesto educativo di accettazione, integrazione, di responsabilità etica.

#### NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

Essere in grado di instaurare e mantenere relazioni amichevoli può rivelarsi di grande importanza per il nostro benessere mentale e sociale. I bambini hanno spesso difficoltà a relazionarsi con gli altri, soprattutto con i propri pari, stabilire il primo contatto o mantenere i rapporti che vorrebbero. Inoltre, spesso non riescono ad avere chiarezza rispetto ai propri sentimenti ed emozioni in riferimento anche ai giudizi positivi e negativi che ricevono. Questa unità offre l'opportunità di esercitare le capacità interpersonali, tramite il riconoscimento delle emozioni in atto.

#### OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Gli alunni:

- Si eserciteranno su come entrare in contatto con altre persone;
- riconosceranno e apprezzeranno le qualità positive degli altri;
- impareranno ad accettare le reazioni positive;
- sperimenteranno modi verbali e non verbali di rappresentare agli altri le proprie emozioni e rifletteranno sul modo di farlo.

#### METODOLOGIA

La conoscenza delle emozioni avviene attraverso la costruzione e l'analisi del movimento, dell'espressione facciale e delle parole che individuano l'emozione. Si fa esperienza dell'emozione attraverso la recita delle emozioni da rappresentare agli altri.

## **STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE**

Un foglietto per ciascuna emozione da mimare, raccontare ed esprimere con il viso. Schede per le istruzioni/situazioni del gioco di ruolo (metodologia modulo 4).

## **SPAZI e SETTING**

Utilizzate lo spazio predisposto per gli incontri.

## **APERTURA (10 minuti)**

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI.

Spiegate che l'unità di oggi serve per conoscere meglio le emozioni che sono alla base dell'agire di ciascuno. Le emozioni sono il ponte comunicativo tra me e l'altro, determinano la qualità della relazione. Fate l'esempio di come, a volte, anche il/la maestra stessa, può essere influenzata dal predominio della emozione, fate un esempio su quando un vostro stato d'animo negativo a seguito di un lutto, di una malattia, di una forte inquietudine abbia influito negativamente sull'andamento di una giornata in classe e di quando, invece, una gioia, una scoperta, una bella giornata, abbia influenzato positivamente il rapporto con la classe. Spesso anche nei bambini c'è questa altalena di emozioni che influenzano pesantemente il comportamento senza che il bambino abbia a disposizione una bussola emotiva per comprendere quanto gli accade. Spesso nominare una emozione aiuta a venirne a capo e a riprendere il controllo sull'emozione.

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (30 minuti)**

Riconoscere le emozioni.

Si è già preparato una serie di biglietti con le principali emozioni: spavento, gioia, sorpresa, disgusto, paura, terrore, euforia, innamoramento, tristezza, rabbia, nervosismo, esclusione, entusiasmo, preoccupazione, allegria, depressione, divertimento.

### **Fase 1**

Suddividete la classe a gruppi di tre e assegnate una emozione a ciascun gruppo con la seguente consegna: rappresentare l'emozione agli altri per farla riconoscere attraverso tre modi:  
a) tramite il corpo, mimando e interpretando solo con il corpo l'emozione, come un mimo, senza parlare;  
b) tramite le parole, descrivendo l'emozione ma senza nominarla mai e senza usare il corpo;  
c) con la sola espressione della faccia, così come si immagina la faccia di una persona che ha quella emozione. Ciascun gruppo, a turno, esce dalla classe o si mette in disparte e si accorda rispetto a come rappresentare l'emozione e chi userà il corpo, chi la parola, chi la faccia.

### **Fase 2**

Ciascun gruppo rappresenta l'emozione assegnata, uno alla volta e facendo in modo che tutti e tre si esibiscano, presentano l'emozione al resto della classe che dovrà riconoscere l'emozione. Tutti dovranno rappresentare la propria emozione, non c'è vincitore.

### **Fase 3**

Si riformano gli stessi gruppi della fase precedente, tre per gruppo; si riassegna una emozione a ciascun gruppo, questa volta il mandato sarà quello di descrivere quello che succede a livello del corpo quando quella specifica emozione si attiva: le pulsazioni del cuore, la sudorazione, la voglia di fuggire, il battere le mani, ecc. Ciascun gruppo avrà 10 minuti per discutere e poi si procede al racconto di quanto evidenziato. Gli altri membri della classe potranno intervenire ed evidenziare che, spesso, si reagisce in maniera diversa, a secondo delle proprie esperienze.

## Fase 4

Domande per gli alunni per stimolare una discussione che possa permettere di riconoscere le emozioni quando sono in atto:

- Cosa ti ha colpito positivamente di quello che è stato recitato?
- Come ti sei sentito/o nel ruolo che hai recitato?
- Quanto è stata realistica la situazione?
- Cosa avete osservato?
- Quali parole, gesti, o comportamenti hanno fatto capire cosa provava chi ha interpretato l'emozione?
- Cosa avete osservato riguardo la mimica, la voce, al contatto visivo?
- Ti sei sentito a tuo agio mentre recitavi? Cosa ti ha fatto piacere nei commenti verso quello che hai rappresentato? (empatia con rinforzo positivo)

## CHIUSURA (10 minuti)

Gli alunni e l'insegnante si attaccano reciprocamente un foglio di carta sulla schiena. Ognuno cammina per la classe e scrive un complimento sulla schiena di altri. Ciascuno degli alunni deve raccogliere almeno 2 o 3 complimenti sul foglio. Dopo l'esercizio gli alunni leggono i complimenti dei loro compagni di classe. Gli alunni riferiscono brevemente su cosa hanno provato ricevendo e facendo i complimenti. L'insegnante si assicuri che tutti gli alunni abbiano alcuni complimenti sulla schiena. Se così non fosse, esortate altri alunni a scrivere un complimento sul foglio.

## IN BREVE

1. La classe si esercita su come riconoscere le emozioni in gioco.
2. La classe si confronta sulle sensazioni che le persone provano quando entrano in contatto con le emozioni
3. Gli alunni si scambiano complimenti con i propri compagni di classe.

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

## BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

<http://doc.studenti.it/dispense/teoria-e-tecniche-della-dinamica-di-gruppo/teoria-pratica-psicoterapia-gruppo-yalom.html>  
<http://doc.studenti.it/dispense/teoria-e-tecniche-della-dinamica-di-gruppo/teoria-pratica-psicoterapia-gruppo-yalom.html>  
[www.eudap.org](http://www.eudap.org)  
<http://lacasacomune.aslfrsionone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza->

[scuola/unplugged/materiale-informativo](#)

<https://lacasacomune.aslfrosinone.it>

[http://www.edscuola.it/archivio/comprendivi/cooperative\\_learning.htm](http://www.edscuola.it/archivio/comprendivi/cooperative_learning.htm)

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/promozione-delle-competenze/intelligenza-emotiva>

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/promozione-delle-competenze/intelligenze-multipl>

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/promozione-delle-competenze/mappe-mentali>

## MODULO 5

### LAVORARE DI GRUPPO E IN GRUPPO – RAFFORZARE IL SENSO DI APPARTENENZA COME PROTEZIONE

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

La prevenzione delle dipendenze nella classe di età prevista da STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI non deve essere finalizzata alla conoscenza delle sostanze, quanto piuttosto a rinforzare i cosiddetti “fattori di protezione” a livello individuale e del gruppo dei pari per ritardare il più possibile la sperimentazione e l’abuso di sostanze psicotrope. Un intervento preventivo si basa quindi sul rafforzamento delle competenze “Life Skills”, con indicazioni informative di massima sulle sostanze.

Con l’espressione life skills si indica l’insieme delle abilità utili per affrontare la vita, tra cui l’abilità di apprezzare e rispettare gli altri, di creare relazioni positive con la famiglia e gli amici, di ascoltare e comunicare in modo efficace, di fidarsi degli altri e di assumersi le proprie responsabilità. Apparentemente le life skills potrebbero differenziarsi a seconda delle culture e dei contesti. Tuttavia, la letteratura suggerisce che esiste un insieme di abilità che costituisce il nucleo fondamentale delle life skills; queste abilità sono alla base di molte iniziative per la promozione della salute di bambini e adolescenti. Nel modello dell’influenza sociale, queste abilità sono integrate con l’educazione normativa (educare positivamente al rispetto delle norme sociali). L’elenco che segue riporta le principali abilità su cui agiscono gli interventi basati sul modello dell’influenza sociale.

**Pensiero critico.** È la capacità di analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo. Può contribuire al benessere aiutandoci a riconoscere i fattori che influenzano il comportamento, come i valori, la pressione dei pari e dei media.

**Capacità decisionali.** Aiutano ad affrontare in modo costruttivo le situazioni che implicano una decisione. Nell’ambito dei programmi di promozione della salute le capacità decisionali sono affrontate nelle unità in cui i ragazzi devono prendere decisioni valutando le opzioni disponibili e le conseguenze che tali decisioni possono comportare.

**Capacità di risolvere problemi.** È la capacità di affrontare in modo costruttivo i problemi che incontriamo nella vita. Problemi significativi irrisolti possono causare stress, che può a sua volta far insorgere disturbi a livello fisico.

**Pensiero creativo.** Contribuisce sia alle capacità decisionali sia alle capacità di risolvere problemi, permettendo di analizzare le alternative disponibili e le conseguenze dell’azione o della non azione. Aiuta a guardare oltre le esperienze dirette e a rispondere con flessibilità alle varie situazioni che si presentano nella vita quotidiana.

**Capacità di comunicare in modo efficace.** È la capacità di esprimersi, verbalmente o non verbalmente, in modo appropriato alla propria cultura e alla situazione in cui ci si trova. Questo significa essere in grado di esprimere desideri, necessità e paure. Può anche significare essere in grado di chiedere consiglio o aiuto nel momento del bisogno.

**Capacità di relazione interpersonale.** Aiutano a relazionarsi in modo positivo con gli altri. Essere in grado di instaurare e mantenere relazioni amichevoli può rivelarsi di grande importanza per il nostro benessere mentale e sociale. Mantenere buone relazioni con le persone permette di avere aiuto in caso di bisogno. Anche essere capaci di terminare in modo costruttivo una relazione fa parte delle capacità intrapersonali.

**Auto-consapevolezza.** Include la capacità di riconoscere noi stessi, il nostro carattere, le nostre forze e le nostre debolezze, i gusti e le avversioni. Sviluppare l’auto-consapevolezza può aiutarci a riconoscere quando siamo stressati o sotto pressione. Spesso è anche un prerequisito delle capacità di comunicare in modo efficace e di sviluppare relazioni empatiche con gli altri.

**Empatia.** È la capacità di immaginare quello che un’altra persona può provare e di comportarsi di conseguenza. L’empatia può aiutarci a capire ed accettare altre persone molto diverse da noi, può migliorare le interazioni sociali e può favorire la creazione di reti sociali di supporto verso persone che sono in difficoltà.

**Saper gestire le emozioni.** Implica la capacità di riconoscere le emozioni negli altri e in noi stessi, di essere consapevoli di come esse influenzino il comportamento, e di essere in grado di rispondervi in modo appropriato. Le emozioni intense, come rabbia o dolore, possono avere effetti negativi sulla nostra salute;

sapere gestire lo stress implica la capacità di agire per controllare i livelli di stress a cui siamo sottoposti e di modulare una reazione adeguata alle emozioni altrui.

**Il credo normativo.** È il processo per cui le opinioni che ci siamo fatti su qualcosa diventano la norma del nostro comportamento. Se questa convinzione si basa su informazioni o interpretazioni sbagliate, la norma è inadeguata. Ad esempio, i giovani tendono a sopravvalutare l'uso di sostanze nei loro coetanei. Questa convinzione diventa la norma ed influenza il loro comportamento.

Per correggere le norme sbagliate, nei programmi di influenza sociale si usa l'educazione normativa. Tutti i programmi di prevenzione efficaci nel mondo hanno lo scopo di allontanare il più possibile nel tempo l'assunzione alcolica e l'abitudine al fumo. L'unica prevenzione possibile è convincere i ragazzi dell'assoluta inutilità del gesto. Le corrette informazioni sui danni hanno senso soltanto in un contesto in cui è fortemente scoraggiato l'uso del fumo e dell'alcol in contesti gruppalari e in cui il pensiero comune del gruppo dei pari non valorizza l'uso e l'abuso del fumo e dell'alcol. Una corretta prevenzione comincia quindi fin dalla Scuola Primaria, ma senza porre l'accento sulle conseguenze nefaste del fumo e dell'alcol, quanto piuttosto nel valorizzare e potenziare i fattori protettivi e nel consolidare nel gruppo dei pari comportamenti salutari assunti con piena consapevolezza.

Funziona molto più come elemento dissuasivo al fumo e all'alcol evidenziare gli svantaggi immediati (puzzi, puzzano i vestiti, non senti il sapore, ti si anneriscono le dita e i denti, ecc.) piuttosto che snocciolare i dati relativi alle cause di morte a causa dell'abuso alcolico o l'indice di incidenza del cancro ai polmoni dei fumatori.

Il gruppo dei pari è decisivo nell'adozione di comportamenti sani. Per la classe di età a cui è rivolto questo progetto, si stanno affermando situazioni di dipendenza che si strutturano attorno alla tecnologia: videogiochi, telefonino, televisione e alle conseguenze indirette di tali abitudini: solitudine, incapacità di gestire le emozioni, incapacità di interagire con i coetanei, sovrautilizzo di immagini e del coordinamento oculo motorio a tutto svantaggio della capacità riflessiva e della capacità empatica. È opinione della Società Italiana di Promozione di Salute che la scuola ha a disposizione un potente mezzo alternativo all'affermazione del predominio tecnologico nella vita dei bambini e che questo mezzo non viene, di fatto, utilizzato: la socialità. La scuola è un organismo sociale ed è rimasto uno dei pochi luoghi in cui è possibile incontrare l'altro e rendere significativo il tempo passato con i coetanei rispetto ad obiettivi e compiti educativi normativi. Crediamo che sia una partita persa in partenza il cercare di introdurre nella scuola strumenti ad alta tecnologia, mentre è disponibile una reale alternativa educativa basata sulla valorizzazione dell'esperienza gruppalare. Questa unità presenta allora una serie di esperienze basate su questi principi, è altresì molto importante ricordare che il porre l'accento sugli effetti negativi del fumo e del tabacco sul medio lungo periodo possono indurre il ragazzo in comportamenti di sfida ed oppositivi: il richiamo ai rischi e al pericolo, paradossalmente possono indurre in tentazione, soprattutto in virtù delle necessità oppostive che cominciano ad essere presenti negli alunni di questa età e che poi esploderanno nella prima adolescenza.

## NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

Le dipendenze sono un argomento difficile da trattare con i bambini di 8-9 anni, così come riesce difficile spiegare perché bisogna passare poco tempo con il telefonino, giocare poco con i videogiochi, mantenere la riservatezza rispetto a quello che succede ad un amico/a o un compagno/a di classe. L'unità punta decisamente nel rafforzare i fattori protettivi rispetto al pericolo delle dipendenze, sia quelle che potranno avvenire in un prossimo futuro (le sigarette, l'alcol, gli psicofarmaci, il gioco d'azzardo, le sostanze psicotrope) sia quelle che sono già presenti come rischio (la sopraffazione e la denigrazione dell'altro, i disturbi alimentari, i videogiochi, il telefonino, le chat, l'abitudine a giocare da soli). Proponiamo quindi una modalità di lavoro di gruppo in gruppo con l'utilizzo delle favole di Esopo. Da un lato il rafforzamento del fattore di protezione rappresentato dalla capacità di stare e lavorare in gruppo per obiettivi positivi, tramite una specifica metodologia, dall'altra la riflessione comune su favole molto significative, di saggezza infantile e antica.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Gli alunni:

- Impareranno a lavorare in gruppo utilizzando strumenti diversi;
- racconteranno una storia significativa;

- esporranno il lavoro fatto ad un gruppo dei pari.

## METODOLOGIA

La metodologia didattica da utilizzare in questa unità è basata sul cooperative learning e sul confronto peer to peer. Lavoro di gruppo in gruppo con partecipazione attiva di tutti gli alunni.

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

Tanti bigliettini quanti sono i bambini della classe di cinque colori diversi, fogli A4, 5 set di colori. 10 fogli con ciascuna frase del libro. Allegato 1.

## SPAZI e SETTING

Utilizzare gli stessi spazi che avete usato per le altre unità. Nel caso potete usare anche la classe.

## APERTURA (10 minuti)

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI e alle unità che hanno preceduto questa unità.

Illustrare brevemente le storie che verranno utilizzate: Le favole di Esopo, e la metodologia che verrà utilizzata: a ciascun alunno verrà distribuito, casualmente, un biglietto con sopra un simbolo di vario colore. Bisognerà predisporre, prima dell'incontro, una serie di biglietti di 5 colori diversi e con 5 simboli diversi (facendo conto di una classe di 25 alunni, 5 alunni per ciascun gruppo, altrimenti bisognerà apportare modifiche in maniera tale che ciascun bambino sia riconducibile ad un simbolo e a un colore comune). I 5 simboli sono: stella, cerchio, quadrato, rettangolo, triangolo. I colori: rosso, celeste, verde, bianco, giallo (qualsiasi colore o simbolo vanno bene). È importante fare in modo che ciascun simbolo sia di colore diverso, in maniera tale da formare cinque diversi gruppi basati sul simbolo comune e poi ricostruire 5 gruppi in base allo stesso colore. I nuovi gruppi dovranno essere formati da almeno un bambino di ciascuno dei 5 gruppi iniziali. Nel caso in cui il numero dei bambini della classe sia di 20 o inferiore a 20, si possono formare 4 gruppi. Nel caso siano più di 25 si formeranno alcuni gruppi con 6 componenti, predisponendo simboli in più con colori distinti.

A parte si saranno preparati 10 fogli con 10 favole di Esopo (Allegato 1).

Queste le 10 favole commentate:

### 1) La lepre e la tartaruga

La lepre si vantava con tutti gli animali: "Nessuno può battermi in una gara di velocità; sfido chiunque a correre con me e a superarmi!" La tartaruga accettò la sfida, con tanta calma e il sorriso sulla bocca. "Questa poi!" rise la lepre "Una tartaruga che vorrebbe battermi nella corsa". Ma la tartaruga sembrava seria: "Non vantarti prima della vittoria; vuoi fare questa gara o no?" La lepre accettò, così fu stabilito il percorso e dato il via. Naturalmente, la lepre partì come un fulmine e superò la tartaruga; a poca strada dal traguardo, poiché non vedeva più il suo avversario, decise di fare un sonnellino, per mostrare alla tartaruga quanto le fosse superiore. Tuttavia, la tartaruga, avanzava passo dopo passo e non impiegò molto a raggiungere la sua avversaria; poi, visto che quella ancora dormiva, andò avanti e tagliò il traguardo. Quando la lepre si svegliò, ormai era troppo tardi e la tartaruga aveva vinto la gara; così, disse alla lepre: "Non basta correre, bisogna partire in tempo".

*I propri avversari, per quanto deboli, non devono mai essere sottovalutati.*

### 2) LA VOLPE E L'UVA

C'era una volta una volpe molto furba e altrettanto famelica; la sua fama era tale che tutti gli animali erano fuggiti dal bosco in cui abitava, per paura di finire divorati. Alla fine, la volpe si era trovata senza più nulla da mettere sotto i denti. L'animale, spinto dalla fame, aveva abbandonato il bosco e fu così che si ritrovò in un vigneto. Dai tralci di vite penzolavano dei grossi grappoli d'uva: gli acini erano dolci e succosi e avevano un aspetto delizioso. Così, la volpe, si sollevò sulle zampe posteriori per afferrare qualche grappolo; tuttavia, non era alta a sufficienza e non riusciva nemmeno a sfiorare gli acini. Dopo qualche tentativo, la volpe prese la rincorsa e cercò di raggiungere l'uva saltando: anche questa volta, però, non riuscì. Poiché tutt'intorno a lei si stava radunando una folla di animali curiosi, la volpe, per non fare brutta figura, se ne andò col petto gonfio, esclamando ad alta voce: "Quest'uva è ancora acerba".

*Spesso, le persone denigrano ciò che non riescono ad avere.*

### **3) IL CARRO E I BUOI**

Una coppia di buoi stava trainando un carro davvero pesante lungo una strada dissestata, tra i campi. Per riuscire a spingere il carro, dovevano spingere con tutte le loro forze, eppure andavano avanti senza battere ciglio. Le ruote del carro, invece, facevano molta meno fatica e non dovevano trainare alcun peso, però piangevano e si lamentavano in continuazione. I buoi, che tiravano il carro con tutte le loro forze e con gli zoccoli immersi nel fango, erano infastiditi dai lamenti delle ruote, che rendevano il loro lavoro ancora più duro. "Silenzio!" strillò uno dei buoi, che aveva perso la pazienza "Perché voi ruote vi lamentate? Siamo noi che tiriamo tutti il peso, non voi e andiamo avanti senza lamentarci".

*Di solito, si lamenta di più chi soffre di meno.*

### **4) IL CANE E L'OSSO**

*Esopo*

C'era una volta un cane, che stava attraversando un ponte stringendo tra i denti un bell'osso di prosciutto. Ad un certo punto, il cane si ferma ad osservare la sua immagine riflessa nell'acqua. Il cane, però, scambia il riflesso per un altro cane con un osso in bocca. Per avidità, il cane spalanca la bocca e cerca di rubare l'osso al suo riflesso; così, però, perde anche il suo osso, che affonda tra i flutti del fiume.

*Avidità e cupidigia, invece di portare ricchezza, portano a perdere anche quel che si ha.*

### **5) IL GALLO E LA VOLPE**

Una volta, una volpe che si era avvicinata troppo ad un pollaio cadde in una trappola. Il gallo, che si era alzato prima di tutti gli altri animali del pollaio, si accorse subito dell'intrusa in trappola.

La volpe, vedendo il gallo, capì che aveva ancora una possibilità di salvarsi. "Amico caro" gli disse "Mentre andavo a trovare un mio amico malato sono rimasto imprigionato in questa trappola; ti prego, non dirlo a nessuno: non vorrei che qualcuno si preoccupasse per me. Sono certo che riuscirò a liberarmi col tuo aiuto, senza far perdere tempo agli altri animali". Ma il gallo sapeva bene che si trattava di un inganno: così, diede la sveglia a tutta la fattoria e per la volpe fu la fine.

*I malvagi non meritano aiuto.*

### **6) IL LUPO E L'AGNELLO**

Un lupo vide un agnello che beveva ad un torrente, sotto di lui, e gli venne voglia di mangiarselo. Così, gli disse che bevendo, sporcava la sua acqua e che non riusciva nemmeno a bere. "Ma tu sei a monte ed io a valle, è impossibile che bevendo al torrente io sporchi l'acqua che scorre sopra di me!" rispose l'agnello. Venuta meno quella scusa, il lupo ne inventò un'altra: "Tu sei l'agnello che l'anno scorso ha insultato mio padre, povera anima!". E l'agnello, di nuovo, gli rispose che l'anno prima non era ancora nato, dunque non poteva aver insultato nessuno. "Sei così bravo a trovare delle scuse per tutto" gli disse il lupo "ma io non posso mica rinunciare a mangiarti!" e saltò addosso al povero agnellino.

*Se qualcuno ha deciso di fare un torto inventando pretesti, è inutile cercare di far valere la logica e la giustizia.*

### **7) LA GALLINA DALLE UOVA D'ORO**



Un contadino comprò una gallina che faceva ogni giorno un uovo d'oro. Dopo le prime uova, l'uomo pensò che l'animale avesse la pancia piena d'oro e si disse "Perché aspettare? Ammazzerò questa gallina, le aprirò la pancia e in un sol colpo diventerò ricchissimo".

E così fece. Purtroppo, però, il contadino scoprì che la pancia di quella gallina era tale quale a quella delle altre, e dell'oro non c'era traccia; così, insieme alla gallina, perse anche le uova d'oro che faceva ogni giorno e diventò povero.

*Bisogna accontentarsi di ciò che si ha: l'avidità gioca brutti scherzi.*

## **8) AL LUPO, AL LUPO!**

In un villaggio viveva un pastorello che, ogni giorno, portava le pecore a pascolare. Poiché si annoiava molto, decise di fare uno scherzo agli abitanti del villaggio. "Al lupo! Al lupo!" cominciò a gridare. I contadini del villaggio accorsero con forconi e randelli, ma una volta nel prato non videro nessuno. Il pastorello, rideva a crepapelle: "Era uno scherzo, e ci siete cascati tutti!". Il giorno dopo ripeté lo scherzo: i contadini arrivarono di corsa al prato ma si accorsero che si trattava di un altro scherzo del pastorello, che si era preso gioco di loro per la seconda volta. Un giorno, all'improvviso, arrivò un intero branco di lupi. Il pastorello cominciò a gridare disperato: "Al lupo! Al lupo!". I contadini, però, pensarono che si trattasse di uno scherzo e rimasero al loro posto. Così, i lupi fecero strage di pecore e agnelli senza che nessuno li disturbasse.

*Chi mente o dà falsi allarmi, non è più creduto quando dice la verità.*

## **9) IL SOLDATO E LA TROMBA**

Un soldato, stanco di combattere e della guerra, disse agli dei che, se gli avessero fatto vincere un'ultima battaglia, avrebbe gettato nel fuoco tutte le sue armi e avrebbe iniziato una vita più tranquilla. La fortuna fu dalla sua parte: sconfisse un gran numero di nemici e il suo esercito ottenne una vittoria schiacciante. La sera, accanto al falò, il soldato buttò tra le fiamme la spada, lo scudo, l'arco con tutte le frecce e quante altre armi possedeva. Rimase solo la tromba, con cui suonava la carica. La tromba, spaventata a morte, gli disse: "Non buttarmi nel fuoco! Io non ho mai fatto male a nessuno: non lancio dardi né trapasso le armature. Ho solo chiamato a raccolta i soldati e suonato l'inizio di ogni battaglia, non merito di morire". Il soldato pensò a quelle parole, poi la buttò tra le fiamme dicendo: "Tu sei molto peggiore di tutte le altre armi: non puoi fare del male a nessuno, ma il tuo suono rende gli altri malvagi e, a pensarci bene, uccide più di una spada e di una freccia".

*Le parole uccidono più della spada e grazie ad esse, una persona meschina può spingere gli altri a compiere qualsiasi strage.*

## **10) IL LEONE MALATO E LA VOLPE**

*Esopo*

C'era un vecchio leone, troppo debole per andare a caccia; così, decise di escogitare un tranello: andò a vivere in una grotta, fingendo di essere molto malato. Ogni volta che un animale andava a trovarlo per sapere come stava, il leone se lo mangiava all'istante.

Per molto tempo, nessuno seppe del trucco e molti animali finirono divorati in questo modo. Un giorno, però, passò davanti alla grotta una volpe; l'animale vide che tante impronte portavano alla grotta, ma nessuna usciva di lì.

Così disse al leone: "Verrei a trovarti anche io, se non mi fossi accorta che le orme degli animali che entrano nella grotta non ne escono più!" Poi, la volpe riferì a tutti gli altri animali il trucco del leone. Da quel giorno, nessuno entrò più nella grotta e il leone morì di fame.

*La prudenza non è mai troppa.*

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (45 minuti)**

### **Fase 1**

Si distribuiscono casualmente i bigliettini con i simboli di colori diversi e si vanno a costituire 5 gruppi in base allo stesso simbolo (stella, cerchio, quadrato, rettangolo, triangolo); ciascun gruppo verrà fatto sedere ad un angolo della classe, con un gruppo al centro; ciascuna postazione forma un cerchio di sedie. Il docente gira per i gruppi e fa scegliere a caso una delle 10 favole preparate.

## Fase 2

La consegna per tutti è: leggete insieme la favola, discutete fra di voi del significato della frase e poi provate ad esprimere con un disegno quello che, secondo il gruppo, sembra importante per dare il significato della favola letta. Consegnate a ciascun gruppo un foglio bianco e dei colori e comunicate che avranno 15 minuti per discutere e realizzare il disegno. Poi date il via.

## Fase 3

Una volta che ciascun gruppo ha terminato il disegno, dite ai bambini di lasciarlo su una delle sedie; date il comando di ricostruire i gruppi in base al colore, formando così il gruppo giallo, quello azzurro e così via. Assegnate a ciascun gruppo una delle 5 postazioni di lavoro. In ciascun gruppo ci sarà un bambino che ha partecipato alla discussione e al disegno della postazione assegnata. Il compito di quel bambino sarà di raccontare agli altri componenti cosa rappresenta il disegno rispetto alla storia che hanno letto e perché hanno scelto proprio quel disegno. Ciascun gruppo avrà 5 minuti a disposizione per raccontare e sentire il disegno. Poi tutti i gruppi si spostano di una postazione in senso orario (indicate dove deve andare ciascun gruppo) e l'operazione si ripete con il bambino che ha partecipato alla nuova postazione che racconta, e così via fino a che tutti i gruppi avranno visto tutti i disegni e avranno sentito i racconti. In questo modo tutti hanno partecipato e tutti avranno raccontato. L'intera operazione richiederà almeno 30 minuti.

## Fase 4

I disegni possono essere attaccati sui muri e si può continuare la riflessione anche nei giorni seguenti.

## IN BREVE

1. Introdurre la modalità del lavoro di gruppo in gruppo.
2. Attivare la discussione sulle frasi significative e il confronto sulle modalità di rendere significativo l'incontro.
3. Utilizzare diverse abilità e forme di intelligenza.

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

## BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

[www.eudap.org](http://www.eudap.org)

<http://lacasacomune.aslfrsionone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/unplugged/materiale-informativo>

<http://www.hbsc.unito.it/it/index.php/aree-tematiche/salute-e-benessere.html>

<http://www.hbsc.unito.it/>

<http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/>

Relazione europea sulla droga, Comunità Europea 2017;:

[https://ec.europa.eu/italy/news/20170606/relazioneannuale\\_droga\\_it](https://ec.europa.eu/italy/news/20170606/relazioneannuale_droga_it)

Presidenza del Consiglio dei Ministri, Dipartimento Politiche antidroga: Relazione annuale al Parlamento 2016

sullo stato delle tossicodipendenze in Italia: <http://www.politicheantidroga.gov.it/media/1095/1-relazione-annuale-al-parlamento-2016-sullo-stato-delle-tossicodipendenze-in-italia.pdf>  
[http://www.iss.it/binary/fumo4/cont/fumotto\\_300\\_dpi.pdf](http://www.iss.it/binary/fumo4/cont/fumotto_300_dpi.pdf)  
<https://www.greenme.it> › Vivere › Arte e Cultura › Libri

## MODULO 6

### **GESTIONE DEI CONFLITTI: COME RESISTERE ALLE OFFESE E AL DESIDERIO DI OFFENDERE**

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE**

Tutte le metodologie finora utilizzate sono utili per creare all'interno del gruppo classe un clima di collaborazione e improntato alla positività: la collaborazione nei gruppi di lavoro, il brain storming, l'utilizzo e la valorizzazione di altre forme di intelligenza, la non competitività individuale, le simulate. Questi ultimi due moduli utilizzeranno ancora metodologie di coinvolgimento attivo della classe, didattica inclusiva, rispetto per l'altro e per la diversità. Molta parte delle energie degli insegnanti nella scuola primaria, e ancor più nelle altre istituzioni scolastiche, sembra essere riservata al tentativo di tenere sotto controllo la classe, imporre il silenzio, evitare di muoversi. Ciascun insegnante ha le proprie strategie e i propri sistemi. Di solito queste metodologie non ufficiali e non condivise vanno sotto il nome generico di "requisiti di scolarità" ed hanno a che fare con la capacità di restare seduti ai banchi, di non disturbare, non alzarsi, rispettare l'insegnante, rispettare i compagni, ecc. Tutte le metodologie didattiche proposte utilizzano criteri di "scolarità" diversi e propongono la figura dell'insegnante come primus inter pares, vale a dire che l'insegnante assume la funzione di adulto di riferimento, competente e attento, punto di riferimento della classe, capace di ascolto attivo, capace di severità in caso di mancato rispetto delle regole, assumendo la funzione di esecutore delle sanzioni che la classe stessa ha accettato. Soprattutto l'insegnante diventa l'attivatore delle dinamiche del gruppo. Nelle condizioni di conduzione della classe in una maniera "tradizionale", banchi rivolti verso il docente, sguardo dei bambini di solito rivolto all'insegnante e sguardo dell'insegnante che, unico, riesce a tenere d'occhio l'intera classe, di solito accade che la classe funziona con una doppia modalità: quella ufficiale sotto gli occhi dell'insegnante, e quella sotterranea, nei rapporti tra gli alunni, strutturata in gruppi e sottogruppi, dominata da questo o quel caso particolare. Le problematiche, in questo assetto, sono attivate da specifici alunni e sembra che il problema sia tenere a bada questo o quel bambino, che, se non ci fosse, tutto andrebbe bene. Ma così non è. La vita della classe si dipana senza apparentemente l'insegnante se ne accorga o senza che quanto accada nei rapporti tra gli alunni nella classe possa essere in qualche modo controllato e/o cambiato dall'insegnante. Solo nei casi eclatanti interviene d'autorità l'insegnante e il Dirigente, ma allora, di solito, il danno è già fatto. Le metodologie di didattica attiva, con i continui cambi di assetto della classe, con il rimescolamento dei gruppi di lavoro, con gli incarichi e le responsabilità che girano e ruotano, con la didattica inclusiva, fanno dell'insegnante il reale attivatore delle dinamiche della classe e permettono di gestire in maniera diretta e, se si vuole, immediata, le problematiche che emergono. Naturalmente è importante il coinvolgimento dei genitori, l'informazione corretta e la gestione delle comunicazioni. Queste esperienze richiedono l'approvazione e la condivisione dei docenti della classe, del Dirigente scolastico, della scuola tutta. È importante che l'insegnante non si senta solo e isolato tra gli altri docenti. Se la scuola vuole essere un luogo in cui sia possibile risolvere i conflitti, inevitabili e persino utili, è estremamente importante che anche tra gli adulti venga dato il giusto e doveroso risalto alla risoluzione dei conflitti tra docenti, personale ATA e Dirigente. La maggior parte dei conflitti nella scuola, spesso, avviene per la compresenza di funzioni e per la generale tendenza alla valutazione e al giudizio. Così come l'insegnante valuta e giudica l'alunno, valuta e giudica anche il collega, in maniera silente o utilizzando i luoghi del confronto tra docenti per esternare rabbie e/o disdegnare rapporti. Se vogliamo che nella nostra scuola non ci siano episodi di bullismo, prevaricazione, di isolamento, di giudizio negativo, dobbiamo essere noi adulti per primi ad affrontare le inevitabili conflittualità e apprendere le modalità per la risoluzione dei conflitti. Dopo possiamo essere certi che anche i nostri alunni ci seguiranno. Altrimenti scopriremo che gli alunni, di solito, sono molto più pronti e aperti per sperimentare forme di gestione di conflitti di quanto possano fare gli insegnanti e, soprattutto, i genitori

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE**

L'aiuto e il sostegno reciproco, il concetto che si vince se tutti hanno svolto il compito e se ciascuno si impegna per aiutare l'altro.

La lettura del conflitto in atto che contiene preziose informazioni sui desideri e sulle necessità dell'altro; la possibilità di trovare soluzioni ai conflitti e la necessità di utilizzare le informazioni scaturite come momento di crescita personale e collettiva.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Gli alunni apprenderanno il senso e il valore della collaborazione attiva,
- apprenderanno che si può anche vincere senza che nessuno perda, che nella competitività c'è qualcuno che vince ma sicuramente ce ne sono molti altri che perdono, mentre ha un valore certamente diverso collaborare e vincere insieme;
- apprenderanno la risoluzione dei conflitti attraverso la libera discussione su quanto è accaduto e sulle necessità e bisogni che, di solito, si celano dietro ad un conflitto. Il conflitto diviene occasione di confronto e conoscenza, nonché di accettazione dell'altro e delle diversità.

## METODOLOGIA

Si usano ancora una volta metodologia di didattica attiva: circle time, gruppi di lavoro, brain storming, democrazia partecipata. Si introduce il gioco a somma non zero, vale a dire che quanto più si collabora tanto più si raggiunge il risultato, senza vincitori né vinti.

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

Tante cartoline o figure da riviste quanti sono i bambini. La lavagna o un tabellone, post it, penne.

## SPAZI e SETTING

Si può usare la classe, facendo mettere in cerchio i bambini.

## APERTURA (10 minuti)

Si richiamano le altre unità già svolte. L'insegnante comunica che l'argomento di questa unità è la risoluzione dei conflitti. Il conflitto non va evitato, porta con sé informazioni e bisogni preziosi dei soggetti, va quindi compreso ed elaborato, con l'accordo con la classe che, ad ogni manifestazione di conflitto, l'impegno è che, passato il primo momento di rabbia, la classe si sofferma sui motivi del conflitto e sui bisogni espressi e cercherà di trovare, nell'ambito della classe stessa, la soluzione alla risoluzione del conflitto e alle soluzioni per stemperare il clima di ostilità. Il conflitto può essere espressione di un bisogno interno, intrapsichico: il bisogno di affermarsi, una rabbia accumulata durante la giornata, il convincimento di essere oggetto di persecuzione, il desiderio di emergere in qualche modo; oppure può essere l'espressione di un conflitto tra persone. Si sviluppa tra due o più persone quando la soddisfazione di un desiderio o il conseguimento di un obiettivo da parte del singolo entra in contrasto con i desideri o gli obiettivi di altre persone. Il conflitto, a scuola, può esprimersi attraverso: atteggiamento di evitamento; interazioni aggressive; adozione di comportamenti non adeguati. Queste manifestazioni sono, in genere reazioni psicologiche di «paura» (ansia, fobie, ecc.), oppure reazioni fisiche e lamentazioni di malattie, o reazioni depressive

Il conflitto può avere le seguenti funzioni: funzione di «adulterità»; funzione di «trasgressione»; funzione di «visibilità». Per ognuna di queste funzioni è possibile, dopo una analisi del significato, provare a promuovere comportamenti più consoni e adatti, nel rispetto di se stessi e degli altri. Per fare questo si promuovono le «life skills», ossia le abilità cognitive, emotive e relazionali che consentono agli alunni di operare con competenza

sia sul piano individuale che su quello sociale, attraverso il potenziamento della comunicazione efficace, il potenziamento dell'autostima, dell'assertività e le abilità di «problem solving». Prima di iniziare ad elaborare le strategie per la risoluzione del conflitto, si propone alla classe una esercitazione per stabilire un clima di collaborazione e disponibilità reciproca.

## ATTIVITA' PRINCIPALI (45 minuti)

### Fase 1

Collaborazione per la coesione. Chiedete ai bambini di portare a scuola delle cartoline, oppure una pubblicità. Ciascun bambino dovrà avere una propria figura. Formate gruppi da 4 bambini con il solito sistema legato alla casualità. Date l'indicazione che ciascuna cartolina e/o figura dovrà essere strappata in 8 pezzi. I pezzi dovranno essere mischiati casualmente e poi verranno distribuiti casualmente, 8 pezzi a ciascun bambino. La consegna è di non parlare e non chiedere, ma è possibile scambiarsi i pezzi della figura che riguarda ciascun bambino solo attraverso l'offerta del pezzo, in silenzio e l'altro accetta dando un pezzo in cambio all'altro. Si vince solo quando ciascun bambino avrà potuto ricomporre la propria figura completamente, grazie all'aiuto silenzioso degli altri.

### Fase 2

Si prende in esame il contratto di classe stipulato ad inizio anno, che sicuramente sarà ancora appeso nella classe e si apre una discussione su come è andata, se è servito, se ci sono state situazioni in cui il contratto è saltato. Si definisce con la classe una delle situazioni che non si sono risolte o che il contratto di classe non ha previsto; si costituisce un piccolo gruppo di 5 bambini, scelti a caso fra volontari e si fa mettere in gruppo, il resto della classe si pone in un cerchio più grande attorno al piccolo gruppo. Il piccolo gruppo discute del problema non risolto e cerca di comprendere le ragioni di ciascuno. Il piccolo gruppo propone anche delle possibili soluzioni.

### Fase 3

Una volta trovato un accordo, un portavoce comunica al gruppo più grande la soluzione trovata e si discute sulla bontà della soluzione. A questo punto si può impegnare la classe nel verificare se il contratto di classe ha funzionato o se bisogna trovare delle nuove regole. L'insegnante raccoglie le idee di ciascuno, facendo in modo che si parli uno alla volta e che ci sia rispetto delle opinioni. Il gruppo si impegna nel trovare possibili soluzioni alle dispute, ragionando su premi e punizioni. L'insegnante dovrà far in modo di evidenziare che i premi e le punizioni riguardano la classe nel suo insieme e non sono previsti vantaggi o svantaggi per i singoli: il comportamento di ciascuno deve essere valutato in ragione della responsabilità nei riguardi della classe. Si può proporre alla classe di utilizzare questo metodo per risolvere i futuri conflitti nella classe e per facilitare la risoluzione delle dispute.

## IN BREVE

- Introduzione ai giochi non a somma zero in cui si vince collaborando;
- risolvere conflitti attraverso la collaborazione e la partecipazione attiva della classe;
- collaborare per trovare le soluzioni ai conflitti e per permettere che i protagonisti dei conflitti possano uscirne con reciproca soddisfazione e arricchimento.

## **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

<http://www.fondazionemarcobesso.it/wp-content/uploads/2016/10/Fondazione-Besso-Corso-Bullismo-e-Cyberbullismo-VI-incontro.pdf>

<https://vivalascuola.studenti.it/come-risolvere-i-conflitti-in-classe-197641.html>

<https://didatticapersuasiva.com/comunicazione/cooperazione-in-classe>

**STILI DI VITA PER LE CLASSI 5° elementari**

**COLLEGA-MENTI**

**MANUALE DOCENTE**

- **Moduli formativi per i docenti di Classe Quinta**



## MODULO 1

### PROMOZIONE DI STILI DI VITA SANI: LA COLLABORAZIONE E L'INTEGRAZIONE DEL GRUPPO

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Questa unità è finalizzata alla creazione di un clima di partecipazione attiva degli alunni; vengono indicati i postulati di base per la creazione di un clima positivo e comunicativo all'interno della classe. Il "qui e ora" della classe si regola sul concetto fondamentale dell'affermazione di stili di vita sani, non competitivi, collaborativi, con la valorizzazione delle diversità, della creatività, dell'accettazione dell'altro, dell'aiuto reciproco. Le 10 unità si basano su metodologie didattiche inclusive, partecipative, basate sulle life skills, didattica cooperativa e valutazione autentica. Questa unità propone, quale esempio di stile di vita, l'attenzione alla qualità delle relazioni all'interno del gruppo classe, in contrapposizione con la competitività e l'individualismo.

Si sottolinea come, a seguito della pandemia da Covid 19, dopo un anno scolastico molto difficile per tutti, sia molto importante recuperare soprattutto la qualità del rapporto nella classe e con la classe, per superare eventuali situazioni di marginalità, solitudine, eventuali lutti e difficoltà economiche. La classe diviene l'elemento positivo di appartenenza in cui sarà possibile vivere positivamente l'incontro con gli altri.

La presentazione di questa unità ha le stesse finalità e le stesse modalità di quanto proposto nelle classi terze della scuola primaria. Bisogna quindi introdurre una distinzione: per le classi quinte che non hanno mai partecipato al programma possono seguire le indicazioni con il numero 1; per le classi quinte che invece conoscono ed hanno già partecipato al programma e a questo specifico Strand negli anni passati, si daranno indicazioni diverse che saranno individuate con il numero 2.

Il senso del programma STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI è di promuovere il cambiamento ed il mantenimento di stili di vita appropriati che vengono consolidati nel tempo dall'adesione di ciascuna classe alle proposte del programma, facendo in modo che ciascun argomento venga assunto tra gli obiettivi della classe e consolidato nel corso del tempo e che gli obiettivi raggiunti rientrino nel programma didattico. L'intero programma costituisce soprattutto un suggerimento di conduzione del gruppo classe, attraverso metodologie didattiche attive, partecipative, inclusive.

Questa unità didattica e le altre che seguiranno dedicati alla promozione della salute e tutto il programma STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI prevedono metodi interattivi per lavorare a coppie o in piccoli e grandi gruppi. Il successo del programma dipenderà in larga misura dalla riuscita di queste attività interattive: in particolare dal modo in cui gli alunni si scambieranno idee ed emozioni e dalla loro capacità di discutere e condividere i propri pensieri in gruppo. Questo è il contributo degli studenti, mentre il ruolo dell'insegnante è quello di rafforzare la collaborazione positiva e l'interazione tra bambini in classe. Di seguito sono riportati alcuni promemoria e suggerimenti per le discussioni in classe.

**La discussione di gruppo disposti in cerchio.** Quando sono riuniti uno accanto all'altro in un piccolo cerchio, gli alunni parlano liberamente, ascoltano più intensamente, si sentono più strettamente legati e provano meno rivalità reciproca. Preparate un contesto per la

discussione sotto forma di cerchio chiuso (o serrato). Tra gli alunni non ci sono scrivanie. È preferibile usare le sedie su cui gli alunni si siedono normalmente. Quale valida alternativa, si possono disporre piccoli sgabelli in un angolo separato. Anche l'insegnante fa parte del cerchio e la prima volta deve spiegare il motivo per cui si usa questa disposizione.

**Ascolto reciproco.** Il cerchio consente di vedersi e ascoltarsi a vicenda in modo più diretto. Si sceglie questa disposizione perché si ritiene che gli alunni possano anche imparare gli uni dagli altri e non soltanto dall'insegnante.

**Apprezzamento.** Gli alunni che vengono apprezzati ed incoraggiati perché hanno contribuito alla discussione, anche con poche parole, acquistano fiducia in se stessi e saranno indotti a partecipare di nuovo in successive occasioni. Il senso di solidarietà tra alunni cresce se questi si rendono conto di poter influire sulle sensazioni positive di qualcun altro manifestando apprezzamento.

**Rivolgere domande.** Rivolgendo domande su ciò che un alunno dice, ripetendo o riformulando l'intervento con altre parole, gli altri alunni possono chiarire e comprendere ciò che quell'alunno intende dire. Si tratta di un aspetto importante nelle discussioni in cerchio, ma diventerà ancora più importante nelle attività in cui gli alunni lavoreranno in sottogruppi.

**Partecipazione dell'insegnante.** Unendosi alla discussione, l'insegnante fornisce un esempio, incoraggia la partecipazione attiva, premia gli alunni e dimostra che anche a lui/lei viene chiesto di mettersi in gioco come gli alunni.

**Alunni silenziosi.** Gli alunni silenziosi talvolta non intervengono ma stanno comunque apprendendo ascoltando i loro compagni mentre altri, più estroversi, apprendono intervenendo. Invece altri alunni che restano in silenzio in realtà vorrebbero partecipare, ma sono timidi. Si raccomanda di stimolare la partecipazione di tutti gli studenti, senza tuttavia forzare e mettere in imbarazzo l'alunno. Una tecnica per coinvolgere gli alunni silenziosi consiste nell'incoraggiarli a bisbigliare la propria idea nell'orecchio del compagno che siede accanto, che a sua volta dirà ad alta voce ciò che ha sentito.

**Silenzio.** Un intervallo silenzioso nella conversazione non significa che il processo di apprendimento si sia interrotto. Gli alunni stanno pensando. Si può rendere il silenzio più tollerabile sottolineando esplicitamente il momento di riflessione: «Adesso pensiamoci su tutti insieme».

**Il diritto di passare la mano.** Se si fanno domande su esperienze, pensieri o sentimenti personali, si deve concedere agli alunni il diritto di non rispondere e di passare la mano. Non devono essere costretti a dire qualcosa di confidenziale o che potrebbe imbarazzarli. È una decisione che spetta agli alunni, ma l'insegnante può influire ponendo la domanda in modo sensibile ed esplicitando regole di rispetto reciproco per la classe.

**Evitare la derisione.** Niente può essere più frustrante ed umiliante per gli alunni che sentirsi ridicolizzati in modo esplicito o implicito. È evidente che ogni insegnante deve impedire che un alunno rida in faccia a un altro compagno per un sentimento che quest'ultimo ha espresso; tuttavia, la realtà è più complessa, come si sarà certamente constatato, lavorando con i bambini. Quando l'insegnante nota atti di umiliazione o di scherno, compiuti di nascosto o in modo subdolo, deve parlare apertamente di ciò che è successo. In tali occasioni il ruolo dell'insegnante è quello di garantire protezione e sicurezza all'alunno nel gruppo in modo che l'attività in classe possa funzionare come luogo protetto per sperimentare le abilità sociali e personali.

**Coinvolgimento della famiglia.** È ovvio che parlare a casa delle attività di prevenzione svolte in classe non è sufficiente perché le abilità apprese a scuola possano essere applicate

al contesto familiare. Talvolta si possono avere anche conseguenze indesiderate, per evitare le quali si raccomanda di informare i genitori sul programma in corso.

**Valori.** In qualità di insegnante si deve rispondere alle domande relative ai valori in buona coscienza. I ragazzi vogliono conoscere l'opinione dei loro insegnanti, tuttavia si deve lasciare loro la libertà di pensare, riflettere e formarsi un'opinione autonoma. Il confronto con il gruppo e con l'insegnante è fondamentale per favorire lo sviluppo di valori condivisi.

**Favorire la discussione.** L'insegnante deve cercare di fare domande per promuovere la discussione e stimolare tutti gli alunni a partecipare alla discussione. In queste unità l'obiettivo spesso non è quello di trovare le risposte giuste, ma di avere l'opportunità di imparare attraverso il punto di vista di altre persone.

**Motivazione e ispirazione.** L'entusiasmo dell'insegnante sarà determinante nel motivare e coinvolgere il gruppo. L'insegnante deve quindi prepararsi anche mentalmente per le attività e cercare di trovare le parole e le modalità per indurre gli alunni a partecipare.

## NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

Il concetto di partecipazione attiva, il rispetto per se stessi e per gli altri, la costruzione delle regole e il loro rispetto; la conoscenza del proprio corpo; la motivazione e la positività della partecipazione al programma complessivo.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Gli alunni riceveranno un'introduzione all'intero programma e alle modalità di svolgimento;
- stabiliranno obiettivi e regole per il programma complessivo;
- il primo obiettivo da ottenere è che il lavorare sulla salute passa attraverso la promozione di stili di vita sani in classe e con i propri coetanei, nel creare un clima di classe positivo;
- riflettere sulle proprie conoscenze in merito agli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile per il 2030 e comprendere che questi obiettivi riguardano il loro presente e vengono perseguiti attraverso l'adesione della classe a comportamenti adeguati agli obiettivi.

## METODOLOGIA

Si forma il gruppo attraverso la formazione del cerchio in modo tale che ciascun alunno possa vedere tutti i coetanei ed in modo tale che il docente possa essere visto e vedere tutti. Promuovere la partecipazione attiva e l'assunzione di responsabilità attraverso la condivisione delle regole del gioco, la discussione in gruppo, la valorizzazione di ciascun contributo, senza alcun commento e giudizio. Attenzione: per le classi che hanno già partecipato a questo programma in terza elementare, sono state previste modalità diverse rispetto al classico "gomitolo".

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

- Un gomitolo (o una palla, nel caso 2)
- Un cartellone con i titoli di tutte le unità

- Tre grandi fogli di carta per documentare la discussione, le aspettative e le regole su cui la classe si è accordata.

## SPAZI e SETTING

Serve un'aula abbastanza grande che permetta la disposizione a cerchio della classe. Una volta individuata sarebbe molto importante mantenerla nel tempo.

## APERTURA (5 minuti)

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI. Descrivere quello che verrà fatto nel corso dell'intero programma e, nello specifico, quello che verrà fatto durante questa ora; spiegate in che cosa consiste il programma e come è organizzato.

## ATTIVITA' PRINCIPALI (40 minuti)

### Fase 1

- 1) Gioco del gomito** (per le classi quindi che **non hanno partecipato** a precedenti edizioni di STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI): tutti in piedi, si crea un cerchio il più stretto e serrato possibile. Si utilizza un gomito per presentarsi al gruppo. Ciascuno a turno si presenterà dicendo "nome, luogo di provenienza, una cosa bella che fa o che gli piace fare"; al termine della propria presentazione ciascuno dovrà mantenere per tutto il tempo del gioco un'estremità del gomito e con l'altra mano lanciarlo ad un altro membro del gruppo, che a sua volta si presenterà e lancerà il gomito, senza mai lasciare l'estremità del gomito, uno di seguito all'altro in modo tale che alla fine del giro di presentazioni si venga a creare una rete. Dopo che si è creata la rete, per sbrogliarla si seguirà lo stesso ordine ma al contrario: si riparte dall'ultimo che prima di rilanciare il gomito deve ricordare solo un'informazione della persona da cui ha ricevuto il gomito, e così via, fino a ritornare al primo.
- 2) UP e Down** (per le classi quinte che **hanno già partecipato** a STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI): tutti in piedi e si crea un cerchio. Il docente utilizza una pallina o un gomito, senza dipanarlo e riferisce al gruppo un motivo per il quale oggi mi sento bene e un motivo per il quale non sono felice. La palla viene lanciata dove si vuole e ciascun bambino informerà il gruppo di un motivo per cui oggi mi sento felice e un motivo per cui oggi non sono felice. Si dovrà fare in modo che tutti gli alunni partecipino.

### Fase 2

- 1)** Per le classi che per la prima volta si cimentano nel programma: lavorare in piccoli gruppi su: "Come vuoi stare in classe": dividete la classe in 4-5 piccoli gruppi di un numero massimo di 6 alunni. Possibili attività per dividerli in gruppi: gusti dei gelati preferiti, o mesi di nascita; è importante che la costituzione dei gruppi sia casuale e spontanea in base a

criteri neutri. Dite agli alunni di discutere in piccolo gruppo ciò che si aspettano di ottenere dalla partecipazione a questo programma, vale a dire:

- Che cosa ci aspettiamo di imparare?
  - Quale esperienza ci aspettiamo di fare? Quali regole è necessario stabilire per realizzare questi obiettivi?
- 2) Per le classi che hanno già partecipato al programma in terza elementare: lavorare in piccoli gruppi riprendendo il contratto di classe a suo tempo stipulato con il compito di valutare quello che ha funzionato e quello che invece non ha funzionato. Ciascun gruppo lavora per proprio conto, poi si torna in plenaria con un portavoce di ciascun gruppo che evidenzia cosa ha funzionato e cosa no. L'insegnante provvede a raggruppare le risposte per categorie.

### Fase 3

- 1) Per le classi che per la prima volta si cimentano nel programma: Creare il contratto di classe.

Nel cerchio ciascun gruppo, attraverso un delegato, espone il lavoro svolto, le aspettative e le regole vengono scritte su due distinti fogli di carta. Commentate le aspettative e discutete con la classe se possono essere raggiunte con le attività del Programma STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI. Raccogliete le regole proposte e verificate insieme agli alunni se sono condivise; lavorate sulla sintesi e arrivate all'approvazione del contratto di classe che dovrà essere controfirmato da tutti gli alunni e posto in bella vista nella classe. Sarebbe molto importante se queste regole riguardassero anche la vita scolastica nel suo complesso piuttosto che le singole ore dedicate al programma.

- 2) Per le classi che hanno già partecipato al programma in terza elementare: Rivedere il contratto di classe

Si tornano a formare i sottogruppi, utilizzando un criterio casuale. Ogni gruppo avrà il compito di rivedere il contratto per un singolo aspetto che non ha funzionato, provando a riformulare il contratto. Al termine del lavoro si torna in plenaria, in cerchio, e un portavoce comunica il lavoro svolto dal gruppo.

### Fase 4

- 1) Per le classi che per la prima volta si cimentano nel programma: Conclusioni: riepilogate le attività svolte, quello che è venuto fuori dal loro lavoro, lo stimolo positivo rispetto al lavoro della classe. Costruzione di una griglia di valutazione del funzionamento del contratto di classe, da utilizzare per un periodo preordinato e da verificare, discutere ed eventualmente rivedere per essere nuovamente controfirmate.
- 2) Per le classi che hanno già partecipato al programma in terza elementare: La classe riformula il contratto, lo discute e lo approva. Ciascun alunno e l'insegnante firmano di nuovo il contratto.

## VALUTAZIONE

In questo caso la valutazione è insita nelle modalità di svolgimento del lavoro, vale a dire che i risultati sono i 3 tabelloni e la sottoscrizione del contratto di classe. Potrebbe essere utile concordare un tempo di verifica per il funzionamento del contratto (dopo 3-5 unità p.e.) e, nel caso, rivedere il contratto.

### **CHIUSURA (5 minuti)**

In questo caso non vengono assegnati compiti ulteriori, le attività proposte si esauriscono nel tempo previsto, ma rimangono in termini di comportamenti acquisiti. Presentare le unità successive e cercare i legami tra questa unità e quella che segue.

### **IN BREVE**

- Introdurre lo scopo e il contenuto del programma
- Chiarire le aspettative
- Definire e discutere le regole e firmare il contratto di classe.

In riferimento agli SDGs: obiettivo 4, obiettivo 17, obiettivo 16, obiettivo 10

### **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

[http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea\\_EducationMaterial.aspx](http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea_EducationMaterial.aspx)

[www.eudap.net](http://www.eudap.net)

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/unplugged/materiale-informativo>

[http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3\\_gentile\\_2006\\_clima\\_costruzione\\_gruppo\\_classe\\_1.pdf](http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3_gentile_2006_clima_costruzione_gruppo_classe_1.pdf)

<https://asvis.it>

## MODULO 2

### **PROMOZIONE DI STILI DI VITA SANI: RAFFORZARE L'ASSERTIVITÀ E LA CAPACITÀ DI RESISTERE ALLE CATTIVE INFLUENZE**

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE**

Le unità che seguono propongono specifici contenuti attraverso metodologie di lavoro improntate alla didattica inclusiva e partecipativa, alle life skills, alle cooperative learning, alla democrazia diretta. In tutti i programmi di prevenzione basati sul modello dell'influenza sociale lo sviluppo e il rafforzamento dell'assertività sono componenti essenziali per imparare a gestire le influenze sociali. Questa unità permetterà agli alunni di imparare l'assertività e di esercitarsi a svilupparla in se stessi per poter affrontare in futuro possibili situazioni di rischio. Si consiglia di utilizzare questa seconda unità per il completamento della prima, per la corretta e completa definizione del contratto di classe. Per i contenuti specifici dell'unità, all'età di 10 anni si presume e si spera che non si siano ancora strutturati comportamenti oppositivi e pratiche pericolose (fumare, bere birra, alcol o altro, sostanze psicotrope), ma non possiamo dimenticare che questi bambini vivono in contesti familiari in cui, forse, ci sono persone che fumano, che bevono alcol, che usano sostanze o assumono psicofarmaci. In contesti familiari di questo tipo aumentano le probabilità che anche i figli possano assumere comportamenti non salutari. Cerchiamo di proteggerli facendo in modo che possano sentirsi confortati nel resistere alle tentazioni e nell'operare una distinzione netta tra i comportamenti non salutari dei famigliari e i loro comportamenti.

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE**

Gli alunni...

- individueranno le circostanze in cui sono assertivi;
- forniranno e raccoglieranno esempi di espressioni di assertività;
- impareranno come difendere i propri diritti;
- svilupperanno il rispetto per i diritti e le opinioni degli altri.

#### **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

- Gli alunni apprenderanno il valore e l'importanza dell'assertività;
- si eserciteranno su situazioni problematiche che richiedono risposte assertive.

#### **METODOLOGIA**

La metodologia di lavoro si basa inizialmente sul lavoro individuale e successivamente sul confronto di piccolo e grande gruppo, con la costruzione di una modalità di convergenza e di accordo nelle decisioni.

## **STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE**

Quaderno personale, lavagna, fogli A 4, Allegato 1, Allegato 2.

## **SPAZI e SETTING**

Serve un'aula abbastanza grande che permetta la disposizione a cerchio della classe. Una volta individuata sarebbe molto importante mantenerla nel tempo.

## **APERTURA (10 minuti)**

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI. Iniziate con un breve riesame dell'unità precedente. Discussione condotta dall'insegnante:

1. Spiegate che se avete un'opinione o una convinzione non sempre è facile esprimerla in un gruppo. In ogni gruppo ci sono persone che cercano di influenzare il comportamento degli altri. Insegnare agli studenti ad essere assertivi in maniera efficace può essere un passo importante per prevenire situazioni pericolose. Essere assertivi può significare difendersi dalla pressione dei pari, ma anche da quella di altri fattori, ad esempio la pubblicità. Essere assertivi è necessario per far valere le proprie opinioni e convinzioni, senza che questo comporti un conflitto.

2. Il livello di assertività varia da una persona all'altra. Ci sono certamente situazioni in cui si è assertivi. Prendiamo un esempio: vostra sorella entra nella vostra stanza e inizia a cercare qualcosa con cui giocare, facendovi innervosire perché tentate di concentrarvi sul compito da fare. Che cosa le dite? Reagireste allo stesso modo con i vostri genitori?

3. Considerate il prossimo esempio: uno dei vostri migliori amici sembra non avere mai una penna per prendere appunti durante le lezioni e ve ne chiede sempre una in prestito. Non sarebbe un problema, se solo la penna vi venisse restituita al termine della lezione. Per questo motivo, in futuro non volete più prestare penne al vostro amico, tuttavia non volete neppure urtare i suoi sentimenti. Che cosa dite al vostro amico quando ve la chiede di nuovo? È più facile essere assertivi in questa situazione o in quella riguardante vostra sorella?

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (35 minuti)**

### **Fase 1**

Quando sono assertivo?

Consegnare agli alunni la scheda "Allegato 1" (in alternativa si può far vedere dalla lim e scrivere le risposte a mano).

Dite agli alunni di descrivere situazioni in cui sono assertivi nell'attività "FACCIO VALERE LA MIA OPINIONE..."



... con queste persone (segna tutte le risposte valide)

- estranei
- genitori
- insegnanti
- fratelli e sorelle
- altri, cioè...

... in queste situazioni

- nelle attività sportive
- a casa
- a scuola
- a una festa
- altrove, cioè

... quando mi sento

- sicuro di me
- coraggioso
- a mio agio
- diversamente, cioè...

## Fase 2

Esercitarsi con affermazioni di rifiuto (usate questo elenco di esempi, quale ausilio).

ESEMPI DI RIFIUTO. Consegnare agli alunni la scheda "Allegato 2" (in alternativa si può far vedere dalla lim e scrivere le risposte a mano).

Quando vuoi rifiutare l'offerta di una sigaretta, di una bevanda alcolica o di altre cose proibite, non sentirti obbligato a giustificarti. Hai la tua opinione. Perché sia solida e chiara, pensa ai motivi e agli argomenti che sono alla base della risposta che dai.

Crea il tuo modo di dire no, secondo il tuo stile personale.

No, non voglio fumare, perché...

- Le sigarette contengono troppi additivi chimici di cui nessuno sa nulla
- Voglio avere l'alito fresco

- Costa troppo rispetto al piacere che mi dà
- A causa del fumo, ad alcuni miei amici più grandi manca sempre il fiato
- L'industria che produce sigarette diffonde sistematicamente false informazioni
- Penso sia stupido
- Non ne ho proprio voglia
- Fa venire il cancro
- Non posso comprare sigarette, quindi non mi interessano
- Non voglio diventarne dipendente
- Sono un cantante, un atleta, eccetera, e non voglio fumare
- Sembrerei più intelligente!? Lo pensi davvero?
- No e basta

No, non voglio bere alcol, perché...

- Posso divertirmi anche senza...
- Alcune persone che conosco hanno seri problemi a causa dell'alcol
- Voglio mantenere il controllo fisico e mentale
- Preferisco una bevanda analcolica
- Perché poi sembra rimbambito/a
- Alcune persone quando bevono diventano troppo aggressive e violente ed io non voglio essere così
- Succedono molti incidenti quando si bevono alcolici
- Domani ho l'allenamento con la mia squadra
- No e basta

No, non voglio usare droghe, perché...

- Interagiscono con il cervello e non si riesce a mantenere veramente il controllo
- La mia immaginazione funziona senza l'aiuto delle droghe
- Costa troppo
- Voglio mantenere il controllo fisico e mentale
- Non si può mai sapere quali schifezze ci mescolino davvero insieme
- Non voglio diventarne dipendente

Domani ho l'allenamento con la mia squadra

No e basta

### Fase 3

Discussione condotta dall'insegnante: essere assertivi non significa sempre creare situazioni di conflitto, tuttavia talvolta si ritiene di dover intervenire e affrontare una situazione con una risposta negativa.

Vengono presentate alcune situazioni che possono essere simili a situazioni vissute. Gli esempi della fase 1 e 2 hanno lo scopo di ridurre al minimo le possibilità di un conflitto, consentendo di ottenere ciò che si vuole davvero e allo stesso tempo di fare bella figura con i propri compagni. Cercate di considerare la cultura e lo stile di vita degli alunni.

Dividete gli alunni in gruppi di cinque per lavorare su uno dei seguenti esempi di situazioni in cui è necessaria una risposta assertiva. Sono situazioni di "vita quotidiana" legate alla necessità di difendere le opinioni personali.

Leggete le cinque situazioni seguenti alla classe e invitate gli alunni a fornire altri esempi pertinenti.

- 1) Trascorri le vacanze di Pasqua in un villaggio in cui si praticano sport acquatici dove c'è solo un altro tuo amico. Tu e il tuo amico non fumate. Due altri compagni di villaggio, appena conosciuti, vi offrono una sigaretta. Voi non volete fumare.
- 2) Sei a casa e i tuoi genitori sono usciti per la serata. Sanno che alcuni amici verranno a trovarti per guardare un DVD. Uno di loro ha una bottiglia di vino e vuole berla in compagnia. Non vuoi che nessuno beva in casa tua.
- 3) Sei con amici e hai voglia di giocare con loro all'aperto, in un gioco di gruppo, a pallone o a pallavolo, ma alcuni amici stanno giocando, ognuno per conto proprio, con il telefonino, altri chattano e si fa una grande fatica a giocare insieme. Non vuoi che ognuno stia per conto proprio con il proprio telefonino.
- 4) Un caro amico ha bisogno di soldi per restituirli a un compagno di scuola che gli aveva prestato 10 euro. Chiede a te di prestargli questa somma. Sai che probabilmente non ti restituirà i soldi perché ha già fatto la stessa cosa con molti altri amici. Esiti, pertanto, a dargli i tuoi 10 euro meritatamente guadagnati.
- 5) Durante una gita scolastica hai due ore libere a disposizione in una grande città. Nel gruppo c'è solo uno dei tuoi migliori amici. Avete circa 10 euro ciascuno. Una delle persone del gruppo propone di passare il tempo in un parco divertimenti. In realtà tu vuoi passare il tempo a girare per i negozi per comprare qualcosa.

Chiedete a ciascun gruppo di scegliere una situazione o di crearne una nuova. I membri del gruppo si dividono i ruoli e cercano di dare due risposte assertive e allo stesso tempo rispettose delle opinioni degli altri. Cercano di trovare delle risposte autentiche e "naturali". Ciascun gruppo si eserciterà con esempi di risposte assertive adeguate alla propria situazione.

Le risposte assertive fornite durante questa attività devono essere scritte sulla lavagna ed esaminate.

### VALUTAZIONE (10 minuti)

Chiedete agli alunni di completare le seguenti frasi nel proprio quaderno.

- Una cosa che ho imparato in questa unità è...
- Ciò che volevo dire nell'unità, ma non ho avuto l'opportunità di fare, era che...
- Una cosa che ricordo di qualcun altro durante l'unità è...
- Qualcosa di me stesso che mi ha sorpreso...
- Se c'è qualcosa di cui voglio ancora parlare, cercherò di parlarne con...

### CHIUSURA (5 minuti)

Spiegate che tutti hanno bisogno di praticare l'assertività e di imparare a dare risposte assertive. La vita reale è la migliore opportunità per rafforzare ciò che è stato appreso. Chiedete agli alunni di usare le risposte assertive in alcune situazioni reali in cui potranno trovarsi nei prossimi giorni...

### IN BREVE

- Individuate situazioni in cui si può essere assertivi.
- Fornite esempi di risposte assertive.
- Ciascun gruppo sceglie una situazione e prova varie risposte assertive per determinarne due.
- Ciascun gruppo mostra i risultati scrivendo la risposta assertiva sulla lavagna (o in alternativa attraverso un gioco di ruolo).
- Valutazione/riflessione personale.

In riferimento agli SDGs: obiettivo 4, obiettivo 17, obiettivo 16, obiettivo 10

### BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

[http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea\\_EducationMaterial.aspx](http://www.eudap.net/Reserved/ReservedArea_EducationMaterial.aspx)  
[www.eudap.net](http://www.eudap.net)

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/unplugged/materiale-informativo>

[http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3\\_gentile\\_2006\\_clima\\_costruzione\\_gruppo\\_classe\\_1.pdf](http://provveditorato.racine.ra.it/servizi/cantieri2013/f3_gentile_2006_clima_costruzione_gruppo_classe_1.pdf)

## MODULO 3

### IDENTITÀ DI GENERE ED EDUCAZIONE AFFETTIVA

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Proviamo ad affrontare una tematica poco praticata nella scuola italiana e per questa classe di età. Non ci sono molti altri esempi, ma abbiamo ritenuto che, piuttosto che affrontare tematiche quali il bullismo, la violenza di genere, l'identità sessuale, sia preferibile passare attraverso un approccio di promozione di salute ed educare al genere. In questo percorso ci siamo fatti guidare da alcune esperienze e laboratori e dal contributo della Dott.ssa Graziella Priulla. Dal punto di vista storico, nelle culture occidentali sono due i modi principali di accostarsi alle differenze di genere in ambito educativo. Il primo è **conservatore**: la differenza tra uomo e donna è vista come biologica e naturale, e perciò immutabile. Da questo punto di vista l'educazione è vista come un mezzo per socializzare ed educare bambini e bambine entro i loro ruoli 'naturali' di uomini (quelli che guadagnano, lavorano, sono capifamiglia), e di donne (che nutrono, curano, si dedicano alla famiglia). Il secondo approccio, quello **progressista**, ritiene che i ruoli sociali di uomini e donne siano largamente plasmati da fattori storici, culturali e sociali, e che perciò si modifichino costantemente col cambiare della società. Oggi la costruzione delle identità è più complessa e più ricca rispetto al passato, eppure in troppi punti è ancora influenzata dalle antiche, anzi arcaiche modalità di costruzione dei generi, che vengono trasmesse per inerzia dalle agenzie di socializzazione, famiglia in testa e poi scuola, mass media, pubblicità, gruppo dei pari.

Come si fa a contribuire all'evoluzione democratica di una società, se le competenze di chi va a insegnare non prevedono la conoscenza del percorso storico, culturale, sociale e politico di metà della popolazione? In che modo si possono formare giovani cittadine forti e consapevoli, quando le discipline scolastiche non parlano di loro, non parlano a loro? Ci sono molte donne - e anche alcuni uomini - che insegnando dedicano tempo e intelligenza a ripensare il linguaggio, a rivisitare le discipline e a far emergere la componente femminile della storia e del pensiero umano; tuttavia, le istituzioni sono singolarmente vuote di parole di genere, e questo rende il lavoro di quelle docenti faticoso, frammentario e invisibile. Dall'altro lato anche la cultura maschile è ricca di stereotipi e alimenta una modalità "forte" di approccio alla vita, coltivando sentimenti di esclusione, eroismo, conflittualità, forza. La cultura femminista ha saputo costruire in questi ultimi anni una nuova visione e possibilità per la donna, nel contempo, non si è assistito ad una analoga revisione del modo di essere maschio. Con poche eccezioni, tutti i paesi europei hanno politiche di uguaglianza di genere in ambito educativo. Quelli che non le hanno sono Estonia, Italia, Ungheria, Polonia e Slovacchia. Mentre i nostri programmi scolastici continuano a ignorare l'importanza degli studi di genere e a presentare l'illusione di un sapere neutro e asessuato, la realtà concreta di chi fa scuola si confronta quotidianamente con le domande d'attualità sulle trasformazioni nei ruoli di genere e, più in generale, con la necessità di impostare organicamente il tema delle relazioni tra donne e uomini nel tempo e nello spazio. Anche in questo caso, questa unità vuole essere solo uno stimolo ed un esempio, sarebbe molto importante che la cultura del genere permeasse l'agire ed i contenuti quotidiani nella classe e che, soprattutto, i docenti fossero consapevoli e soggetti attivi nel promuovere una cultura di genere basata sul

rispetto, la flessibilità, la lotta agli stereotipi. Non abbiamo molti esempi, ma sarebbe molto importante se, dopo tanti anni di favolosa cultura femminile, crescesse anche una cultura di identità di genere maschile improntata ad una virilità dolce, con una buona conoscenza del corpo maschile, senza lasciare spazio ad ambivalenze e ad una cultura “forte” e di “sopraffazione”. Si consiglia di preparare il modulo anche studiando i documenti consigliati.

## NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE

Un confronto aperto e franco rispetto agli stereotipi di come essere maschio e di come essere femmina, sulle caratteristiche dell'uno e dell'altra; capacità di accoglienza della diversità, diversità come ricchezza piuttosto che come marginalità e limite; condivisione dei comportamenti e risoluzione dei conflitti (pensare in maniera diversa arricchisce, non bisogna pensare tutti alla stessa maniera), rispetto reciproco.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- **capacità di gestione dei conflitti** (cos'è la violenza, tipi di violenza, differenza conflitto-violenza, gestione delle situazioni di conflitto etc.);
- **analisi dell'immagine della donna e dell'uomo nei media;**
- **abbattimento degli stereotipi di genere** (quali sono gli stereotipi e come sfatarli);
- **cyberbullismo** (come difendersi e non offendere):
- **educazione all'affettività e microbullismo** (stare insieme, gestione dell'abbandono, tutela di sé, potenziamento competenze personali etc.)
- **codifica del linguaggio verbale e non verbale.**

## METODOLOGIA

Questa unità utilizza due metodologie: il lavoro individuale tramite disegni e testi che richiedono l'impegno individuale e la discussione di gruppo con il docente che conduce. Il ruolo del docente è molto importante nel momento della discussione, deve garantire la partecipazione di tutti gli alunni, frenare commenti e giudizi e imporre un ritmo sostenuto, senza commenti mentre prende nota delle descrizioni. Si consiglia l'uso della lavagna per prendere nota delle caratteristiche, radunare descrizioni simili, semplificare le descrizioni, in maniera tale che alla fine venga fuori un profilo condiviso delle caratteristiche maschili e femminili. Altro ruolo importante sarà quello di dirigere la discussione, aiutare nelle difficoltà di espressione, sottolineare le caratteristiche, le similitudini e/o le differenze di genere più importanti, sollecitando il gruppo ad evidenziare le similitudini piuttosto che le supposte differenze di genere. Il secondo esercizio può essere svolto in un altro momento, è probabile che il primo lavoro possa prendere l'intera ora, ma sarebbe molto importante favorire anche il secondo esercizio. Può essere relativamente semplice cercare legami con il normale programma scolastico.

## STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE

Fogli A4, colori, lavagna, gessi colorati.

## **SPAZI e SETTING**

Non ci sono indicazioni, l'attività va svolta in classe, con l'unica accortezza di creare spazio tra i banchi per permettere i movimenti, minimi, previsti.

## **APERTURA (5 minuti)**

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI. Introdurre la tematica della distinzione di genere, il femminile ed il maschile, quanto di più vicino e quotidiano possa esserci e di come possano facilmente passare stereotipi e modi di ragionare che influenzano, nel bene e nel male, i comportamenti e le abitudini. La violenza di genere, il bullismo, la derisione passano spesso attraverso attacchi all'identità di genere, alla mancata accettazione dell'altro, e si inizia da maschio/femmina, fino al punto che l'adesione stereotipale di comportamenti e mentalità impedisce, di fatto, una riflessione sulla propria identità. L'argomento dell'unità è l'accettazione e la comprensione di se stessi tramite l'accettazione dell'altro.

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (30 minuti)**

### **Fase 1**

Lavoro individuale: si divide la classe in due: se la classe lo permette, la si divide in maschi e femmine, altrimenti si divide arbitrariamente in due. A metà classe (quella composta dai maschi) si dà la consegna: "Disegna una donna e scrivi tutte le cose che secondo te può fare e quelle che non può fare e perché." All'altra metà della classe (quella femminile) si dà la consegna: "Disegna un uomo e scrivi tutte le cose che secondo te può fare e quelle che non può fare e perché."

### **Fase 2**

Discussione su quello che è stato proposto e su cosa è possibile o è impossibile fare per l'uomo e la donna. Il docente inizia da uno dei due gruppi e raccoglie alla lavagna le caratteristiche che man mano tutti i componenti del gruppo danno, prima della donna, o poi dell'uomo. Il docente dovrà raggruppare le risposte simili, proporre categorie simili; è importante raccogliere tutti i contributi, senza alcun commento e, soprattutto, giudizio. Tutto viene trattato con rispetto e dando la giusta importanza. Si lavora con la classe sulle similitudini e sulle differenze, cercando di far comprendere alla classe che molte delle differenze supposte non siano veritiere; che cosa effettivamente differenzia la donna dall'uomo? Cos'è che una donna può fare o non può fare in più dell'uomo. Anche se l'attenzione è posta soprattutto sull'emersione delle competenze femminili, bisogna aiutare il gruppo a costruire un profilo maschile, non maschilista

### **Fase 3**

Sarebbe molto importante recuperare un tempo per un secondo esercizio, che funziona da verifica della comprensione del lavoro del gruppo: assegnare un compito individuale, diverso eppure uguale, per le femmine: “Che differenze ci sono tra te e un maschio. Racconta e se vuoi disegna” e per i maschi: “Che differenze ci sono tra te e una femmina. Racconta e se vuoi disegna”.

### **VALUTAZIONE (5 minuti)**

Predisporre un questionario di gradimento molto semplice per la valutazione dell'attività.

### **CHIUSURA (5 minuti)**

Sarebbe molto importante utilizzare questo spazio per programmare ulteriori approfondimenti dell'argomento, così come si può ipotizzare di utilizzare la metodologia del lavoro individuale e del confronto in grande gruppo per la trattazione di argomenti disciplinari e/o per affrontare situazioni di particolare importanza (risoluzione dei conflitti, partecipazione a grandi eventi significativi, gestione del lutto, ecc.). Va comunque elogiata la classe per il lavoro svolto, per l'impegno profuso e le soluzioni trovate. Anche in questo caso è fondamentale la discussione in gruppo dei risultati emersi, favorendo il confronto e l'abbattimento degli stereotipi culturali. Si consiglia di utilizzare il normale orario curricolare e di considerarlo una prova di italiano, scienze, religione, storia. Sarebbe molto importante se questo lavoro fosse svolto in accordo come Consiglio di Classe e ripreso all'interno delle singole discipline per gli specifici disciplinari.

### **IN BREVE**

- Gli alunni apprendono il confronto in grande gruppo;
- apprendono l'accettazione dell'altro e delle sue opinioni;
- apprendono la risoluzione dei conflitti;
- riflettono sulle modalità e sulle credenze rispetto all'essere uomo o donna, il rispetto delle diversità e imparano a riflettere su loro stessi;
- apprendono come sia possibile risolvere conflitti senza derisione o stereotipi.

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

### **BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA ESSENZIALE**

M.G. Passuello, V. Longo, A scuola di genere. Esperienze di prevenzione della violenza di genere realizzate nelle scuole superiori (2011), FrancoAngeli;  
E. Besozzi: Il genere come risorsa comunicativa (2003) FrancoAngeli  
R. Gallelli: Educare alle differenze. Il gioco e il giocare nella didattica inclusiva  
R. Bianchieri: Educare alle differenze. Un percorso nelle scuole medie (2012) ETS  
G. Priulla: C'è differenza. Identità di genere e linguaggi: storie, corpi, immagini e parole



(2015) FrancoAngeli;  
I. Biemmi Genere e processi formativi. Sguardi femminili e maschili sulla professione di insegnante (2009) ETS;  
C. Vidal, D. Benoit Broways: Il sesso del cervello. Vincoli biologici e culturali nelle differenze tra uomo e donna (2006) Dedalo  
[http://www.comune.lentini.sr.it/piazzatel/azione\\_positiva/corso\\_priulla/02.Educare%20al%20genere.pdf](http://www.comune.lentini.sr.it/piazzatel/azione_positiva/corso_priulla/02.Educare%20al%20genere.pdf)  
<https://www.osservatoriogender.it/documenti-gender/standard-per-leducazione-sessuale-in-europa/>  
[https://parita.regione.emilia-romagna.it/documentazione/documentazione-temi/documentazione-stereotipi-di-generericerca\\_stereotipi\\_infanzieReport\\_ParteTerza\\_Allegati.pdf](https://parita.regione.emilia-romagna.it/documentazione/documentazione-temi/documentazione-stereotipi-di-generericerca_stereotipi_infanzieReport_ParteTerza_Allegati.pdf)  
<https://francescadellevedove.files.wordpress.com/2012/03/laboratorio-gli-stereotipi-di-genero-in-bambini-ed-adulti-veneziam.pdf>

## **MODULO 4**

### **CARTA DEI DIRITTI DEL FANCIULLO E NUOVI DIRITTI**

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE**

Dal 2011 in Italia è stata istituita l'Autorità Garante dei Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza, con il preciso compito di garantire i diritti verso il fanciullo, inteso come minore di 18 anni, così come sancito dalla Convenzione sui Diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, approvata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 20 novembre 1989, ratificata dall'Italia con legge n. 176 del 27 maggio 1991, pubblicata sulla Gazzetta Ufficiale dell'11 giugno 1991, n. 35. Piuttosto che con "fanciullo", nel titolo si è preferito tradurre il termine "child" con "infanzia e adolescenza" poiché la Convenzione riguarda tutte le persone di minore età (da zero a diciotto anni).

Questa unità vuole presentare questa Carta dei diritti e propone di far lavorare gli alunni verso la ricerca di nuovi diritti non ancora sanciti. Nella unità aggiuntiva ci concentreremo invece su quali possono essere i "doveri", corollario necessario e coerente ai diritti, alla stessa stregua dei diritti e doveri di ciascun buon cittadino.

#### **NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE**

Si lavora sul concetto essenziale di cittadinanza e di rispetto della diversità, di diritti, di equità, di futuro, della consapevolezza che se siamo tutti cittadini tutelati da diritti, dobbiamo riconoscere che il nostro specifico diritto è il diritto di tutti quelli come me e anche di coloro che sono diversi da me. Per avere e rivendicare i diritti bisogna riconoscere l'altro come portatore di diritti, proprio come me.

#### **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

- Gli alunni impareranno a confrontarsi con le Agenzie internazionali, con la Carta dei Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza;
- parteciperanno ad un processo di cittadinanza attiva, proponendo elementi aggiuntivi che vanno al di là delle esigenze dei singoli;
- lavoreranno in gruppo per operare una sintesi comune e proporre nuovi elementi.

#### **METODOLOGIA**

Questa unità utilizza due metodologie: la discussione di gruppo e la sintesi di gruppo, tramite la consapevolezza che si sta lavorando su qualcosa che riguarda i propri diritti e che richiede impegno e partecipazione. Si consiglia di coordinarsi con gli altri insegnanti di classe quinta impegnati in altre classi per suddividere il lavoro. Ciascuna classe si occuperà di massimo 5 articoli, senza doppiarsi, scegliendo tra questi articoli: art. 2, 3, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 17, 19, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 32, 37, 38, 40. Si può procedere per estrazione utilizzando un unico contenitore per tutte le classi ed eliminando di volta in volta gli articoli assegnati.

## **STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE**

Bisogna stampare la Convenzione (Allegato 2) e dividerla in 5 parti. Occorrono almeno 5 fogli A3, matite e pennarelli, una lavagna; foglietti o post-it di 5 colori diversi. Lim. Allegato 1, Allegato 2.

### **SPAZI e SETTING**

Serve uno spazio abbastanza grande che possa garantire il lavoro contemporaneo di 5 gruppi ed in cui ci sia una lavagna.

### **APERTURA (5 minuti)**

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI e con un veloce riepilogo della unità immediatamente precedente. Richiamate le regole del contratto di classe.

Presentate la Convenzione dei Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza e l'Autorità Garante dell'Infanzia e dell'Adolescenza (Allegato 1). La classe verrà coinvolta in un processo di partecipazione voluta dall'AGIA, per cui viene richiesto il loro impegno e la massima partecipazione.

### **ATTIVITA' PRINCIPALI (40 minuti)**

#### **Fase 1**

Il docente avrà stampato la Convenzione dei diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza, nella sua sintesi preparata da Save the Children (Allegato 2) [Convenzione ONU diritti infanzia adolescenza semplificata.pdf \(savethechildren.it\)](http://www.savethechildren.it/Convenzione%20ONU%20diritti%20infanzia%20adolescenza%20semplificata.pdf) e avrà ritagliato ciascuno degli articoli evidenziati. Bisognerà predisporre prima dell'incontro una serie di biglietti di 5 colori diversi e con 5 simboli diversi (facendo conto di una classe di 25 alunni, 5 alunni per ciascun gruppo, altrimenti bisognerà apportare modifiche in maniera tale che ciascun bambino sia riconducibile ad un simbolo e a un colore). I 5 simboli sono: stella, cerchio, quadrato, rettangolo, triangolo. I colori: rosso, celeste, verde, bianco, giallo (qualsiasi colore o simbolo vanno bene). È importante fare in modo che ciascun simbolo sia di colore diverso, in maniera tale da formare cinque diversi gruppi basati sul simbolo comune e poi ricostruire 5 gruppi in base allo stesso colore. I nuovi gruppi dovranno essere formati da almeno un bambino di ciascuno dei 5 gruppi iniziali. Nel caso in cui il numero dei bambini della classe sia di 20 o inferiore a 20, si possono formare 4 gruppi. Nel caso siano più di 25 si formeranno alcuni gruppi con 6 componenti, predisponendo che alcuni simboli e colori hanno una persona in più. Si inizia il lavoro formando i gruppi in base al colore del biglietto.

#### **Fase 2**

Si consegna a ciascun uno solo degli articoli della Convenzione selezionati (scelti casualmente); ogni gruppo avrà un articolo differente. Ciascun gruppo ha come mandato

quello di leggere gli articoli e lavorare su due livelli: innanzitutto provare a definire un articolo secondo il loro linguaggio, traducendo cioè quello che il gruppo ha capito dell'articolo in un linguaggio più comprensibile e immediato; una volta completata la riscrittura, il gruppo dovrà costruire un disegno che possa rappresentare il senso di quanto affermato nell'articolo.

### **Fase 3**

Il disegno rimane nella postazione di lavoro del gruppo che lo ha creato. I gruppi vengono ricomposti sulla base della figura geometrica del foglietto colorato, per cui si formerà il gruppo stella, il gruppo triangolo, il gruppo quadrato, il gruppo cerchio e il gruppo rettangolo. Secondo tale criterio, in ciascun nuovo gruppo dovrebbe trovarsi almeno un rappresentante dei precedenti gruppi formati in base al colore. La consegna adesso è questa: ogni nuovo gruppo si ferma ad una delle postazioni e il bambino/a che ha partecipato alla costruzione del disegno specifico racconta agli altri che cosa rappresenta il disegno e perché hanno scelto quel modo di presentare l'articolo. Una volta finita la presentazione, non più di 5 minuti a disegno, il gruppo si sposta alla propria destra, così come tutti gli altri gruppi; il bambino/a che ha partecipato alla creazione del disegno in quella postazione riferirà agli altri cosa rappresenta e perché è stato fatto quel disegno. E così via, fino a completare il giro. Ciascun bambino/a avrà avuto modo di riferire agli altri il lavoro svolto, e tutti avranno avuto modo di sentire e conoscere il lavoro di ciascun gruppo e potuto conoscere gli articoli della Convenzione dei Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza.

### **VALUTAZIONE (5 MINUTI)**

Il gruppo ha prodotto materiale e discussione, si potrà tornare alle considerazioni fatte e valutarle, anche alla luce del contratto di classe.

### **CHIUSURA (5 minuti)**

Riassumete il lavoro svolto, dando rilievo al prezioso lavoro fatto, all'impegno che avete riconosciuto.

### **IN BREVE**

1. Gli alunni sperimentano una modalità di lavoro di gruppo in gruppo.
2. Gli alunni prendono contatto con uno strumento di eccezionale valore come la Convenzione dei Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza.
3. Gli alunni sperimentano la possibilità di tradurre la comprensione di concetti letti in un elaborato che utilizza l'abilità del disegno e che traduce la conoscenza su un piano intellettuale astratto.
4. Gli alunni si sentono parte integrante di un organismo mondiale.

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

## **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

<https://www.unicef.it/doc/8858/rese-note-le-raccomandazioni-onu-allitalia-luci-e-ombre-sui-diritti-dei-bambini.htm>

<https://www.garanteinfanzia.org/>

[https://www.garanteinfanzia.org/diritti-in-crescita/convenzione\\_diritti\\_infanzia\\_adolescenza\\_autorita.pdf](https://www.garanteinfanzia.org/diritti-in-crescita/convenzione_diritti_infanzia_adolescenza_autorita.pdf)

[https://www.savethechildren.it/sites/default/files/files/Convenzione\\_UNU\\_diritti\\_infanzia\\_adolescenza\\_semplificata.pdf](https://www.savethechildren.it/sites/default/files/files/Convenzione_UNU_diritti_infanzia_adolescenza_semplificata.pdf)

## MODULO 5

### GIOCO, REALTÀ VIRTUALE E COMUNICAZIONE

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

La prevenzione delle dipendenze nella classe di età prevista da STILI DI VITA - COLLEGAMENTI non deve essere finalizzata alla conoscenza delle sostanze, quanto piuttosto a rinforzare i cosiddetti “fattori di protezione” a livello individuale e del gruppo dei pari per ritardare il più possibile la sperimentazione e l'abuso di sostanze psicotrope. Un intervento preventivo si basa quindi sul rafforzamento delle competenze “Life Skills”, con indicazioni informative di massima sulle sostanze.

Con l'espressione life skills si indica l'insieme delle abilità utili per affrontare la vita, tra cui l'abilità di apprezzare e rispettare gli altri, di creare relazioni positive con la famiglia e gli amici, di ascoltare e comunicare in modo efficace, di fidarsi degli altri e di assumersi le proprie responsabilità. Apparentemente le life skills potrebbero differenziarsi a seconda delle culture e dei contesti. Tuttavia, la letteratura suggerisce che esiste un insieme di abilità che costituisce il nucleo fondamentale delle life skills; queste abilità sono alla base di molte iniziative per la promozione della salute di bambini e adolescenti. Nel modello dell'influenza sociale, queste abilità sono integrate con l'educazione normativa (educare positivamente al rispetto delle norme sociali). L'elenco che segue riporta le principali abilità su cui agiscono gli interventi basati sul modello dell'influenza sociale.

**Pensiero critico.** È la capacità di analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo. Può contribuire al benessere aiutandoci a riconoscere i fattori che influenzano il comportamento, come i valori, la pressione dei pari e dei media.

**Capacità decisionali.** Aiutano ad affrontare in modo costruttivo le situazioni che implicano una decisione. Nell'ambito dei programmi di promozione della salute le capacità decisionali sono affrontate nelle unità in cui i ragazzi devono prendere decisioni valutando le opzioni disponibili e le conseguenze che tali decisioni possono comportare.

**Capacità di risolvere problemi.** È la capacità di affrontare in modo costruttivo i problemi che incontriamo nella vita. Problemi significativi irrisolti possono causare stress, che può a sua volta far insorgere disturbi a livello fisico.

**Pensiero creativo.** Contribuisce sia alle capacità decisionali sia alle capacità di risolvere problemi, permettendo di analizzare le alternative disponibili e le conseguenze dell'azione o della non azione. Aiuta a guardare oltre le esperienze dirette e a rispondere con flessibilità alle varie situazioni che si presentano nella vita quotidiana.

**Capacità di comunicare in modo efficace.** È la capacità di esprimersi, verbalmente o non verbalmente, in modo appropriato alla propria cultura e alla situazione in cui ci si trova. Questo significa essere in grado di esprimere desideri, necessità e paure. Può anche significare essere in grado di chiedere consiglio o aiuto nel momento del bisogno.

**Capacità di relazione interpersonale.** Aiutano a relazionarsi in modo positivo con gli altri. Essere in grado di instaurare e mantenere relazioni amichevoli può rivelarsi di grande importanza per il nostro benessere mentale e sociale. Mantenere buone relazioni con le persone permette di avere aiuto in caso di bisogno. Anche essere capaci di terminare in modo costruttivo una relazione fa parte delle capacità intrapersonali.

**Auto-consapevolezza.** Include la capacità di riconoscere noi stessi, il nostro carattere, le nostre forze e le nostre debolezze, i gusti e le avversioni. Sviluppare l'auto-consapevolezza può aiutarci a riconoscere quando siamo stressati o sotto pressione. Spesso è anche un prerequisito delle capacità di comunicare in modo efficace e di sviluppare relazioni empatiche con gli altri.

**Empatia.** È la capacità di immaginare quello che un'altra persona può provare e di comportarsi di conseguenza. L'empatia può aiutarci a capire ed accettare altre persone molto diverse da noi, può migliorare le interazioni sociali e può favorire la creazione di reti sociali di supporto verso persone che sono in difficoltà.

**Saper gestire le emozioni.** Implica la capacità di riconoscere le emozioni negli altri e in noi stessi, di essere consapevoli di come esse influenzino il comportamento, e di essere in grado di rispondervi in modo appropriato. Le emozioni intense, come rabbia o dolore, possono avere effetti negativi sulla nostra salute; sapere gestire lo stress implica la capacità di agire per controllare i livelli di stress a cui siamo sottoposti e di modulare una reazione adeguata alle emozioni altrui.

**Il credo normativo.** È il processo per cui le opinioni che ci siamo fatti su qualcosa diventano la norma del nostro comportamento. Se questa convinzione si basa su informazioni o interpretazioni sbagliate, la norma è inadeguata. Ad esempio, i giovani tendono a sopravvalutare l'uso di sostanze nei loro coetanei. Questa convinzione diventa la norma ed influenza il loro comportamento.

Per correggere le credenze sbagliate, nei programmi di influenza sociale si usa l'educazione normativa. Tutti i programmi di prevenzione efficaci nel mondo hanno lo scopo di allontanare il più possibile nel tempo l'assunzione alcolica e l'abitudine al fumo. L'unica prevenzione possibile è convincere i ragazzi dell'assoluta inutilità del gesto. Le corrette informazioni sui danni hanno senso soltanto in un contesto in cui è fortemente scoraggiato l'uso del fumo e dell'alcol in contesti gruppalari e in cui il pensiero comune del gruppo dei pari non valorizza l'uso e l'abuso del fumo e dell'alcol. Una corretta prevenzione comincia quindi fin dalla Scuola Primaria, ma senza porre l'accento sulle conseguenze nefaste del fumo e dell'alcol, quanto piuttosto nel valorizzare e potenziare i fattori protettivi e nel consolidare nel gruppo dei pari comportamenti salutari assunti con piena consapevolezza. Allo stesso modo, la prevenzione alla dipendenza da videogiochi si gioca tutto sulla possibilità dei ragazzi di costruire una identità sociale effettiva piuttosto che fittizia, sviluppare competenze comunicative reali piuttosto che chiudersi nella propria stanza e incontrare altri giocatori su un terreno fittizio, la cui unica abilità richiesta è la super capacità di coordinamento oculo motorio. Il ritiro dalla realtà per una realtà in cui ci si possa sentire protagonisti sta diventando una soluzione sempre più praticata. La scuola del presente e del futuro non ha niente da offrire a questi ragazzi se si ostina a rincorrere competenze informatiche nei docenti o introdurre registri elettronici o altre "innovazioni" formali. I ragazzi sono sicuramente più abili di noi adulti nell'utilizzo e nella velocità. Quello che possiamo dare ai ragazzi è la bussola emotiva per non perdersi nella realtà virtuale ed una realtà effettiva che possa essere, questa, una vera alternativa al videogioco. Rendere la scuola interessante attraverso l'aspetto che rende, al momento, la scuola l'unica esperienza positiva di relazione di gruppo significativo, in un ambito sociale in cui le relazioni sociali sono soprattutto virtuali. Queste unità cercano di dare al docente informazione su metodologie didattiche conosciute e, probabilmente, praticate, che vengono da un glorioso passato in cui la scuola italiana, e

quella primaria soprattutto, era un vero fiore all'occhiello in tutto il mondo. La realtà sta lentamente e inesorabilmente cambiando.

## **NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE**

Le dipendenze sono un argomento difficile da trattare con i bambini di 10-11 anni, così come riesce difficile spiegare perché bisogna passare poco tempo con il telefonino, giocare poco con i videogiochi, mantenere la riservatezza rispetto a quello che succede ad un amico/a o un compagno/a di classe. L'unità punta decisamente nel rafforzare i fattori protettivi rispetto al pericolo delle dipendenze, sia quelle che potranno avvenire in un prossimo futuro (le sigarette, l'alcol, gli psicofarmaci, il gioco d'azzardo, le sostanze psicotrope) sia quelle che sono già presenti come rischio (la sopraffazione e la denigrazione dell'altro, i disturbi alimentari, i videogiochi, il telefonino, le chat, l'abitudine a giocare da soli). Proponiamo quindi una modalità di lavoro di gruppo con l'utilizzo dei personaggi che vengono rappresentati nelle fiabe di tutto il mondo, secondo il lavoro di Vladimir Propp. Da un lato il rafforzamento del fattore di protezione rappresentato dalla capacità di stare e lavorare in gruppo per obiettivi positivi, tramite una specifica metodologia, dall'altra la riflessione comune su personaggi molto significativi, di saggezza infantile e antica.

## **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

Gli alunni:

- Impareranno a lavorare in gruppo utilizzando strumenti diversi;
- Racconteranno una storia significativa;
- Esporranno il lavoro fatto ad un gruppo dei pari.

## **METODOLOGIA**

La metodologia didattica da utilizzare in questa unità è basata sul cooperative learning e sul confronto peer to peer. Lavoro di gruppo in gruppo con partecipazione attiva di tutti gli alunni. Si consiglia di utilizzare il tempo anche dell'unità di approfondimento.

## **STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE**

Un tabellone con gli 8 protagonisti, le funzioni tagliate una ad una, fogli A4. Allegato 1, Allegato 2, Allegato 3.

## **SPAZI e SETTING**

Serve uno spazio abbastanza grande che possa garantire il lavoro contemporaneo di 5 gruppi ed in cui ci sia una lavagna.

## **APERTURA (10 minuti)**

Iniziare con un breve richiamo al progetto STILI DI VITA - COLLEGA-MENTI e alle unità che hanno preceduto questa unità.



Illustrare brevemente il materiale che verrà presentato e la metodologia che verrà utilizzata. Vladimir Propp era uno studioso antropologo che ha studiato la struttura delle fiabe, quelle che abbiamo appreso da piccoli o che sono state riprese dalla TV. Ha notato che, all'interno delle fiabe, di qualsiasi fiaba e in qualsiasi cultura, ritornano tipologie di personaggi e funzioni abbastanza simili. La fiaba, di solito, è il racconto del passaggio dalla fase infantile a quella adolescenziale e da questa al diventare adulti. Si presentano i personaggi, utilizzando la seguente presentazione (Allegato 1).

Questi gli 8 personaggi chiave (Allegato 2):

1. **L'antagonista:** colui che lotta contro l'eroe.
2. **Il mandante:** il personaggio che esplicita la mancanza e manda via l'eroe.
3. **L'aiutante:** generalmente un mago, è la persona che aiuta l'eroe nella sua ricerca.
4. **La principessa o il premio:** l'eroe, nel corso della storia si rende degno di lei, ma è impossibilitato a sposarla per via di una serie di ingiustizie, generalmente causate dall'antagonista. Il viaggio dell'eroe spesso termina quando riesce finalmente a sposare la principessa, sconfiggendo l'antagonista
5. **Il padre di lei:** colui che fornisce gli incarichi all'eroe, identifica il falso eroe e celebra poi il matrimonio. Propp ha notato che, per quanto riguarda la loro funzione, la principessa ed il padre spesso non sono chiaramente distinguibili
6. **Il donatore:** il personaggio che prepara l'eroe o gli fornisce l'oggetto magico
7. **L'eroe o la vittima/il ricercatore:** colui che reagisce al donatore, sposa la principessa
8. **Il falso eroe:** la persona che si prende il merito delle azioni dell'eroe o cerca di sposare la principessa. I disegni e le storie da ricavare e inventare

Si presentano le 31 funzioni che i personaggi possono svolgere (Allegato 3):

N.	FUNZIONE	DESCRIZIONE
1	ALLONTANAMENTO	Un personaggio della fiaba si allontana da casa per un particolare motivo.
2	DIVIETO	All'eroe viene proibito di fare qualcosa, gli viene imposto un divieto.
3	INFRAZIONE DEL DIVIETO	L'eroe non rispetta la proibizione, trasgredisce il divieto che gli era stato imposto.
4	INVESTIGAZIONE	L'antagonista cerca elementi utili per combattere l'eroe.
5	DELAZIONE	L'antagonista riceve da qualcuno informazioni che gli servono per danneggiare l'eroe.
6	TRANELLO	L'antagonista cerca di ingannare la vittima per impossessarsi dei suoi beni o di lei stessa
7	CONNIVENZA	La vittima si lascia convincere e cade nel tranello
8	DANNEGGIAMENTO	L'antagonista riesce ad arrecare danno ad un familiare dell'eroe o ad un suo amico; a uno dei familiari o degli amici dell'eroe manca qualcosa o viene il desiderio di qualcosa.
9	DANNAZIONE	L'eroe viene incaricato di rimediare al

		danneggiamento o alla mancanza.
10	CONSENSO DELL'EROE	L'eroe accetta l'incarico.
11	PARTENZA DELL'EROE	L'eroe parte per compiere la sua missione
12	EROE MESSO ALLA PROVA	Deve superare prove e incarichi in cambio della promessa del donatore di un dono che lo aiuterà nell'impresa.
13	SUPERAMENTO PROVE	L'eroe affronta le prove e le supera.
14	FORNITRA DEL MEZZO MAGICO	L'eroe si impadronisce del mezzo magico.
15	TRASFERIMENTO DELL'EROE	L'eroe giunge o viene condotto nel luogo in cui dovrà compiere l'impresa.
16	LOTTA TRA EROE E ANTAGONISTA	L'eroe si batte contro il suo antagonista.
17	EROE MARCHIATO	All'eroe è posto un segno particolare, cioè un marchio.
18	VITTORIA SULL'ANTAGONISTA.	L'antagonista è vinto
19	RIMOZIONE DEL DANNO	L'eroe raggiunge lo scopo per cui si era messo in viaggio.
20	RITORNO DELL'EROE	L'eroe torna nel luogo in cui era partito
21	PERSECUZIONE DELL'EROE	L'eroe viene perseguitato o inseguito
22	L'EROE SI SALVA.	Sopravvive alla persecuzione o all'inseguimento
23	L'EROE ARRIVA IN INCOGNITO A CASA	L'eroe arriva a casa senza farsi riconoscere.
24	PRETESE DEL FALSO EROE	Un antagonista (falso eroe) cerca di prendere il posto dell'eroe.
25	ALL'EROE È IMPOSTO UN COMPITO DIFFICILE	All'eroe è imposta un'ulteriore prova di bravura
26	ESECUZIONE DEL COMPITO	La prova viene superata
27	RICONOSCIMENTO DELL'EROE	L'eroe viene finalmente riconosciuto.
28	SMASCHERAMENTO DEL FALSO EROE	Gli impostori vengono smascherati
29	TRASFORMAZIONE DELL'EROE	Si trasforma, assume un nuovo aspetto.
30	PUNIZIONE DELL'ANTAGONISTA	L'antagonista riceve il giusto castigo.
31	LIETO FINE	L'eroe ottiene il meritato premio.

L'insegnante dovrà stampare lo schema sopra riportato e tagliare le 31 funzioni con la descrizione. Mentre gli 8 personaggi rimangono visibili su un tabellone attaccato al muro

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (45 minuti)**

### **Fase 1**

Si costituiscono i soliti 5 gruppi con criteri di casualità, o si può usare la combinazione dei simboli dell'unità precedente. Ciascun gruppo ha a disposizione gli 8 personaggi, mentre verranno distribuiti, casualmente, a ciascun gruppo 6 funzioni. Il mandato è quello di utilizzare gli 8 personaggi e le 6 funzioni per creare una storia; ciascun gruppo riceve un compito specifico tra queste 5 tracce:

- 1) lotta contro il fumo di sigarette;
- 2) lotta contro una alimentazione scorretta;
- 3) Lotta contro la dipendenza dal telefonino;
- 4) Lotta contro il bullo violento;
- 5) Lotta contro l'isolamento e l'esclusione dal gruppo.

Il gruppo dovrà decidere: l'ambientazione, dove si svolge l'azione; il tempo: in quale epoca si svolge l'azione; la descrizione dei personaggi, gli oggetti che vengono usati, le azioni che vengono compiute, la successione nel tempo, il tutto nel rispetto dei ruoli dei personaggi e delle funzioni che il gruppo ha ricevuto. Si comunica ai gruppi che non è necessario che nella storia comparino tutti i personaggi, ce ne devono essere tanti quanti sono i componenti del gruppo.

### **Fase 2**

Si lascia che il singolo gruppo si organizzi e inizi a lavorare, l'insegnante può intervenire in caso di disputa o prevaricazione. La storia finale deve essere scritta e strutturata con colloqui, interazioni verbali e descrizione delle azioni.

### **Fase 3**

Una volta che tutti i gruppi hanno costruito la propria storia, si chiede a ciascun gruppo di preparare una piccola rappresentazione, di 5 minuti al massimo, in cui ciascuno di loro assume il ruolo di uno dei protagonisti...

### **Fase 4**

Si costruisce la scena in cui i gruppi metteranno in scena il racconto, un quadrato o un rettangolo abbastanza grande disegnato con la carta adesiva. Ciascun gruppo presenta il proprio lavoro.

## **VALUTAZIONE**

Il lavoro svolto costituisce di per sé oggetto di valutazione.

### **IN BREVE**

1. Introdurre la modalità del lavoro di gruppo
2. Attivare la conoscenza della struttura delle fiabe.

### 3. Rendere protagonista attivo ciascun partecipante all'unità

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

#### **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

[www.eudap.org](http://www.eudap.org)

<http://lacasacomune.aslfrosinone.it/aree-tematiche/promozione-salute-adolescenza-scuola/unplugged/materiale-informativo>

<http://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/>

Relazione europea sulla droga, Comunità Europea

[http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/8585/20181816\\_TDAT18001ITN\\_PD\\_F.pdf](http://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/8585/20181816_TDAT18001ITN_PD_F.pdf) -

Relazione Dipartimento antidroga 2017:

<http://www.politicheantidroga.gov.it/media/2445/339911.pdf>

Sulla struttura della fiaba di Propp

<http://www.raiscuola.rai.it/articoli/vladimir-propp-la-morfologia-della-fiaba/3804/default.aspx>

## MODULO 6

### COMPETENZE RELAZIONALI ED EMOZIONALI

#### NOZIONI ESSENZIALI PER IL DOCENTE

Questa unità si basa sul riconoscimento delle emozioni, principale e misconosciuto strumento comunicativo tra il soggetto, se stesso e l'esterno da sé. Può accadere spesso che un bambino possa scambiare una emozione di paura e preoccupazione per un mal di pancia. Ma non accade solo al bambino, molto spesso anche l'adulto può cadere inconsapevolmente vittima delle proprie emozioni, in reazione a fatti che accadono. L'emozione rappresenta la qualità della forma relazionale che avviene, sempre e in ogni caso, tra il soggetto e il mondo esterno. Può anche accadere che il predominio emozionale della propria persona possa influenzare pesantemente la maniera di rispondere agli stimoli esterni. È come avere la febbre o un dolore: il nostro organismo e la nostra mente reagisce all'aspetto emozionale predisponendo all'incontro o, per contro, allo scontro o alla fuga. Nei bambini il dato emozionale è predominante ed è normale che un bambino non sappia distinguere tra un mal di pancia e la paura. L'adulto può continuare a ignorare e a tenere separati questi due aspetti, l'emozione e la rappresentazione fisica dell'emozione, e assumere per tutta la vita farmaci per il mal di pancia.

Questa unità propone la conoscenza degli aspetti emozionali legati alla comunicazione e allo stare in classe. La letteratura scientifica riconosce soltanto 5 emozioni di base, che riconosce come innate e comuni a tutti: la felicità, la tristezza, la paura, la collera e il disgusto. Una sola emozione positiva e 4 negative. Ci sono poi infinite sfumature di queste 5 emozioni di base che si differenziano per l'intensità, la durata, il contesto. L'idea che proponiamo è che, pur essendo le emozioni di base "innate" e quindi inevitabili e legate indissolubilmente alla prosecuzione della specie, sia possibile riconoscerle, controllarle e persino "scegliere" di avere una emozione diversa. Vale a dire che una relazione ci dà immediatamente un senso di collera, possiamo operare per distinguere se questa emozione derivi effettivamente da un qualcosa che l'altro ha detto o fatto o non piuttosto da una nostra confusione emozionale che ci predispone alla collera. Se è possibile effettuare questa operazione di codifica, allora è possibile operare una modificazione della nostra percezione emotiva. Ma per operare questa trasformazione dobbiamo prima agire sul riconoscimento dell'emozione. Altra considerazione: il dato emozionale è fortemente influenzato dall'ambiente di vita e dalla qualità dei rapporti con i nostri più stretti conviventi; vale a dire che vivere in un ambiente in cui l'emozione di fondo è la collera e la paura, influenza pesantemente il nostro modo di percepire il mondo e di intendere i rapporti con gli altri. Il grande sforzo educativo è rappresentato dal favorire che all'interno della scuola e della classe predominino sentimenti positivi ed emozioni in qualche modo legate alla felicità: la gioia, il divertimento, la positività, il riconoscimento reciproco.

L'idea comune è che le emozioni provate da un soggetto sono risposte necessarie agli stimoli ambientali, fortemente influenzate dalla modalità emotiva predominante nell'ambiente di vita, un altro modo di intendere è quello di considerare le emozioni anche quali elaborazioni della simbolizzazione emozionale degli eventi che quotidianamente incontriamo, costruiamo, cerchiamo, subiamo nella nostra esistenza. (Carli, Paniccia). L'ipotesi, in questo secondo

caso, è che si possano costruire emozioni che siano funzionali allo scopo e all'ambiente che ci ospita. Vale a dire che la scuola può agire simbolizzare emozionalmente sull'ambiente scolastico per favorire l'emergere di emozioni positive o per rispondere alle difficoltà con l'ascolto e l'accettazione piuttosto che con il rifiuto o la punizione. Tutto questo ha implicazioni profonde in psicologia e in psicoanalisi. Ci stiamo occupando dell'ambiente scolastico e, per le nostre finalità, ci fermiamo quindi alla necessità educativa di conoscere le emozioni e fare in modo che nella classe ci sia la possibilità di elaborazione delle emozioni, di accettazione, in un clima di positività e rispetto che favorisca la nascita di quelle poche emozioni positive in circolazione, rispetto alle miriadi di definizioni emozionali negative.

Facciamo un esempio: un bambino può avere una strana e immotivata forma di fobia dei gatti, non ci sono ragioni apparenti per giustificare questa maniera di comportarsi. Ribaltiamo il contenuto di questa informazione: non ci sono persone che hanno la fobia dei gatti, ci sono persone che hanno proposto e ottenuto relazioni basate sulla fobia dei gatti. Relazioni possessive dove il soggetto fobico può pretendere qualsiasi cosa senza che i suoi partner possano mai opporsi perché hanno accettato che "lui è fatto così", accettando come emozione ineluttabile una emozione scelta da soggetto per imporsi sugli altri (anche se essa ha come prezzo che dovrà provare paura che poteva risparmiarsi).

Renzo Carli e Rosa Maria Paniccia hanno ipotizzato che nella nostra forma sociale si stanno imponendo sempre più le neoemozioni, vale a dire contenuti emozionali si intromettono nelle relazioni tra soggetti e impongono un clima e atteggiamenti particolari. Questi due autori propongono una distinzione che rappresenta anche una direzione di lavoro: le emozioni possono essere messe "al servizio" di relazioni di scambio, oppure possono essere relazioni possessive per scelta invasive imposte all'altro e all'ambiente (neoemozioni). Le relazioni di scambio sono relazioni alla pari in quanto basate su un apprezzamento, che riconoscendo all'altro lo stesso valore che a se stessi anche in presenza di dislivello gerarchico, permettono uno scambio e un ricevere qualcosa da ambedue le parti. Invece nelle relazioni possessive c'è una asimmetria di potere, in pratica sono relazioni basate sul disprezzo che, negando il valore altrui, giustifica l'imporsi l'uno sull'altro.

Le neoemozioni proposte sono:

Pretendere: richieste apparentemente banali ma in realtà impossibili da soddisfare, fatte non per avere ciò che si chiede ma per far sentire l'altro un incapace;

Controllare: pretendere che l'altro consideri giusto quello che io considero giusto per lui, aggredendo la sua diversità e pretendendo i meriti dei suoi successi;

Diffidare: non fidarsi pensando che sicuramente l'altro sta tradendo la mia fiducia, torturando me stesso con questi pensieri se l'altro non mi rassicura continuamente;

Provocare (continuamente): forzare l'altro (con atti aggressivi o seduttivi) ad avere una reazione che sarà poi usata come pretesto per fare quello che si era già deciso di fare, costringendo l'altro a litigare ma dicendosi costretti a litigare.

Obbligare: riempirsi di obblighi e doveri per costringere l'altro a farsi carico degli stessi obblighi

Lamentarsi: lamentarsi con terze persone per far sentire l'altro in torto e per indurlo a sottomettersi.

Preoccuparsi: torturare se stessi con preoccupazioni poco giustificate e molto esibite che costringono l'altro a sottomettersi per non avere accanto uno che lo far star male col proprio star male.

## **NOZIONI ESSENZIALI PER LO STUDENTE**

La conoscenza delle emozioni e il loro effetto sull'altro e su se stessi; come rispondere a emozioni negative e ai tentativi di sopraffazione.

## **OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO**

Gli alunni:

- Impareranno a lavorare in gruppo utilizzando strumenti diversi;
- Riconosceranno le emozioni in gioco;
- Riconosceranno le conseguenze delle emozioni sul loro corpo e sulla loro mente.
- Proveranno ad operare trasformazioni emozionali

## **METODOLOGIA**

La metodologia didattica da utilizzare in questa unità è basata sul cooperative learning e sul confronto peer to peer. Lavoro di gruppo in gruppo con partecipazione attiva di tutti gli alunni.

## **STRUMENTI, MATERIALI, RISORSE**

Foglietti contenenti le emozioni da poter distribuire alla classe

## **SPAZI e SETTING**

Serve uno spazio abbastanza grande che possa garantire il lavoro di gruppo ed in cui ci sia una lavagna.

## **APERURA (5 minuti)**

Spiegate che l'unità di oggi serve per conoscere meglio le emozioni che sono alla base dell'agire di ciascuno. Le emozioni sono il ponte comunicativo tra me e l'altro, determinano la qualità della relazione. Fate l'esempio di come, a volte, anche il/la maestra stessa, può essere influenzata dal predominio della emozione, fate un esempio su quando un vostro stato d'animo negativo a seguito di un lutto, di una malattia, di una forte inquietudine abbia influito negativamente sull'andamento di una giornata in classe e di quando, invece, una gioia, una scoperta, una bella giornata, abbia influenzato positivamente il rapporto con la classe. Spesso anche negli alunni c'è questa altalena di emozioni che influenzano pesantemente il comportamento senza che l'alunno abbia a disposizione una bussola emotiva per comprendere quanto gli accade. Spesso nominare una emozione aiuta a venirne a capo e a riprendere il controllo sull'emozione.

## **ATTIVITA' PRINCIPALI (30 minuti)**

Riconoscere le emozioni e praticare l'empatia: si è già preparato una serie di biglietti con le principali emozioni: spavento, gioia, sorpresa, disgusto, paura, terrore, euforia,

innamoramento, tristezza, rabbia, nervosismo, esclusione, entusiasmo, preoccupazione, allegria, depressione, divertimento.

### Fase 1

Suddividete la classe in coppie, cercando di formarle con criteri casuali. Ogni coppia avrà il seguente compito: dovranno osservarsi e pensare l'uno all'altro, poi potranno formulare un pensiero scritto, ciascuno per proprio conto, sull'altro/a mettendo in evidenza le caratteristiche positive dell'altro e immaginando una professione e una vita per l'altro. .

### Fase 2

Ciascun membro della coppia, a turno, legge all'altro quello che ha pensato di lui e l'altro si esprimerà rispetto alla descrizione e al mestiere futuro, in termini di accordo o disaccordo.

### Fase 3

Al termine si potrà discutere su quello che si è provato e si potrà far raccontare da alcuni di loro come si sono sentiti quando hanno sentito quello che l'altro membro della coppia pensa di lui

Domande per gli alunni per stimolare una discussione che possa permettere di riconoscere le emozioni quando sono in atto:

- Cosa ti ha colpito positivamente di quello che è stato scritto?
- Come ti sei sentito/o nel ruolo che ti è stato riconosciuto?
- Quanto è stata realistica la situazione?
- Cosa avete osservato?

### Fase 4

Si passa ad un nuovo compito: l'insegnante propone adesso delle emozioni che costituiscono dei modi di prevaricare l'altro e chiede agli allievi se è capitato loro di essere stati protagonisti di una situazione simile. Volta per volta, dopo aver ascoltato il racconto, chiederà alla classe: a chi altro è capitato? Come ne siete usciti dalla situazione? Quali soluzioni possono essere trovate? Cosa, secondo voi sta chiedendo effettivamente chi condiziona così pesantemente l'altro? Come ci siamo sentiti e cosa avremmo voluto fare?

Queste le situazioni di prevaricazione

Pretendere: richieste apparentemente banali ma in realtà impossibili da soddisfare, fatte non per avere ciò che si chiede ma per far sentire l'altro un incapace;

Controllare: pretendere che l'altro consideri giusto quello che io considero giusto per lui, aggredendo la sua diversità e pretendendo i meriti dei suoi successi;

Diffidare: non fidarsi pensando che sicuramente l'altro sta tradendo la mia fiducia, torturando me stesso con questi pensieri se l'altro non mi rassicura continuamente;

Provocare (continuamente): forzare l'altro (con atti aggressivi o seduttivi) ad avere una reazione che sarà poi usata come pretesto per fare quello che si era già deciso di fare, costringendo l'altro a litigare ma dicendosi costretti a litigare.



Obbligare: riempirsi di obblighi e doveri per costringere l'altro a farsi carico degli stessi obblighi

Lamentarsi: lamentarsi con terze persone per far sentire l'altro in torto e per indurlo a sottomettersi.

Preoccuparsi: torturare se stessi con preoccupazioni poco giustificate e molto esibite che costringono l'altro a sottomettersi per non avere accanto uno che lo far star male col proprio star male

### **CHIUSURA (10 minuti)**

L'insegnante richiama, eventualmente, il gioco delle emozioni già fatto in terza elementare e sottolinea che il gioco della statua è un ampliamento della prima tematica. Elogia la capacità compositiva e la capacità di mettere in scena le emozioni, sottolineando alcune delle rappresentazioni fatte.

### **IN BREVE**

- Riconoscimento delle emozioni;
- Conoscenza degli aspetti legati alla comunicazione non verbale
- Racconto delle esperienze negative che costituiscono delle trappole emozionali
- Discussioni sulle modalità per uscire da situazioni di trappola

Obiettivi di sviluppo sostenibile attivati: Istruzione di qualità (obiettivo n. 4), Salute e benessere (Ob. N. 3), promuovere l'uguaglianza di genere (ob. N. 5), promuovere l'equità sociale (ob. N. 10).

### **BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE**

<http://www.sponline.it/>