

# EDUCAZIONE AI VALORI UMANI

## Piani di lezione Per lo Sviluppo Sostenibile

Scuola Primaria  
Prima e Seconda Classe  
Unità 2

Istituto di Educazione Sathya Sai - Educare - Sud Europa  
ISSE SE





© 2024 ISSE SE

Istituto di Educazione Sathya Sai - Educare - Sud Europa

Tutti i diritti sono riservati

Prodotto e pubblicato da ISSE SE

Via Renaccio, 1/5

48018 Faenza RA

[www.isse-se.org](http://www.isse-se.org)

[www.isseducare-italy.org](http://www.isseducare-italy.org)

email contatti: [italy@isseducare.org](mailto:italy@isseducare.org)

email segreteria organizzativa: [corsi.isseducare.it@gmail.com](mailto:corsi.isseducare.it@gmail.com)

Seconda Edizione 2024

### **Gruppo editoriale**

Wanda Becca

Teresa Daniela De Stefano

Bettina Di Carlo

Carla Gabbani

### **Illustrazioni**

© pictures shutterstock

Tiziana Mesiano

### **Progetti formativi**

Fabiana Laruccia

### **Redazione**

Matteo Camorani

Cinzia Lutti

Pietro Ricò

Elisa Turatti



# Premessa

Una buona educazione è il fondamento di società sane e felici.

Negli ultimi anni gli eventi vissuti e i cambiamenti in atto in tutto il mondo hanno sfidato i modelli correnti di istruzione mettendoli a confronto con problemi come:

- mancanza di senso civico, scopo, motivazione e felicità nella vita;
- indebolimento della coesione sociale e della solidarietà tra le persone;
- problemi ambientali: cambiamenti climatici, deforestazione, inquinamento del mare, ...
- mancanza di valori morali;
- minacce globali e insicurezza.

Sfide come queste richiedono lo sviluppo di una nuova coscienza etica e di una maggiore consapevolezza della stretta interconnessione che esiste tra l'uomo e la natura, per promuovere un nuovo modo di pensare ed agire, valoriale e sostenibile.

Diventa essenziale una pedagogia più completa e olistica, che ponga l'accento su un processo educativo globale di autoconoscenza e di autosviluppo della persona. Un processo in grado di favorire nei bambini e nei giovani lo sviluppo di un buon carattere, di un agire valoriale basato su principi di solidarietà, uguaglianza e rispetto dell'ecosistema, facilitando una maggiore cooperazione e unità in una società globalizzata.

## EDUCÆRE: IL PRINCIPIO DI BASE

L'Educazione Sathya Sai ai Valori Umani – SSEHV – è un programma educativo che mira a far emergere i Valori Umani e il potenziale di bontà latenti in ogni cuore umano, rispondendo proprio alle suddette esigenze.

Il programma è basato sulla filosofia ed i principi di EDUCÆRE.

Esistono due tipi di conoscenza: una riguarda la conoscenza delle cose esterne; la testa manifesta questo potere. Dall'altro canto, il cuore permette di far emergere la conoscenza interiore. La vita diventerà ideale quando si farà sì che entrambi i tipi di conoscenza si manifestino in armonia. A questi si fa riferimento con i termini *Educazione* ed *EDUCÆRE*.

Sathya Sai

Il Dizionario Inglese Oxford afferma che la parola “Educazione” ha una doppia radice latina. La prima è “educare” che significa allevare, nutrire, alimentare. La seconda è “educere”, che significa trarre fuori, far uscire e portare alla luce.

Entrambi gli approcci sono necessari e complementari tra loro. L'arte di ‘tirare fuori’ non solo le abilità e i talenti all'interno del bambino, ma quel tesoro nascosto dei Valori universali di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza. La pratica dei Valori Umani trasforma la vita, apre il cuore e affina l'intelletto, consentendo di raggiungere uno stato di armonia, benessere e felicità a tutti i livelli sociali e nella relazione con la natura e tutto il pianeta.

L'immagine di uno scultore, la cui opera d'arte rivela la bellezza nascosta all'interno di un blocco

di marmo ancora grezzo, ci aiuta a cogliere il senso e il significato di questo processo.

“Michelangelo diceva che ogni blocco di marmo contiene una statua, e che lo scultore la porta alla luce togliendo l'eccedenza che cela il 'divino volto umano'. Allo stesso modo, secondo Platone, è compito del maestro ripulire l'anima del suo allievo di quelle escrescenze e incrostazioni innaturali che nascondono la sua vera natura, fintantoché la divina anima umana non si stagli in tutta la sua grazia e purezza originarie.” (The Republic of Plato, ed. James Adam, Cambridge University Press, 1902, v.2, p. 98).



La normale istruzione si collega alle informazioni che si ottengono e raccolgono dall'esterno, mentre un processo interiore di trasformazione fa emergere i Valori Umani che sono innati in tutti gli esseri umani.

A un uccello, per volare, sono necessarie entrambe le ali. Abbiamo scelto di adottare il termine EDUCÆRE per evidenziare entrambi i significati di educazione, sottolineandone al tempo stesso il ruolo primario: far emergere i valori umani innati nel bambino. Il processo diventa, allora, a tuttotondo: una educazione non solo orientata a guadagnarsi da vivere, ma anche a costruire una vita nobile e giusta.

Sviluppare i principi di EDUCÆRE permette di avviare un processo educativo orientato alla Consapevolezza di Sé e alla pratica dei Valori Universali, contribuendo così agli obiettivi di Sviluppo Sostenibile in una cornice di Educazione alla cittadinanza attiva e responsabile.

### Obiettivi di EDUCÆRE:

- formazione di “esseri umani completi”, in cui corpo, mente e anima si uniscono armoniosamente in ciò che possiamo definire una personalità integrata;
- formazione di un carattere virtuoso, il risultato di unità di pensiero, parola e azione;
- comprensione profonda della personalità umana;
- cambiamento comportamentale positivo;
- autodisciplina, l'autocontrollo e la fiducia in se stessi;
- consapevolezza dell'importanza dei 5 Valori Umani: Verità, Rettitudine, Pace, Amore, Nonviolenza;
- realizzazione pratica dei Valori Umani nella vita quotidiana;
- responsabilità sociale e interazione sociale positiva;
- dialogo interculturale e interreligioso;
- consapevolezza del ruolo della coscienza;
- rispetto e cura dell'ambiente;
- sensibilità verso il bisognoso e pratica di attività di servizio disinteressato.

### Bibliografia:

EDUCÆRE, ISSE SE, 2019, pg.15,17,21,24

# Educazione ai Valori Umani in una cornice di Educazione Ambientale e delle indicazioni nazionali educative

L'obiettivo dell'agenda 2030 che coinvolge principalmente la scuola è **l'Obiettivo 4 - FORNIRE UN'EDUCAZIONE DI QUALITÀ EQUA ED INCLUSIVA, E OPPORTUNITÀ DI APPRENDIMENTO PER TUTTI.**



**Al Punto 4.7** Garantire entro il 2030 che tutti i discenti acquisiscano la conoscenza e le competenze necessarie a promuovere lo sviluppo sostenibile, anche tramite un'educazione volta

ad uno sviluppo e uno stile di vita sostenibile, ai diritti umani, alla parità di genere, alla promozione di una cultura pacifica e non violenta, alla cittadinanza globale e alla valorizzazione delle diversità culturali e del contributo della cultura allo sviluppo sostenibile.

La scuola può fare molto per tutti gli obiettivi enunciati nell'Agenda, fornendo competenze culturali, metodologiche, sociali per la costruzione di una consapevole cittadinanza globale e per dotare i giovani cittadini di strumenti per agire nella società del futuro in modo da migliorarne gli assetti.

Nelle indicazioni educative emanate a livello nazionale troviamo l'accento sulla:

- formazione spirituale e morale
- azione educativa in tutti i suoi aspetti:  
cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, spirituali e religiosi.

In particolare nella legge del 28 marzo 2003, n. 53

A) sono promossi il conseguimento di una formazione spirituale e morale, anche ispirata ai principi della Costituzione, e lo sviluppo della coscienza storica e di appartenenza alla comunità locale, alla comunità nazionale ed alla civiltà europea.

Inoltre, nelle indicazioni nazionali per il curricolo della scuola d'infanzia e del primo ciclo d'istruzione 2012 della Pubblica Istruzione viene riportato nella sezione "Centralità della persona" l'importanza dell'educazione completa della persona in tutti i suoi aspetti:

Lo studente è posto al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti: cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, spirituali e religiosi. In questa prospettiva i docenti dovranno pensare a realizzare i loro progetti educativi e didattici non per individui astratti ma per persone che vivono nel qui ed ora, che sollevano precise domande esistenziali, che vanno alla ricerca di orizzonti e di significato.



# Struttura delle Unità didattiche

Il programma educativo si struttura in 4 unità didattiche con relativi piani di lezione che mirano ad approfondire il programma di Educazione ai Valori Umani, i principi di **EDUCÆRE**, i Valori di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza ed i valori ad essi correlati.

Un percorso per la trasformazione e per la vita, idoneo all'educazione ambientale, conoscenza e tutela del patrimonio e del territorio, e finalizzato a sviluppare competenze trasversali per contribuire agli obiettivi di Sviluppo Sostenibile (SDGs) dell'Agenda 2030.

Le 4 unità permetteranno agli insegnanti di avviare percorsi didattici sviluppando specifiche tematiche volte a favorire negli studenti autosviluppo, saggezza e pace interiore, più equi stili di vita, etica e buona comunicazione, oltre a promuovere il principio di unità tra tutti gli uomini, rispetto degli animali e della natura.

## Le 4 unità:

1. **P.A.C.E.**: Pensieri in Armonia, Comportamenti in Equilibrio (*ambito educazione alla salute e al benessere psicofisico*)
2. **Etica e buona comunicazione** (*ambito legalità e comunicazione*)
3. **Unità nella diversità** (*ambito rispetto verso le persone, la natura, il patrimonio comune e culturale, orientamento al volontariato*)
4. **Armonia uomo-natura** (*ambito educazione ambientale e allo sviluppo ecosostenibile*).

# FORMAZIONE PER INSEGNANTI

## “Educazione ai Valori Umani - Un percorso per la vita”



Il programma di “Educazione ai Valori Umani - Un percorso per la vita.” prevede un training formativo volto a facilitare la comprensione dell’essenza e del significato dei principi base della filosofia EDUCÆRE, arricchendo profondamente il senso e il significato del ruolo educativo dell’insegnante.

L’intento è introdurre un modello educativo valoriale che si avvale di un approccio di pedagogia integrale in grado di favorire nello studente:

- un processo di autoconoscenza, autoconsapevolezza e trasformazione
- lo sviluppo di un carattere buono e armonioso, nell’unità di testa-cuore-mani
- il fiorire di una coscienza etica basata su rispetto, pace, unità e armonia con la comunità, la natura e tutto il creato.

La scuola può essere considerata come un giardino dove il seme del potenziale umano viene coltivato. Il terreno deve essere preparato con cura e amore in modo che lo studente possa essere messo nelle condizioni di crescere con saggezza e buon senso, sviluppare una visione unitaria nella profonda comprensione della stretta interconnessione che esiste tra tutte le cose, esprimere le proprie virtù, comprendere senso e scopo per essere felice nella vita.

La qualità della relazione e dell’ambiente di apprendimento è quindi essenziale.

Gli insegnanti che creano un’atmosfera di armonia, che ispirano con l’esempio, che esprimono unità di pensiero-parola-azione e che creano una relazione da cuore a cuore con gli studenti, pongono le migliori basi per il risveglio dei Valori Umani Universali di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza per contribuire alla creazione di un mondo migliore.

### Struttura del percorso formativo

Il percorso formativo si compone di 3 corsi.

Ogni corso ha una durata di 20 ore:

- una parte di approfondimento teorico/esperienziale di 10 ore
- una parte pratica/applicativa da svolgere con gli alunni di 10 ore.

Durante il corso vengono forniti spunti per lavori didattici e piani di lezione per i diversi cicli di istruzione.

# Struttura del percorso formativo



## CORSO 1 – P.A.C.E. Pensieri in Armonia, Comportamenti in equilibrio

- **EDUCERE** – Educazione ai Valori Umani
- Il Valore della Pace. Pensieri, emozioni e la natura della mente
- Consapevolezza e saggezza interiore
- Coerenza di pensiero parola e azione
- Silenzio, Meditazione e Neuroscienze
- Mindfulness e meditazione
- La pace attraverso il rapporto con la natura
- Fiducia e saggia Volontà
- Verso la Felicità
- Le 5 tecniche e pratiche compatibili

## CORSO 2 – Etica e buona comunicazione – Dall'Io al Noi

- Educazione ai Valori Umani e Il Valore della Verità.
- Il Valore della Rettitudine
- Buona Comunicazione
- Intelligenza razionale, pensiero sistematico e cooperazione dei gruppi
- Approcci e progetti sui Valori Umani
- Valore Amore e Valori correlati
- Valore Nonviolenza e Valori correlati



## CORSO 3 – Armonia Uomo - Natura

- Educazione ai Valori Umani nell'Armonia Uomo – Natura
- Educazione per l'era Planetaria
- Meditazione, Mindfulness e Silenzio
- Principio di Unità
- I 5 elementi della natura per la vita
- Stili di vita
- Tetto ai desideri e buone abitudini
- Rispetto e cura per l'ambiente
- Rispetto dei Diritti Umani

# Indice

<b>ASCOLTO E COMPRENSIONE</b>	<b>4</b>
<b>AUTOSUFFICIENZA, EFFICACIA ED EFFICIENZA</b>	<b>9</b>
<b>CORAGGIO E PRUDENZA</b>	<b>15</b>
<b>CURIOSITÀ E SPIRITO DI RICERCA, TALENTO</b>	<b>20</b>
<b>DIRITTI E DOVERI</b>	<b>29</b>
<b>DISCERNIMENTO</b>	<b>34</b>
<b>GENTILEZZA - LINGUAGGIO DA CUORE A CUORE</b>	<b>38</b>
<b>ONESTÀ</b>	<b>44</b>
<b>RISPETTO DELLE REGOLE</b>	<b>48</b>
<b>RISPETTO NELLE COMUNICAZIONI TRAMITE I SOCIAL</b>	<b>53</b>
<b>SINCERITÀ</b>	<b>60</b>

# TECNICHE E PRATICHE COMPATIBILI

Le tecniche e pratiche compatibili per l'applicazione delle lezioni sono: Il racconto di storie, Yoga e racconto di storie, sedere in silenzio, ascolto del respiro, citazioni, attività di gruppo, canto di gruppo, circolo di studio, attività di servizio. Un'attenzione particolare è rivolta alle seguenti tecniche:

## **Sedere in silenzio**

Sedere in silenzio ad occhi chiusi prevede di stare in silenzio alcuni minuti all'inizio e al termine delle lezioni e quando lo si ritenga opportuno. È una tecnica semplice bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

Non significa semplicemente restare seduti senza parlare, perché, anche quando siamo in silenzio, la nostra mente è attraversata da una miriade di pensieri. Il dialogo interiore dovrebbe cessare, altrimenti si verificherà uno spreco di energia. Si dovrebbe riuscire a ridurre i pensieri che scorrono nella mente, a pochi e quei pochi ad uno solamente.

Si possono condurre i bambini e ragazzi a pensare a una situazione in cui hanno provato pace oppure a concentrarsi su un solo oggetto in modo che la mente si calmi dai molteplici impulsi che arrivano dai sensi e che creano in loro una iperattività.

I benefici che potremo trarre dallo stare seduti in silenzio, riguarderanno, in primo luogo, l'aumento della capacità di concentrazione. Il secondo vantaggio sarà la pace mentale, un migliore equilibrio emozionale, nonché la padronanza di sé. Questa pratica condurrà, inoltre, ad un aumento della tolleranza, della pazienza e dell'indulgenza nei confronti degli altri nonché ad un miglioramento della memoria e della ricettività. Ad un livello più profondo, la pratica dello stare seduti in silenzio risveglierà l'intuizione e la creatività.

Sedere in silenzio inoltre regola il battito cardiaco e il respiro, calma e rilassa, riduce lo stress e la tensione nel corpo; promuove una buona salute.

## **Ascolto del respiro**

L'ascolto del respiro è una tecnica semplice. Ascoltare l'aria nell'atto di inspirazione e espirazione calma il respiro, riportandolo a un ritmo naturale, e lo stato emotivo.

## **Il circolo di studio**

Il circolo di studio è uno strumento per la trasformazione individuale. Il circolo di studio è una tavola rotonda in cui i ragazzi si dispongono in circolo, per discutere argomenti, comprenderli e metterli in pratica. Vengono poste delle domande e ognuno esprime, a turno, il proprio punto di vista che rappresenta una delle molteplici sfaccettature dello stesso diamante per poi giungere a coglierne la faccia superiore, l'aspetto generale che le comprende tutte. Scoprire la faccetta superiore è il compito del circolo di studio.

L'insegnante ha il ruolo di facilitatore per condurre gli allievi a dare le risposte da soli. "Educere" è far emergere i valori.

La modalità di partecipazione alla discussione di gruppo è quella dell'"ascolto attivo", vale a dire un atteggiamento di sincero interesse e curiosità intellettuale per le diverse esperienze e opinioni, considerando ciascuna come un contributo per una visione più ampia dell'argomento. È come se ognuno portasse un dono, il proprio dono.

Le regole del circolo di studio:

- Sedersi in cerchio
- Ognuno a turno dà la propria risposta seguendo l'ordine del cerchio
- Si stabilisce un tempo massimo per le risposte (1/2 minuti)
- Rispettare il punto di vista altrui
- Umiltà, apertura mentale, disponibilità, parlare dolcemente, modalità di relazione empatica sono atteggiamenti necessari per raggiungere unità nella discussione di gruppo
- Non seguire i propri impulsi dettati dall'emotività
- Comportamenti da evitare: contrapposizione di opinioni, dibattito, la prevaricazione verbale, la critica, il giudizio, il personalismo, l'incapacità di sintesi, andare fuori tema.

# UNITÀ 2: EDUCAZIONE ALLA LEGALITÀ E ALLA COMUNICAZIONE

## Etica e buona comunicazione

L'unità si sofferma in particolare sul tema dell'etica e della buona comunicazione. Si esplora il Valore della Verità, della Rettitudine e valori correlati ad essi come sincerità, spirito di ricerca, onestà, responsabilità, gentilezza, ascolto e comprensione, buona comunicazione nei diversi contesti di vita.

L'intento è porre dei semi di un modello educativo valoriale che si avvale di un approccio di pedagogia integrale in grado di favorire lo sviluppo del potenziale umano e la formazione di bambini e adolescenti che possano vivere pienamente il principio di Verità e Rettitudine. L'obiettivo specifico è guidare lo studente ad entrare in contatto con la voce della propria coscienza, nell'attivare uno spirito di ricerca della verità, nella capacità di discernere e di sviluppare buone abitudini e relazioni.

In merito all'educazione alla legalità troviamo nell'Agenda 2030:

### Obiettivo 16



PROMUOVERE SOCIETÀ PACIFICHE E INCLUSIVE PER UNO SVILUPPO SOSTENIBILE, GARANTIRE A TUTTI L'ACCESSO ALLA GIUSTIZIA, E CREARE ISTITUZIONI EFFICACI, RESPONSABILI ED INCLUSIVE A TUTTI I LIVELLI

#### Al punto 16.3

Promuovere lo stato di diritto a livello nazionale e internazionale e garantire un pari accesso alla giustizia per tutti.

#### Al punto 16.7

16.7 Garantire un processo decisionale responsabile, aperto a tutti, partecipativo a tutti i livelli.

# ASCOLTO E COMPRENSIONE

## INTRODUZIONE

La mancanza di comunicazione, al giorno d'oggi, è dovuta soprattutto all'incapacità di saper ascoltare. Siamo più concentrati sui nostri interventi e a far valere il nostro punto di vista che da ciò che ci sta dicendo l'altra persona. Ecco che così si perde l'essenza della comunicazione. Erroneamente si crede che ascoltare sia un processo automatico, ma non è così. Ascoltare richiede uno sforzo superiore a quello che dobbiamo fare quando si parla. L'abilità dell'ascolto attivo è sempre accompagnata dalla comprensione. Si tratta di essere disponibili psicologicamente e attenti al messaggio di chi ci sta parlando. Per comprendere, mentre si ascolta, occorre essere empatici, usando il cuore e non solo la mente.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

1. Comprendere veramente il punto di vista, le motivazioni, i pensieri e le aspettative dell'altro, ascoltando in modo attivo e sospendendo ogni giudizio.
2. Inizialmente, imparare ad ascoltare in silenzio attentamente, dando spazio a chi parla, cercando di entrare in empatia con l'altro, accogliendo poi quanto viene detto e comprendendo le motivazioni e le emozioni di chi ci sta parlando.
3. Successivamente, utilizzare dei messaggi, sia verbali che non verbali, che facciano capire che stiamo ascoltando veramente.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Il volo di Gea

L'uccellino cinguettava "ciu ciiiuciu ciu" e i clienti del bar del signor Antonio entravano volentieri a prendere un caffè nella terrazza per ascoltare il suo canto delicato e trillante come tanti campanellini. La sua voce argentina sembrava intonare un canto allegro e spensierato per la gioia dei clienti del bar che lo ascoltavano distratti e non vedevano la tristezza e la solitudine nei suoi piccoli occhi di uccellino.

Lui invece cantava, ma non di allegria, il suo canto aveva parole tristi e malinconiche perché si ricordava della sensazione del vento tra le piume delle ali e dello spettacolo magnifico delle chiome degli alberi visti dall'alto, volando, mentre lui era dietro le sbarre della sua gabbietta.





Un giorno però successe qualcosa. Una bimba, Gea, entrando nel bar per comperarsi un gelato, ascoltò il suo canto e si sentì improvvisamente triste senza sapere bene il perché. Allora guardò negli occhi il piccolo uccellino, si accorse che la tristezza veniva proprio da quel canto e si avvicinò alla gabbietta.

“Perché sei triste?”, sussurrò la bimba. “Ciu ciiuciu ciu”, trillò l’uccellino.

La bambina aveva un segreto per capire gli altri, dopo averli ascoltati: si immaginava di essere al loro posto, mettendosi nei loro panni per capire le loro emozioni, per comprenderli meglio. E così fece e si immaginò di essere chiusa in una piccola gabbia, senza poter correre e giocare con gli amici.

Chiuse gli occhi per concentrarsi e all'improvviso sentì un formicolio alle gambe, come quando stava molto tempo nella stessa posizione. “Forse è proprio quello che sente questo uccellino, di certo gli formicolano le ali per non poterle aprire e forse è triste perché non è libero di volare come gli altri uccelli.”, pensò la bimba.

Senza pensarci due volte, Gea aprì la piccola gabbia sperando che nessuno l'avesse vista e l'uccellino la guardò cercando di capire perché quella bambina gli desse la libertà. Avrebbe voluto dimostrarle la sua gratitudine, ma non sapeva come fare, così fece un ultimo cinguettio di addio e seguì il suo istinto che gli diceva di aprire le ali e di volare via.

I clienti del bar, senza capire cosa fosse successo, fermarono per un istante il loro chiacchiericcio.

In silenzio, la bimba uscì dal bar mangiando il suo gelato e si ritrovò a camminare per strada con lo sguardo rivolto verso il cielo, cercando l'uccellino dallo sguardo triste.

All'improvviso cominciò a sentire il fruscio del vento tra le dita, l'aria fresca che le accarezzava il viso. Chiuse gli occhi per assaporare quella sensazione di libertà e, con gli occhi chiusi, vide la città dall'alto, il porto con le barche dei pescatori e le colline alle spalle.

Capiì che era il regalo dell'uccellino, il suo modo di dirle grazie: stava volando con lui e osservando il mondo con i suoi occhi.

## DOMANDE

1. Ti è piaciuta la storia? Perché?
2. Con il suo canto, come è l'uccellino, felice o triste? Perché?
3. Gea, la bimba entrata nel bar per comperarsi un gelato, come fa ad accorgersi che il canto dell'uccellino è triste?
4. Che cosa fa, dopo aver guardato negli occhi l'uccellino e aver capito che è triste?
5. Dopo aver immaginato di essere prigioniera lei stessa nella gabbietta, essendosi messa nei panni dell'uccellino, che cosa fa Gea?
6. Quale regalo fa l'uccellino a Gea, dopo essere stato liberato?
7. A te è capitato di ascoltare un tuo amico che era dispiaciuto per qualcosa? Hai provato a metterti nei suoi panni per comprendere meglio la sua pena? Che cosa gli hai detto? Racconta.

## POESIA

### Sì e no

Gianni Rodari

Io uso le parole più corte del mondo:  
una dice sì  
l'altra no.

Devi saperle bene adoperare  
perché da sole possono contare  
più di un milione  
di parolone.

Ma non c'è orologio per segnare  
l'ora di dir di sì  
e l'ora di dir di no.

Io come faccio?  
ASCOLTO IL CUORE,  
è lui il mio suggeritore:  
ascolto, capisco  
e, senza alcun timore, gli ubbidisco.

## CITAZIONI

Sentire è facile perché è l'esercizio dell'udito, ma ascoltare è un'arte perché si ascolta anche con lo sguardo, con il cuore, con l'intelligenza.

Enzo Bianchi

Le parole nascono quando si pronunciano, ma muoiono quando non le si ascoltano.

Nickbiussy

Non possiamo parlare finché non ascoltiamo.  
Quando avremo il cuore colmo, la bocca parlerà, la  
mente penserà.

Madre Teresa di Calcutta

Amare vuol dire soprattutto ascoltare in silenzio.

Antoine De Saint-Exupery

Amicizia è ascoltare gli altri come vorresti che gli  
altri ascoltassero te.

Anonimo

Parlare è un bisogno, ascoltare è un'arte.

Goethe

Quando una persona parla senza ascoltare, più parla  
e meno viene ascoltata.

Mirko Badiale

Facciamo in modo che la nostra prima reazione di  
fronte all'affermazione di un altro non sia una valutazione o un giudizio, ma uno sforzo  
di comprensione.

Anonimo



Chi ascolta cercando di comprendere, non prepara le risposte mentre l'altro parla, non interrompe, se lo fa è per fare domande con l'intento di assicurare di avere veramente capito.

Guido Crocetti Rebecca

Le azioni umane non vanno derise, compiante o detestate; vanno comprese.

Baruch Spinoza

Amare non è solamente “amare bene”; è soprattutto comprendere.

Francoise Sagan

## CONCLUSIONE

I bambini imparano tutto da noi. Per insegnare ai bambini ad ascoltare, è basilare ASCOLTARLI! E nel contempo avere un atteggiamento aperto nei loro confronti, imparziale e non giudicante.

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Video:

“Il potere dell’empatia” di Pete e Ronnie del Carmen <https://youtu.be/t-asXorVstM>

“INSIDE OUT” Walt Disney Pictures

### 1° Gioco

#### Il gioco dell’empatia

Scaricare da internet delle immagini con tante facce con espressioni diverse e poi scrivere per ogni immagine l’emozione che la contraddistingue, per esempio *mi sento triste, mi sento arrabbiato, mi sento felice, mi sento eccitato, non mi sento molto bene ...*

SVOLGIMENTO: l’insegnante distribuisce le immagini ai bambini ed ognuno inventerà delle situazioni collegate all’immagine ricevuta con l’emozione che la descrive.

Variante: sarà ogni singolo bambino a scegliere l’immagine.

Questo gioco aiuterà i bambini a collegare e a riconoscere le emozioni. Ovviamente non ci saranno emozioni giuste o sbagliate, i bambini le leggono alla loro maniera e impareranno pian piano a riconoscerle nel modo corretto. Inoltre aiuterà a sviluppare la capacità empatica e la creatività, facendo inventare ai bambini le varie storie e le situazioni.

### 2° Gioco

#### Il cubo dei sentimenti

Daniel Goleman

Si costruisce un dado di cartone (vedi modello allegato 1) e su ogni faccia si disegna in grande un emoticon con un’espressione diversa, ad esempio la gioia, la tristezza, la delusione, la rabbia ecc.

I bambini devono essere messi in cerchio e ognuno deve tirare a turno il dado; a seconda della faccia che gli viene fuori, il bambino è invitato a raccontare un momento



suo che descrive proprio questa emozione, questa sensazione che ha provato. Quando i bambini ascoltano i vari racconti e comprendono che un altro bambino ha provato la sua stessa emozione o ha vissuto un sentimento simile al proprio, sarà spronato ad entrare in contatto con le proprie emozioni e ad essere più facilmente in empatia con gli altri, attivando ascolto e comprensione.

### 3° Gioco

#### Il gioco del cuore

Si prende un cartoncino e lo si ritaglia a forma di cuore, della grandezza di cm 20x20, e lo si colora di rosso. Si prende una storia e la si legge ai bambini. Ogni volta che s'incontra una parola cattiva o un atteggiamento scortese nei confronti del protagonista, i bambini devono segnalarlo e quindi ogni bambino, a turno, taglierà via un pezzetto di cuore. Alla fine della storia si mostra quanto è rimasto di questo cuore. Poi occorre sottolineare come nella vita di tutti i giorni quali sono le parole o gli atteggiamenti che possono ferire gli altri, incoraggiando i bambini ad avere cura del cuore degli altri con l'ascolto e la comprensione di chi ci sta vicino.

### PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Chiedere ai bambini di provare ad ascoltare con più attenzione il proprio fratello o sorella, l'amichetto o il compagno di classe, mettendo in atto gli step del percorso per ascoltare e comprendere nella maniera corretta. Provare ad abbinare l'emozione giusta. Il lavoro eseguito durante il corso di una settimana, verrà condiviso con l'insegnante e sarà argomento di riflessione in classe, senza che vengano svelati i nomi dei bambini che si sono confidati e aperti.

# AUTOSUFFICIENZA, EFFICACIA ED EFFICIENZA

## INTRODUZIONE

L'autosufficienza (dal Greco autòs e dal Latino sufficere) significa bastare a se stessi, per le proprie necessità.

Essere in grado di raggiungere con successo un obiettivo, ottimizzando le risorse, è quindi possibile quando si è raggiunta una buona padronanza di se stessi.

L'efficacia misura il raggiungimento, o no, di ciò che è stato pianificato (indipendentemente dall'impegno profuso).

L'efficienza misura l'energia spesa per conseguire il risultato richiesto.

Entrambi i concetti sono legati al successo nel raggiungimento del risultato (dalle attività semplici ma necessarie, come acquisti, raggiungere il posto di lavoro, gestione del tempo libero, ad altre attività e progetti legati alla propria formazione ecc.)

Le persone, con una mente efficiente e sveglia, in ogni circostanza, riescono ad essere di grande aiuto e perfino a salvare la vita ad altri, in situazioni di emergenza, in cui molti si farebbero prendere dal panico, perdendo la lucidità.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Ottimizzare la gestione del tempo per vivere interamente il presente (tempismo).
- Accettare i cambiamenti come occasioni naturali, per imparare cose nuove (creatività).
- Saper preparare un piano d'azione, concreto, misurabile, realistico, e per seguirlo con determinazione e pazienza.
- Sviluppare un pensiero positivo nell'affrontare ogni situazione, senza arrendersi né deprimersi (anche i fallimenti insegnano).
- Ridurre le abitudini negative, sostituendole con altre positive (abituarsi a non rimandare, imparare a concentrarsi e a fare silenzio dentro e fuori di sé).
- Mettere entusiasmo e amore in ciò che si intraprende.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Robinson Crusoe

(Sintesi tratta dal romanzo di Daniel De Foe)

Dopo il naufragio, appena raggiunta la riva dell'isola, alzai gli occhi al cielo e ringraziai Dio di avermi salvato la vita in una situazione che pareva senza scampo.

Ma, riprese le forze, e fatto un giro intorno al bosco, che costeggiava il litorale, il sollievo che avevo provato nel sentirmi sano e salvo si trasformò in altrettanto sgomento: ero



col quale difendermi, e cercai di sistemarmi in modo da non cadere durante il sonno. Stanco com'ero, mi addormentai profondamente, come pochi avrebbero potuto fare nelle mie condizioni. Quando mi svegliai, era pieno giorno. Mi attendeva una lieta sorpresa. L'alta marea aveva sollevato la nave dal banco di sabbia sul quale si era arenata e l'aveva portata alla deriva, fino ad uno scoglio non più di un miglio dalla riva. Così mi venne il desiderio di tornare a bordo, per poter prendere almeno qualche oggetto che potesse servire al mio sostentamento.

Era inutile stare con le mani in mano e desiderare quello che non potevo avere, come fa molta gente quando si trova in difficoltà, e aspetta di essere tirata fuori con l'aiuto di qualche persona di buon cuore o con qualche improbabile colpo di fortuna: la gravità della situazione mi stimolò l'ingegno.

Raggiunta a nuoto la nave, mi issai a poppa, aiutandomi con un pezzo di corda, che penzolava al suo fianco. Quando potei entrare nella stiva, notai, con piacere, che tutte le provviste erano asciutte, e, poiché avevo una gran fame, scesi nella dispensa e cominciai a mangiare, una dopo l'altra, una ventina di gallette, che innaffiai con un bicchiere di rum.

Avevo bisogno di rimettermi in forze, per le fatiche che avrei dovuto, presto, sostenere. Dovevo infatti portare, con me, sull'isola, un poco di tutto quel ben di Dio, che era rimasto, in salvo, sulla nave ...

C'erano, sulla nave, molti tronchi d'albero. Decisi di approfittarne e, quelli più leggeri, li gettai in acqua, legandoli a una corda, in modo che non potessero esser portati alla deriva. Fatto questo, mi calai lungo il fianco della nave e, tirandoli a me, ne legai 4 insieme ad entrambe le stremità, più saldamente che potei, per formare una zattera. Poi, appoggiando tre o quattro assi di traverso, sopra di essi, la sistemai in modo che potesse portare un peso ragionevole. Dovevo, ora, pensare al materiale da caricare e al modo di tenerlo al riparo dalle onde del mare. Non ci pensai su a lungo. Prima di tutto caricai sulla zattera tutte le assi e le tavole che potei trovare, poi presi tre casse e le calai sulla zattera. Riempii la prima di provviste: riso, pane, formaggi olandesi, pezzi di carne di capra essiccata, e un rimasuglio di grano. Pensai anche di fornirmi di indumenti, ma ne

bagnato e non avevo abiti per cambiarmi, non avevo niente da mangiare e da bere. Avevo solo la prospettiva di morire di fame o di essere divorato dalle bestie feroci. Non avevo, infatti, nemmeno un'arma per difendermi o per dare la caccia a qualche animale, per il mio sostentamento!

Il solo rimedio che mi si presentò alla mente, in quel momento, fu di arrampicarmi sopra un grosso albero frondoso. Lì decisi di riposare durante la notte. Spezzai un ramo, per farne un bastone

presi quanti mi servivano al momento, perché preferii riempire le altre due casse con cose che mi stavano più a cuore e, in primo luogo, attrezzi con i quali avrei potuto lavorare. Dopo lunghe ricerche, trovai la cassetta del falegname di bordo, e fu, per me, più preziosa di quanto sarebbe stata, in quel momento, una nave carica d'oro. Mi occupai quindi delle armi e delle munizioni, di cui riuscii a fare il pieno. Ora la zattera era abbastanza carica e cominciai a pensare al modo di raggiungere la riva senza vela né remi, né timone, con una imbarcazione che, alla prima robusta ondata, avrebbe potuto rovesciarsi.

## DOMANDE

1. Chi è il protagonista della storia?
2. Cosa gli è successo?
3. Come ha reagito, in un primo tempo, appena arrivato sull'isola?
4. Perché decide di passare la notte su un albero?
5. Cosa vede al mattino, al suo risveglio?
6. Cosa decide di fare, una volta vista la nave arenata?
7. Come ti sentiresti in una situazione simile, solo in un'isola deserta, chissà dove?

## FILASTROCCA

Se nella tua vita il successo vuoi creare,  
impegnati, già fin d'ora, a mai mollare!  
Impegnati a rispettare ciò che ti sta attorno,  
la natura e tutto il Creato ogni giorno.  
Impegnati a voler bene a chi a cuore ti sta,  
in famiglia, a scuola e nella società.  
Impegnati nel tuo lavoro quotidiano  
di ordine e pulizia, per avere un corpo sano.  
Impegnati ad aiutare chi soffre e chi sta male:  
offrire un sorriso è un grande gesto amicale.  
Impegnati sempre, ovunque tu sia,  
sii efficiente, gentile; ricerca l'armonia!  
E le esperienze che la vita ti proporrà  
ti faranno scoprire le tue vere qualità,  
insegnamento che varrà per ogni età.  
Questa è la strada che ci rende pronti e capaci,  
e poi scattanti, abili e anche perspicaci!  
E un giorno, a furia di essere accorti e attenti,  
saremo sempre più sicuri di noi e autosufficienti!

## CITAZIONI

■ L'azione, per essere efficace, deve essere diretta a scopi ben definiti.

Sri Jawaharlal Nehru

■ Non hai idea di ciò che sei realmente capace, finché non ci provi.

Anonimo

*L'esempio è sempre più efficace del precetto.*

**Samuel Johnson**

*Tenetevi gli uni accanto agli altri, ma non troppo vicini, così come le colonne del tempio si ergono a distanza... come il cipresso e la quercia non crescono uno all'ombra dell'altro.*

**Khalil Gibran**

*Se vogliamo dirigere la nostra vita, dobbiamo prendere il controllo delle nostre abitudini. Non è ciò che facciamo di tanto in tanto che plasma la nostra vita, ma ciò che facciamo quotidianamente.*

**Antony Robbins**

*La pazienza è ciò che nell'uomo più somiglia al procedimento che la natura usa nelle sue creazioni.*

**Honoré de Balzac**

*Cercate ardentemente di scoprire a che cosa siete chiamati a fare, e poi mettetevi a farlo appassionatamente. Siate comunque sempre il meglio di qualsiasi cosa siate.*

**Martin Luther King**

*Conosci te stesso, abbi fiducia in te stesso, realizza te stesso: tu sei forma di perfezione, forma di amore.*

**Sathya Sai**

## **CONCLUSIONE**

L'atteggiamento di grande fiducia in se stessi è alla base dell'autosufficienza e ci ricorda l'ingegno, la creatività, la forza e tante altre risorse e capacità che si trovano dentro di noi.

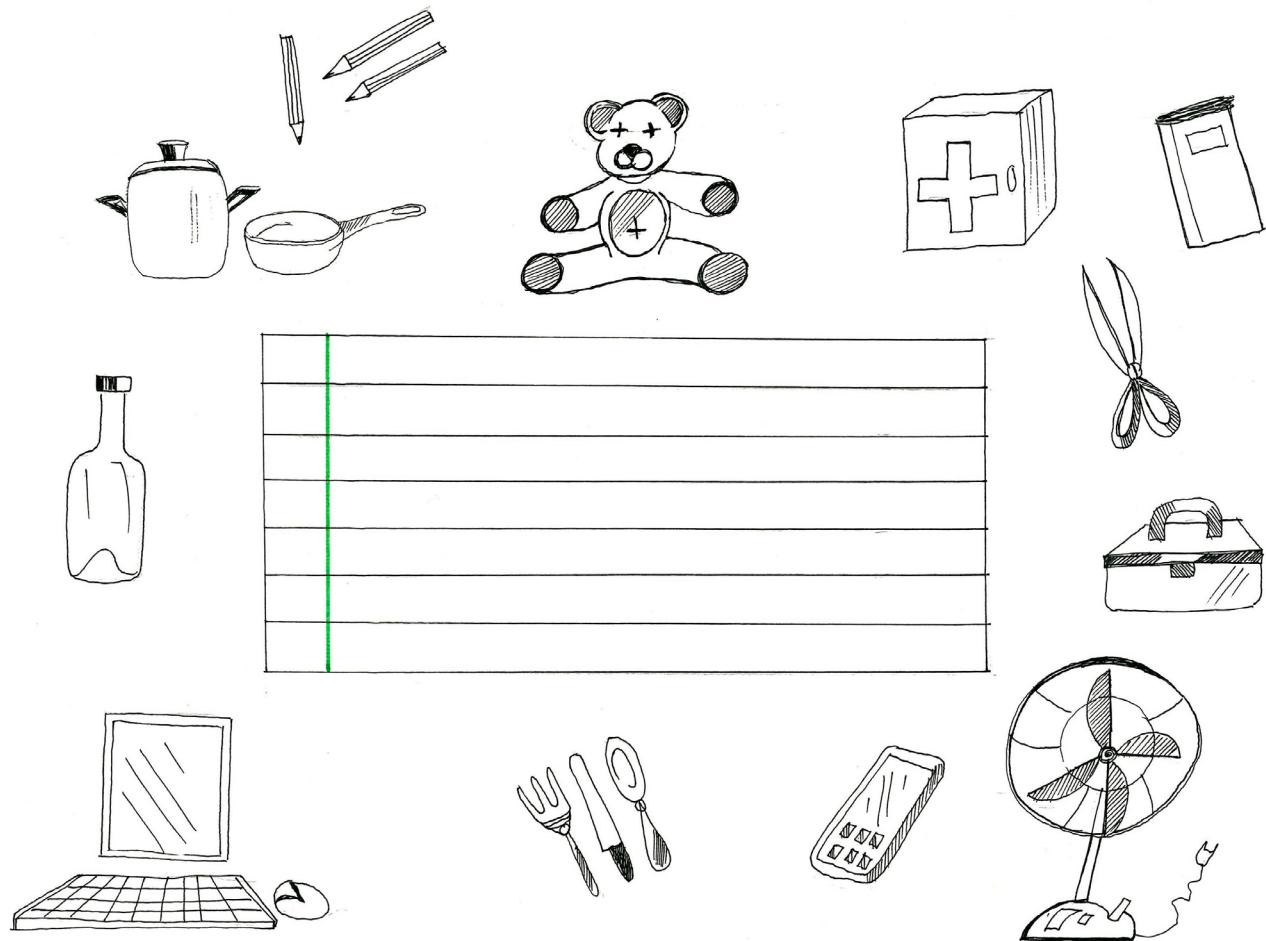
Nelle emergenze ci si accorge che non ci si può sempre aspettare l'aiuto degli altri e che, comunque, il conseguimento di uno scopo con le sole proprie forze, anche se molto duro, può dare grande soddisfazione. Bisogna alimentare la fiducia in se stessi e il pensiero che ciò che non è riuscito oggi, sarà possibile domani.

Le più grandi vittorie sono quelle ottenute su se stessi (sulle paure, sulla pigrizia, sulla disistima, ecc.)

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Naufragare su di un'isola deserta

Immagina di essere naufragato, come Robinson Crusoe, di trovarsi su di un'isola deserta e di vedere la nave arenata ad una distanza che puoi raggiungere a nuoto. La raggiungi, scendi nella stiva dove trovi viveri e vari oggetti e strumenti: cosa prendi da riportare con te sull'isola? Circonda con un cerchio gli oggetti e fai un elenco aggiungendo gli oggetti che non trovi disegnati e motiva le tue scelte.



## PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

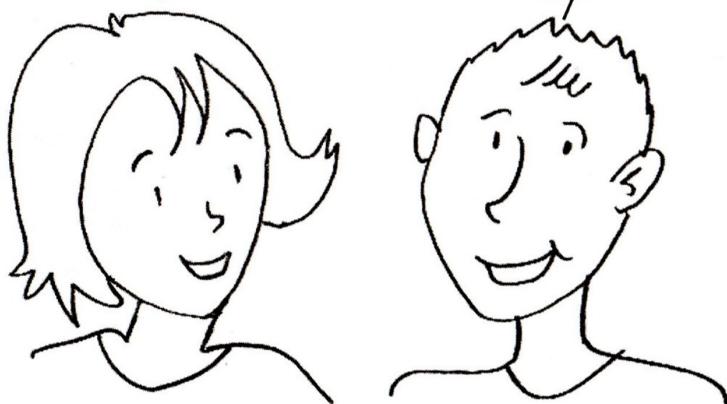
### Valutare la propria autosufficienza

	SI	NO	A VOLTE
<b>TI SVEGLI DA SOLO AL MATTINO?</b>			
<b>TI LAVI DA SOLO?</b>			
<b>TI VESTI DA SOLO?</b>			
<b>APPARECCHI LA TAVOLA?</b>			
<b>PULISCI LA TUA CAMERA DA LETTO?</b>			
<b>PREPARI DA SOLO IL TUO ZAINO?</b>			
<b>FAI DA SOLO I TUOI COMPITI DI SCUOLA?</b>			
<b>FAI DA SOLO QUALCHE COMMISSIONE?</b>			

### SEI AUTOSUFFICIENTE?

Dopo aver compilato lo schema qui sopra, nel corso della settimana dovrà fare tutti i giorni una o due delle mansioni per le quali la risposta al questionario è stata...

“NO” o “A VOLTE”



# CORAGGIO E PRUDENZA

## INTRODUZIONE

L'etimologia della parola Coraggio deriva dal provenzale corage, che a sua volta deriva dal latino cor cuore possiamo dedurre che questa parola ha un profondo significato e non vuol dire assenza di paura, ma una salda disposizione di fermezza, di chi sa conoscere il proprio valore ed è accompagnata da una salda autostima che spinge a superare gli ostacoli con determinazione e discernimento. Il coraggio non è temerarietà, non è incoscienza, ma diventa qualcosa di sacro e luminoso quando viene spinto dalla prudenza virtù propria dell'anima umana e razionale, che può essere chiamata saggezza. La Prudenza è la prima delle quattro virtù cardinali con la Giustizia, la Fortezza e la Temperanza virtù morali che sono i pilastri del vivere rettamente.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Aiutare i bambini ad avere un giusto comportamento rispetto a diverse situazioni della quotidianità dove riscontrano e percepiscono comportamenti contrari a quello che loro sanno profondamente essere errato e avere la forza e il coraggio di opporsi.
- Avere la determinazione di mettere in pratica buoni propositi affinché ci sia benessere per tutti.
- Essere determinati a dire "no" quando qualcosa va contro i propri principi; e dire "sì" quando la vita chiede coraggio per difendere se stessi e gli altri.
- Capire che l'intraprendenza sostenuta dalla prudenza, che è necessaria per evitare azioni pericolose per se stessi e gli altri, diventa la molla propulsiva che spinge ad essere coraggiosi.
- Incoraggiare gli alunni ad essere coraggiosi e osare nel fare ciò che sanno essere giusto imparando ad ascoltare la propria coscienza, perché il coraggio mette in moto le virtù nascoste.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Topino Marcello

Topino Marcello era a casa da scuola perché era un giorno di vacanza, il sole era caldo perciò decise di uscire all'aperto. Stava camminando quando vide sul marciapiede un bel sasso rotondo e incominciò a calciarlo lungo la strada.





Il sasso rotolava ad ogni calcio che tirava e rotolava lungo il marciapiede fino a quando di nuovo Topino Marcello ne tirava un altro.

Ma ad un certo punto dimenticò di usare la testa e lanciò il sasso e lo fece volare in aria. Volò verso una casa e Topino Marcello prese un bello spavento. Il sasso attraversò una finestra con un suono terribile "crash!" e la ruppe in mille pezzi.

Topino Marcello sapeva che se qualcuno l'avesse visto, si sarebbe messo nei guai. Si sentiva male per quello che era successo, ma era troppo spaventato per rimanere. Non sapeva cosa doveva fare, così... scappò via e corse a casa senza mai fermarsi e senza nemmeno voltarsi indietro, fino a quando non arrivò sano e salvo.

Giunto a casa pensò che avrebbe dovuto dire quello che era successo a qualcuno, ma non osava.

È vero... gli era andata bene, nessuno sapeva cosa aveva fatto, perciò non aveva motivo di temere.

Ma qualcosa nella testa di Topino Marcello gli diceva che non era giusto, così iniziò a sentirsi male.

Quella sera non riuscì a dormire tranquillo come faceva di solito, era agitato. Durante la notte si svegliò, il pensiero era fisso su quello che aveva combinato, si sedette sul letto e si chiese cosa fare. Era dispiaciuto e si vergognava di quello che aveva combinato. Alla fine decise che sarebbe andato a riparare il torto, sapendo anche che sarebbe stato spaventoso, ma sapeva che doveva essere forte.

Così Topino Marcello al mattino disse ai suoi genitori quello che era successo. Disse loro che avrebbe voluto fare la cosa giusta, se ancora possibile. Disse anche che non aveva soldi per riparare i vetri rotti, ma avrebbe cercato di guadagnare abbastanza lavorando dopo la scuola.

I genitori erano dispiaciuti dell'azione che Topino Marcello aveva commesso, ma nel contempo erano felici della scelta che il loro figlio aveva deciso di fare.

Topino Marcello tornò alla casa dove aveva rotto il vetro, anche se aveva paura, parlò con il proprietario dicendogli di essere dispiaciuto per il grande errore commesso. Il proprietario gli rispose che avrebbe dovuto pagare la riparazione del vetro, inoltre quando aveva deciso di scappare, aveva preso una pessima decisione, ma aveva dimostrato di essere coraggioso a ritornare il giorno dopo, per ammettere la verità.

La decisione di ritornare dimostrava il bene che aveva dentro, che Topino Marcello aveva carattere e non c'era bisogno di nascondersi.

A quel punto Topino Marcello esultò di gioia e ringraziò il proprietario per la comprensione dimostratagli. Ora si sentiva proprio bene ed era felice anzi strafelice.

Così Topino Marcello pensando a quello che era successo quando aveva rotto il vetro, gli venne un brivido, ma subito dopo imparò che gli errori si possono commettere, ma è meglio avere il carattere per cercare di fare le cose giuste.

## DOMANDE

1. Secondo te Topino Marcello ha fatto la cosa giusta scappando?
2. Cosa ha dimostrato Topino Marcello ritornando il giorno dopo?
3. Che cosa insegna questa storia?
4. Hai fatto anche tu degli errori e hai avuto paura?
5. Come hai fatto per superare la paura?
6. Poi come ti sei sentito? Racconta.

## CITAZIONI

*Voglio che voi siate dei bravi bambini. Voglio che diventiate un giorno dei grandi uomini che proteggono il mondo, sicuri di sé, coraggiosi, maestosi e forti come leoni. Il leone è il re della foresta, e “ Io Voglio” che voi diventiate re tra gli uomini.*

**Sathyia Sai**

*L'uomo coraggioso non è colui che non prova paura, ma colui che riesce a superarla.*

**Nelson Mandela**

*Un esercito di pecore condotte da un leone, sconfiggerà un esercito di leoni condotti da una pecora.*

**Proverbo arabo**

*In cuore abbiamo tutti un cavaliere pieno di coraggio, pronto sempre a rimettersi in viaggio.*

**Gianni Rodari**

## CONCLUSIONE

Nel profondo di ognuno c'è quel valore nascosto, quella grande virtù, che vince la paura, rimuove tutti gli ostacoli che impediscono di realizzare ciò che si vuole: il Coraggio, una magia che si trasforma in audacia e fiducia in se stessi per affrontare la vita con forza e determinazione.

## CANTO

### Verità e Pace

<https://drive.google.com/file/d/1uNciYSEST8VyFtq0iWFp5pJ5ScWG2Kk-/view?usp=sharing>

**Rit.** Forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai  
che le cose trasparenti sono le più resistenti  
forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai  
che le cose trasparenti sono le più resistenti.

*Se per caso un bel mattino tu vedrai un tuo vicino  
ripararsi dietro un muro per sentirsi più sicuro  
fare un buco sotto terra per paura della guerra  
non volerlo imitare, prova a metterti a cantare.*

**Rit.** Forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai  
che le cose trasparenti sono le più resistenti  
forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai  
che le cose trasparenti sono le più resistenti.

Se al posto di una piazza preferisci una corazza  
non pensar che un'armatura sia la cosa più sicura  
dentro non ci puoi nuotare finirai per soffocare  
non lasciarti corazzare prova a metterti a cantare.

**Rit.** Forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai che le cose trasparenti sono le più resistenti forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai che le cose trasparenti sono le più resistenti.

Prova avvolgerti nel vento e vedrai sarai contento  
prova a star nell'aria pura questa è molto più sicura  
l'aria ti fa respirare l'aria poi ti fa incontrare  
prova aprire le tue mani e poi dì come ti chiami.

**Rit.** Forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai che le cose trasparenti sono le più resistenti forse tu non lo sai, non te l'hanno detto mai che le cose trasparenti sono le più resistenti.

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

## La scala del coraggio

Creare un cartellone e far disegnare ai bambini una scala con i suggerimenti per agire come da disegno sottostante.

## PROPOSALS

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Ogni sera prima di cena, esaminare le azioni della giornata che vi hanno spinto ad essere coraggiosi o prudenti e riempire la seguente tabella:

**La scala del CORAGGIO**

**A**  
**U**  
**T**  
**O**  
**S**  
**S**  
**E**  
**R**  
**V**  
**A**  
**Z**  
**I**  
**O**  
**N**  
**I**

**DARE**  
When I give, I will be happy.

**FIRE**  
When I burn, I will be angry.

**DEFENDERE**  
When I protect Marco, he will be happy.

**CONSOLARE**  
When I comfort Marco, he will be happy.

**AMARE**  
When I am big, I will become a hero.

## Tabella della paura

Di cosa ho paura?	Cosa ho fatto per superare la paura?	Ho chiesto aiuto?	Ho avuto fiducia in me stesso?	Quale sensazione ho avuto poi?
Entrare in una stanza al buio				
Incontrare alcuni animali				
Paura di non essere accettato				
Paura di rimanere solo				
Paura di .....				

# CURIOSITÀ E SPIRITO DI RICERCA, TALENTO

## INTRODUZIONE

*La curiosità è la voglia di conoscere ed imparare, facendo domande e ricerche, tipica dell'essere umano.*

Sathyra Sai

Osservando un bosco, durante una passeggiata, possiamo vedere diverse forme di vegetazione: latifoglie, conifere, alberi secolari, arbusti e cespugli, ognuna con caratteristiche diverse. L'uomo, con la sua curiosità e conseguente creatività, ha saputo, nel tempo, trovare un modo per valorizzare tutti gli elementi: dall'abete rosso sono usciti i violini, da querce e castagni le botti per il vino, dai salici piangenti i rami flessibili per costruire cesti, da betulle, aceri, faggi e ontani delle sculture divenute famose... È stata sempre la curiosità a portare l'uomo ad integrarsi con l'ambiente (gli animali, le piante, l'acqua e la terra). La curiosità, come una moneta, ha due facce. Quella brutta che ci trasforma in "ficcanasi", quella bella, invece, che ci fa fare scoperte interessanti. Ciò che conta è imparare ad usarla nel modo giusto per apprendere senza far male né a sé né agli altri. Come fare? Prima di partire verso la scoperta che ci attira, valutare i rischi che si potrebbero incontrare e preparare l' "equipaggiamento" necessario.

I bambini sono curiosi esploratori per natura, ma vanno supportati e accompagnati, per sviluppare le capacità creative connaturate in loro e realizzare così i loro talenti.

Lasciati liberi troppo a lungo, da soli e senza supporto, si divertono sì, ma poi possono andare in confusione, incontrare pericoli e perdere così il vantaggio dell'esperienza, che necessita della elaborazione attraverso la riflessione e la corretta sistemazione dei dati raccolti.

I bambini piccoli attraversano una fase della loro vita in cui tutto si trasforma in una domanda. Questo fenomeno è comune in quanto la loro mente ha le stesse caratteristiche di una lavagna vuota: non possono basarsi su esperienze già vissute su cui fare riferimento, ma hanno un presente da affrontare e da cui vogliono imparare il più possibile, per trarne il maggior vantaggio. I bambini fanno moltissime domande e apprendono rapidamente perché sono curiosi. La curiosità è quel sentimento che li tiene interessati e con la voglia di scoprire un numero sempre maggiore di cose.

La curiosità è la spinta fondamentale della creatività. I bambini creativi sono curiosi verso il mondo e verso se stessi: hanno voglia di sperimentare e sperimentarsi. Il mondo non si esplora solo con gli occhi: gusto, udito, tatto e olfatto sono gli altri sensi, fondamentali per conoscere ciò che ci sta intorno.

Benché i bambini siano curiosi ed esploratori per natura, hanno comunque bisogno di essere supportati e accompagnati per sviluppare le loro capacità creative e realizzare le loro potenzialità e i loro talenti e vanno stimolati ad esprimere.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

1. Favorire la capacità di generare soluzioni molteplici e ingegnose per lo stesso problema, promuovendo una creatività mentale spontanea, fluida e non lineare, originale, flessibile, basata sulla curiosità e sull'originalità.

2. Imparare ad apprendere. L'apprendimento è il più semplice esempio di atto creativo. La persona che apprende elabora, "mastica" la materia trasmessa da professori, esperti o software, la "digerisce", l'assimila e la ricostruisce secondo le proprie strutture mentali. Un modello didattico, quindi, per essere efficace, dovrebbe ricalcare questo processo di metabolizzazione, e le tecniche creative sono particolarmente utili per sviluppare l'abilità di imparare ad apprendere.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Elettra la curiosina

Vi racconto la storia di Elettra, una bambina speciale di 10 anni che tutti, parenti e conoscenti, hanno finito per chiamare 'Curiosina'. Lei ha meritato quel soprannome perché non si vergogna a fare domande di ogni genere, alcune delle quali sono, a volte, imbarazzanti.

Già a 4, 5 anni, se un'anziana signora le domandava: "Quanti anni hai, bella bambina ricciolina?" Lei con le dita mostrava la sua età, ma subito dopo, a sua volta, era capace di chiedere: "E tu, vecchia signora, quanti ne hai?" Se, poi, qualcuno voleva sapere il suo nome, lei non si nascondeva, come fanno tanti bambini, dietro la gonna della mamma o i pantaloni del papà, ma tranquillamente lo diceva e subito dopo domandava: "E tu come ti chiami?"

Quello che lei aveva ed ha di speciale non è la curiosità, che non manca a nessun bambino, ma avere la sua mamma e il suo papà che rispondono sempre alle sue domande, senza perdere la pazienza, anche alle più difficili, come, ad esempio, questa: "Che lingua parlano i pesci?" Quanti di noi saprebbero dare una risposta?

I suoi genitori, però, avevano capito una cosa che molti adulti sembrano trascurare: i bambini sono nati da pochissimi anni e non conoscono il mondo che li circonda.

È quindi normale che un bambino di due, tre, cinque od otto anni non sappia chi siano o come possano comportarsi tutte le persone che lo circondano o lo incontrano; oppure non



sappia che cosa siano e come funzionino tutte le cose con le quali egli ha a che fare ogni giorno.

Ricordate, chi dà risposte alle curiosità dei bambini, li rende più forti e coraggiosi, e verrà, allora, un giorno in cui, come è capitato a Curiosina, si sentiranno tanto coraggiosi da essere capaci di sfidare il buio e di entrare da soli in una camera dove la luce non è accesa, senza essere soffocati dalla paura.

Il papà e la mamma di Curiosina, non subito, ma dopo un po', avevano capito che se non rispondevano alle curiosità della loro ricciolina, ella si rattristava come se fosse rimasta sola. Essi, allora avevano imparato a rispondere sempre. Se poi non conoscevano la risposta esatta, non importava: la risposta se la inventavano come se questa fosse stata una fiaba. Curiosina si rassicurava subito e si rasserenava. A lei non importava che la risposta fosse giusta o sbagliata; lei voleva una risposta qualsiasi, come prova dell'attenzione della mamma e del papà verso di lei. Tutto questo non la faceva più sentire sola.

Questa volta sono io a fare a voi una domanda. Dove credete che siano finite tutte le domande che voi avete fatto e le risposte che avete ricevuto? Credete forse che siano volate in cielo subito dopo che la vostra curiosità è stata soddisfatta? No, no! Esse sono rimaste tutte nella vostra testolina. Nel cassetto della vostra memoria. E lì rimangono, finché, dopo qualche anno, quando non sarete più bambini piccoli, usciranno dal cassetto e si trasformeranno in desideri di controllare se vi era stata detta la verità. Volete un paio di esempi, che riguardano ancora una volta la storia di Curiosina?

La prima esperienza è legata a quando Curiosina, fin da bambina piccola, andava al mare durante le vacanze estive. Come tutti i bambini giocava con la paletta e il secchiello. Ma a lei piaceva, soprattutto, giocare a farsi rincorrere dalle onde che si frangevano sulla spiaggia. Grazie a questo gioco, ha preso una tale confidenza con il mare che ben presto ha imparato a nuotare senza paura. Quante volte, però, il pranzo e la cena con papà e mamma si trasformavano in un interrogatorio su che cosa sia il mare. Non c'era risposta che potesse accontentarla. Ebbene, sapete come è andata a finire? Quando ha compiuto 10 anni, durante le vacanze estive al mare, Curiosina ha chiesto e ottenuto – non senza qualche apprensione da parte dei suoi genitori – di poter fare un corso individuale di nuoto con l'istruttore che le ha permesso di spingersi ad esplorare i fondali. Curiosina è entusiasta per il fatto di vedere dal vivo tante cose meravigliose. Finalmente tante sue domande hanno avuto una risposta.

La seconda impresa di Curiosina, che ha segnato la sua vita e che ha creato più difficoltà ai suoi genitori, ci riporta alla sua prima cena in un ristorante cinese, all'età di sette anni. Riuscite a vedere Curiosina che tempesta di domande non solo il papà e la mamma, ma anche tutto il personale del ristorante stesso, composto da quelle persone con gli occhi così strani e che parlano fra loro in una lingua incomprensibile? La sua curiosità, anche per quei cibi così diversi dai suoi, non è mai stata così grande come quella sera. Alla fine della cena, ha persino fatto scrivere il suo nome in caratteri cinesi, sopra un foglio che ha incorniciato in un quadretto appeso vicino al suo letto.

Come credete che sia andata a finire questa volta? Sono sicuro che lo avete immaginato. Voglio, però confermarvelo. Sì, Curiosina, quando avrà terminato la scuola media, vuole studiare il cinese al liceo linguistico, e al termine, all'età di 19 anni, partirà da sola per la

Cina. Ce ne vuole di coraggio e di fiducia in se stessa! Ma ci voleva anche, all'inizio,... un bel po' di curiosità.

## DOMANDE

1. Chi è la protagonista della storia?
2. Qual è la sua caratteristica?
3. Cosa le ha procurato l'abitudine a far domande?
4. Che progetti ha Elettra, per il suo futuro?
5. Pensi di somigliarle in qualche modo? Racconta.
6. Fai spesso domande agli adulti per capire e conoscere?

## CITAZIONI

Perché tutti noi dovremmo usare la nostra forza creativa? Perché non c'è nient'altro che renda le persone così generose, allegre, vivaci, coraggiose e compassionevoli.

Brenda Ueland

La routine è uno dei killer della curiosità. ...L'abitudine e la routine hanno un incredibile potere di sprecare e distruggere.

Henri-Marie de Lubac

La mente che si apre a una nuova idea non torna mai alla dimensione precedente.

Albert Einstein

La mente non ha bisogno, come un vaso, di essere riempita, ma, come legna da ardere, ha bisogno solo di una scintilla che la accenda.

Plutarco

Se puoi sognarlo, puoi farlo!

Walt Disney

Creare è dare una forma al proprio destino.

Albert Camus

Cercate di scoprire gli ideali più elevati, non continuate a ripetere come pappagalli cose già dette da altri. Andate a fondo nella ricerca di ciò che sta alla base di tutto, scoprite qual è il fine, la sostanza e il sostegno di tutto ciò che esiste nell'Universo.

Sathya Sai

## CONCLUSIONE

La curiosità permette di accedere a conoscenze e ad esperienze sempre più importanti e a volte inimmaginabili. Permette di scoprire in sé i veri interessi e i propri talenti, quindi rende creativi, liberi e unici. L'attività creativa aiuta ad attivare ogni potenziale umano e ha l'effetto di far uscire ciò che è dentro di noi: guardarsi dentro per portar fuori. La creatività è come un fiume che proviene da una grandissima sorgente: la sua energia mette in moto l'interazione fra testa, cuore e mani. Essa accende l'intuizione, sblocca l'ingegno e trasforma le produzioni in opere d'arte. Essere creativi significa lasciare che colori, forme, musiche e vibrazioni attraversino la nostra vita: significa essere consapevoli della bellezza della natura e permettere che essa cresca e si espanda anche dentro di noi. La curiosità è amore per la conoscenza e dà modo di esprimere i propri talenti attraverso la creatività.

Per promuovere nei bambini quella curiosità che facilita l'espressione dei loro talenti, occorre stimolare in loro: fiducia in se stessi, pazienza, determinazione e autodisciplina.

## CANTO

### Ci vuole un fiore

<https://www.youtube.com/watch?v=9ht4tIot8XY>

Le cose di ogni giorno raccontano segreti  
A chi le sa guardare ed ascoltare

Per fare un tavolo ci vuole il legno  
Per fare il legno ci vuole l'albero  
Per fare l'albero ci vuole il seme  
Per fare il seme ci vuole il frutto  
Per fare il frutto ci vuole il fiore  
Ci vuole un fiore, ci vuole un fiore  
Per fare un tavolo ci vuole un fiore

Per fare un tavolo ci vuole il legno  
Per fare il legno ci vuole l'albero  
Per fare l'albero ci vuole il seme  
Per fare il seme ci vuole il frutto  
Per fare il frutto ci vuole il fiore  
Ci vuole un fiore, ci vuole un fiore  
Per fare un tavolo ci vuole un fiore

Per fare un fiore ci vuole un ramo  
Per fare il ramo ci vuole l'albero  
Per fare l'albero ci vuole il bosco  
Per fare il bosco ci vuole il monte  
Per fare il monte ci vuol la terra

Per far la terra ci vuole un fiore  
Per fare tutto ci vuole un fiore

Per fare un fiore ci vuole un ramo  
Per fare il ramo ci vuole l'albero  
Per fare l'albero ci vuole il bosco  
Per fare il bosco ci vuole il monte  
Per fare il monte ci vuol la terra  
Per far la terra ci vuole un fiore  
Per fare tutto ci vuole un fiore

Per fare un tavolo ci vuole il legno  
Per fare il legno ci vuole l'albero  
Per fare l'albero ci vuole il seme  
Per fare il seme ci vuole il frutto  
Per fare il frutto ci vuole il fiore  
Ci vuole un fiore, ci vuole un fiore  
Per fare tutto ci vuole un fiore...

Compositori: Sergio Endrigo / Luis Enrique Bacalov / Giovanni Rodari

## ACCORDI

Mi Si7 Mi Mi Si7 Mi Mi La Mi Fa#m Si7

Le cose d'ogni giorno raccontano segreti a chi le sa guardare ed ascoltare

Mi La Mi Mi La Mi

Per fare un tavolo ci vuole il legno per fare il legno ci vuole l'albero

La Si7 Mi Si Mi

Per fare l'albero ci vuole il seme per fare il seme ci vuole il frutto

La Si7 Mi

Per fare il frutto ci vuole il fiore

La Si7 Mi

Ci vuole un fiore ci vuole un fiore

La Fa#m Mi Si7 Mi

Per fare un tavolo ci vuole un fiooooooore

Mi La Mi Mi La Mi

Per fare un tavolo ci vuole il legno per fare il legno ci vuole l'albero

La Si7 Mi Si Mi

Per fare l'albero ci vuole il seme per fare il seme ci vuole il frutto

La Si7 Mi

Per fare il frutto ci vuole il fiore

La Si7 Mi

Ci vuole un fiore ci vuole un fiore

La Fa#m Mi Si7 Mi Do7

Per fare un tavolo ci vuole un fiooooooore

Fa Sib Fa Fa Sib Fa

Per fare un fiore ci vuole un ramo per fare il ramo ci vuole l'albero

Sib Do7 Fa Do Fa

Per l'albero ci vuole il bosco per fare il bosco ci vuole il monte

Sib Do7 Fa

Per fare il monte ci vuol la terra

Sib Do7 Fa

Per far la terra ci vuole un fiore

Sib Solm Fa Do7 Fa Do#7

Per fare tutto ci vuole un fiooooooore

Fa# Si Fa# Fa# Si Fa#

Per fare un fiore ci vuole un ramo per fare il ramo ci vuole l'albero

Si Do#7 Fa# Do# Fa#

Per l'albero ci vuole il bosco per fare il bosco ci vuole il monte

Si Do#7 Fa#

Per fare il monte ci vuol la terra

Si Do#7 Fa#

Per far la terra ci vuole un fiore

Si Sol#m Fa# Do#7 Fa# Re7

Per fare tutto ci vuole un fiooooooore

Sol      Do      Sol      Sol      Do      Sol

Per fare un tavolo ci vuole il legno per fare il legno ci vuole l'albero

Do      Re7      Sol      Re7      Sol

Per fare l'albero ci vuole il seme per fare il seme ci vuole il frutto

Do      Re7      Sol

Per fare il frutto ci vuole il fiore

Do      Re7      Sol

Ci vuole un fiore ci vuole un fiore

Re7      Sol

Per fare tutto ci vuole un fiore

Re7      Sol

Per fare il frutto ci vuole un fiore

Re7      Sol

Per fare tutto ci vuole un fiore - Ripete a sfumare

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Come far germogliare un seme di avocado

Prendi un seme di avocado, infilzalo con quattro stuzzicadenti tenendo la punta verso l'alto e sistemalo in un bicchiere pieno d'acqua.



Per far germogliare un seme di avocado, è importante mantenerlo in luogo luminoso e caldo. Se le temperature esterne sono inferiori ai 7 °C, allora la pianta va tenuta dentro casa.

Dopo circa 2-4 settimane, comincerete a notare i primi cambiamenti sul seme. Dopo 8 settimane, **compariranno i primi germogli**. La parte superiore si seccherà completamente e apparirà una crepa. Dalla parte inferiore del seme spunteranno le radici, che devono sempre restare in acqua abbastanza fresca.



Una volta spuntate le radici, pianta il seme in un vaso pieno di terra (fai in modo che la punta del seme spunti dal terreno). Tieni la terra costantemente umida e armati di pazienza. Con il tempo il seme si aprirà e vedrai spuntare una tenera pianticella.

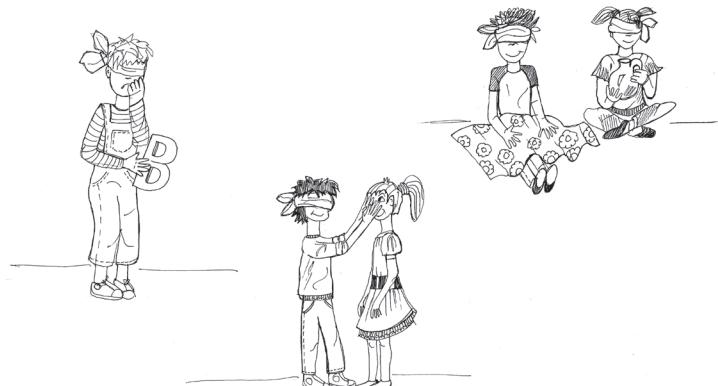
## Gioco

### Apprendere attraverso il tatto

Riconoscimento di un compagno, a occhi bendati.

Riconoscimento di un tessuto, a occhi bendati.

Riconoscimento di una lettera dell'alfabeto, ritagliata dal cartoncino bristol, a occhi bendati.



## PROPONIMENTI PRATICI

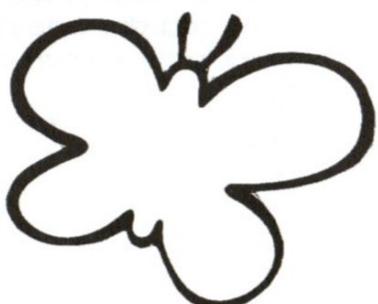
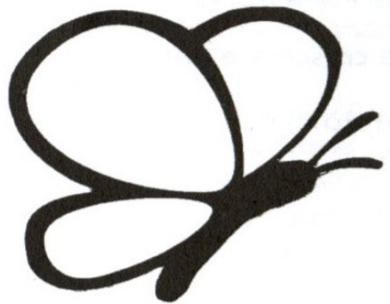
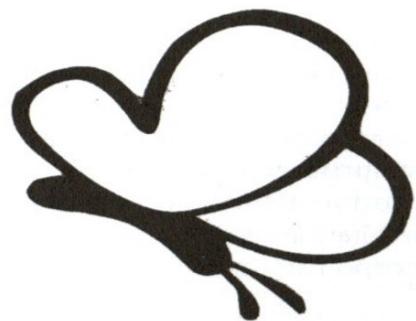
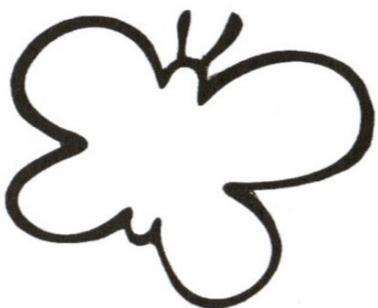
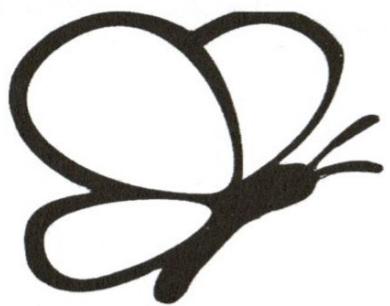
Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Cosa ho imparato facendo delle domande?

Oggi facendo domande a mamma, papà, nonni, insegnanti, e ricevendo le risposte, ho imparato...a librarmi in volo come una farfalla.

Ogni farfalla rappresenta un giorno della settimana in cui scriverò quello che ho imparato.



# DIRITTI E DOVERI

## INTRODUZIONE

Diritti e doveri sono indispensabili per l'equilibrio stesso della vita, dove ci siano solo diritti senza doveri si avrà un caos difficile da gestire poiché ognuno sosterrebbe le proprie ragioni a danno degli altri. Al contrario se ci fossero solo doveri senza diritti, diventerebbe difficile essere se stessi e manifestare la propria personalità, i propri talenti, i propri valori. Una società evoluta e armoniosa non potrebbe esistere senza diritti e doveri che regolino la vita dei cittadini.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Aiutare i bambini a comprendere che i doveri sono regole che tutti devono rispettare e osservare per vivere in pace ed armonia, crescere in modo sano.
- Rendere il bambino consapevole che al momento della nascita ha dei diritti che sono i bisogni fondamentali della vita di ognuno e vanno difesi.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

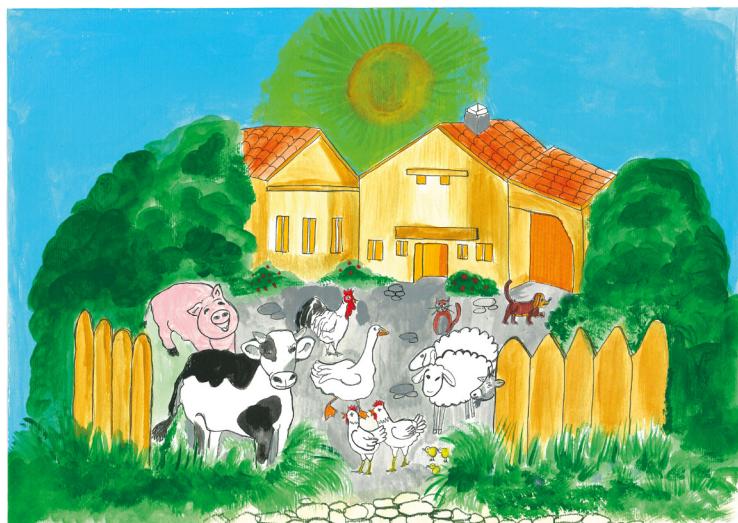
All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Leo

Leo vive in una bella fattoria con tanti animali, prati verdi dove correre e giocare, e tanta abbondanza di cibo nell'orto. I suoi genitori non gli fanno mancare nulla e lui passa il tempo trastullandosi nei giochi. Spesso Leo viene invitato a studiare, anche se ci sono le vacanze estive, a dare una mano in casa, a tenere in ordine la sua stanza, a sparecchiare la tavola ed altre piccole mansioni. Ma Leo continua nelle sue vacue attività. Finché una mattina si sveglia tardissimo e recandosi in cucina per la colazione trova la tavola vuota e niente colazione, niente latte fresco, niente biscotti e neppure trova sua madre.

Esce sull'aia e vede sua mamma sdraiata al sole mentre legge un giornale. "Buon giorno mamma, ho fame e vorrei fare colazione." "Buon giorno Leo." risponde sua mamma "Non c'è la colazione, oggi non farò niente di quello che faccio ogni giorno. Faccio vacanza. Non ti dispiace, vero?" Leo rimane frastornato e va a cercare qualcosa da mangiare, ma non





trova nulla poiché le mucche non sono state munte, le uova sono ancora nel pollaio, e nella madia trova solo farina niente pane né biscotti. "Mammaaa!!!" chiama Leo e avvicinandosi le chiede: "Cosa sta succedendo...non capisco." "Leo tu dai per scontato che ci sia sempre del cibo in casa, questo è uno dei tuoi diritti come è mio dovere provvedere ai bisogni primari della famiglia, come è un dovere di tuo padre sostenerci con il suo lavoro ed è un tuo diritto avere ciò che ti occorre per stare bene. Anche il postino che porta la posta ha il dovere di consegnarcela perché è un nostro diritto riceverla, e la società elettrica e del gas hanno il dovere di garantirci i servizi e noi di usufruirne facendo il nostro dovere pagando le bollette. Vedi Leo i diritti e i doveri vanno assieme, non possono essere disgiunti; quando capita si creano degli squilibri che portano malcontento e confusione." E sua madre tenendo con tenerezza le sue piccole mani fra le sue gli chiede: "Pensi che potresti aiutarmi in casa tenendo la tua camera in ordine, sparecchiando la tavola, raccogliere le uova dal pollaio? Mio adorato, il grande amore che ho per te mi ha spinto a darti questa lezione affinché tu possa sempre trovarsi in situazioni positive." Leo con la testa bassa capisce la lezione e ringrazia sua madre per averlo fatto riflettere sugli aspetti fondamentali del saper vivere.

## DOMANDE

1. Che cosa vuole insegnare questa storia?
2. Cosa hai capito dei diritti e doveri?
3. Cosa faresti al posto di Leo?
4. Secondo te la mamma ha agito così per amore?

## Carta dei diritti

Il 20 novembre 1959 fu approvata la Dichiarazione dei Diritti del Fanciullo da parte dell'Assemblea Generale delle Nazioni Unite. Al suo interno sono esplorati i diritti fondamentali dei bambini affinché possano avere un'infanzia felice.

## Filastrocca

Ci sono cose da fare ogni giorno:  
lavarsi, studiare, giocare,  
preparare la tavola,  
a mezzogiorno.

Ci sono cose da fare di notte:  
chiudere gli occhi, dormire,  
avere sogni da sognare,

Giornata dei Diritti dei Bambini

tutto per i figli .it

orecchie per non sentire.  
Ci sono cose da non fare mai,  
né di giorno né di notte,  
né per mare né per terra:  
per esempio, la guerra

**G. Rodari**

## POESIA

**Anna Sarfatti**

Sono un bambino, tutti zitti  
diritto alla vita, diritto al nome  
diritto ad esprimere la propria opinione  
diritto a essere liberi e mai sfruttati  
diritto al rispetto, mai offesi o umiliati.

Diritti che vegliano la storia di ognuno  
e che preferenze non fanno a nessuno.  
Violarli vuol dire tradire davvero  
il patto che lega un popolo intero.

Un patto che viene dai nonni coraggio  
che hanno lottato per farcene omaggio.  
Anche tu hai compito di fare da guardiano  
perché questo bene non ci sfugga di mano.

Se chiami un diritto risponde un dovere  
che chi ha sete beva, ma lavi il bicchiere  
così chi vien dopo ha il bicchiere pulito.  
Diritto e dovere, non so se hai capito!

<https://maestramary.altervista.org/>

## CITAZIONI

I diritti aumentano automaticamente per chi compie debitamente i suoi doveri.

**Mahatma Gandhi**

Qualunque cosa sia mio diritto in quanto essere umano è anche un diritto degli altri; ed è mio dovere garantirlo così come averlo.

**Thomas Paine**

Ogni diritto implica una responsabilità; ogni opportunità, un obbligo; ogni possesso, un dovere.

**J. D. Rockefeller**

Non chiedete che cosa l'America può fare per voi ma cosa voi potete fare per l'America.

**J.F. Kennedy**

Ogni diritto è il frutto di un dovere compiuto.

**G. Mazzini**

Non vale la pena avere dei diritti che non derivano da un dovere assolto bene.

**Mahatma Gandhi**

Il diritto e il dovere sono come le palme: non danno frutti se non crescono fianco a fianco.

Félicité de Lamennais

## CONCLUSIONE

In una società civile si crea equilibrio se ai diritti si affiancano i doveri in modo che i bambini possono diventare adulti responsabili e virtuosi e contribuire al benessere di tutta la società che ha il dovere di sostenerli e proteggerli. I Valori Umani di Verità, Rettitudine, Pace, Amore e Nonviolenza saranno i fari che li guideranno sul sentiero della loro vita e i risultati saranno:

- atteggiamenti virtuosi
- rettitudine nei comportamenti
- maggiore moralità
- rispetto degli altri e di se stessi
- attitudine alla condivisione
- forza interiore
- autostima
- coraggio
- armonia in classe e a casa
- ordine

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### La medaglia dell'Amore

Obiettivo educativo: bisogna imparare non solo a prendere ma anche a dare.

Prendere due cartelloni e scrivere a grandi caratteri la parola Diritti e sull'altro Doveri e disegnare sopra ad ognuno un grande cerchio su cui verranno di seguito incollati dei cerchi più piccoli.

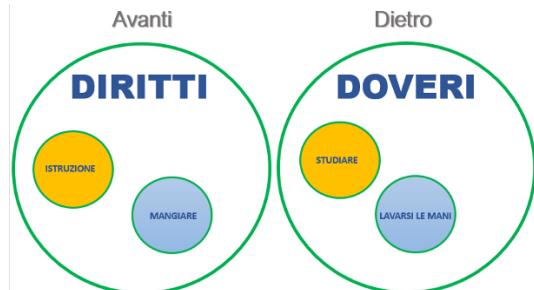
Su un altro cartoncino disegnare dei cerchi un po' più grandi di una moneta, per es. usare il fondo di un bicchiere piccolo come misura, e ritagliarli.

Chiedere ai bambini quali sono secondo loro i diritti e quali i loro doveri. Le risposte andranno scritte sui cerchi ritagliati come monete e incollate sul grande cerchio con il patafix in modo che le monete si possono staccare.

Esempio: ho il diritto ad essere istruito (scrivere istruzione), ma ho anche il dovere di studiare (dover studiare con ottimi risultati) e così di seguito.

### Attività Motoria

Il Sole al mattino ci sveglia con i suoi raggi e fa il suo dovere camminando nel cielo, e il nostro diritto è godere delle sue qualità (elencarle). Il Sole scandisce anche il ritmo della nostra giornata. Mimare i movimenti del sole come illustrato dal seguito:



## PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

### La tabella dei diritti e doveri

Alla sera scrivere sulle apposite caselle quello che si è assolto nella giornata e quello che si è usufruito come diritto.

DOVERI	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Sparecchiare							
Riordinare i giocattoli							
Studiare							
Ordinare libri e quaderni							
Pulire il banco a scuola							
Rispettare i compagni e gli insegnanti							
Rispettare le piante al parco							

DIRITTI	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Svago							
** Sana alimentazione							
Studio							
Abiti puliti							
Essere aiutati							

\*\* I bambini possono scrivere le ricette tradizionali della famiglia anche in occasione di importanti celebrazioni religiose e condividerle in classe poiché il cibo non è solo un diritto fondamentale ma rappresenta una tradizione che fa parte dell'origine nazionale di ognuno, ed è un dovere preservarla. Volendo si potranno raccogliere tutte le ricette rilegarle per farne un piccolo compendio.

# DISCERNIMENTO

## INTRODUZIONE

Il discernimento è veramente essenziale nella vita; bisogna chiedersi sempre: “È bene o male? È giusto o sbagliato?” Dobbiamo accogliere il bene e scartare il male.

Praticare il discernimento riguardo agli oggetti fisici non è sufficiente: dobbiamo usarlo per ciò che vediamo, nella parola, nell'ascolto, nei pensieri e, soprattutto, nell'agire e nel comportamento.

Solo così la parola “discernimento” acquisisce significato.

Sathya Sai

“Discernimento” deriva dal verbo latino *discernere*, composto da *cernere* (vedere chiaro, distinguere) preceduto da *dis* (tra): dunque, discernere significa “vedere chiaro tra”, osservare con molta attenzione, scegliere separando.

Il discernimento è un'operazione, un processo di conoscenza, che si attua attraverso un'osservazione vigilante e una sperimentazione attenta, al fine di orientarci per vivere con consapevolezza, per fare le scelte giuste, per essere responsabili, per esercitare la coscienza.

Oggi il rischio è che per pigrizia, noia o ignoranza, le scelte vengano fatte per sentito dire, per la moda, perché così si è sempre fatto, perché fanno tutti così, perché così mi piace... E proprio dove sono presenti molteplici opzioni, bisogna sviluppare la sensibilità verso ciò che è bello, buono e vero. La capacità di intuire ciò che viene dalla coscienza, di chiarire le sottili differenze tra il bene e il male, di approfondire la radice e la provenienza di ciò che ci si presenta davanti e infine scegliere con coraggio quello che si è riconosciuto giusto e buono, è proprio del discernimento.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Sviluppare la sensibilità verso ciò che è bello, buono e vero.
- Sviluppare il discernimento fra ciò che è giusto e ciò che è sbagliato.
- Imparare a scegliere, assumendosi la responsabilità delle proprie azioni.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Morte di un asino

Un giorno, una cortigiana molto amica della regina, andò a palazzo in lacrime per un grande dolore; il suo pianto fu talmente straziante, che pure la regina si mise a piangere. Al vedere la regina che piangeva, tutte le sue ancelle si profusero in lamenti e lacrime e il loro pianto contagò anche tutti i



servitori maschi. Il re, vedendo la regina inconsolabilmente triste, si mise anche lui a versare lacrime. Allora, a quella vista, l'intera città fu colpita da sconforto e proruppe in un incontenibile lamento. Alla fine ci fu una persona di buon senso, che si prese la briga di indagare: interrogando ognuno e passando per ogni casa, arrivò alla regina, la quale, quando le fu chiesta la ragione del suo pianto, rispose che era per una sua ancilla che era molto addolorata. Allora fu interrogata l'ancilla, che aveva perso il suo asino preferito ed era questa la causa del suo dolore. Quando si diffuse la notizia, tutti cessarono di piangere e ci fu una grande risata, mista alla vergogna per tanto chiasso.

Ragionate, discernete: non saltate alle conclusioni, né fatevi trascinare dal semplice sentito dire.

## DOMANDE

1. Quale personaggio della storia inizia a piangere?
2. Cosa succede dopo? Prova ad elencare tutte le persone che sono coinvolte nella tristezza.
3. Quale scoperta fa la persona di buon senso che si mette ad indagare?
4. Cosa succede alla fine?
5. Secondo te, cosa significa la frase finale?

## POESIA

### Giusto o sbagliato?

Nella mia stanza solo soletto  
spengo la luce e sono a letto.  
Cosa è successo in questa giornata?  
Ho fatto il giusto, oppure ho  
sbagliato?  
Come Pinocchio, la grande scienza  
di un Grillo Parlante come coscienza  
anch'io vorrei, per distinguere  
sempre il male dal bene  
e non avere tutte queste pene.  
Dice il proverbio "sbagliando  
s'impara" la dura lezione, che è  
sempre amara.  
Ma so che alla fine ce la farò  
e più responsabile diventerò.



## CITAZIONI

Insegna al fanciullo la condotta che  
deve tenere; anche quando sarà  
vecchio non se ne allontanerà.

Proverbi 22:6

Un anziano disse: "Migliore di tutte le virtù è il discernimento.

Padri del deserto

Una grande abilità senza discernimento, fa quasi sempre una fine tragica.

Leon Gambetta

Pinocchio: "Cos'è la coscienza?"

Grillo Parlante: "Cos'è la coscienza? Ora ti spiego. La coscienza è quella vocina interna che la gente ascolta così di rado. Per questo il mondo va così male oggi!"

Carlo Collodi

## CONCLUSIONE

Insegnare ai bambini come discernere, risvegliando la coscienza, è un compito molto delicato, che spetta in primo luogo ai genitori, ma anche agli insegnanti ed ogni occasione che si presenta spontaneamente, oltre alle lezioni programmate, costituisce un importante spunto di riflessione. Ma la lezione principale è il buon esempio: il nostro comportamento vale più di molti insegnamenti o parole.

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Il sacco del bene e quello del male

**Obiettivo:** insegnare ai bambini a distinguere il bene dal male

**Materiale occorrente:** due cartelloni di colore diverso, forbici, bigliettini, pennarelli, nastro colorato.

**Esecuzione:** ritagliare i due cartelloni a forma di sacco, nella parte sopra al fiocco disegnare due facce, una con un bel sorriso, simbolo del sacco del bene, sull'altro una bocca che grida i denti, simbolo del sacco del male.

I bambini scriveranno sui bigliettini quello che secondo loro è bene (aiutare i genitori, obbedire, essere educati...) o è male (picchiare, litigare, rispondere male...), successivamente attaccheranno i vari biglietti sul sacco giusto.

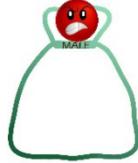


## PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Annotiamo ogni giorno quale sacco abbiamo alimentato con le nostre azioni, disegnando nella tabella una faccina sorridente per ogni azione corretta, o una faccina arrabbiata per quelle scorrette.

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
							
							



Azioni corrette



Azioni scorrette

# GENTILEZZA - LINGUAGGIO DA CUORE A CUORE

## INTRODUZIONE

La gentilezza, che non si riferisce a forme superficiali di cortesia o formalità, è un atteggiamento profondo che comprende **ascolto, rispetto, comprensione**, compassione, altruismo, empatia e **fiducia verso l'altro** e si traduce in fatti concreti. In passato questi sentimenti erano conosciuti con altri nomi: *philantropia* (amore per l'umanità) e *caritas* (amore per il prossimo), ma tutti quanti rimandano a quello che, in epoca vittoriana, si chiamava un “cuore aperto”, cioè l'essere bendisposti verso gli altri.

**Goethe**, molti anni fa, disse: “**La gentilezza è una catena che tiene uniti gli uomini**”. Infatti essa è un ingrediente essenziale per tenere insieme le persone, a qualsiasi livello, per non sprecare il patrimonio di rapporti umani che possediamo, per vivere meglio con se stessi e con gli altri, perché quando riceviamo un **gesto gentile**, è naturale sentire la necessità di **ricambiare**, anche senza esserne del tutto consapevoli.

Questo conferisce alla **gentilezza** un enorme potere, essa ha la capacità di **migliorare** le persone e, di conseguenza, il mondo.



## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Sviluppare l'attenzione nei confronti dell'altro e l'empatia.
- Manifestare la gentilezza nei confronti dei compagni e degli adulti, attraverso comportamenti rispettosi e responsabili.
- Riconoscere l'importanza della gentilezza come valore.
- Potenziare le capacità relazionali e comunicative.
- Educare all'accettazione, al rispetto e alla collaborazione.
- Sviluppare la riflessione sui propri comportamenti.
- Prendere coscienza delle situazioni generate dall'essere gentili.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### La strada della gentilezza

C'era una volta un principe superbo e maleducato, che non chiedeva mai le cose per piacere.

Un giorno, passeggiando in un bosco, si perse; per fortuna, incontrò una vecchiona curva sotto il peso di un sacco e le gridò sgarbatamente: “Vecchia, qual è la strada della reggia?”

La vecchiona si strinse nelle spalle, socchiuse gli occhi e rispose: “Non saprei. Chiedilo al

gatto, che sa tutto.”

“Gatto, disse il principino, voglio tornare alla reggia. Insegnami la strada!”

“Domandalo al cane, che ha girato tanto.”

“Cane, qual è la strada della reggia?”

“Domandalo allo scoiattolo, che vede tutto.”

“Scoiattolo, voglio sapere la strada della reggia.”

“Chiedilo allo scricciolo, che sente tutto.”

“Scricciolo, insegnami la strada della reggia.”

Lo scricciolo volò sulla spalla del principe e gli sussurrò all'orecchio: “Principe, se vuoi ritrovare la reggia, prendi la strada della cortesia e comincia col domandare le cose per piacere.”

Il principe capì la lezione e subito disse: “Per piacere, mi potresti insegnare la via?”

Lo scoiattolo scese dall'albero e lo accompagnò fino a una radura dov'era il cane.

“Cane, per piacere mi accompagni verso la reggia?”

Il cane lo guidò fino al bivio dov'era il gatto.

“Gatto, per favore, mi dici dov'è la reggia?”

Il gatto, scodinzolando, lo condusse fino al limite del bosco. Qui era ad aspettarlo la vecchина.

“Nonnina, per gentilezza, mi dite dov'è la reggia?”

La vecchина lo prese per mano e lo condusse fino alla porta del palazzo reale.

“Entrate, per favore.” Disse il principino cortesemente.

“Grazie, caro. Sono contenta, perché vedo che hai imparato la strada della gentilezza. D'ora in poi non ti perderai più.”

**P. Bargellini**



## DOMANDE

1. Cosa successe al principe?
2. Come si comportò, inizialmente, con le persone che incontrò nel bosco?
3. Perché nessuno gli indicò la via del ritorno?
4. Cosa gli fece capire lo scoiattolo?
5. Come cambiò la situazione?

6. Perché?
7. Ti è mai capitato di essere gentile con chi non lo era con te? Cosa è accaduto? Cosa hai provato? Racconta.

## POESIA

### Essere gentili è un gioco da bambini

Patrizia Mauro

Per essere gentili  
ci vuole molto poco:  
con garbo salutare,  
condividere un gioco,  
chiedere con dolcezza  
dicendo “per favore”,  
con un semplice “scusa”  
rimediare a un errore.  
“Permesso” è una parola  
magica e graziosa,  
parlando senza urlare  
la voce è più armoniosa,  
dire “grazie” rischiara  
come un faro la vita...  
La buona educazione  
è a tutti assai gradita.



## CITAZIONI

Chi non si adatta alla gentilezza, per lo più paga le conseguenze della propria superbia.

Fedro

Il giardino della felicità è composto da semi di gentilezza.

Wesley D'amico

Sii gentile con le parole che dici, perché non potrai mai riaverle indietro.

Willie Nelson

Le parole gentili sono brevi e facili da dire, ma la loro eco è eterna.

Madre Teresa

La gentilezza è il linguaggio che il sordo può sentire e il cieco può vedere.

Mark Twain

Una parola gentile è come un giorno di primavera.

Proverbo russo

## CONCLUSIONE

Le buone maniere e la gentilezza, possono essere apprese fin da piccoli, con le parole e con **l'esempio**, perché i bambini imparano anche osservando i gesti e i comportamenti che, quotidianamente, gli adulti propongono loro. Sono proprio questi **piccoli gesti**, che **rafforzano i legami**, fanno sfumare le tensioni, **rendono felici chi li riceve**. In una parola: **trasmettono amore**.

Se facciamo conoscere la gentilezza ai bambini di oggi, diventeranno portatori di gentilezza e sono fiduciosi che con un buon “allenamento” tra due generazioni si possa ambire ad una società gentile.

Luca Nardi

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

1. Rilevare le conoscenze spontanee sulla gentilezza.

Per introdurre l'argomento, gli allievi si siedono in cerchio e l'insegnante spiega le regole del circle time, successivamente pone una serie di domande stimolo:

- Che cosa ti fa venire in mente la parola “gentilezza”?
- Quando si è gentili?
- Con chi e perché si è gentili?
- Che cosa accade quando viene meno la gentilezza?
- Quali sono le parole della gentilezza?

2. Costruire un cartellone di sintesi:

gli alberi della gentilezza



Primo albero: “Gentilezza è...” ogni foglia rappresenta un tipo di gentilezza



Secondo albero: “Le parole della gentilezza” ogni foglia è una parola gentile.

## Gioco

### Ricomponi la gentilezza

**MATERIALE:** cartoncino, pennarelli, forbici

**ORGANIZZAZIONE:** dividere la classe in due gruppi

**PREPARAZIONE:** scrivere sul cartoncino, per ogni gruppo, 10 parole gentili (ogni parola con un colore diverso), poi tagliarle in sillabe.

**DESCRIZIONE:** i bambini sono divisi in 2 gruppi. Ogni gruppo ha a disposizione le tesserine di 10 parole gentili scritte con colori diversi e divise in sillabe. Vince il gruppo che riesce a ricomporre il maggior numero di parole gentili nel tempo prefissato.

## CANTO

### Gentilezza è...

*Renato Giorgi e Silvia Corradini*

<https://youtu.be/uTANuEAinco>

**Rit.** Gentilezza è darsi la mano,  
sentirsi vicini amici io e te.  
Gentilezza è come un abbraccio,  
è un raggio di sole che ci scalderà.

Hai perso la palla?  
La cerco con te.  
Ti aiuto con gioia e tu aiuti me.  
Non trovo la bici, sai dirmi dov'è?  
Ti presto la mia, ti dico dov'è.

**Rit.** Gentilezza è darsi la mano,  
sentirsi vicini amici io e te.  
Gentilezza è come un abbraccio,  
è un raggio di sole che ci scalderà.

Da solo non riesci a leggere il libro?  
Ti aiuto se vuoi, lo leggo con te.  
Che buon profumino, lo sai che cos'è?  
Ti ho fatto una torta, la mangi con me?

**Rit.** Gentilezza è darsi la mano,  
sentirsi vicini amici io e te.  
Gentilezza è come un abbraccio,  
è un raggio di sole che ci scalderà,  
è un raggio di sole che ci scalderà.

## PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

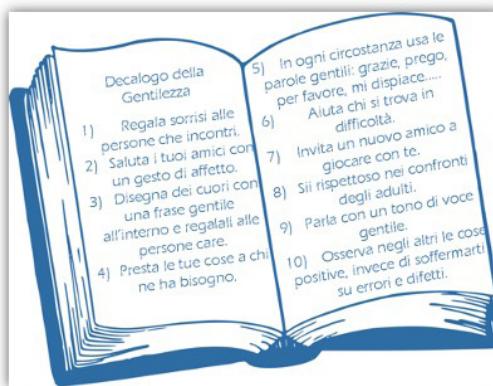
Per esempio:

È nella vita di tutti i giorni che la gentilezza, quella vera, mette radici. Una parola carina, un gesto premuroso, un comportamento garbato: sono molte le occasioni che abbiamo ogni giorno per mostrarcì più attenti nei confronti delle persone che ci circondano, siano essi amici, parenti, o perfetti sconosciuti.

Cosa potresti fare questa settimana per essere gentile con qualcuno?

Pensa a come potresti fare per aiutare un compagno di classe, un insegnante, un amico, un fratello, un genitore o un estraneo.

Tieni un diario della gentilezza, poi porta in classe le tue esperienze e condividile con i tuoi compagni, ma, soprattutto, impegnati per rispettare il decalogo della Gentilezza...!



# ONESTÀ

## INTRODUZIONE

La parola Onestà è un concetto astratto, una qualità dell'uomo che segue regole di corretto comportamento e civiltà.

**SINONIMI:** verità, sincerità, rettitudine, lealtà, correttezza, integrità.

**CONTRARI:** slealtà, falsità, disonestà, ipocrisia.

L'onestà indica la qualità umana di agire e comunicare in maniera sincera, leale e trasparente, in base a principi morali ritenuti universalmente validi. Questo comporta l'astenersi da azioni riprovevoli nei confronti del prossimo. L'onestà si contrappone ai più comuni disvalori nei rapporti umani, quali l'ipocrisia, la menzogna ed il segreto. In molti casi la disonestà si configura come vero e proprio reato punibile penalmente. L'onestà è infatti uno dei valori fondamentali nei rapporti sociali e costituisce uno dei valori fondanti dello stato di diritto.

L'onestà è un valore che occorre insegnare al bambino fin dalla più tenera età. Spesso il bambino, per timore, in alcune situazioni, mente o nasconde un atto disonesto; altre volte il bambino imita gli adulti che nascondono le loro vere intenzioni e ne approfittano per trarne un vantaggio. Occorre essere consapevoli che i bambini, a volte imparano a mentire a causa del comportamento disonesto delle persone che li circondano, specialmente degli adulti.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

Insegnare loro a dire la verità, praticando per primi la verità, diventa una questione primaria; nel contempo occorre promuovere il valore dell'onestà rafforzando le azioni positive, correggendo gli atteggiamenti disonesti con un approccio positivo, insegnando loro che è importante assumersi la responsabilità delle proprie azioni.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Il fiore dell'onestà

Si narra che in una città molto antica della Cina, vivesse un bambino di nome Ling, molto vivace ed intelligente. Lo incantava molto la natura e gli piaceva dedicarsi al giardinaggio e i fiori erano i suoi preferiti.

In quel tempo vi era al potere un imperatore molto anziano che, non avendo eredi, man mano che passava il tempo, si preoccupava di chi sarebbe stato il suo successore.

Così, essendo anche lui un amante della natura, gli venne un'idea per risolvere il problema della sua successione.



Organizzò tra tutti i bambini dell'impero un concorso floreale. Convocò tutti i bambini nel suo palazzo e distribuì ad ogni partecipante un seme, con l'incarico di farlo germogliare e prendersene cura per un anno intero. La primavera successiva, avrebbero dovuto presentarsi a palazzo portando le piante che sarebbero nate. Il bambino che fosse riuscito a far crescere il fiore più bello, sarebbe stato l'erede al trono.

Ling vi partecipò e con ogni cura piantò il suo piccolo seme, ma passarono diversi giorni e niente! Trascorse un mese e niente! Arrivò l'autunno e niente! Lo trasferì in un altro vaso e raddoppiò le cure, ma il seme non germogliava. Trascorse l'inverno e ritornò la primavera. Ling aveva solo un vaso pieno di terra, senza nessun fiore. Non capiva che cosa stava succedendo e non sapeva cosa fare e, quando giunse il grande giorno per presentarsi al cospetto dell'imperatore, Ling era molto triste perché era a mani vuote, mentre tutti gli altri bambini avevano ognuno il proprio vaso con piante rigogliose e fiori bellissimi, come camelie, orchidee e violette.

Tutti i vasi contenevano un fiore, solo quello portato da Ling era vuoto. Gli occhi dei bambini caddero su di lui e le risate e i sussurri si facevano sentire, ma Ling era tranquillo perché il padre lo aveva consigliato in questo modo: "Figlio mio, hai fatto del tuo meglio in tutti questi mesi, racconta all'imperatore l'accaduto. Se ridono di te, non preoccuparti, è meglio dire la verità piuttosto che inventare una bugia qualsiasi per evitare di essere presi in giro."

L'imperatore vide il ragazzo con il vaso vuoto, lo chiamò vicino a sé e gli chiese il motivo del suo insuccesso.

Ling raccontò di tutte le cure che aveva avuto per il suo seme, come lo aveva irrigato, cambiato di vaso, esposto al sole, ma come nulla era sboccato. Deluso e triste, finì il suo racconto col dire che aveva fatto del suo meglio, ma chiedeva perdono per non essere riuscito ad ottenere nulla.

L'imperatore, sorridendo, dichiarò: "Finalmente ho trovato l'erede al trono!" e continuò, rivolgendosi a tutti gli altri bambini: "Non so cosa avete fatto per ottenere questi magnifici fiori, ma Ling è stato l'unico onesto! Infatti tutti i semi che avevo distribuito erano stati cotti, in modo che nessuno avrebbe potuto germogliare. Ling non si è vergognato di dire la verità, sebbene abbia sofferto il ridicolo davanti a tutti. La sua onestà merita di essere ricompensata." E aggiunse: "Dichiaro che sarà Ling il futuro imperatore perché ha vinto il concorso portandomi un fiore che è il più bello di tutti quelli che sono qui: il fiore della sincerità."

## DOMANDE

1. Ti è piaciuta la storia? Perché?
2. Secondo te è una storia vera? Perché?
3. Come mai tutti gli altri bambini avevano delle piante rigogliose con un fiore bellissimo, sebbene anche i loro semi fossero stati cotti come quello di Ling?
4. Come mai Ling rimane tranquillo quando gli altri bambini ridono di lui e lo prendono in giro, vedendo il suo vaso vuoto?
5. Tu ascolti sempre i consigli della mamma e del papà?
6. A te è capitato di sostenere la verità, pur sapendo che, così facendo, saresti apparso ridicolo o meno degno dell'ammirazione dei tuoi compagni? Racconta.

## CITAZIONI

Io spero di possedere sempre abbastanza fermezza e virtù per mantenere quello che considero il più invidiabile di tutti i titoli, il carattere di un uomo onesto.

George Washington

Basta un istante per fare un eroe, ma è necessaria una vita intera per fare un uomo onesto.

Paul Brulat

Non ho paura della cattiveria dei malvagi, ma del silenzio degli onesti.

Martin Luther King

L'onestà è il primo capitolo del libro della saggezza.

Thomas Jefferson

La società più felice è quella in cui il maggior numero di cittadini è onesto.

Paolo Mantegazza

L'onestà guarda dritto negli occhi, la disonestà guarda dritto nelle tasche.

Fabrizio Caramagna

Essere onesto può non farti avere molti amici, ma ti farà avere quelli giusti.

Anonimo

Chi pratica la carità con i bisognosi e dimentica di essere onesto nei suoi rapporti con il prossimo, dimostra di essere incoerente, quando addirittura non è ipocrita.

Sathya Sai

## CONCLUSIONE

L'uomo è responsabile di quello che accade non solo a lui, ma anche a tutti gli esseri di questo pianeta e al mondo stesso. Per questo fatto occorre recuperare il valore dell'onestà come atteggiamento di fondo del nostro comportamento. Ai nostri giorni, essere onesti è considerato ormai un fatto abbastanza raro, basti pensare a come il 95% delle notizie diffuse dai mass-media siano incornicate dalla parola "disonestà", sia in ambito familiare come in quello sociale e anche a livello mondiale. Prodighiamoci per essere noi stessi un esempio di onestà e investiamo sui nostri bambini e sui nostri giovani, assumendoci le nostre responsabilità in ogni ambito della nostra vita, ben consapevoli che i bambini ci "guardano" e imitano i nostri comportamenti.

## CANTO

### Cuore onesto

Marco Ligabue

<https://www.youtube.com/watch?v=js7d78S2jTk>

Cercare una certezza nel mondo  
è come cercare un ago nel pagliaio,  
è come fermare il tempo,  
è come una stella in mezzo al buio.

Passano le stagioni  
e i calendari si buttano via



e tu ti chiedi se le cose importanti sono per sempre o poi vanno via.

Ho capito almeno questo,  
che dentro a un cuore onesto per la gioia c'è più posto e che negli occhi tutto ci sta, ma è da te che dipenderà, ci sta pure l'universo.

Vivere o sopravvivere,  
la linea è molto sottile,  
il confine del bene e del male  
ormai lo giriamo come ci pare.  
Passano le stagioni  
sopra ai campi di periferia  
e tu che ti chiedi nella vita degli altri  
c'è più gioia od inferno rispetto alla tua.

Ho capito almeno questo,  
che dentro a un cuore onesto per la gioia c'è più posto e che negli occhi tutto ci sta, ma è da te che dipenderà, ci sta pure l'universo.

Lo sai che il mondo è come uno specchio.  
È lì che c'è l'immagine di noi,  
lo sai che il mondo sente ogni graffio e chi lo graffia siamo soltanto noi.

Ho capito almeno questo,  
che dentro a un cuore onesto per la gioia c'è più posto e che negli occhi tutto ci sta, ma è da te che dipenderà, ci sta pure l'universo.

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Gioco

Procurare giocattoli od oggetti (in numero pari ai partecipanti) che emettono un suono che li contraddistingue. Un bambino alla volta, con le spalle girate, deve indovinare l'identità del giocattolo o dell'oggetto scelto dal conduttore. Nel bel mezzo del gioco, quest'ultimo si gira con la scusa di dover scrivere qualcosa, raccomandando però di non sbirciare nel frattempo l'oggetto lasciato sul tavolo (per la maggior parte dei bambini, resistere a questa tentazione sarà troppo difficile).

In seguito l'insegnante chiederà al bambino di dire la verità in merito al fatto se abbia sbirciato o meno l'oggetto lasciato sul tavolo.

Terminato il gioco, l'insegnante farà sedere i bambini in cerchio e avvierà una riflessione. Avrà lodi per i bambini che saranno stati onesti, ma accoglierà con amorevolezza anche i bambini che avranno "sbirciato", facendo capire come sia una tappa necessaria per diventare "grandi" e guadagnarsi così la fiducia dei compagni e degli adulti.

### PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Per una settimana, quando vai a letto, prima di chiudere gli occhi, ripensa a quello che hai fatto durante la giornata che ti ha reso felice perché hai detto la verità e ti sei comportato in modo onesto. Poi se vuoi, racconta alla mamma o/e al papà.

(È abbastanza facile che abbia detto qualche bugia oppure si sia comportato in modo sleale o ancora abbia commesso qualche scorrettezza ... ma noi vogliamo che il bambino, pur consapevole di questi comportamenti, fissi l'attenzione sulle cose buone che ha fatto e che le racconti alla mamma, al papà ... giorno per giorno.)

# RISPECTO DELLE REGOLE

## INTRODUZIONE

Per sua natura, la Scuola si presenta al bambino come il primo luogo di scoperta di sé e dell'altro e, al tempo stesso, avviene l'acquisizione e l'interiorizzazione delle regole, della convivenza e dei valori che le generano.

Vivere nel rispetto delle regole significa prendere coscienza che le proprie azioni hanno delle conseguenze e imparare a controllare e valutare il rischio dei propri gesti nell'interazione con gli altri, in ogni contesto.

La condivisione e il rispetto delle regole è il punto di partenza per poter vivere in un clima sereno dove ogni bambino riesca a sperimentare emozioni positive per tirare fuori il proprio potenziale.

Motivare le regole significa insegnare ad interiorizzarle e queste verranno rispettate per amore della vera libertà, quella che consente di vivere insieme, in armonia, con fiducia e giustizia, portando il bambino al rispetto di se stesso, degli altri e del mondo.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Far acquisire ai bambini il rispetto delle regole come disciplina interiore è il percorso che li accompagna verso una consapevole autodisciplina, cioè alla capacità di sapersi relazionare con gli altri, nell'osservanza delle regole date, stabilendo con compagni e adulti rapporti basati sul reciproco rispetto e una civile convivenza.
- Esercitarsi nell'obbedienza e nella volontà, abbandonando le abitudini sbagliate.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### Caosno (caos-no) e le sue origini

Tanto tempo fa esisteva un villaggio molto lontano dove nessuno poteva arrivare, era isolato da tutto il resto del mondo, il suo nome era Caossì (Caos-sì). In quel villaggio le regole non esistevano, tutti correvarono come pazzi da una casa all'altra a confabulare, a discutere e litigare, perché ognuno voleva avere ragione con le proprie idee su quelle altrui.

I bambini giocavano fino a tardi la sera e si alzavano a mezzogiorno, ma non trovavano nulla da mangiare perché le loro mamme erano a spasso a far compere: erano solite fare acquisti di abiti ed accessori sia personali che per la casa. Rientrando stanche ed esauste, non avevano alcuna voglia di accudire alla casa ed ai loro figli, si sdraiavano sul divano lasciando tutti i pacchi e pacchetti sui tavoli e sulle sedie, le case



diventavano sempre più disordinate e sporche e nessuno voleva pulire.

I mariti, tornando a casa dal lavoro, quando ci andavano, non trovando nulla da mangiare, iniziavano così a litigare, gridare e sbraitare come matti con le proprie mogli, poi se ne andavano sbattendo la porta per andare al bar a passare il resto delle ore.

Anche gli animali domestici non erano da meno: i gatti ad esempio, anziché starsene a casa tranquilli a poltrire sul tappeto o su una poltrona, se ne scappavano dall'inferno di quelle case e giravano come forsennati di casa in casa alla ricerca di un po' di tranquillità. I cani invece, innervositi dal frastuono generale, attaccavano le persone che passavano vicino a loro.

C'era però qualcuno che osservava tutto ciò, era il grande consiglio universale CUSAFAF composto dall'unione del Creatore e i suoi cinque alleati: Spazio, Aria, Fuoco, Acqua e Terra che decise di dare una lezione a Caossì, per riportare alla normalità la vita in quel paese disordinato e senza regole.

Fu così che ordinò al Sole di non mostrarsi più splendente nel cielo e di rimanere dietro le nuvole perché ciò avrebbe portato grande tristezza in tutti gli abitanti e li avrebbe costretti a fermarsi a pensare al loro comportamento e alla completa inosservanza delle regole.

Quello stratagemma non fu sufficiente perché a quel punto, gli abitanti di Caossì, oltre ad essere diventati tristi, si erano anche incattiviti e non riuscivano a comprendere che quella situazione in cui si trovavano dipendeva da loro e dalle loro azioni errate. Non avevano ancora capito che l'eterna ricerca della felicità non l'avrebbero trovata all'esterno, facendo tutto quello che volevano, andando a comprare ogni cosa e facendo tutto quello che desideravano; non sapevano che la vera felicità l'avrebbero trovata all'interno di se stessi, ascoltando il proprio cuore, dando l'esempio ai bambini di sapersi accontentare e di rispettare le regole.

Il consiglio universale CUSAFAF decise di dare un'altra opportunità a quel disperato paese e favorì la nascita di una graziosa bambina nella famiglia del Sindaco di quel paese. Sua moglie fece un sogno in cui un angioletto le disse che le sarebbe nata una bellissima bambina. E così avvenne.

Sin da piccola, al contrario di tutti gli altri bambini, la figlia del Sindaco era pacifica, mangiava e dormiva e si svegliava ad intervalli regolari. Sorrideva sempre, anche quando si svegliava prima della poppata, lanciando gridolini gioiosi per richiamare l'attenzione della mamma; cosicché fu la bimba ad abituare la madre a rispettare l'ora esatta per darle da mangiare, a cambiarle il pannolino, a giocare con lei e a tenere in ordine la sua cameretta.

La madre, felice di avere una bimba così brava, era più rilassata e, quando il marito rientrava a casa dopo una giornata caotica di lavoro, si sentiva disponibile a rincuorarlo e a renderlo felice.

I giorni passavano e la bimba cresceva in fretta in questa atmosfera familiare così amorevole.



Il padre notò che, da quando era nata la sua bambina, nella casa c'era più armonia e si domandava se fosse possibile portare questa armonia anche nel paese. Fece un esame di coscienza e si disse che le cose dovevano cambiare! Bisognava dare ordine alle cose affinché tutto diventasse armonico e tutti rispettassero le regole.

Non sapeva come fare però e pensò e ripensò finché ebbe un'idea: sarebbe stato lui stesso di esempio, iniziando a ripulire la sua città, cominciando proprio dal parco più grande che essa possedeva. Tutti i giorni sarebbe andato ad aprirlo al mattino e a chiuderlo alla sera, aiutando anche l'addetto alle pulizie a ripulirlo dalle cartacce gettate a terra.

Queste nuove situazioni non passò inosservata, infatti attirò l'attenzione di una donna che pensò a quale sacrificio il Sindaco si stesse sottoponendo, oltre al suo lavoro ordinario, e decise di aiutarlo andando lei stessa ad aprire il parco la mattina, rimandando tutte le compere e le passeggiate che era solita fare. Poi parlò alla sua amica e la convinse a sostituirla per la chiusura serale.

Anche i bambini che, come ben si sa, imparano subito, uno alla volta, pian piano, iniziarono a seguire le orme del Sindaco e delle due signore, raccogliendo le cartacce e mettendole negli appositi cestini dei rifiuti.

Ben presto, la voce di ciò che stava avvenendo si diffuse di casa in casa. In ogni famiglia qualcuno si offriva volontario per sostituire qualcun altro, in modo che nessuno avesse turni pesanti. Questo fu l'inizio di un grande cambiamento in quel villaggio: dal parco si passò alle vie del paese, ai negozi e alle case stesse e tutto risultò più ordinato; le persone scoprirono che bastava un po' di sacrificio, rispettare le regole e aiutarsi reciprocamente per avere un'atmosfera rilassata e gioiosa. Si resero conto infatti che una nuova gioia interiore nasceva in loro e li portava a volersi bene gli uni con gli altri.

I bambini capirono quanto fosse importante andare a scuola regolarmente e cominciarono ad impegnarsi e ad essere rispettosi di tutte le regole perché volevano diventare un giorno dei cittadini esemplari ed essere d'esempio a tutti.

Le donne del villaggio si influenzarono una con l'altra, iniziando a riunirsi di casa in casa dove c'era necessità di assistenza, aiutandosi a vicenda, consigliandosi sul lavoro da fare per mantenere ordinate le loro abitazioni e preparare il cibo ai loro familiari.

Piano piano, l'armonia si ristabilì, i gatti ritornarono dai loro padroni ed i cani, non più disturbati dal fracasso, se ne stavano tranquilli nei giardini a scaldarsi al sole.

E finalmente il Sole ritornò a risplendere alto nel cielo su quel paese, pensando che valeva la pena dare luce e calore a quella gente di buona volontà, che aveva capito che era bello prendersi cura degli altri e volersi bene perché questa era la via migliore per essere felici e vivere in armonia.

Fu così che il Sindaco e tutti i componenti della Giunta Comunale decisero di cambiare il nome del proprio paese da CAOSSI (Caos-sì), che ormai non esisteva più, a CAOSNO (Caos-no), nome che rispecchiava in pieno quello che effettivamente era diventato, con la felicità di tutti quanti.



## DOMANDE

1. Ti è piaciuta la storia? Perché?
2. Secondo te, esiste davvero un paese come quello della storia?
3. Cos'era che rendeva tutti gli abitanti incapaci di rispettare le regole?
4. Perché l'autore della storia fa intervenire il consiglio universale CUSAFA per aiutare gli abitanti di Caossì?
5. Tu sei un bambino/a rispettoso/a delle regole?
6. Qual è la regola che fai più fatica a rispettare? Perché?

## CITAZIONI

*Rispetta te stesso e gli altri ti rispetteranno.*

Confucio

*Le regole e i no sono come dei paracarri ai lati di una strada; sono dei punti di riferimento, non possono cambiare posizione, non possono decidere di esserci o non esserci.*

Paolo Crepet

*La casa è il posto dove i ragazzi imparano come limitare i desideri, osservare le regole e considerare i diritti e i bisogni degli altri.*

Sidonie M.G.

*Chi ha voglia di rovinare gli uomini, deve solo permettere loro tutto.*

Napoleone Bonaparte

## CONCLUSIONE

La Scuola non ha solo il compito di istruire i suoi giovani alunni e di accompagnarli lungo il percorso della loro crescita, agevolando la progressiva maturazione di capacità e competenze, ma ha anche il dovere di contribuire alla loro formazione sociale, promuovendo l'educazione al rispetto delle regole attraverso la cultura del sociale, escludendo la violenza, privilegiando la solidarietà e attivando percorsi di partecipazione e condivisione. Arrivare alla condivisione delle regole, più che alla loro accettazione passiva, fin dai primi anni del bambino, lo aiuta a capire che le regole sono un bene, uno strumento di vita e non un'imposizione.

## CANTO

### Rispetto delle regole

<https://youtu.be/YMQqgXTJFAo>

*Per una buona convivenza  
rispetta le regole di partenza,  
sii ubbidiente e abbi pazienza,  
rispetta le regole di convivenza.  
Regola regola numero 1,  
non faccio mai male a nessuno,  
regola regola numero 2  
dividiamo il giocattolo in due,*

*regola regola numero tre  
ed ognuno è uguale a me,  
regola regola numero 4,  
chiedo scusa se uno sbaglio ho fatto,  
regola regola numero 5,  
non sei diverso se parli altre lingue.*

*Per una buona convivenza  
rispetta le regole di partenza,*

*sii ubbidiente e abbi pazienza,  
rispetta le regole di convivenza.  
Regola regola numero 6,  
segui le regole ovunque tu sei,  
regola regola numero 7,  
il bambino bravo riflette,  
regola regola numero 8,  
sono sincero è questo il mio motto,  
regola regola numero 9,*

*scopro con te tante cose nuove,  
regola regola numero 10,  
della maestra io faccio le veci.*

*Per una buona convivenza  
rispetta le regole di partenza,  
sii ubbidiente e abbi pazienza,  
rispetta le regole di convivenza (ripetere 3 volte).*

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Regole da rispettare in classe, con disegni da colorare

Al seguente link si trovano le immagini da scaricare:

<https://www.lavoretticreativi.com/speciale-con-le-regole-della-classe/>

Materiale: fotocopie A4 con disegni che rappresentano alcune regole da rispettare in classe, matite colorate e pennarelli.

Suddividere i bambini due o tre per foglio e dare le consegne per colorare le varie fotocopie.

A lavoro terminato, attaccare i fogli colorati su un cartellone.

I fogli riportano disegni di regole con consigli positivi perché rimangono impressi più facilmente e i bambini fanno meno fatica a rispettarle.

## PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Il bambino chiederà alla mamma e al papà quale regola desiderano che lui rispetti (una regola, per cominciare e fare in modo che possa affrontare un compito semplice); poi approntare, con l'aiuto dell'adulto, una tabella dove disegnare un cuoricino, in corrispondenza alle regole assegnate, ogni volta che la regola viene rispettata. Alla fine del mese, contare i cuoricini e, se sono tanti, scrivere un bel BRAVONE! a lettere cubitali.

# RISPETTO NELLE COMUNICAZIONI TRAMITE I SOCIAL

## INTRODUZIONE

Comunicazione significa letteralmente “mettere in comune” e ciò che viene messo in comune sono “messaggi” che esprimono intenzioni, sensazioni, pensieri, sentimenti, informazioni.

Negli ultimi anni, la massiccia diffusione delle tecnologie digitali e dei dispositivi mobili ha profondamente modificato la vita delle persone, ne ha cambiato il modo di comunicare e di interagire con gli altri, ma anche di pensare, di apprendere e di studiare a tal punto, da far parlare di “rivoluzione digitale”. L'utilizzo della parola come veicolo di comunicazione efficace, è sempre più difficile, poiché i vari mezzi di comunicazione usano l'immagine, più immediata e potente.

Proprio per questo, la scuola si trova di fronte ad una grande sfida, che non riguarda soltanto l'alfabetizzazione ai media (cioè insegnare ad utilizzare qualche programma di base al computer), ma ha come obiettivo principale il favorire lo sviluppo di un approccio critico, attraverso conoscenze teoriche e pratiche che mettano in grado i bambini di comprendere appieno le forme e i contenuti dei mezzi di comunicazione di massa. Le tecnologie, infatti, sono già presenti negli ambienti in cui i bambini nascono, crescono e apprendono. Il compito, quindi, delle famiglie e degli educatori è quello di creare contesti di apprendimento equilibrati, in cui i bambini possano crescere in modo armonico tra rischi e potenzialità.

*I bambini di oggi sono diversi da noi e da noi quando eravamo bambini. Sono «antropologicamente diversi». Sono nati in un mondo nuovo nel quale è cambiato radicalmente il modo di comunicare e trasmettere la propria voce, le proprie idee e sentimenti. Anche il modo di giocare e apprendere è mutato, così come quello di stringere e mantenere relazioni di amicizia.*

Paolo Ferri, I Nuovi Bambini

## OBIETTIVO EDUCATIVO

- Uso consapevole dei Media.
- Conoscere i diversi media e le varie tipologie di messaggi.
- Utilizzarli correttamente.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

### La vecchia signora e la zuppa

Jorge Bucay

Una signora era seduta da sola al tavolo di un ristorante. Dopo aver letto il menù, decise di ordinare una zuppa che le era sembrata molto appetitosa. Il cameriere, gentile, gliela portò e poi continuò a servire gli altri clienti. Quando passò di nuovo vicino al suo tavolo, la signora lo richiamò con un cenno della mano e il cameriere si avvicinò subito.

- Mi dica, signora, come posso aiutarla?
- Voglio che lei provi la zuppa.

Il cameriere, sorpreso, cercò di essere gentile e chiese alla signora se non fosse buona, oppure se non le piacesse.

- No, non si tratta di questo. Voglio che lei provi la zuppa.

Il cameriere ci pensò ancora un po' e immaginò che probabilmente fosse troppo fredda, quindi chiese alla donna se fosse quello il problema, scusandosi anticipatamente.

- È troppo fredda, signora? Non si preoccupi, gliela cambio senza problemi...
- La zuppa non è fredda. Potrebbe provarla, per favore?

Il cameriere, sconcertato, lasciò da parte le formalità e si concentrò su come risolvere la situazione. Non era consentito provare il cibo dei clienti, ma la donna insisteva e a lui non venivano altre idee, allora si sedette per un attimo con lei al tavolo. Avvicinò il piatto della zuppa, cercò il cucchiaio a destra e a sinistra sul tavolo, ma... non c'era. Prima che potesse reagire, la donna disse:

- Vede? Manca il cucchiaio. Questo è il problema della zuppa, che non la posso mangiare!



## DOMANDE

1. Quali sono i personaggi di questo racconto?
2. Cosa ordina la signora?
3. Cosa vuole che faccia il cameriere?
4. Cosa scopre il cameriere, quando cerca di provare la zuppa?
5. Secondo te, la signora ha comunicato al cameriere i suoi bisogni nella maniera corretta?
6. Cosa avrebbe dovuto dire per comunicare in modo chiaro?
7. E tu sei capace di esprimerti in modo chiaro? Racconta attraverso qualche esempio.
8. Impariamo a comunicare.

Ricorda le cinque C di una buona comunicazione:

Chiarezza,  
Completezza,  
Concisione,  
Concretezza,  
Correttezza

...da cuore a cuore per non ferire in generale con qualsiasi mezzo di comunicazione.



## CITAZIONI

Possiamo avere tutti i mezzi di comunicazione del mondo, ma niente, assolutamente niente, sostituisce lo sguardo dell'essere umano.

Paulo Coelho

La comunicazione avviene quando, oltre al messaggio, passa anche un pezzetto di anima.

Henri Bergson

Mi piace il mio nuovo telefono, il mio computer funziona bene, la mia calcolatrice è perfetta, ma mi manca la mia immaginazione!

Anonimo

Comunicare è scambiare parole, sentimenti o informazioni con altri. Siamo riusciti a comunicare attraverso la condivisione di foto e sms, ma gli abbracci che diamo alla mamma quando torniamo da scuola, comunicano più amore di quanto un messaggio istantaneo possa fare.

Anonimo

Il miglior tweet è quello che puoi sentire in un bosco.

Corrado Celestri

## CONCLUSIONE

Nell'inserto pubblicato dal Centro per la salute del bambino (CSB Onlus) riguardante il rapporto tra tecnologie e bambino, viene riportato, tra le conclusioni, un importante aspetto che rappresenta un "compito" importantissimo che gli adulti, i genitori e gli insegnanti, devono svolgere nei confronti dei bambini:

È importante ed è necessario suscitare l'interesse, l'entusiasmo e l'amore dei bambini per altre attività e dimensioni della vita e delle relazioni, quali la lettura, la musica, il gioco, la scoperta della natura e dell'arte, l'attività fisica e sportiva. Se al bambino sarà data l'opportunità, fin da piccolo, di conoscere e apprezzare altre attività, saprà utilizzare le nuove tecnologie senza esserne sopraffatto.

E ancora:

...Si tratta piuttosto di fermarsi a riflettere, a osservare, ad ascoltare, a dialogare e a prepararci - noi adulti - ad accompagnare, da adulti, i bambini in un mondo, quello digitale, nel quale essi sono i nostri "interpreti" e spesso i nostri "maestri" (...), ma sono pur sempre bambini. Si tratta di accom-

pagnarli nella scoperta del mondo di oggi e della sua struttura profonda che è fatta per una parte nuova e importante di tecnologie, aiutandoli a fermarsi, a pensare, a riflettere, a non ubriacarsi, a non andare troppo veloci, a stare con gli altri e a mettere a confronto questa loro esperienza con i saperi del passato.

Mantovani e Ferri, 2012

Da queste considerazioni, nasce spontanea la domanda: come fare? Come Educare al Digitale?

Attraverso regole ben precise:

- Adoperiamo con moderazione questi strumenti.
- Diamo delle regole sul tempo d'impiego e vigiliamo perché siano rispettate.
- Stabiliamo delle restrizioni relativamente a quando non dobbiamo utilizzarli, ad esempio: quando siamo a tavola, quando interloquiamo con un'altra persona, in un luogo comunitario...
- Evitiamo di porre pc o console gioco nella stanza da letto, sistemiamoli in uno spazio comune, per aver modo di controllarne realmente l'utilizzo.
- Condividiamo con i bambini la visione di programmi ed esperienze schermo in modo da poterli guidare e supportare.
- Lasciamo il nostro smartphone spento o non guardiamolo per un tempo da decidere insieme.
- Vigiliamo il loro accesso alla rete internet direttamente o impostando limitazioni e controlli fondamentali per la loro sicurezza.

## CANTO

Possiamo comunicare non soltanto attraverso le parole, ma anche tramite segnali di diverso tipo, come per esempio le espressioni facciali, i gesti, gli sguardi, l'intonazione della voce...

Proviamo a mostrare la nostra felicità attraverso i gesti suggeriti dalla canzone.

### Se sei felice

<https://youtu.be/5t85lUyCN24>

Se sei felice e tu lo sai batti le mani  
Se sei felice e tu lo sai batti le mani  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai batti le mani  
Se sei felice e tu lo sai batti i piedi  
Se sei felice e tu lo sai batti i piedi  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai batti i piedi  
Se sei felice e tu lo sai schiocca la lingua  
Se sei felice e tu lo sai schiocca la lingua  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai schiocca la lingua  
Se sei felice e tu lo sai schiocca le dita  
Se sei felice e tu lo sai schiocca le dita



Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai schiocca le dita  
Se sei felice e tu lo sai fai lo starnuto  
Se sei felice e tu lo sai fai lo starnuto  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai fai lo starnuto  
  
Se sei felice e tu lo sai mandami un bacio  
Se sei felice e tu lo sai mandami un bacio  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai

Se sei felice e tu lo sai mandami un bacio  
Se sei felice e tu lo sai fammi un saluto  
(ciao)  
Se sei felice e tu lo sai fammi un saluto  
(ciao)  
Se sei felice e tu lo sai e mostrarmelo potrai  
Se sei felice e tu lo sai fammi un saluto  
(ciao)

## ATTIVITÀ DI GRUPPO

### Un altro modo di comunicare

Con la diffusione massiccia dei social media e l'uso crescente delle piattaforme di messaggistica, sono nate anche le **emoji**, le faccine, che possono essere utilizzate per **esprimere emozioni** e per **arricchire** i dialoghi sulle chat o nei post **online**.

### Giochiamo con le emoji

**Materiale occorrente:** faccine da ritagliare (all.1), forbici, colla, pennarelli, cartoncino o fogli A4

**Preparazione del materiale:** predisponiamo le carte ritagliando ed incollando su un foglio A4 o su un cartoncino le faccine, con una breve descrizione della emozione rappresentata.

Quando le 21 carte sono pronte, possiamo giocare al gioco del mimo.

Descrizione: Un bambino pesca una carta e deve mimare l'emozione. Chi indovina, prenderà il suo posto e sarà il prossimo mimo.



## PROPONIMENTI PRATICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Prova a verificare come passi il tuo tempo al di fuori della scuola, aiutandoti con le tabelle.

Sulla tabella 1, metti una crocetta agli apparecchi elettronici che adoperi durante la settimana.

Sulla tabella 2, regista le tue attività all'aperto, i giochi, lo sport.

Alla fine della settimana confronta le tabelle e fai le tue osservazioni e considerazioni.

	Videogiochi	Tablet	Televisione	Smartphone	Computer
Lunedì					
Martedì					
Mercoledì					
Giovedì					
Venerdì					
Sabato					
Domenica					

	<b>Giochi in casa</b> 	<b>Sport</b> 	<b>Giochi all'aperto</b> 	<b>Altro (specificare)</b>
<b>Lunedì</b>				
<b>Martedì</b>				
<b>Mercoledì</b>				
<b>Giovedì</b>				
<b>Venerdì</b>				
<b>Sabato</b>				
<b>Domenica</b>				

# SINCERITÀ

## INTRODUZIONE

Alcuni etimologi ipotizzano che la parola sincerità derivi dal latino sine cera, ovvero “senza cera”. Si narra, infatti, che al tempo degli antichi romani, non esisteva lo zucchero e dunque per dolcificare le bevande si usava il miele. Non tutti gli apicoltori però erano onesti, e per ottenere più miele da vendere spesso lo mischiavano con la cera delle api, rendendolo meno puro e di conseguenza anche meno buono. La parola sincero, appunto, indica una persona “senza cera” ovvero una persona pura, autentica, non contraffatta che non usa trucchi o imbrogli nel rapporto con gli altri.

## OBIETTIVO EDUCATIVO

I bambini attraverso tante attività possono potenziare la parte naturalmente sincera del loro carattere ed esprimerla e implementarla con le qualità più autentiche insite in loro, come:

- Coraggio per affrontare diverse situazioni esponendo con gentilezza e determinazione i propri punti di vista senza alcuna paura di non essere accettati.
- Rispetto di sé e degli altri attraverso una comunicazione schietta, non invadente o aggressiva imponendo il proprio punto di vista, ma dolce e senza esitazione.
- Fiducia in se stessi come superamento dei propri limiti.
- Apertura mentale riconoscendo i propri errori ed essere pronti ad imparare da essi.
- Correttezza morale che aiuta ad esprimere con parole, gesti, sguardi i propri sentimenti o opinioni nei tempi e modi giusti.

## ATTIVITÀ SEDERE IN SILENZIO

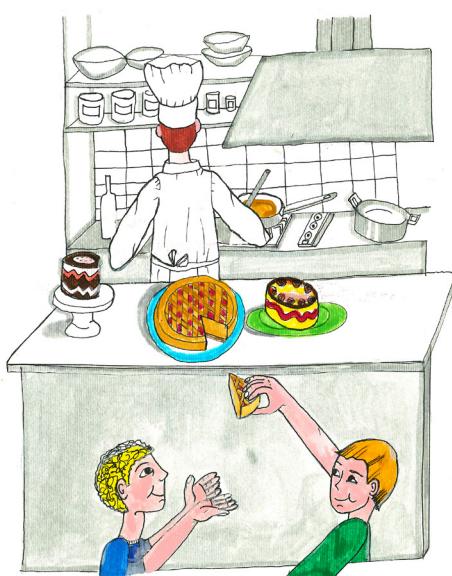
All'inizio e quando lo si ritenga opportuno si applica la semplice tecnica di stare seduti in silenzio cinque minuti. Bisogna stare seduti con la schiena diritta, in una posizione comoda con le gambe e le braccia rilassate.

## STORIA

**Fiaba di Esopo**

### I due giovani e il cuoco

Due giovani compravano da mangiare da un cuoco molto abile in cucina. A un certo punto, il cuoco si girò per evitare che il cibo nella padella si bruciasse. Uno dei due giovani prese veloce una fetta di crostata appena sfornata e la gettò in mano all'altro giovane. Il cuoco si accorse di quel movimento furtivo e subito notò che era sparita una fetta di crostata. “Ridatemi la mia fetta, per favore”, disse con calma. Il giovane che l'aveva rubata disse: “Non ce l'ho io.” Ed era vero. Il giovane che aveva la fetta in mano disse: “Non l'ho rubata io”. Ed era vero anche questo. “E va bene, come volete. Potete



mentire a me, ma a rimproverarvi sarà la vostra coscienza!" I due giovani a quelle parole furono presi da un grande senso di colpa e restituirono la fetta di crostata, chiedendo scusa al cuoco.

## DOMANDE

1. Cosa ti piace di questa favola?
2. Cosa dissero i due ragazzi?
3. Quello che avevano detto era la verità?
4. Come hanno mentito?
5. Cosa rispose il cuoco?

## CITAZIONI

Dì sempre la verità. Non dire il falso perché è gradevole. Non dire la verità sgradevole.

Sathya Sai

La sincerità può essere umile ma non servile.

Lord Byron

Il merito dell'originalità non è la novità, bensì la sincerità.

Thomas Carlyle

Lo studio e la ricerca della verità e della bellezza rappresentano una sfera di attività in cui è permesso di rimanere bambini per tutta la vita.

Albert Einstein

## CONCLUSIONE

La sincerità è una qualità interiore autentica, innocente, pura che ci permette di riconoscere le paure, i giudizi, i limiti, ma anche tutto il bene che c'è all'interno di ogni creatura. La sincerità è una grande forza e permette di affrontare con fiducia, chiarezza e determinazione qualsiasi situazione rispettando se stessi e gli altri, per trovare sempre punti di unione e non di divisione. La sincerità rende leggeri ed ottimisti.

## CANTO

### Sincerità

[https://drive.google.com/file/d/1Euc\\_ofJUBI\\_tVEWoLUSviF\\_bUu6AGban/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1Euc_ofJUBI_tVEWoLUSviF_bUu6AGban/view?usp=sharing)

La verità è importante sai,  
la verità non fa male mai,  
se tu dirai la verità  
adulto diventerai.

Quando l'inganno ti guarderà,  
un dolce squisito ti offrirà,  
devi voltare lo sguardo sai,  
è meglio dire la verità.

Se vuoi ricevere un sorriso,  
se vuoi piacere a mamma e papà,



è meglio dire la verità,  
adulto diventerai.

Anche se sembra più facile  
dir la bugia per stare sereni,  
io ti dico "Non è così  
meglio dire la verità."

Un giorno o l'altro tu capirai  
che vince solo la verità,

un gran premio riceverai,  
un vero uomo diventerai.

Anche se sembra più facile,  
dir la bugia per stare sereni,  
io ti dico "Non è così  
meglio dire la verità." (2)

STR. IN DO

SINCERITÀ

Solo CHITARRA

CON ESPRESSIONE

Sib+

FA7 Sib+

FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ Sib+

Sib+ FA7 Sib+

Sib+ Mib+ Sib+ DO- FA7

Sib+ Sib+ FA7

Sib+ FA7 Sib+

Mib+ Sib+ DO- FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ DO- FA7

Solo CHITARRA RALLENTARE

SOLO CHITARRA

CON ESPRESSIONE

Sib+

FA7 Sib+

FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ Sib+

Sib+ FA7 Sib+

Sib+ Mib+ Sib+ DO- FA7

Sib+ Sib+ FA7

Sib+ FA7 Sib+

Mib+ Sib+ DO- FA7 Sib+ Mib+

Sib+ DO- FA7 Sib+ DO- FA7

SOLO CHITARRA RALLENTARE

## PROPONIMENTI PRACTICI

Alla fine della lezione si proporranno delle attività pratiche da svolgere nella vita quotidiana.

Per esempio:

Quando non posso dire la verità, non dirò neppure una bugia, e rimarrò in silenzio.

In una situazione in cui è necessario essere sinceri, dirò la verità in modo gentile senza ferire o far del male ad alcuno.

Se conosco qualcuno che dice bugie cercherò di fargli capire che le bugie non portano al bene e prima o poi vengono a galla, che è meglio dire la verità.

Se mi scappa una bugia chiederò scusa per il mio errore.