

EDUCAZIONE AI VALORI UMANI

Piani di lezione Per lo Sviluppo Sostenibile

Scuola Primaria
Terza, Quarta e Quinta 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

www.isseducare-italy.org

email contatti: italy@isseducare.org

email segreteria organizzativa: 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

ASCOLTO E COMPRENSIONE	4
AUTOSUFFICIENZA, EFFICACIA E EFFICIENZA	9
CORAGGIO E PRUDENZA	14
CURIOSITÀ, SPIRITO DI RICERCA, TALENTO	18
DIRITTI E DOVERI	24
DISCERNIMENTO	29
GENTILEZZA - LINGUAGGIO DA CUORE A CUORE	33
ONESTÀ	38
RISPETTO DELLE REGOLE	43
RISPETTO NELLE COMUNICAZIONI TRAMITE I SOCIAL	48
SINCERITÀ	56

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 di 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

- Comprendere veramente il punto di vista, le motivazioni, i pensieri e le aspettative dell'altro, ascoltando in modo attivo e sospendendo ogni giudizio.
- Imparare ad ascoltare in silenzio attentamente, dando spazio a chi parla, cercando di entrare in empatia con l'altro, comprendendo le motivazioni e le emozioni del suo comportamento.
- 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

I biscotti bruciati

Quella sera, mia mamma mise in tavola la cena e come dolce, dei biscotti bruciati. Io aspettavo in silenzio per vedere se qualcuno se ne accorgeva.

Finita la cena, mio padre prese il suo biscotto, sorrise a mia madre e mi chiese come era andata la mia giornata a scuola... non ricordo che cosa gli risposi, ma ricordo benissimo di averlo visto spalmare burro e marmellata su quel brutto biscotto bruciato. Mangiò ogni boccone senza scomporsi e senza dire una parola al riguardo.

Quando mi alzai dal tavolo quella sera, mia madre si scusò con mio padre per aver bruciato i biscotti. Non dimenticherò mai la risposta di mio padre: "Tesoro, adoro i biscotti bruciati di tanto in tanto." Ascoltai quelle parole che entrarono in profondità



dentro di me, suscitando grandi interrogativi.

Quando sono cresciuto, ci ho pensato molte volte. La vita è piena di cose imperfette e persone imperfette e ho imparato negli anni ad accettare i difetti delle altre persone per creare relazioni sane e durature. Ho imparato che prima di tutto bisogna ascoltare non solo con l'udito, ma con il cuore, cercando di immedesimarmi nella situazione confidatami dalla persona in questione.

E questa è la mia preghiera per te, oggi: che tu impari a prendere le parti buone, cattive, belle e brutte della tua vita, farne tesoro ed applicarle a qualsiasi relazione perché l'ascolto e la comprensione sono la base di ogni relazione. Sii più gentile e comprensivo del necessario perché tutti quelli che incontri stanno "combattendo" per vivere. Quindi, per favore, passami un biscotto e sì, quello bruciato andrà bene!

DOMANDE

1. Secondo te, questa è una storia vera? Perché?
2. Secondo te, il padre mangia uno dei biscotti bruciati perché gli piace?
3. Perché il padre non si arrabbia con la moglie per aver bruciato i biscotti?
4. Quali domande suscita la risposta del padre al figlio che assiste alla scena?
5. Quale risposta si sarà dato il figlio?
6. Perché secondo te, la comprensione di una questione viene dopo l'ascolto?

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.

CANTO

Ascolta

Pooh

Se un temporale ti ha fermato sulla strada
in qualche posto in cui nessuno passa mai
se un improvviso arcobaleno ti fa quasi pensare
che quella è la firma di Dio.

Ascolta il vento asciugare l'erba
senti cantare il sole.

Ascolta i vecchi che hanno voglia di ballare
e sopra un ponte le bugie di un pescatore
e le domande di un bambino appena nato
che crede a qualunque risposta gli dai.

Ascolta l'uomo e le sue distanze
la fame e le speranze.

Nel primo traffico dell'aurora
senti nell'aria la primavera
sculta, guarda, respira
senti la gente svegliarsi piano
fare l'amore anche con nessuno.
Ascolta quello che siamo
quanto odiamo, quanto amiamo.

Quando lo stadio spegne i fari e va a dormire
Ascolta i sogni che la gente porta via
se la ragazza fra la pioggia e il marciapiede
t'insegna la sola canzone che sa
ascolta l'acqua e la sua memoria
l'uomo e la sua miseria.
Ascolta quello che hai dentro al petto
e che non mi hai mai detto.

Prima di mettere le mani addosso
a chi ti ha solo capito male
ascolta dentro te stesso
senti pregare chi non ci crede
e le poesie di un carabiniere
ascolta, fatti stupire
cambiare, guarire.

Ascolta quello che hai dentro il petto
e che non hai mai detto.

<https://www.youtube.com/watch?v=na9Hjydf10g>

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 ...

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

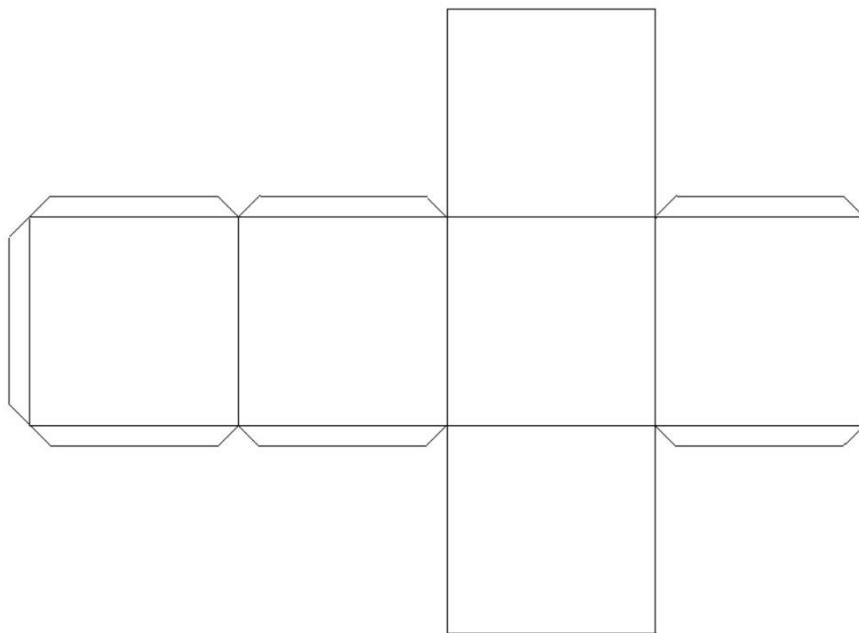
Daniel Goleman

Si costruisce un dado di cartone 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 a entrare in contatto con le proprie emozioni e a



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 steps del percorso per ascoltare e comprendere nella maniera corretta. Riportare su un quaderno le confidenze ascoltate, provando ad abbinare l'emozione giusta. Il lavoro eseguito durante il corso di una settimana, verrà consegnato all'insegnante. I compiti svolti dai vari bambini saranno argomento di riflessione in classe, senza che ne vengano svelati i nomi dei bambini che si sono confidati e aperti.

AUTOSUFFICIENZA, EFFICACIA E 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'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. Avere fiducia in se stessi non vuol dire essere presuntuosi, arroganti e ostinati.

Una sana fiducia in se stessi è qualcosa che si sente nell'intimo, è legata alla consapevolezza di poter realizzare quello che ci proponiamo, al di là delle opinioni degli altri.

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 (resilienza) 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

Antonio Stradivari

Hai mai sentito parlare dei violini Stradivari? Sono i violini più belli e perfetti del mondo.

Sai chi li ha costruiti? Antonio Stradivari, celebre liutaio nato a Cremona nel 1644, il cui nome appare anche nella forma latina “Stradivarius”. Stradivari apprese l’arte dei liutai cremonesi, dal suo maestro Nicola Amati, sviluppandone la tecnica fino a costruire strumenti musicali (soprattutto violini, ma anche viole e violoncelli) unici al mondo per bellezza e qualità del suono, potente e corposo, anche e soprattutto nei “pianissimo”.



Gli strumenti della sua maturità artistica furono costruiti dal 1698 al 1730, raggiungendo l’apice della manifattura nel quinquennio tra il 1725 ed il 1730. Oltre ai violini, Stradivari creò anche arpe, chitarre, viole, violoncelli, liuti e tiorbe, si stima oltre 1100 strumenti musicali in tutto. A oggi sono riconosciute, come autentiche, circa 650 opere.

Qual era il suo segreto? Impiegava un mese intero per costruire un solo violino! I suoi amici gli dicevano: “Che significa tutto questo, o pazzo? Stai buttando via il tuo tempo. Se impieghi un mese intero per costruire un solo violino, in che modo puoi vivere?” Antonio rispondeva “Dio è l’incarnazione della perfezione, e io devo soddisfare, totalmente, una tale forma di perfezione. Bisogna dare piena soddisfazione a questa incarnazione della Perfezione, altrimenti il mio lavoro sarebbe inutile.”

Seguendo il sentiero della perfezione, con amore, concentrazione e pazienza, Antonio costruì i violini più efficienti del mondo, fino all’età di novant’anni: nelle sue creazioni concorsero e si riassunsero felicemente: genialità, conoscenze matematiche e della natura, unite al profondo spirito di riflessione e di ricerca, sensibilità di artista, eccezionale abilità tecnica, esperienza e tradizione. Gli Stradivari furono, e restano, gli strumenti più ambiti dai musicisti.

Il valore di questi violini, oggi, può raggiungere anche svariati milioni di euro.

DOMANDE

1. Chi era Antonio Stradivari?
2. Qual era la sua professione?
3. Perché è diventato famoso in tutto il mondo?
4. Perché impiegava tanto tempo a costruire un solo strumento?
5. Secondo te, quando ci viene affidato un compito, è meglio farlo in fretta, oppure farlo al meglio?
6. Perché?

CITAZIONI

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

Sri Jawaharlal Nehru

| La differenza tra un sogno e un obiettivo è una data.

Walt Disney

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

Anonimo

| L'esempio è sempre più efficace del precetto.

Samuel Johnson

| 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

| Essere depressi è un'abitudine, essere felici è un'abitudine, e la scelta spetta a te.

Tom Hopkins

| 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

| La perfezione sorge dall'amore. L'amore è l'incarnazione di tutte le forme. L'amore è il nome di Dio. Niente è più grande dell'amore, e questa perfezione può essere sperimentata e adorata solo attraverso l'amore.

Sathya Sai

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

Sathya Sai

CONCLUSIONE

Se vogliamo essere efficaci, efficienti ed autosufficienti, in tutto ciò che facciamo, e, magari, riuscire un giorno a "salire sul podio", dobbiamo allenarci, per perfezionare la nostra capacità di concentrazione. Inoltre, dobbiamo seguire gli esercizi dettati dalla "compagnia" di: disciplina, dovere, discernimento, direzione e dedizione. La buona notizia è che questo compito non sarà affatto difficile se ci ricorderemo di lasciarci guidare dall'autostima. Essa crede in noi e sa che ce la possiamo fare, perché la forza, le virtù e le potenzialità ("semi" di efficacia, efficienza ed autosufficienza) sono già dentro ognuno di noi.

Se facciamo una piccola analisi dell'autosufficienza, quello che la contraddistingue è l'esperienza diretta e formativa, ad ogni livello.

Con questo s'intende lo sviluppo della propria personalità nella maniera più completa, per essere in grado di poter contare solo su se stessi. Come? Attraverso tappe, fatte di autoconoscenza e autoconsapevolezza, impariamo a riconoscere quelle potenzialità, quelle forze e quei valori interiori presenti in noi: sentimenti fondati su qualcosa di giusto e vero, che emergono da noi, spontaneamente, per aiutarci sempre e farci avanzare sicuri e fiduciosi nelle più disparate situazioni della vita.

Dal momento in cui si nasce, che è il nostro punto di partenza, siamo come spugne che assorbono tutto: da ricettori diventiamo trasformatori e, poi, negli anni, autogestori di tutte le regole della nostra vita, imparando a trarre il bene da tutte le esperienze, comprese quelle più difficili.

L'autosufficienza, regolata dal buon senso, permette di essere liberi, ma affinati, sempre felici e guidati da un buon carattere e sicurezza interiore, che consentono, a loro volta, un contatto d'amore con tutto e con tutti.

ATTIVITÀ DI GRUPPO

La fiducia in se stessi è il punto di partenza più proficuo

Tutti sappiamo che la rinuncia o lo scoraggiamento non portano all'autosufficienza. Perciò, saresti in grado di raccontare o scrivere il superamento di una situazione difficile, che adesso consideri, invece, di facile soluzione? Ricordati che quando si impara a superare le prime difficoltà, è più facile superare quelle successive.

Cerchia le riposte giuste, e se è sì, racconta!

Ti è mai capitato di non aver fatto qualcosa, per paura di non esserne all'altezza?

Sì No

Quando?	
Dove?	
Cosa?	

Ti è mai capitato di non fare qualche cosa per pigrizia, adducendo come giustificazione di non esserne capace?

Sì No

Quando?	
Dove?	
Cosa?	

Ti è capitato di sentirti contento o soddisfatto per essere riuscito a compiere qualcosa di difficile e complesso con le tue sole forze?

Sì No

Quando?	
Dove?	
Cosa?	

PROPONIMENTI PRACTICI

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

Per esempio:

Vuoi essere più efficiente?

Ogni mattina incomincia la giornata facendo una lista di tutti i tuoi impegni, delle cose che sai che devi fare e che vorresti poter fare. Questo ti aiuterà a concentrarti su quelle cose, e non su altre. Ti aiuterà anche a non dimenticare quello che devi fare e a imparare a dare il giusto spazio e il giusto tempo (che vuol dire la giusta attenzione) a ogni cosa. Ogni volta che termini qualcosa che hai annotato nella tua lista, puoi cancellarla. Questo ti farà sentire veramente bene e ti darà ancora più forza per fare le altre cose! Provare per credere...

COSE CHE DEVO FARE	FATTO

COSE CHE VORREI FARE	FATTO

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 a 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

Il Colibrì

Un giorno nella foresta scoppiò un grande incendio. Di fronte all'avanzare delle fiamme, tutti gli animali scapparono terrorizzati mentre il fuoco distruggeva ogni cosa senza pietà.

Leoni, zebre, elefanti, rinoceronti, gazzelle e tanti altri animali cercarono rifugio nelle acque del grande fiume, ma ormai l'incendio stava per arrivare anche lì.

Mentre tutti discutevano animatamente sul da



farsi, un piccolissimo colibrì si tuffò nelle acque del fiume e, dopo aver preso nel becco una goccia d'acqua, incurante del gran caldo, la lasciò cadere sopra la foresta invasa dal fumo. Il fuoco non se ne accorse neppure e proseguì la sua corsa sospinto dal vento.

Il colibrì, però, non si perse d'animo e continuò a tuffarsi per raccogliere ogni volta una piccola goccia d'acqua che lasciava cadere sulle fiamme.

La cosa non passò inosservata e, ad un certo punto, il leone lo chiamò e gli chiese: "Cosa stai facendo?" L'uccellino gli rispose: "Cerco di spegnere l'incendio!"

Il leone si mise a ridere: "Tu così piccolo pretendi di fermare le fiamme?" e assieme a tutti gli altri animali incominciò a prenderlo in giro. Ma l'uccellino, incurante delle risate e delle critiche, si gettò nuovamente nel fiume per raccogliere un'altra goccia d'acqua.

A quella vista un elefantino, che fino a quel momento era rimasto al riparo tra le zampe della madre, immerse la sua proboscide nel fiume e, dopo aver aspirato quanta più acqua possibile, la spruzzò su un cespuglio che stava ormai per essere divorato dal fuoco.

Anche un giovane pellicano, lasciati i suoi genitori al centro del fiume, si riempì il grande becco d'acqua e, preso il volo, la lasciò cadere come una cascata su di un albero minacciato dalle fiamme.

Contagiati da quegli esempi, tutti i cuccioli d'animale si prodigarono insieme per spegnere l'incendio che ormai aveva raggiunto le rive del fiume.

Dimenticando vecchi rancori e divisioni millenarie, il cucciolo del leone e dell'antilope, quello della scimmia e del leopardo, quello dell'aquila dal collo bianco e della lepre lottarono fianco a fianco per fermare la corsa del fuoco.

A quella vista gli adulti smisero di deriderli e, pieni di vergogna, incominciarono a dar manforte ai loro figli. Con l'arrivo di forze fresche, bene organizzate dal re leone, quando le ombre della sera calarono sulla savana, l'incendio poteva dirsi ormai domato.

Sporchi e stanchi, ma salvi, tutti gli animali si radunarono per festeggiare insieme la vittoria sul fuoco.

Il leone chiamò il piccolo colibrì e gli disse: "Oggi abbiamo imparato che la cosa più importante non è essere grandi e forti ma pieni di coraggio e di generosità. Oggi tu ci hai insegnato che anche una goccia d'acqua può essere importante e che «insieme si può» spegnere un grande incendio. D'ora in poi tu diventerai il simbolo del nostro impegno a costruire un mondo migliore, dove ci sia posto per tutti, la violenza sia bandita, la parola guerra cancellata, la morte per fame solo un brutto ricordo."



DOMANDE

Ti è piaciuta la storia?

1. Cosa ha fatto il Colibrì?
2. Sei d'accordo con la sua decisione?
3. Il Colibrì da solo sarebbe riuscito a spegnere l'incendio?
4. Quale massima ti viene in mente?
5. Ti è capitato di prendere iniziative perché hai sentito che erano giuste?
6. Puoi raccontarle?

CITAZIONI

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

Nelson Mandela

Non esiste uomo tanto codardo che l'amore non renda coraggioso e trasformi in un eroe.

Platone

Sii forte che nessuno ti sconfigga, nobile che nessuno ti umili, e te stesso che nessuno ti dimentichi.

Paulo Coelho

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/drive/folders/1OstEphvUb75lOx9BxhxgSe9U07SjRj8Z?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.

PROPONIMENTI PRATICI

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

Per esempio:

Ogni sera, prima di coricarti, passa in rassegna tutte le azioni compiute durante la giornata, separando quelle che ti hanno aiutato a migliorare e a rimanere in armonia con la coscienza, da quelle che te lo hanno impedito.

- Oggi sono stato migliore di ieri: ho sostenuto con coraggio la verità?
- Sono stato coraggioso nell'aiutare qualcuno che aveva bisogno?
- Cosa ho imparato?

Annotare su un diario tutte le sensazioni che si sono percepite in situazioni di coraggio, volendo si possono accompagnare con un piccolo disegno colorato a piacere.

CURIOSITÀ, SPIRITO DI RICERCA, TALENTO

Introduzione

La curiosità è la voglia di conoscere ed imparare. Il termine deriva dal Latino CURIÒSU, e vuol dire: “Che si cura di qualcosa, “desideroso di sapere, di conoscere”. Diverse ricerche suggeriscono che la curiosità potenzia l'apprendimento: sembra che chi è stato curioso, da ragazzo, nella vita abbia una miglior carriera lavorativa, una vita sociale più ricca e non dimentichi più ciò che ha appreso da piccolo, perché frutto di un interesse. La curiosità è una sfida a se stessi e al mondo, che ci permette di abbracciare la complessità in cui siamo immersi. È un rimedio per il benessere mentale contro la noia.

È la curiosità a determinare l'avanzamento del sapere nel mondo, grazie ad individui, apparentemente controcorrente, che rompono gli schemi per andare oltre le conoscenze già acquisite.

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 sistematizzazione dei dati raccolti.

Il rapporto tra curiosità, creatività ed espressione dei propri talenti è simbiotico e bilaterale: l'una non può esistere senza l'altra. Presso l'università dello Utah (USA) è stata effettuata una ricerca su natura e creatività, e, dai risultati dell'indagine, sembra che mantenere il contatto con la natura (camminare nei boschi, sui monti, in riva al mare) aumenti la creatività del 50%. La creatività esige una mente aperta, qualcuno che non si accontenti di riciclare vecchie esperienze, teorie o supposizioni. Le innovazioni e i progressi, avvenuti nel corso della storia, sono stati generati dal desiderio di sfidare teorie date per certe fino ad allora. Cambiare ciò che non va è sempre una nostra responsabilità. Sta a noi aprire gli occhi, darci da fare, porre domande, ecc. La curiosità va coltivata giorno per giorno e in ogni circostanza. Una vita piena e appassionata vale ogni sforzo che si fa per costruirla. Le idee nuove e creative prendono vita grazie all'iniziativa di chi, stimolato dalla curiosità, decide di sperimentare e porsi delle domande. Come coltivare la curiosità e la creatività esprimendo i propri talenti?

1. Leggere molto
2. Osservare e far domande
3. Viaggiare
4. Cambiare spesso abitudini
5. Divertirsi in tutto questo

OBIETTIVO EDUCATIVO

- 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.
- 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

Dante Alighieri

Nel 2020 ricorre il 755° anniversario della nascita del nostro più grande poeta, Dante Alighieri, e grazie a lui, della nascita della lingua Italiana.



Siamo tra aprile e maggio del 1265: la storia ci ricorda che il ciclo medioevale sta ormai per terminare, sulla spinta dello spirito rinascimentale che apre le finestre al nuovo sole, affermando il primato della vita attiva e creativa su quella contemplativa. Tutto è in fermento: l'ambiente politico, religioso e anche quello popolare cercano invano un modus vivendi che permetta a tutti di poter sopravvivere senza l'assillo della dittatura, delle imposizioni dogmatiche e anche della schiavitù. Inoltre, nelle antiche tradizioni

scolastiche, il latino, considerato la lingua della grammatica, va via via perdendo la sua integrità, a favore di una lingua più consona al volgo, una lingua che però viene contestata dai molti letterati di quel tempo.

Poco per volta i vari dialetti, i vari volgari, spuntano un po' ovunque e si infiltrano nelle diverse regioni della Penisola. Oltre ai vari tumulti regna anche il caos della lingua, che caratterizza la fine del 13° secolo e l'inizio del 14°. Ecco allora emergere il pregevole lavoro dell'Alighieri. In quella babilonia di lingue regionali-volgari, egli vuole portare chiarezza ed elevare il volgare fiorentino a capostipite della lingua italiana. Anni di studio contraddistinguono il suo lungo periodo di esilio da Firenze, decretato dal tribunale cittadino come segue: «... Alighieri Dante è stato condannato per baratteria, frode, falsità, dolo, malizia, inique pratiche estorsive, proventi illeciti, e lo si condanna a 5000 fiorini di multa, interdizione perpetua dai pubblici uffici, esilio perpetuo (in contumacia), e se lo si prende, al rogo, così che muoia.» Questa sentenza segna per sempre la vita del Sommo Poeta e insieme la storia della letteratura italiana. Dante era del partito dei Guelfi (che sosteneva la supremazia del Papa, in opposizione ai Ghibellini, fautori del primato dell'imperatore) ma, paradossalmente, si inimicò il benvolere di Papa Bonifacio VIII, osteggiato a Firenze dalla corrente politica dei Guelfi Bianchi, alla quale apparteneva Dante. La condanna all'esilio lo vede peregrinare da Verona a Padova, da Bologna a Ravenna, dove muore, nella notte tra il 13 e il 14 settembre 1321.

In questo lungo esilio Dante elabora un “dolce Stil Novo” nei poemetti della *Vita Nova* e nelle sue *Rime*. Poi propone il trattato del sapere, ovvero la sua opera il “Convivio”, preludio di quella “Commedia” tanto sublime, creativa e spirituale che il Boccaccio definirà “Divina”. Così, la *Divina Commedia* è stata, è, e sarà, il vessillo che sventolerà sul poema sacro, considerato il degno capostipite della lingua Italiana.

DOMANDE

1. Chi era Dante?
2. Perché fu mandato in esilio?
3. Per che cosa viene ricordato?
4. Secondo te è importante trasformare le lingue per comunicare meglio?
5. Conosci un dialetto della tua regione?
6. Quali altri strumenti usi, oltre alla parola, per comunicare?

CITAZIONI

La curiosità evoca la “cura”, l’attenzione che si presta a quello che esiste o potrebbe esistere; un senso acuto del reale, che però non si immobilizza mai di fronte a esso; una prontezza a giudicare strano e singolare quello che ci circonda; un certo accanimento a disfarsi di ciò che è familiare e a guardare le stesse cose diversamente; un ardore di cogliere quello che accade e quello che passa; una disinvolta nei confronti delle gerarchie tradizionali tra ciò che è importante e ciò che è essenziale.

Michel Foucault

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 curiosità è una piantina delicata che, a parte gli stimoli, ha bisogno soprattutto di libertà.

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

Guardate le stelle e non i vostri piedi. Provate a dare un senso a ciò che vedete, e chiedervi perché l’universo esiste. Siate curiosi.

Stephen Hawking

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.

Sathyia 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

Curiosità

Raffaella Carrà (Alberto Testa – Danilo Vaona)

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

Fai volare la curiosità
guarda intorno cosa c'è
tanti mondi
da scoprire
da scoprire con la fantasia
e magari in compagnia
ecco prendi
la mia mano
fammi vedere
la forza che hai
senza paura
di esser chi sei
fai volare la curiosità
val la pena
di rischiare un po'
se sbagliherai

che importanza ha
un errore presto se ne va.

Fammi vedere
la forza che hai
senza paura
di esser chi sei
fai volare la curiosità
val la pena
di rischiare un po'
se sbagliherai
che importanza ha
una vita non è l'eternità.
Se sbagliherai
che importanza ha
una vita non è l'eternità.

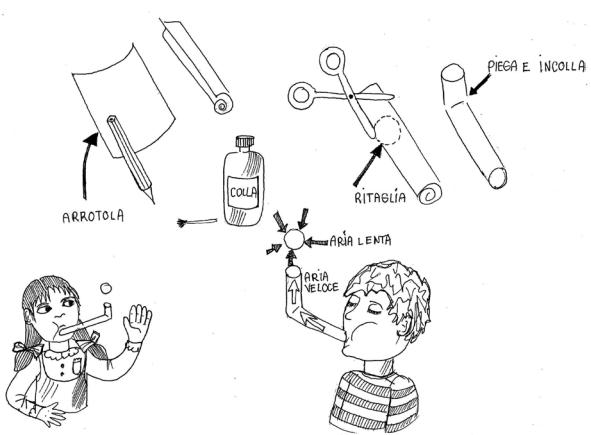
ATTIVITÀ DI GRUPPO

Il tubo magico

Occorrente:

Una pallina da pingpong – una matita – un foglio di carta cm 20x10 – colla – forbici

1. Arrotola la matita nel foglio di carta, quindi fissa tutto il bordo della carta con alcune gocce di colla. Avrai così ottenuto un tubicino. Estrai la matita.



- Pratica due tagli a una estremità del tubicino per ottenere due "V" (vedi disegno). Elimina il rombo di carta, piega l'estremità e metti un po' di colla sul punto di giunzione. Lascia asciugare bene.
- Per eseguire il trucco, tieni la pallina da pingpong vicino all'estremità della cannuccia. Soffia forte e lascia andare la pallina, che rimarrà ... sospesa in aria!

Spiegazione

L'aria che si sposta velocemente esercita una pressione minore di quella che si muove lentamente. Quando soffi, l'aria proveniente dalla cannuccia si muove più velocemente dell'aria che spinge sul lato opposto della pallina.

PROPONIMENTI PRATICI

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

Per esempio:

ACRONIMI

C		C	
U		U	
R		R	
I		I	
O		O	
S		S	
I		I	
T		T	
À		À	

C		C	
R		R	
E		E	
A		A	
T		T	
I		I	
V		V	
I		I	
T		T	
À		À	

T		T	
A		A	
L		L	
E		E	
N		N	
T		T	
O		O	

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

Facendo riferimento a storie conosciute da tutti, i bambini potranno “riflettere insieme, ad un livello più alto su nozioni di giustizia, uguaglianza, rispetto e libertà.” Individuare in una o più storie i passaggi in cui si fa riferimento a diritti e doveri. Si potrebbe lavorare insieme prendendo in considerazione solo le fiabe classiche. Nella fiaba di Cappuccetto Rosso i bambini potrebbero nominare ad esempio:

- il diritto alla vita
- il diritto di essere soccorsi
- l dovere di assistere una persona cara che sta male
- il dovere di non fermarsi a parlare con gli estranei
- il diritto di avere un incarico di fiducia

Altri esempi potrebbero essere le favole di Cenerentola e Pollicino con le quali si possono approfondire i seguenti punti:

- il diritto dei bambini
- il dovere dei genitori
- il dovere dei figli
- il diritto all'uguaglianza
- il diritto di essere tutelato in famiglia
- i diritti e i doveri nel lavoro.

DOMANDE

1. Perché entrambi i diritti e doveri sono importanti?
2. Puoi dire in che cosa i diritti si distinguono dai doveri?
3. Sai quali sono i tuoi diritti e i tuoi doveri?

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 esplicitati i diritti fondamentali dei bambini affinché possano avere un'infanzia felice.



Citazioni

Fare il proprio dovere val meglio dell'eroismo.

Camus

“Dovere” è la parola più sublime nella nostra lingua. Compi il tuo dovere in ogni cosa. Non puoi fare di più. E non doveresti mai fare di meno.

Robert Edward Lee

Il mio diritto di uomo è anche il diritto di un altro; ed è mio dovere garantire che lo eserciti.

Thomas Paine

Nella convivenza umana ogni diritto naturale in una persona comporta un rispettivo dovere in tutte le altre persone: il dovere di riconoscere e rispettare quel diritto.

Papa Giovanni XXIII

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

Fare una lista di ruoli e responsabilità divise per categorie:

adulto, genitore, giovane, anziano, bambino, insegnante, ecc...

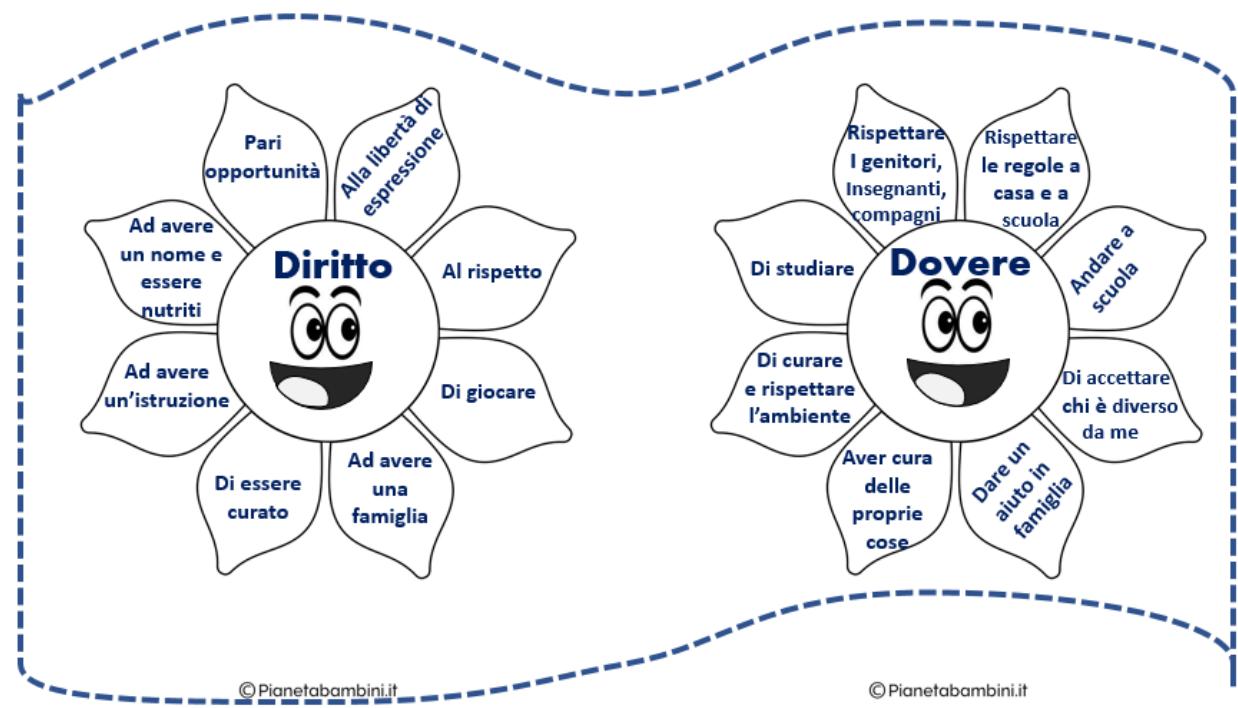
Categoria	Diritti	Doveri	Risultato***
Adulto			
Genitore			
Giovane			
Anziano			
Bambino			
....			

***Nel risultato inserire quali valori emergono (per esempio: pace, armonia, amore, nonviolenza...)

Fare una lista elencando le varie categorie professionali: insegnante, poliziotto, fornaio, avvocato, giardiniere, operaio, dottore, segretaria ecc... e a ognuno assegnare un dovere e la controparte dei diritti:

Categoria	Diritti	Doveri	Risultato
Insegnante			
Fornaio			
Poliziotto			
Operaio			
Dottore			
....			

Il Grande fiore dei Diritti e dei Doveri



Materiale: Cartoncino bianco, matite, pennarelli, forbici, colla o nastro adesivo.

ESECUZIONE:

- Ritagliare dal cartoncino alcune sagome a forma di petalo di cm. 25 di altezza e cm. 12 di larghezza.
- Dividere la classe in coppie ed assegnare un petalo per bambino.
- Su un petalo si scriverà un dovere e sull'altro il corrispondente diritto. Dopo averli colorati formeranno il Grande fiore dei Diritti e dei Doveri.

PROPOSIZIONI PRATICHE

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 l'ambiente							

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 ciò che si è riconosciuto giusto e santo, è proprio del discernimento.

OBIETTIVO EDUCATIVO

- Saper scegliere consapevolmente.
- Sviluppare la sensibilità verso ciò che è bello, buono e vero.
- Saper prendere decisioni, **assumendosi la responsabilità** del risultato.
- Sviluppare il senso critico.

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

I tre setacci di Socrate

Dan Millman

Socrate aveva una grande reputazione di saggezza.

Un giorno venne qualcuno a trovare il grande filosofo e gli disse:

“Sai cosa ho appena sentito sul tuo amico?”

“Un momento”, rispose Socrate, “Prima che me lo racconti, vorrei sottoporti ad una

prova, quella dei tre setacci.”

“I tre setacci?”

“Ma sì”, continuò Socrate.

“Prima di raccontare ogni cosa sugli altri, è bene prendere il tempo di filtrare ciò che si vorrebbe dire. La chiamo la prova dei tre setacci.

Il primo setaccio è la verità.

Hai verificato se quello che mi dirai è vero?”

“No, ne ho solo sentito parlare.”

“Molto bene. Quindi non sai se è la verità. Continuiamo col secondo setaccio, quello della bontà. Quello che vuoi dirmi sul mio amico, è qualcosa di buono?”

“Ah no! Al contrario.”

“Dunque”, continuò Socrate, “Vuoi raccontarmi brutte cose su di lui e non sei nemmeno certo che siano vere.

Forse puoi ancora passare la prova, rimane il terzo setaccio, quello dell'utilità. È utile che io sappia cosa mi avrebbe fatto questo amico?”

“No, davvero.”

“Allora”, concluse Socrate, “Se ciò che volevi raccontarmi non è né vero, né buono, né utile, io preferisco non saperlo e consiglio a te di dimenticarlo.”



DOMANDE

1. Qual è il personaggio principale di questa storia?
2. A quale prova vuole sottoporre la persona che va a trovarlo?
3. Quali sono i tre setacci?
4. Perché il racconto non passa la prova?
5. Qual è la conclusione di Socrate?
6. Secondo te, cosa vuole insegnarci questa storia?
7. Pensi che farai tesoro di questo insegnamento? In che modo?

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 con impegno e con pazienza

svilupperò l'autocoscienza.



CITAZIONI

Discernere vuol dire setacciare, vagliare, distinguere le voci del cuore che ci abitano, per poter fare scelte libere, responsabili e consapevoli.

Francesco Occhetta

E bada Pinocchio, non fidarti mai troppo di chi sembra buono e ricordati che c'è sempre qualcosa di buono in chi ti sembra cattivo.

Carlo Collodi

Nulla è più pericoloso di un amico senza discernimento: perfino un nemico prudente, è preferibile.

Jean de la Fontaine

Quando sopraggiungono tempi duri, si perde il senso del discernimento fra bene e male. Non abbiate mai fretta. Siate pazienti, calmi, gioiosi e avrete successo.

Sathya Sai

CONCLUSIONE

Il discernimento è importante per il giusto pensare, parlare e agire. Attraverso di esso possiamo vedere le cose nella loro giusta dimensione, distinguere il particolare dall'universale, le cose necessarie da quelle superflue. È la saggezza che nasce dalla esperienza di tutti i giorni, è autodisciplina e pazienza.

Ogni scelta comporta:

- vedere,
- valutare,
- agire.

Vedere significa conoscere la realtà con tutti i sensi e con tutti gli strumenti di cui disponiamo (il nostro cuore, la nostra mente...).

Valutare vuol dire confrontare la nostra possibile scelta, con i valori in cui crediamo (coscienza) per decidere cosa fare.

Agire è la normale conclusione di questo processo.

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Imparare a discernere

Obiettivo: Comprendere il legame fra “scelta e conseguenza.”

Materiale occorrente: un bastone, un foglio grande, due cartoncini.



Scelta

Conseguenze

Mostriamo ai bambini un bastone con la parola scelta scritta su di un lato e la parola conseguenze scritta sull'altro lato. Spieghiamo che le conseguenze seguono naturalmente le scelte che facciamo; per esempio, se decidiamo di studiare con impegno, avremo risultati migliori e se sceglieremo di toccare il fuoco, ci bruceremo. Invitiamo due bambini a presentarsi di fronte alla classe e facciamo prendere a ognuno un lato del bastone. Chiediamo al bambino che ha in mano la parte con la scritta “scelta” di fare un esempio di scelta giusta (per esempio, parlare gentilmente alle persone) e al bambino, che ha in mano la parte con la scritta conseguenze, di elencare i possibili effetti di quella scelta. Ripetete l'attività con altri bambini, alternando scelte giuste e sbagliate.

Annotare su un cartellone di sintesi le esperienze.

Obiettivo: Sviluppare il discernimento attraverso la scelta.

Materiale occorrente: cartoncini su cui scrivere, in quantità pari al numero dei bambini.

Su di un foglietto i bambini scrivono cosa fanno a casa quando sono soli o hanno tempo libero. Si raccolgono tutti i foglietti, si mischiano e si ridistribuiscono. Ognuno sarà invitato a prendere un biglietto e dire se, nelle stesse condizioni, farebbe lo stesso. È importante aiutarli a discernere le varie scelte ed abituarli a giustificarle.

PROPONIMENTI PRATICI

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

Per esempio:

Annotiamo su una tabella le scelte che possiamo fare durante una giornata tipo e le relative conseguenze.

Quali sono le nostre riflessioni?

Scelte (azioni svolte)	Conseguenze	Riflessioni

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, o no.

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 gentilezza e il sorriso

Un giorno Elena uscì di casa per andare al lavoro, ma aveva talmente fretta, che si dimenticò di prendere con sé la gentilezza, mentre non scordò il sorriso; al lavoro sorrise per tutto il giorno, ma il sorriso non le impedì di essere poco gentile con la cliente che le chiese un consiglio per un regalo alla nonna. “Se è per sua nonna può regalarle un profumo di una fragranza qualsiasi, sono certa che non farà alcuna differenza.” E il sorriso non le impedì di prendere l'unico posto libero sull'autobus mentre



restava in piedi una donna con in braccio il suo bambino. E ancora, sempre con il sorriso, ignorò una signora anziana in coda dopo di lei al supermercato che doveva pagare solo il latte, mentre lei aveva una spesa chilometrica. Il giorno dopo uscendo sempre di corsa, prese per prima la gentilezza, ma non fece in tempo a prendere il sorriso, per paura di perdere l'autobus.

Arrivata al lavoro si trovò davanti una signora di una certa età che la guardava corruggiata, con la nipote che il giorno prima era venuta a comprargli un regalo. L'anziana signora disse ad Elena: "Volevo farle sapere, che non mi piacciono tutte le fragranze, ma solo quelle agli agrumi e siamo venute per cambiare il regalo." Elena divenne rossa e si sentì molto dispiaciuta, ma oggi aveva la gentilezza ed era certa che in qualche modo avrebbe rimediato. "Mi dispiace moltissimo, disse, sono stata davvero maleducata ieri. Non ho davvero scuse. Le faccio vedere subito tutte le nuove fragranze agli agrumi che ci sono arrivate nell'ultimo mese." La Signora corruggiata, improvvisamente cambiò espressione e sorrise. A sua volta Elena sorrise. Ma come poteva essere, se aveva lasciato il sorriso a casa?

Tornando a casa, in autobus cedette il posto a un signore con il bastone, che le sorrise, ringraziandola e lei rispose con un sorriso, ancora una volta. Poi andò al supermercato perché il giorno prima aveva dimenticato di comprare il lievito per fare una torta e mentre era in fila, il signore davanti a lei, con una spesa chilometrica, le disse che, se voleva, poteva passare avanti, ed Elena sorrise ancora. Quel giorno Elena imparò che il sorriso da solo non basta. Non basta se non è sincero e se non c'è in esso gentilezza. Invece la gentilezza da sola può far nascere il sorriso. Se ci pensate bene anche la gentilezza può essere contagiosa, ma bisogna fare il primo passo, se facessimo tutti così, il mondo, forse, potrebbe essere migliore. Il mondo siamo noi. Elena, oggi, lo sa.

DOMANDE

1. Cosa prese con sé Elena prima di andare al lavoro?
2. Cosa dimenticò?
3. Come si comportò durante la giornata?
4. Cosa prese il giorno dopo?
5. Perché dimenticò il sorriso?
6. Cosa successe durante la giornata?
7. Questo racconto contiene due importanti insegnamenti, quali sono?
8. Hai ricevuto una gentilezza inaspettata e ne sei rimasto particolarmente colpito? Cosa hai provato? Racconta.
9. Quali sono i gesti gentili, anche semplici, che ti capita di scorgere nella vita di tutti i giorni?

CITAZIONI

Tenerezza e gentilezza non sono sintomo di disperazione e debolezza, ma espressione di forza e di determinazione.

Khalil Gibran

La gentilezza dovrebbe diventare il modo naturale della vita, non l'eccezione.

Buddha

— Fa' che il tuo cuore sia come un lago: con una superficie calma e silenziosa e una profondità colma di gentilezza.

Lao Tzu

— Quando la misura e la gentilezza si aggiungono alla forza, quest'ultima diventa irresistibile.

Gandhi

— Un solo atto di gentilezza mette le radici in tutte le direzioni, e le radici nascono e fanno nuovi alberi.

Amelia Earhart

— Io non conosco nessun altro segno di superiorità nell'uomo che quello di essere gentile.

Ludwig van Beethoven

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 e **rendono felici chi li riceve**. In una parola: **trasmettono amore**.

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

Luca Nardi

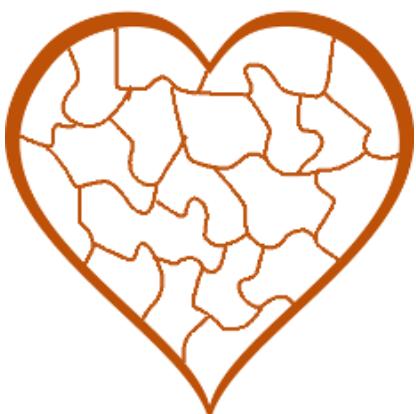
ATTIVITÀ DI GRUPPO

Parole ostili e parole gentili

Attraverso la tecnica del **brainstorming**, i bambini enunciano le **parole ostili** che vengono loro in mente.

Queste parole vengono scritte su un cartellone e trasformate in **termini gentili**.

Successivamente si discute dell'effetto delle parole ostili e delle parole gentili su di noi: *Come ci sentiamo quando ci viene rivolta una parola o un'affermazione ostile/gentile? Qual è l'effetto su di noi?*



L'esperienza si conclude con il puzzle di un grande cuore da riempire con parole gentili e sotto al cuore la frase: *Pensa prima di parlare, un cuore ferito è difficile da aggiustare*.

Gentilezza e insolenza

Germana Bruno

Credo sia giunta l'ora di far rivoluzione
e imparare finalmente la buona educazione,
sarebbe, ai nostri giorni, davvero straordinario,
esser pazienti e amarsi superando ogni divario.
Armiamoci e partiamo con la consapevolezza
di sovvertire il mondo usando la gentilezza.
Dove capita spariamo le più belle cose
per colpire e eliminare quelle più dannose,
poi una mitragliata di buone maniere
ed ancora, come il più bravo arciere,
lanciamo sorrisi a chi ci sta davanti,
rendendo bersagli proprio tutti quanti.
Abbracci, saluti, carezze, bacioni,
siano sparati ovunque da potenti cannoni,
rispetto, dolcezza, amore e pazienza
perché sia sconfitta per sempre l'insolenza.
Che gran rivoluzione potremo insieme fare,
i furbi, gli sgarbati, faremo sgomberare,
dall'insolenza nascono i problemi della Terra
e con la gentilezza combatterem la nostra guerra.

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:

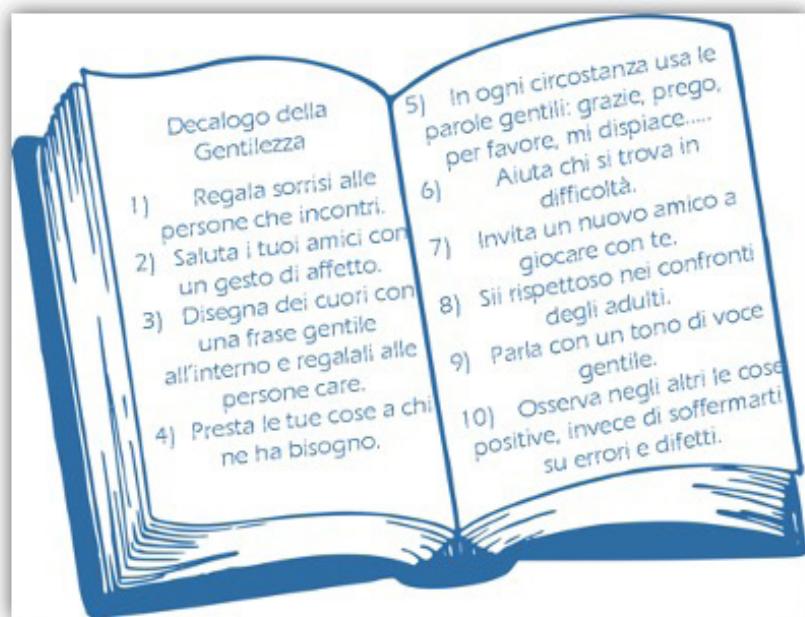
È nella vita di tutti i giorni che la gentilezza, quella vera, mette radici e basta davvero poco per essere gentili.

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 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 a 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 primordiale; 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

Teo e il compito in classe

Suzanne Palermo

Quella mattina era il fatidico giorno del compito in classe. Teo si era preparato bene e sapeva che poteva mirare ad un buon risultato. Al suo arrivo in aula, salutò i suoi compagni allegramente e si sedette al suo banco, ripensando a ciò che gli aveva suggerito il padre: "Quando arrivi a scuola, non soffermarti troppo con i tuoi amici, siediti al tuo banco e concentrati."

Intanto il suo amico Gigi vagava per la classe come un sonnambulo. Il suo sguardo era assente e il quaderno di matematica gli penzolava dalle mani, come se non riuscisse a portarne il peso. Si sedette accanto a Teo e gli disse: "Ascolta, non sono riuscito a



prepararmi per oggi ... ho avuto un sacco di cose da fare ... ma posso ancora farcela se tu mi passi il compito."

Teo trasalì, sorpreso dalla richiesta del suo amico, perché proprio non se l'aspettava.

"Barare è una cosa che non si fa, Gigi! Lo sai anche tu, dai! Non bariamo da quando eravamo all'asilo!" Gigi a capo chino, non disse parola. Sì, barare non andava bene, lo sapeva, ma magari questa volta ... Ma Teo incalzò: "Mi dispiace Gigi, non chiedermelo neanche. Oltre ad ingannare la maestra, se dovesse scoprirci perderemmo entrambi la sua fiducia!"

Gigi si alzò senza dire altro, alla ricerca di un compagno meno risoluto di Teo.

Nel frattempo la maestra aveva fatto circolare il compito. Ognuno ricevette cinque fogli: la prova si basava sul sistema di scelta multipla che consisteva in domande con varie risposte.

Quando Teo dette una breve occhiata ai suoi compagni, si accorse che Gigi si era seduto accanto a Marilì e lei si era messa di sbieco per permettere a Gigi di vedere facilmente le sue risposte. Teo scosse la testa e si concentrò sul suo compito. Più tardi si accorse che Gigi e Marilì si erano alzati insieme per consegnare il proprio lavoro. La maestra li stava accogliendo con un bel sorriso, complimentandosi con entrambi, ma il bel momento durò poco e il suo sorriso si spense in fretta. Una sola occhiata le era bastata per capire che Gigi aveva imbrogliato e che Marilì era stata sua complice. Si alzò e fece cenno ai due di seguirla fuori dall'aula.

Subito dopo rientrarono. La maestra era molto seria. Aveva subito scoperto l'inganno perché le domande consegnate ai vari allievi erano state ordinate in modo diverso sui vari fogli, cosicché l'ordine delle risposte di Marilì non poteva corrispondere all'ordine delle domande di Gigi: le risposte consegnate dal ragazzo erano ordinate allo stesso modo di quelle di Marilì e, di conseguenza, erano anche tutte sbagliate! "Questo è per i vostri genitori." La maestra diede un biglietto a Gigi ed uno a Marilì e salutò la classe con un asciutto "A lunedì, ragazzi. Buon weekend."

Il lunedì successivo, Gigi e Marilì scattarono subito in piedi quando la maestra entrò nella classe. Si stavano scusando per il proprio comportamento del sabato precedente. Marilì aveva compreso, con l'aiuto dei suoi genitori, il suo errore. Aveva creduto di aiutare il compagno, ma in realtà lo stava aiutando a ... sbagliare. Pure Gigi era stato ripreso dai suoi e confidò alla classe che aveva capito da solo il peso del suo errore, annotando sul suo quaderno quanto era successo.

Non ho studiato per il compito in classe ed ecco le conseguenze:

1. non ho dormito per due notti perché avevo paura del compito,
2. ho ingannato la maestra,
3. ho creato un problema alla mia compagna,

4. ho dato un dispiacere ai miei genitori,
5. ho fatto una figuraccia davanti ai miei compagni di classe,
6. ho rischiato di perdere la fiducia della maestra.

La maestra avanzò verso i due ragazzi, ritrovando immediatamente il suo sorriso, li abbracciò uno alla volta, sottolineando quanto era fiera che avessero capito il loro errore e che, onestamente, avessero ammesso di fronte alla classe di aver sbagliato.

Più tardi, parlando con Teo, Gigi confessò: “Avevi ragione tu, Teo!”

Teo non voleva aver ragione, ma era felice che il compagno avesse compreso il suo errore perché così non lo avrebbe ripetuto. “Se vuoi, possiamo studiare insieme la prossima volta”, propose Teo, “Ci prepariamo per il prossimo compito in classe; sarà quello di fine anno ed è in assoluto il più importante!”

Gigi era entusiasta di trovare un amico con cui ripassare le lezioni. “Oh, grazie Teo. Non voglio più che una mia cattiva scelta mi faccia fare altri passi falsi ...”

“Ed è anche vero il contrario, Gigi”, rispose Teo. “Un passo nella direzione giusta te ne fa fare altri dieci e poi altri dieci ancora e, senza neppure saperlo, sei arrivato a destinazione! E poi la gioia di prendere un bel voto perché te lo meriti è talmente grande, Gigi, che punterai solo in quella direzione. Vedrai!”

DOMANDE

1. Perché Gigi ha chiesto a Teo di copiare il suo compito?
2. Perché Teo gli ha risposto di no?
3. La compagna Marili ha fatto bene a permettere a Gigi di copiare il proprio compito?
4. Gigi è stato onesto nei confronti della maestra?
5. Che cosa vuol dire essere onesti?
6. Come agisci quando sei onesto?
7. Spiega la seguente frase: “L'onestà si esprime con il pensiero, diventa correttezza con le parole e giustizia con le azioni.”
8. Racconta la storia con le tue parole.

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 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 proprie 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 sopravviver,
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

Riconoscere una voce

SVOLGIMENTO: Tutti i partecipanti sono seduti e vengono invitati a chiudere gli occhi perché devono riconoscere la voce del compagno scelto a turno dall'insegnante con un tocco sulla spalla. Colui che parla deve usare un tono di voce normale. Per evitare che i bambini dicano delle banalità o si trovino nell'imbarazzo di non saper cosa dire, si possono preparare dei brevi brani da leggere.

Terminato il gioco, l'insegnante farà sedere i bambini in cerchio e avvierà una riflessione. Avrà lodi per i bambini che saranno stati onesti perché non avranno aperto gli occhi, ma accoglierà con amorevolezza anche i bambini che avranno "barato", 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 e poi annotalo sul tuo diario.

(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.)

RISPETTO 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.
- Per imparare a rispettare le regole, occorre 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

Teo e i rifiuti

Suzanne Palermo

La presenza dei rifiuti nel cortile della scuola era ormai visibile a tutti: c'era immondizia un po' dappertutto, nell'area gioco, sulle panchine, sotto le aiuole e perfino in mezzo al grande piazzale asfaltato.

“Non so perché Gigi e Manu continuano a buttare i loro rifiuti per terra e sul prato della scuola.”, disse Teo alla mamma che lo aveva accompagnato a scuola.

“Non ci sono dei cestini per i rifiuti?”, disse la madre sconcertata.

“Ma certo! Ad ogni angolo della scuola! Ma loro sembra che non li vedano. Perché fanno così, secondo te?”, chiese il ragazzo.

“Non saprei, caro Teo, forse è una forma di trasgressione oppure pensano di essere al di sopra delle regole e vogliono farlo vedere agli altri.” Teo commentò stizzito: “Che cosa ci ricavano non rispettando le regole, solo un prato pieno di rifiuti che, tra l'altro, non è nemmeno un bel esempio per i bambini più piccoli.”

“Non è un bel esempio per nessuno.” La madre di Teo scosse la testa in segno di disappunto. “Mette solo in evidenza la mancanza di rispetto e disciplina. Perché non provi a parlarne con la maestra? È un comportamento che va corretto. Non deve per forza essere una punizione, ma magari un modo per aiutare i ragazzi a rivedere le loro azioni, a capirne le conseguenze, a toccare in qualche modo la loro coscienza.”

“Ma io non voglio fare la spia, mamma, non posso ...”

“Sono sicura che ti verrà in mente qualcosa, magari far presente quello che hai notato, sensibilizzare i tuoi compagni, creare un progetto per affrontare il tema in classe.”

Teo annuì, ringraziando la mamma per i consigli e, quella sera stessa, gli venne in mente che avrebbe potuto parlare con la maestra, senza fare nomi, e chiederle se si era accorta anche lei che qualcuno lasciava in giro, nella zona scolastica, bicchierini di carta e la cartina delle merendine. La mattina dopo, parlò con la sua compagna Lisa di un progetto di studio sulla cura dell’ambiente e insieme andarono dalla maestra.

La maestra fu entusiasta del progetto e condivise il bisogno dei due ragazzini di attirare l’attenzione dei loro compagni

sul senso della disciplina e del rispetto verso gli altri.

E, chissà, forse la maestra aveva indovinato chi fossero i trasgressori, perché chiese proprio a Manu e a Gigi di essere i coordinatori del progetto e di gestirlo con il massimo senso di coerenza e responsabilità.

Teo e Lisa si offrirono di affiancarli e così i quattro ragazzi si misero al lavoro.

Scelsero il titolo: “Abbiamo solo una Terra e non ne abbiamo molta cura.” Si chiesero poi come affrontare l’argomento in modo da coinvolgere i compagni di classe in modo attivo. Teo esclamò: “Sarebbe bello fare un bel progetto,

così la maestra lo condividerebbe con tutta la scuola e quei bambini che stanno sempre sporcano il cortile e il giardino scolastico farebbero un po’ più di attenzione! Ieri mi sono seduto sulla panchina e mi sono imbrattato i pantaloni con del cioccolato ...” “Eppure i cestini per i rifiuti non mancano a scuola!” aggiunse Lisa, sospirando.

Gigi e Manu rimasero in silenzio perché si sentivano responsabili. Poi Gigi balzò in piedi dicendo: “Ho un’idea: a tutti noi ragazzi piacciono gli animali. Potremmo pensare alle conseguenze per gli animali della mancanza di cura per l’ambiente!” “Parlando dell’amore che abbiamo per gli animali, potremo arrivare a parlare dell’amore per tutta la natura”, sottolineò Lisa.

Il giorno seguente Teo fu incaricato di illustrare l’argomento di studio. Schiarì la gola e rivolgendosi a tutta la classe, disse: “Abbiamo una sola Terra, ma non ne abbiamo abbastanza cura, se continuiamo a sfruttare le risorse naturali del pianeta e a soffocarlo



di immondizia, ci saranno sempre più disastri naturali! Quali saranno le conseguenze per gli animali?"

Lisa consegnò un foglio da disegno a ciascuno dei suoi compagni di classe, mentre Manu disse: "Riflettiamoci e poi disegniamo quello che ci viene in mente!"

La classe si mise all'opera, ciascun alunno al proprio banco, e ben presto matite e pennarelli cominciarono a scorrere sui fogli: chi disegnò una scimmia con i piedi tagliati dal vetro di bottiglie rotte, chi un serpente che si era incastrato in una lattina di una qualche bibita, dimenticata lì, tra altri rifiuti. Ci fu chi si ricordò di come le buste di plastica rappresentassero un grosso problema per tutto l'habitat marino e delle balene morte soffocate per averle ingurgitate. Ci fu chi pensò al mondo vegetale e disegnò delle piante che non crescevano più a causa dei detriti nel terreno o perché erano rimaste asfissiate dalla montagna di rifiuti abbandonati sui prati dopo una scampagnata.

Anche Gigi e Manu fecero dei disegni. Gigi pensò ad un gatto che si era ammalato, dopo aver leccato un pezzo di cioccolato finito per terra con la carta d'imballaggio della tavoletta. E Manu disegnò tanti cestini per i rifiuti, vuoti, e montagne di cartacce in terra.

Quella settimana avvenne qualcosa d'importante, non solo per i due ragazzi, Gigi e Manu, ma per tutta la classe: il lavoro svolto aveva toccato i loro cuori e sensibilizzato le loro coscienze. Grazie all'amore per gli animali, la mancanza di cura verso la Terra aveva sollecitato in loro grandi sentimenti di compassione. L'uomo non si curava di ciò che aveva di più caro: la propria casa, il pianeta Terra.

Elaborarono poi l'argomento e, con l'aiuto della maestra, capirono meglio l'importanza della disciplina e del rispetto delle regole per creare buone abitudini. La maestra disse che imparare a rispettare le regole significava imparare ad essere autodisciplinati e che ciò fortificava i valori del rispetto e dell'amore per se stessi perché le conseguenze di tutte le nostre azioni ricadono, prima o poi, su di noi!

Il progetto fu un successo e venne condiviso con tutta la scuola. Ogni classe si impegnò a decorare i cestini dei rifiuti della scuola e la classe di Teo ne fece alcuni che si inspiravano agli animali, cosa che entusiasmò i più piccoli. Ma ... il vero successo del progetto di studio, sapete quale fu? Lo direte voi tra poco!.....

(Gigi e Manu smisero di disseminare immondizia in giro per la scuola e, da quel momento, furono i primi a ricordare a tutti di tenere in ordine lo spazio scolastico e di usare i cestini dei rifiuti!)

DOMANDE

1. Perché, secondo te, Teo è così dispiaciuto che i suoi due compagni lascino in giro per la scuola dei rifiuti?
2. Perché Teo, seguendo il consiglio della mamma, escogita un progetto da sviluppare a scuola con tutti i compagni, invece di rivolgersi direttamente a Gigi e Manu?
3. Come ti comporti tu, nel tuo ambiente scolastico: rispetti le regole? Se non le rispetti, racconta perché. Se invece le rispetti, lo fai per paura degli adulti che altrimenti ti sgredano? Oppure perché?
4. Racconta quale fu, secondo te, il vero successo del progetto di studio nella storia di Teo.

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.

ATTIVITÀ DI GRUPPO

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
e 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).

Il gioco dei tre palloncini

MATERIALE: tre palloncini, eventualmente un foglio di carta da pacchi.

LUOGO DI GIOCO: classe, se banchi e sedie vengono spostati verso le pareti, meglio in palestra.

SVOLGIMENTO: gioca l'intera classe contemporaneamente, per un tempo stabilito di due o tre minuti; si consegnano i tre palloncini, assegnando un unico ordine: "Giocate!"

Al termine del gioco, si distribuirà ai bambini dei foglietti dove dovranno scrivere le loro opinioni riguardanti le domande "Il gioco mi è piaciuto perché ...", "Il gioco non mi è piaciuto perché ...".

Sicuramente emergerà che il gioco è piaciuto perché li ha fatti divertire in modo libero e spensierato, ma altrettanto il gioco verrà criticato perché in alcuni momenti non avrà permesso a tutti di partecipare attivamente. Inoltre i bambini avranno notato che ... non c'erano regole ... e la mancanza di regole avrà dato luogo a delle scorrettezze.

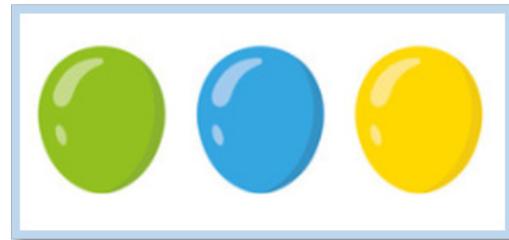
Il gioco può essere il pretesto per dare seguito ad un lavoro successivo: attraverso il metodo brainstorming, i bambini possono essere invitati ad associare alla parola chiave "regola", altri vocaboli ad essa connessi, per poi trascriverli alla lavagna o su un cartellone.

PROPONIMENTI PRATICI

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

Per esempio:

Sollecitare i bambini ad osservare il comportamento delle persone intorno a loro, anche adulte e non solo bambini, nelle varie situazioni, prendendone nota su un foglio o su un quaderno; trascrivere poi le regole notate in riferimento ad ogni fatto osservato; successivamente riferire alla classe e fare delle riflessioni guidate.



RISPETTO NELLE COMUNICAZIONI TRAMITE I SOCIAL

INTRODUZIONE

Comunicazione significa letteralmente “mettere in comune” e ciò che viene messo in comune sono i “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.
- Comprendere i diversi media e le varie tipologie di messaggi.
- Utilizzarli correttamente.
- Essere in grado di generare un messaggio e quindi usare in maniera propositiva i media.
- Sviluppare una capacità di lettura critica dei nuovi media ed una ricezione consapevole dell'informazione.
- Utilizzare anche i mezzi di comunicazione di massa per sviluppare la creatività e per il lavoro scolastico.

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 disoccupato che diventò miliardario

Un giorno, un disoccupato che stava cercando lavoro, si imbatté in un annuncio di una azienda di informatica che cercava un uomo per le pulizie.

Si candidò ed arrivò il giorno del colloquio.

L'addetto al personale, per valutarlo, gli fece scopare il pavimento, poi lo intervistò e alla fine gli disse: "È assunto. Mi dia il suo indirizzo e-mail in modo da inviarle un modulo da riempire, insieme al luogo e alla data in cui si dovrà presentare per iniziare".

L'uomo crollò nella disperazione. Non aveva un computer, ma soprattutto non sapeva cosa fosse la posta elettronica. Il responsabile del personale gli disse che senza e-mail era virtualmente inesistente e quindi non poteva lavorare da loro.

L'uomo uscì disperato. Era senza lavoro e con soli dieci euro in tasca. Allora andò al supermercato e decise di comprare una cassa con dieci chili di pomodori da vendere porta a porta. In poco tempo raddoppiò il suo denaro, lo investì in mele e in mèn che non si dica, ebbe in tasca duecento dollari.

Immediatamente capì che poteva lavorare vendendo porta a porta. Di buon mattino si alzò ed iniziò a vendere. A fronte della mole di lavoro dovette comprarsi prima un carretto, poi un camion ed in poco tempo avviò un'attività di consegna.

Nel giro di pochi anni diventò il padrone di una delle più grandi catene di negozi di alimentari degli Stati Uniti.

Pensando alla sua famiglia e al suo futuro, stipulò una polizza assicurativa e gli fu chiesta, nuovamente, la mail, che non aveva ancora e l'assicuratore, stupito, gli disse: "Lei ha costruito un impero, è diventato miliardario, ma non ha una mail. Immagini cosa sarebbe potuto diventare con un computer!".

L'uomo, tra sé, rispose: "Sarei diventato l'addetto alle pulizie della azienda di informatica."



DOMANDE

1. Perché il protagonista non venne assunto dalla azienda?
2. Cosa fece dopo?
3. Cosa diventò nel giro di pochi anni?
4. Per essere più tranquillo, cosa pensò di fare?
5. Quali considerazioni fece l'assicuratore?
6. Quale fu il pensiero del miliardario?
7. Secondo te, cosa vuole insegnarci questa storia?

CITAZIONI

Gli uomini sono diventati gli strumenti dei loro stessi strumenti.

Henry David Thoreau

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

La cosa più importante nella comunicazione è ascoltare ciò che non viene detto.

Peter Drucker

Posso ciascuno di voi, nonostante tutte le distrazioni generate dalla tecnologia, avere successo nel trasformare le informazioni in conoscenza, la conoscenza in comprensione e la comprensione in saggezza.

Edsger Wybe Dijkstra

Proietta vibrazioni dal cuore alle persone con cui stai conversando e la tua comunicazione con loro sarà molto più efficace.

Kriyananda

La macchina tecnologicamente più efficiente che l'uomo abbia mai inventato è il libro.

Northrop Frye

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, 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 accompagnarli 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.

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.

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Da sempre utilizziamo le parole come mezzo di comunicazione con tutti coloro che ci circondano. Esse sono importanti, hanno un peso e bisogna sempre fare attenzione a come le utilizziamo.

CANTO

Le parole

Gianni Rodari e Sergio Endrigo - <https://youtu.be/Zpc8TE6J5Wo>

Compito: per domani scriverete dieci nomi comuni, dieci nomi propri, dieci nomi collettivi, dieci nomi astratti, dieci nomi concreti, dieci nomi primitivi, dieci nomi derivati, dieci diminutivi, dieci accrescitivi, dieci dispregiativi, dieci nomi composti, dieci nomi maschili, dieci nomi femminili, dieci dipendenti, dieci promiscui, dieci nomi difettivi, dieci nomi indeclinabili, dieci sovrabbondanti, dieci arcaismi, dieci neologismi, dieci barbarismi, dieci...

*Abbiamo parole per vendere,
parole per comprare,
parole per fare parole.*

*Andiamo a cercare insieme
le parole per pensare.
Andiamo a cercare insieme
le parole per pensare.*

*Abbiamo parole per fingere,
parole per ferire,
parole per fare il solletico.*

*Andiamo a cercare insieme,
le parole per amare.*

*Andiamo a cercare insieme
le parole per amare.*

*Abbiamo parole per piangere,
parole per tacere,
parole per fare rumore.*

*Andiamo a cercare insieme
le parole per parlare.
Andiamo a cercare insieme
le parole per parlare.*

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.



GIOCO

Disegnare alla cieca

Numero di partecipanti: 2 o più persone in coppia.

Materiali: Un'immagine che dovrà essere descritta (quindi non eccessivamente complessa), una penna e un foglio di carta.

Obiettivo: Questa attività migliora la comunicazione creativa e si focalizza sulla corretta comunicazione, sull'ascolto e sulla comprensione dei messaggi.

Procedimento

- Dividere i partecipanti in gruppi di due.
- Far sedere le coppie schiena contro schiena, perché chi disegna non deve vedere l'immagine che l'altro bambino descrive e chi descrive non deve vedere cosa disegna l'altro.
- Dare a un bambino carta e penna e all'altro l'immagine.
- Il bambino con l'immagine la descrive al suo compagno, l'altro bambino cerca di comporre il disegno, seguendo, al meglio, la descrizione.

Alla fine dell'attività, è interessante (e divertente) confrontare il disegno con l'immagine. Questo permetterà di verificare quanto le istruzioni siano state chiare e quanto l'altro partner sia stato attento.

Il gioco potrà anche diventare una sfida, in cui vince la coppia che avrà fatto il disegno più preciso.

PROPONIMENTI PRATICI

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

Per esempio:

Vedi schede allegate

SCHEDA MONITORAGGIO INIZIALE dell'alunno/a.....classe....

Istituzione scolastica.....Plesso.....

Data di compilazione

Ciao, rispondi brevemente a questo sondaggio,
mi raccomando cerca di essere sincero!



Quali di questi media digitali utilizzi? Puoi mettere più di una crocetta	Metti una crocetta
Social network (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Pinterest)	
Messaggistica on line (Whatsapp, Messenger, Snapchat, etc.)	
Navigazione su internet	
Video giochi	
Televisione	
Computer /tablet/console	
Altro (scrivvi cosa)	
n. totale	

Quanto tempo utilizzi media digitali nell'arco di una giornata?

Metti una crocetta nel riquadro corrispondente all'attività

Se hai difficoltà chiedi ad un adulto di aiutarti a capire quanto tempo trascorsi o prova a mettere un time quando inizi ad usare i media

	Poco meno di un'ora	Circa un'ora	Due-tre ore	Più di tre ore al giorno
Social network (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Pinterest)				
Messaggistica on line (Whatsapp, Messenger, Snapchat, etc.)				
Navigazione su internet				
Video giochi				
Televisione				
Computer /tablet/console				
Altro (scrivvi cosa)				
Conta le crocette, sono in maggior numero in quale colonna?	n.	n.	n.	n.



Indica quale sensazione provi quando utilizzi i media digitali (Metti una crocetta nel riquadro corrispondente)					
	GIOIA	TRISTEZZA	NOIA	RABBIA	ALTRO
Social network (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Pinterest, altro)					
Messaggistica on line (Whatsapp, Messenger, Snapchat, etc.)					
Navigazione su internet					
Videogiochi					
Televisione					
Computer /tablet/console					
Altro (scrivi cosa)					
Conta le crocette, sono in maggior numero in quale colonna? Segna con una x la sensazione più frequente					



Indica quale sensazione provi se non puoi utilizzare i media digitali (Metti una crocetta nel riquadro corrispondente)					
	NON PROVO NESSUNA EMOZIONE, È INDIFFERENTE	TRISTEZZA	NOIA	RABBIA	ALTRO
Social network (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Pinterest, altro)					
Messaggistica on line (Whatsapp, Messenger, Snapchat, etc.)					
Navigazione su internet					
Videogiochi					
Televisione					
Computer /tablet/console					
Altro (scrivi cosa)					
Conta le crocette, sono in maggior numero in quale colonna? Segna con una x la sensazione più frequente					



Adesso che sei più consapevole dell'utilizzo del tuo tempo, prova a descrivere, su un diario, le attività che hai svolto nel tempo in cui, generalmente, utilizzavi i mezzi tecnologici. Ad esempio:

- Ho fatto qualcosa di fisico (una camminata, sono andato in bicicletta, ho giocato a palla...)
- Ho scritto una lettera ad un amico.
- Ho letto un libro.
- Ho giocato da solo o in compagnia con i giochi da tavolo.
- Ho fatto qualcosa di artistico (ho ritagliato, incollato, usato la pasta di sale, disegnato, dipinto...)

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:

- Attenersi sempre alla Verità.
- 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

Il Dio mercurio e il taglialegna

Adattato da una favola di Esopo

C'era una volta un taglialegna la cui vita era tutt'altro che facile. Doveva lavorare duramente e affrontare infiniti sacrifici per mantenere la famiglia e sborsare il lunario. Un giorno, mentre si stava riposando vicino al fiume, l'ascia gli scivolò e finì nell'acqua. "Sono rovinato! Come potrò tagliare la legna adesso? Come potrò provvedere alla mia famiglia?" piangeva disperato. Il dio Mercurio lo udì per caso e decise di dargli una mano. Si tuffò nell'acqua e prontamente comparve davanti al taglialegna tenendo in mano un'ascia d'oro. "È questa l'ascia che hai perso?" gli chiese. "No, non è



questa. La mia ascia è di legno, non d'oro." Rispose il taglialegna piangendo. Mercurio si tuffò di nuovo e subito dopo ricomparve brandendo un'ascia d'argento. "È forse questa?" "No, questa è d'argento, mentre la mia è di legno." Rispose con sicurezza il taglialegna. La volta dopo Mercurio si tuffò nel fiume, e riemerse con l'ascia che effettivamente apparteneva al taglialegna: era vecchia e completamente consumata. "Dai un'occhiata: potrebbe essere questa?" "Sì, è proprio questa!" Gridò con gioia il taglialegna, e non la finiva più di ringraziare Mercurio per il suo aiuto. Mercurio era molto soddisfatto della sincerità e onestà dell'uomo. Come premio, gli diede anche le altre due asce in regalo. Il taglialegna non riusciva a contenere la gioia, e se ne tornò a casa cantando e saltellando. Non appena raggiunse la piazza del villaggio, raccontò con entusiasmo la sua avventura ai paesani che lo ascoltarono tutti con ammirazione. A uno dei contadini, però, venne un cattivo pensiero e decise di tentare la sorte. Non perse tempo e corse in riva al fiume dove lasciò cadere di proposito l'ascia nell'acqua. Si sedette poi su un masso e fece finta di piangere disperatamente. All'improvviso il dio Mercurio gli comparve davanti e gli chiese: "Perché stai piangendo così disperatamente? Che cosa ti è successo?" "Ho perso la mia ascia! Come farò adesso a tagliare la legna da vendere al mercato per poter sfamare i miei figli?" Senza por tempo in mezzo, Mercurio si tuffò nel fiume e dopo poco riemerse con in mano un'ascia d'oro. "È questa, per caso, la tua ascia?" Gli chiese. Quando il disonesto taglialegna vide l'ascia d'oro, gli brillarono gli occhi! "Sì, è quella!" Rispose senza pensarci due volte. "Sei sicuro?" Gli chiese nuovamente Mercurio. "Sì, sono proprio sicuro, e ti ringrazio per avermela recuperata." "Taglialegna! Non sei altro che un imbroglione e un impostore! Come pensavi di potermi ingannare con le tue bugie? Non sai che il gioco sleale e le bugie non portano mai a niente di buono?" e dicendo questo il dio scomparve, portando con sé non solo l'ascia d'oro, ma anche l'ascia del taglialegna. Il taglialegna rimase sbigottito. "Come mi è potuto succedere questo?" si chiedeva. Mercurio gli aveva dato una bella lezione! Quel giorno si ripromise che, da quel momento, solo la verità sarebbe uscita dalle sue labbra.

DOMANDE

1. Cosa è successo al primo taglialegna mentre si trovava vicino al fiume?
2. Chi è arrivato per aiutarlo?
3. Quale aiuto ha ricevuto?
4. Cosa è successo quando è tornato in paese?
5. Come si è comportato il secondo taglialegna?
6. Chi dei due ha ricevuto un premio e perché?

CITAZIONI

Un amico fedele è un balsamo di vita, è la più sicura protezione. Potrai raccogliere tesori di ogni genere ma nulla vale quanto un amico sincero. Al solo vederlo l'amico suscita nel cuore una gioia che si diffonde in tutto l'essere.

San Giovanni Crisostomo

Le parole hanno il potere di distruggere e di creare. Quando le parole sono sincere e gentili possono cambiare il mondo.

Buddha

Ci guadagneremmo di più a farci vedere come siamo che a cercar di apparire quel che non siamo.

Francoise De La Rochefoucauld

Non usate sotterfugi nocivi. Parlate ed agite con candore.

Benjamin Franklin

CONCLUSIONE

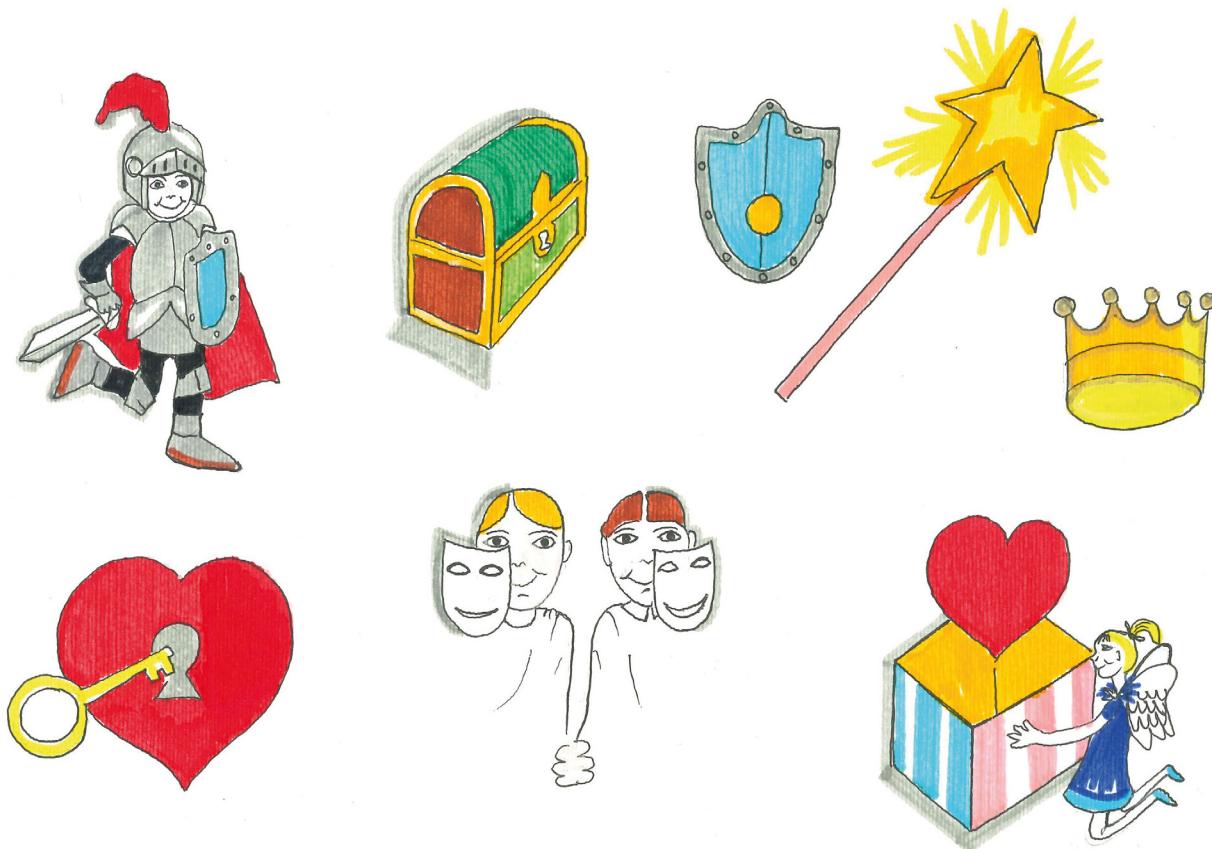
La sincerità è una qualità interiore autentica, innocente, pura che ci permette di riconoscere le paure, i giudizi, i limiti, ma anche tutto il bene che c'è all'interno di ogni creatura. La sincerità è una grande forza e permette di affrontare con fiducia, chiarezza e determinazione qualsiasi situazione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

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Attività creativa

Le carte della sincerità

Si prende un cartoncino abbastanza spesso di diversi colori e si ritagliano delle carte più grandi delle carte da ramino. I bambini scelgono una carta del loro colore preferito su cui scriveranno una frase sulla sincerità e disegneranno un oggetto che la rappresenta esempio:



- Sincerità è una parola magica che attira tanti amici (disegno bacchetta magica)
- La sincerità è come uno scudo che protegge (disegno scudo)
- Ci vuole lo scrigno della sincerità per custodire l'amicizia (disegno scrigno)
- La sincerità si indossa come una corona (disegno corona)
- La sincerità è come una chiave che apre tutti i cuori (disegno cuore con chiave)
- Per essere sinceri bisogna togliersi la maschera della bugia (disegno maschera)
- La sincerità è come una spada si porta con coraggio (disegno spada)
- La sincerità rende leggeri come una piuma (disegno una piuma)

e via di seguito fino a quando tutti i bambini hanno la loro carta.

Le carte si riuniscono in mazzo che viene appoggiato al centro di un tavolo e attorno i bambini si posizionano seduti in cerchio. Si formano due squadre. A turno un componente della squadra sceglie una carta e ne mima il contenuto, e la squadra avversaria deve indovinare la frase con il simbolo. Vince la squadra che ha accumulato il numero maggiore di carte. Volendo finito il gioco le carte si possono appendere come festoni sul muro della classe.

PROPONIMENTI PRATICI

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.