

CURRICULO VERTICALE AFFETTIVITA'

Crescere, imparare, convivere con gli altri e con se stessi necessita di un accompagnamento affettivo nell'ambito scolastico.

Riconoscere, comprendere, gestire le emozioni è indispensabile per prendere decisioni migliori, agire meglio, ottenere risultati, accrescere l'autostima, superare le crisi, evitare la violenza verbale, far fiorire l'accoglienza di sé e dell'altro attraverso un percorso di consapevolezza.

In ogni situazione si manifesta una connessione tra sfera affettiva e sfera cognitiva e gli atteggiamenti, le aspettative, più o meno esplicite, le comunicazioni verbali e non verbali dell'adulto, influiscono sull'allievo unitamente alle sue motivazioni personali, facilitando o ostacolando qualsiasi acquisizione conoscitiva. Così come è altrettanto vero che la conquista di nuove abilità cognitive rafforza nell'alunno la stima di sé, soddisfa il bisogno di sicurezza e rende facile il rapporto con genitori e insegnanti.

Importanza fondamentale ha, quindi, nella Scuola, l'educazione all'affettività che, avviando l'allievo ad avere una positiva e realistica immagine di sé e facilitando l'instaurarsi di gratificanti rapporti con gli altri, costituisce un efficace mezzo di formazione e, conseguentemente, diventa un valido strumento di promozione del benessere psichico e fisico.

Il presente documento nasce da un lavoro di Commissione composta da insegnanti di tre ordini di scuola dell'Istituto Comprensivo Sassuolo 1 Centro Est con la collaborazione della Coordinatrice Pedagogica della Scuola dell'Infanzia.

L'intento è quello di delineare un curriculum dedicato al Progetto di Educazione all'Affettività con l'obiettivo di sviluppare l'intelligenza emotiva a partire dalla consapevolezza di sé, della propria sfera emotiva e sentimentale, e di accrescere le abilità affettive con l'obiettivo di favorire una buona relazione interpersonale.

I tre ordini di Scuola, in un'ottica comunicativa e collaborativa di continuità verticale, si intersecano tra loro creando un progetto più ampio che parte dai primi giorni della Scuola dell'Infanzia fino ad arrivare alla conclusione della Scuola Secondaria di Primo Grado.

A questo fine la Commissione per il Curricolo, ha condiviso i seguenti obiettivi trasversali su cui si fonda l'intero documento:

- Gestire le emozioni
- Riconoscere le emozioni
- Promuovere l'autonomia
- Riconoscersi uguale e diverso agli altri, le diverse intelligenze e la parità di genere
- Rafforzare l'autostima
- Riconoscere il corpo come valore e non tabù
- Rispetto di sé e degli altri.

Il Curricolo Progetto di Educazione all’Affettività è suddiviso in tre sezioni relative ai corrispondenti ordini di scuola:

- Scuola dell’Infanzia
- Scuola Primaria
- Scuola Secondaria di Primo Grado

Ogni sezione illustra le principali Conoscenze, Competenze e Abilità da considerare per una progettazione delle attività: queste ultime sono presentate come Spunti Didattici da cui partire per una riflessione delle azioni da proporre in base alle caratteristiche della propria sezione/classe.

Il team ha creato una cartella di materiali e spunti in drive. Questi ultimi sono richiamati nel curricolo creato per ogni ordine, quindi collegati alle attività /progetti.

I docenti di ogni sezione/classe saranno invitati alla compilazione di un questionario finale che possa verificare la funzionalità di quanto svolto, arricchendo così lo stesso curricolo.

Questa scheda di gradimento è molto semplice da compilare; è uno spunto di riflessione per docenti e alunni/e; si trova in cartaceo o in drive.

Il questionario verrà raccolto dalla referente per il Progetto con la seguente cadenza:

- Scuola dell’Infanzia a metà (fine Gennaio) e alla fine dell’anno Scolastico (fine Giugno)
- Scuola Primaria e Scuola Secondaria di Primo Grado, a conclusione di ogni attività o progetto, inserendolo nell’apposita cartellina cartacea o in drive.

Per creare momenti di aggregazione, continuità e condivisione di intenti comuni si è deciso, inoltre, di dare rilievo a quattro giornate mondiali con momenti di riflessione.

Si specifica che, nel caso in cui le giornate cadano nel fine settimana, si anticiperanno le proposte nel venerdì precedente la data, nel massimo rispetto della libertà di insegnamento.

- 13 novembre: Giornata mondiale della Gentilezza
- 21 gennaio: Giornata mondiale dell’Abbraccio
- Primo venerdì di febbraio: : Giornata mondiale dei “Calzini Spaiati”
- 16 Maggio: Giornata mondiale del “Vivere insieme in pace”

Lo scopo dell’educazione affettiva è quello di facilitare nell’allievo il potenziamento delle emozioni positive, ponendolo nella condizione di essere in grado di ridurre l’insorgenza di stati d’animo ritenuti negativi. È evidente, quindi, l’importanza di un’educazione mirata allo sviluppo dell’intelligenza emotiva, trasversale a tutto ciò che si intreccia con gli insegnamenti disciplinari.

CURRICOLO AFFETTIVITA' SCUOLA DELL'INFANZIA

EDUCAZIONE ALL'AFFETTIVITA'			
Scuola dell'infanzia – 5 ANNI			
I DISCORSI E LE PAROLE			
Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni.</p>	<p>L'alunno conosce: Le principali emozioni (felicità, tristezza, rabbia, paura). Gli atteggiamenti e le parole appartenenti alla sfera dell'amicizia e del litigio.</p>	<p>L'alunno sa: Discriminare emozioni positive e negative. Esprimere le proprie emozioni. Conoscere la nomenclatura di stati emozionali. Utilizzare il linguaggio verbale per raccontare vissuti, emozioni, esperienze personali interagendo con l'altro. Utilizzare i concetti temporali: prima/ dopo/ infine. Costruire brevi storie attraverso sequenze illustrate di una narrazione.</p>	<p>Utilizzo di libri o racconti sulle emozioni. Rielaborazione verbale e grafica delle sequenze delle storie raccontate. Circle - time di riflessione sulle emozioni: sono felice quando... a volte sono triste se...mi arrabbio quando...ho avuto paura di... Giochi con tombole/carte sulle emozioni. Lettura di immagini. Verbalizzazione del proprio elaborato emozionale.</p> <p>Gioco del mimo in giardino, richiedendo di nominare quali emozioni sono imitate.</p>
IL CORPO E IL MOVIMENTO			
Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Conoscere e riconoscere il proprio corpo.</p>	<p>L'alunno conosce: Le principali espressioni del viso e dei gesti legate all'emotività.</p>	<p>L'alunno sa: Rappresentare graficamente le espressioni del viso.</p>	<p>Rappresentazione grafica del corpo statico e in movimento.</p>

<p>Riconoscersi uguale e diverso dagli altri.</p>	<p>Il genere maschile e femminile.</p>	<p>Rappresentare graficamente il corpo maschile e femminile.</p>	<p>Gioco motorio: IL CORPO PARLA (quale posizione assume il nostro corpo quando siamo arrabbiati? Felici? Tristi?) Giochi motori: IL MIMO. Esplorazione dei movimenti coordinati con uno o più compagni. Attività di yoga in giardino. Drammatizzazione di scene quotidiane con enfasi sull'aspetto emotivo.</p> <p>Muoversi su basi musicali emozionali:</p> <p>-La paura: "Sinfonia n° 9" di Beethoven, "Profondo rosso" di Goblin, "Una notte sul monte Calvo" di Musorgskij,</p> <p>-La felicità: "Isn't She Lovely" di Steve Wonder e "Inno alla gioia" di Beethoven;</p> <p>-La tristezza: "Sonata al chiaro di luna" di Beethoven, "Preludi" di Chopin.</p>
---	--	--	--

IL SE' E L'ALTRO

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni. Gestire le emozioni. Promuovere l'autonomia. Rafforzare l'autostima. Rispettare se stesso e gli altri.</p>	<p>L'alunno conosce: Se stesso e gli altri. Le proprie esigenze e i propri sentimenti. Le emozioni altrui.</p>	<p>L'alunno sa: Controllare ed esprimere in modo adeguato le proprie emozioni. Cercare strategie per iniziare a</p>	<p>Circle-time per la definizione di regole condivise. Realizzazione del "barometro/orologio delle emozioni".</p>

	<p>Le regole per il raggiungimento di un fine comune. Alcuni valori condivisi nella dimensione del gruppo (rispetto della diversità, aiuto solidale).</p>	<p>controllare rabbia e paura. Accettare di condividere giochi e materiali in una relazione con gli altri. Attendere il proprio turno. Accettare di mettersi in gioco. Accettare gli insuccessi. Rispettare e aiutare gli altri, cercando di capire i loro pensieri, azioni e sentimenti. Stabilire relazioni significative con l'adulto e con i compagni. Ricercare soluzioni alle problematiche.</p>	<p>Realizzazione di un proprio giocattolo antistress (palloncini personalizzati ripieni di riso). Costruzione del "barattolo della calma". Il "gioco del gomitolino" per la gestione del conflitto. Condivisione di alcune regole in positivo con la sezione: Ogni qualvolta si verifici un comportamento adeguato inserire una pallina in un'apposita scatola trasparente. Al raggiungimento del livello segnato da una riga sul contenitore si sceglie un'attività premio da fare con l'intero gruppo. Soffiare bolle di sapone. Ascoltare musica rilassante. Controllare la respirazione: "gonfiare e sgonfiare" la pancia. "Sacco pieno, vuoto, mezzo delle emozioni" in giardino: nominare le emozioni e i bambini, utilizzando la mimica facciale, devono imitarle tutti insieme.</p>
IMMAGINI, SUONI, COLORI			
Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici

<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni.</p>	<p>L'alunno conosce: Le principali emozioni (felicità, tristezza, rabbia, paura).</p>	<p>L'alunno sa: Descrivere le emozioni attraverso i colori. Sperimentare diverse forme di espressione artistica come riproduzione delle emozioni provate. Esprimere iconicamente contenuti emozionali.</p>	<p>Ricerca di immagini. Rappresentazione grafica con varie tecniche pittoriche delle differenti emozioni. Riproduzione di opere d'arte (Munch...) Realizzazione di un memory gigante delle emozioni utilizzando piatti di carta. Musica ed emozioni (ascolto di brani musicali che suggeriscono emozioni diverse). Ricerca in giardino degli elementi che rimandano ai colori delle emozioni.</p>
---	---	--	--

LA CONOSCENZA DEL MONDO

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni. Gestire le emozioni. Riconoscersi uguale e diverso dagli altri.</p>	<p>L'alunno conosce e riconosce su di sé i concetti temporali "prima, dopo, infine" legati alle emozioni.</p>	<p>L'alunno sa: Recepire, acquisire ed interiorizzare le informazioni. Giocare e operare in modo costruttivo e creativo con gli altri bambini. Rispettare il mondo animato/inanimato che ci circonda. Utilizzare il linguaggio simbolico per esprimere i propri sentimenti ed emozioni. Riconoscere momenti che suscitano emozioni. Rielaborare episodi vissuti che hanno suscitato emozioni.</p>	<p>Circle-time per l'esposizione dei propri vissuti emozionali. Realizzazione di gruppo del cartellone delle emozioni. Realizzazione grafica di tessere relative a comportamenti adeguati e di rispetto dell'ambiente. Realizzazione di un grande "Gioco dell'oca" su regole condivise di convivenza. Drammatizzazione di scene quotidiane con enfasi sulle</p>

		<p>Utilizzare tabelle per la registrazione di dati ricavati da emozioni.</p> <p>Ricerca soluzioni a situazioni problematiche di vita quotidiana.</p>	<p>regole di convivenza e sui racconti del proprio vissuto.</p> <p>La “scatola della rabbia”.</p> <p>Caccia al tesoro in giardino alla ricerca del mondo.</p>
--	--	--	---

EDUCAZIONE ALL’AFFETTIVITA’

Scuola dell’infanzia – 3/4 ANNI

I DISCORSI E LE PAROLE

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L’alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni.</p>	<p>L’alunno conosce: Le principali emozioni (felicità, tristezza, rabbia, paura). Gli atteggiamenti e le parole appartenenti alla sfera dell’amicizia e del litigio.</p>	<p>L’alunno inizia a: Discriminare emozioni positive e negative. Esprimere le proprie emozioni. Conoscere la nomenclatura di alcuni stati emozionali. Utilizzare il linguaggio verbale per raccontare vissuti, emozioni, esperienze personali. Utilizzare i concetti temporali: prima/ dopo. Costruire brevi storie attraverso sequenze illustrate di una narrazione.</p>	<p>Utilizzo di libri o racconti sulle emozioni. Rielaborazione verbale e grafica delle sequenze delle storie raccontate. Circle - time di riflessione sulle emozioni: sono felice quando... a volte sono triste se...mi arrabbio quando...ho avuto paura di... Giochi con tombole/carte sulle emozioni. Lettura di immagini. Verbalizzazione del proprio elaborato emozionale.</p> <p>Gioco nel mimo in giardino, richiedendo di nominare quali emozioni sono imitate.</p>

IL CORPO E IL MOVIMENTO

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L’alunno è in grado di:</p>	<p>L’alunno conosce: Le principali espressioni del</p>	<p>L’alunno inizia a: Rappresentare graficamente le</p>	<p>Rappresentazione grafica del corpo statico.</p>

<p>Conoscere e riconoscere il proprio corpo.</p> <p>Riconoscersi uguale e diverso dagli altri.</p>	<p>viso e dei gesti legate all'emozione. Il genere maschile e femminile.</p>	<p>espressioni del viso. Rappresentare graficamente il corpo maschile e femminile.</p>	<p>Gioco motorio: IL CORPO PARLA (quale posizione assume il nostro corpo quando siamo arrabbiati? Felici? Tristi?). Giochi motori: IL MIMO Esplorazione dei movimenti coordinati con uno o più compagni. Attività di yoga in giardino. Drammatizzazione di scene quotidiane con enfasi sull'aspetto emotivo.</p> <p>“Sacco pieno, vuoto, mezzo delle emozioni” in giardino: nominare le emozioni e i bambini, utilizzando la mimica facciale, devono imitarle tutti insieme. Muoversi su basi musicali emozionali:</p> <p>-La paura: “Sinfonia n° 9” di Beethoven, “Profondo rosso” di Goblin, “Una notte sul monte Calvo” di Musorgskij, -La felicità: “Isn't She Lovely di Steve Wonder e “Inno alla gioia” di Beethoven; -La tristezza: “Sonata al chiaro di luna” di Beethoven, “Preludi” di Chopin.</p>
--	--	--	--

IL SE' E L'ALTRO

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
------------	------------	---------	------------------

<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni. Gestire le emozioni. Promuovere l'autonomia. Rafforzare l'autostima. Rispettare se stesso e gli altri.</p>	<p>L'alunno inizia a conoscere: Se stesso e gli altri. Le proprie esigenze e i propri sentimenti. Le emozioni altrui. Le regole per il raggiungimento di un fine comune. Alcuni valori condivisi nella dimensione del gruppo (rispetto della diversità, aiuto solidale).</p>	<p>L'alunno inizia a: Controllare ed esprimere in modo adeguato le proprie emozioni. Cercare strategie per iniziare a controllare rabbia e paura. Accettare di condividere giochi e materiali in una relazione con gli altri. Attendere il proprio turno. Accettare di mettersi in gioco. Stabilire relazioni significative con l'adulto e con i compagni. Ricerca soluzioni alle problematiche.</p>	<p>Circle-time per la definizione di regole condivise. Realizzazione del "barometro/orologio delle emozioni". Realizzazione di un proprio giocattolo antistress (palloncini personalizzati ripieni di riso). Costruzione del "barattolo della calma". Condivisione di alcune regole in positivo con la sezione: Ogni qualvolta si verifici un comportamento adeguato inserire una pallina in un'apposita scatola trasparente. Al raggiungimento del livello segnato da una riga sul contenitore si sceglie un'attività premio da fare con l'intero gruppo. Soffiare bolle di sapone. Ascoltare musica rilassante. Controllare la respirazione: "gonfiare e sgonfiare" la pancia.</p>
---	---	---	---

IMMAGINI, SUONI, COLORI

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni</p>	<p>L'alunno conosce: Le principali emozioni (felicità, tristezza, rabbia, paura).</p>	<p>L'alunno inizia a: Descrivere le emozioni attraverso i colori. Sperimentare diverse forme di espressione artistica come</p>	<p>Ricerca di immagini. Rappresentazione grafica con varie tecniche pittoriche delle differenti emozioni.</p>

		<p>riproduzione delle emozioni provate. Esprimere iconicamente contenuti emozionali.</p>	<p>Riproduzione di opere d'arte (Munch...) Realizzazione di un memory gigante delle emozioni utilizzando piatti di carta. Musica ed emozioni (ascolto di brani musicali che suggeriscono emozioni diverse.)</p> <p>Ricerca in giardino degli elementi che rimandano a colori delle emozioni.</p>
--	--	--	--

LA CONOSCENZA DEL MONDO

Competenze	Conoscenze	Abilità	Spunti didattici
<p>L'alunno è in grado di: Riconoscere le emozioni. Gestire le emozioni. Riconoscersi uguale e diverso dagli altri.</p>	<p>L'alunno conosce e riconosce su di sé i concetti temporali "prima, dopo, infine" legati alle emozioni</p>	<p>L'alunno inizia a: Recepire, acquisire ed interiorizzare le informazioni. Giocare e operare in modo costruttivo e creativo con gli altri bambini. Rispettare il mondo animato/inanimato che ci circonda. Utilizzare il linguaggio simbolico per esprimere i propri sentimenti ed emozioni. Riconoscere momenti che suscitano emozioni. Rielaborare episodi vissuti che hanno suscitato emozioni. Ricerca soluzioni a situazioni problematiche di vita quotidiana</p>	<p>Circle-time per l'esposizione dei propri vissuti emozionali. Realizzazione di gruppo del cartellone delle emozioni. Realizzazione grafica di tessere relative a comportamenti adeguati e di rispetto dell'ambiente. Realizzazione di un grande "Gioco dell'oca" su regole condivise di convivenza.</p> <p>Drammatizzazione di scene quotidiane con enfasi sulle regole di convivenza e sui racconti del proprio vissuto.</p>

			<p>La “scatola della rabbia”.</p> <p>Caccia al tesoro in giardino alla ricerca del mondo.</p>
--	--	--	---

CURRICOLO AFFETTIVITA' SCUOLA PRIMARIA

EDUCAZIONE ALL' AFFETTIVITA'

SCUOLA PRIMARIA

CLASSI: PRIMA, SECONDA, TERZA, QUARTA, QUINTA

Competenze	Abilità	Conoscenze	UdA attività
<p>RICONOSCERE LE PROPRIE EMOZIONI</p>	<p>Sapere discriminare tra emozioni e sentimenti. Comunicare la percezione di sé e del proprio ruolo nella classe, nella famiglia, nel gruppo dei pari. Essere in grado di utilizzare i linguaggi artistici (testo, poesia, immagine, musica, movimento corporeo) per esprimere le proprie emozioni. Riconosce i modi in cui le emozioni si manifestano (viso, gestualità, tono di voce).</p>	<p>Le emozioni primarie: gioia, tristezza, rabbia, paura, disgusto, sorpresa. Conoscenza di se stessi, del proprio corpo, dei propri pensieri, delle proprie emozioni. Testi, poesie, immagini, musiche, movimenti corporei legati alle emozioni.</p>	<p><u>Circle time e brainstorming sui diversi argomenti</u></p> <p><u>Giochi:</u> gioco del se fosse; scrittura creativa; indovina le emozioni; il collage delle emozioni; gioco dello stop</p> <p><u>Letture di libri:</u></p> <p><i>“La voce della paura” con attività Tea: il libro delle emozioni</i> <i>6 folletti nel mio cuore</i> <i>Giochi e attività sulle emozioni.</i> <i>Nuovi materiali per l'educazione razionale-emotiva di MARIO DI PIETRO, MONICA DACOMO</i></p> <p>Margot Sunderland, <i>Aiutare i bambini a esprimere emozioni</i></p>
<p>GESTIRE LE PROPRIE EMOZIONI (in situazioni di gioco, di lavoro, di tempo libero)</p>	<p>Saper descrivere come ci si sente, come le emozioni influenzano i propri comportamenti. Attivare modalità relazionali positive con i compagni e con gli adulti; Comprendere se una decisione è dettata dal pensiero</p>	<p>Forme di espressione, socialmente accettate, di emozioni e sentimenti. Il rapporto tra pensieri, sentimenti e reazioni I modi in cui le emozioni si manifestano. Le principali espressioni del viso e</p>	<p>Mario Polito, <i>Comunicazione positiva e apprendimento cooperativo, Intelligenza emotiva</i>, Milano, Rizzoli</p> <p><i>L'a b c delle emozioni 8-13 anni</i>, Erikson</p> <p><i>Il piccolo Principe</i></p>

<p>ESSERE AUTONOMO E PRENDERE DECISIONI RESPONSABILI</p>	<p>o dal sentimento Riuscire a regolare l'impulsività e l'aggressività.</p> <p>Saper compiere una scelta sulla base delle proprie aspettative e caratteristiche; Esaminare le proprie azioni e prevedere le conseguenze Sapere chiedere aiuto di fronte alle difficoltà Imparare a risolvere i conflitti confrontandosi con i coetanei, i genitori e gli insegnanti Rispettare le regole dei giochi Sapersi attribuire incarichi e responsabilità</p>	<p>dei gesti legate all'emotività. I colori associati alle emozioni Le emozioni come manifestazione della propria interiorità</p> <p>La differenza fra sentimenti e azione Situazioni di conflitto, cause e conseguenze. Comportamenti consapevoli come: autonomia, autocontrollo, fiducia in sé. Regole di fair play nello sport.</p>	<p><i>Albi illustrati tratti dal libro "Una frescura al centro del petto" di Silvia Zecchini</i></p> <p><i>Esprimere la rabbia di Deborah M. Plummer</i></p> <p><u>Uso del diario per riflettere su di sé</u></p> <p><u>Ascolto canzoni con domande guida: analisi del testo della canzone</u></p> <p>Canzone "Ci sarà poi di voi" "Potevo nascere gattino" sul canale youtube dell'Antoniano</p> <p><u>Visione di film:</u></p> <p><i>Tall girl, Inside Out, Enchantò, Balto, Home - A casa, Wonder, Emoji, Wall-E, Angry Birds....</i></p> <p><u>Attività di conoscenza e socializzazione.</u></p> <p><u>Progetti di teatro finalizzati alla conoscenza delle emozioni per sentirle riconoscerle e gestirle.</u></p> <p>Progetto sessualità in QUINTA</p> <p><u>Ascolto e visione video sul canale youtube dell'Antoniano .</u></p> <p><u>Condivisione di esperienze e negoiazione.</u></p> <p><u>Gestione autonoma dei conflitti.</u></p>
<p>RICONOSCERSI UGUALE E DIVERSO DAGLI ALTRI</p>	<p>Identificare le somiglianze e le differenze tra i compagni di classe. Riconoscere i bisogni dell'altro. Sapere accettare punti di vista differenti dai propri Sapere parlare di se stessi descrivendo le proprie caratteristiche Prendere coscienza del gruppo.</p>	<p>I concetti di diritto e dovere. I concetti di libertà, responsabilità, cooperazione, identità, pace. Elementi caratteristici della propria e altrui identità Tradizioni di diverse culture.</p>	
<p>RAFFORZARE LA PROPRIA AUTOSTIMA</p>	<p>Conoscere e accettare sé, rafforzando l'autostima. Essere consapevole dei</p>	<p>I propri punti di forza e debolezza, le proprie capacità, i propri interessi. Il proprio ruolo</p>	

	<p>cambiamenti personali. Apprendere dai propri errori. Individuare il proprio ruolo all'interno del gruppo dei pari Individuare i propri bisogni, priorità, valori e responsabilità. Essere capaci di gestire situazioni di stress e frustrazione Sapere accettare i propri pregi e i propri difetti Descrivere se stesso e le proprie potenzialità per riflettere su di sé e sulle proprie relazioni.</p>	<p>all'interno della famiglia, della scuola, del gruppo dei pari. Forme di espressione personale, di stati d'animo, di sentimenti, di emozioni, in situazioni differenti, anche in inglese.</p>	
<p>RICONOSCERE IL CORPO COME VALORE E NON COME TABU'</p>	<p>Comprendere il valore della propria persona come corpo, pensieri, idee. Riconoscere le emozioni e le loro manifestazioni corporee su di sé e sugli altri Comprendere i cambiamenti fisici e psicologici propri dell'età.</p>	<p>I cambiamenti personali nel tempo. I primi cambiamenti fisici che portano all'adolescenza. L'igiene e la cura della persona Le principali differenze fisiche, psicologiche, comportamentali e di ruolo sociale tra maschi e femmine. I diversi canoni di bellezza nell'arte</p>	
<p>PROMUOVERE IL RISPETTO DI SE' E DEGLI ALTRI</p>	<p>Riconoscere situazioni di conflitto Confrontarsi positivamente con gli altri nel rispetto dei diversi ruoli Rispettare semplici regole di comportamento tra pari e con gli adulti in situazioni di vita quotidiana Riconoscere atteggiamenti e parole appartenenti alla sfera</p>	<p>Le regole a scuola, in famiglia e nel gioco per rispettare gli altri Tradizioni di diverse culture. Diverse religioni, usi e costumi Crescita nel senso morale e sviluppo di una convivenza civile, responsabile e solidale I diritti di tutti i bambini. Forme di espressione personale, di stati d'animo, di sentimenti, di emozioni, in situazioni differenti, anche in inglese.</p>	

	<p>dell'amicizia e del litigio. Capire la necessità del rispetto delle regole per star bene insieme; Saper gestire in maniera controllata la propria emotività con attenzione e rispetto degli altri;</p>	<p>Le parole della gentilezza anche in inglese Le regole della conversazione</p>	
--	---	--	--

CURRICOLO AFFETTIVITA' SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

- **COMPETENZA: GESTIRE LE EMOZIONI**

ABILITÀ:

1. Essere in grado di riconoscere e gestire le proprie emozioni nelle diverse situazioni.
2. Riuscire a regolare l'impulsività e l'aggressività. Essere capaci di gestire lo stress e la frustrazione. Persistere nei compiti per il raggiungimento degli obiettivi.
3. Gestire il tempo in maniera funzionale .
4. Organizzare e definire un piano per perseguire obiettivi scolastici e personali a breve termine.
5. Essere in grado di utilizzare i linguaggi artistici (testo, poesia, immagine, musica, movimento corporeo) per esprimere le proprie emozioni.

CONOSCENZE:

1. Conoscere le tecniche di gestione di sé (di rilassamento, di consapevolezza) e i benefici sulle capacità di memorizzazione, concentrazione e apprendimento.
2. Conoscere le modalità di espressione funzionale delle emozioni.
3. Imparare a leggere un'espressione artistica (testo, poesia, immagine, musica, movimento corporeo) ricavandone i collegamenti con la sfera emotiva.

ATTIVITÀ: Giochi con ruoli, ascolto di brani musicali, attività artistiche, organizzazione di un piano settimanale organizzativo di classe in cui si prevedano verifiche eventuali, spazi ludici, momenti di riposo e di meditazione con respiro, di confronto e dialogo in classe.

- **COMPETENZA: RICONOSCERSI UGUALE E DIVERSO DAGLI ALTRI**

-PARITÀ DI GENERE

-RICONOSCERE LE DIVERSE INTELLIGENZE

- RICONOSCERE IL CORPO COME VALORE

ABILITÀ:

1. Accettare e convivere con i cambiamenti fisici, psichici e di relazione con i coetanei e gli adulti circostanti.
2. Saper descrivere come ci si sente, come le emozioni influenzano i propri comportamenti.
3. Individuare i propri bisogni, priorità, valori e responsabilità, i modi in cui le emozioni si manifestano.
4. Individuare le proprie situazioni di agio e disagio, le situazioni di conflitto,

cause e conseguenze.

5. attivare modalità relazionali positive con i compagni e con gli adulti;
con attenzione e rispetto degli altri;
saper compiere una scelta sulla base delle proprie aspettative e
caratteristiche;
; essere consapevole dei cambiamenti personali.

CONOSCENZE:

1. Comprendere i cambiamenti psico-fisici dell'adolescenza.
2. Conoscere le caratteristiche somatiche e fisiologiche proprie dei sessi
3. Saper identificare, nominare e descrivere le emozioni, le loro funzioni e i loro vantaggi.
4. Conoscere i principi dell'intelligenza emotiva.
5. Conoscere i propri interessi, i punti di forza e debolezza

ATTIVITÀ E TEMATICHE

Lezioni in cui la tematica dell'adolescenza sia centrale; L'orientamento scolastico come orientamento verso l'espressione della propria intelligenza. Test e giochi attitudinali. Individuazioni di ruoli settimanali, mensili in cui emerga il talento o la predisposizione individuale; studio di norme e leggi che tutelano la parità di genere; lavoro sul lessico, linguaggio non ostile, giochi sull'empatia, biografie di uomini e donne che hanno combattuto per la giustizia e cambiare il mondo, storie di adolescenti che con le loro storie ed esperienze sono diventati sostegno per altri giovani, visioni di film, documentari sulla parità di genere, sui talenti, la prossemica: cosa comunica il corpo, l'abbigliamento come stile personale non come consenso; l'omologazione e i corpi come prototipi commerciali. La salute del corpo,

COMPETENZA: ESSERE AUTONOMI

ABILITÀ:

1. Decidere personalmente, esaminare le proprie azioni e prevedere le conseguenze -
2. comprendere se una decisione è dettata dal pensiero o dal sentimento
3. imparare a modificare i pensieri irrazionali
4. Facilitare la comunicazione dichiarando i propri sentimenti efficacemente
5. saper assumere il punto di vista altrui con empatia
6. imparare a risolvere i conflitti confrontandosi con i coetanei, i genitori e gli insegnanti
7. assumersi le responsabilità delle proprie azioni

CONOSCENZE:

1. comprendere se una decisione è dettata dal pensiero o dal sentimento
2. conoscere il rapporto tra pensieri, sentimenti e reazioni
3. conoscere la differenza fra sentimenti e azione
4. conoscere e accettare sé, rafforzando l'autostima, anche apprendendo dai propri errori

Attività:

indispensabile consegnare compiti, didattici e non.

usare il diario come agenda personale che favorisca un metodo organizzativo efficace

guidare i ragazzi a porsi domande e a dare significato a ciò che fanno;

metterli di fronte a scelte e aiutarli a decidere;

impostare un certo ordine e stare attenti ai troppi stimoli a cui sono esposti;

abitarli a lasciare traccia del proprio lavoro;

far usare loro costantemente gli strumenti di studio più adeguati;

non sostituirsi a loro nei compiti, ma suggerire strumenti e strategie;

non togliere le difficoltà, ma aiutarli ad affrontarle;

aiutarli a dividere i compiti in parti eseguibili in tempi ragionevoli e far fare loro delle pause;

incoraggiarli a produrre, con calma, compiti di buona qualità, piuttosto che indurli a finire tutto

in fretta e male.

È importante ricordare, infine, che le nozioni di qualsiasi materia, per essere realmente apprese, devono essere inserite in uno schema di senso e che il giusto metodo di studio si trova per prove ed errori.

Consigliando un metodo che comporti la “pratica distribuita”: studiare in modo diluito nel tempo (al contrario dello studio “massivo”), che richiede senz’altro un aiuto per organizzarsi bene lo studio giornaliero/settimanale e per programmare in maniera corretta lo studio nel lungo periodo;

provando a far sì che l'organizzazione diventi un punto di forza che permette di risparmiare tantissime energie e tempo;

individuando insieme i ritmi personali di studio ideali in modo che si possa studiare in modo più rilassato e concentrato. Di norma una buona strategia consiste nello studiare la stessa materia per massimo 45/50 minuti, con un cronometro davanti, e poi concedersi una pausa di almeno 10 minuti prima di riprendere studiando un'altra materia;

analizzando insieme la situazione in tutte le materie e aiutandolo a impostare un piano di recupero efficace.

COMPETENZA: RISPETTARE SÉ E GLI ALTRI

ABILITA':

1. Favorire la discussione e l'apprendimento cooperativo
2. Sviluppare le abilità di empatia, analisi, pensiero critico
3. Esplorare e comprendere il concetto di consenso consapevole
4. stabilire relazioni sane e sicure

CONOSCENZE:

1. rispettare punti di vista altrui
2. esprimere in maniera controllata la propria emotività in situazioni di gioco, di lavoro, di relax.

STRUMENTI METODOLOGICI

Tra gli strumenti metodologici ritenuti più idonei, per l'acquisizione di abilità e competenze in campo socio-affettivo, quelli maggiormente adoperati risultano essere: il brainstorming, il circle-time, il messaggio-io, il problem solving, l'ascolto attivo. La tecnica del brainstorming, detta comunemente “tempesta dei cervelli”, consente a tutti i partecipanti del gruppo-classe di esprimere l'idea che in quel momento passa per la loro mente sfruttando intuito, associazione rapida, riferimento ad altri concetti. È bene tenere presente che non esistono risposte giuste o sbagliate, tutte concorrono ad “accerchiare” la questione presa in esame dando origine anche a possibili situazioni umoristiche divertenti. L'insegnante avrà cura di annotare ogni intervento e, al termine, con la collaborazione del gruppo, commentare e valorizzare il materiale raccolto. Si tratta di una tecnica che aiuta a “costruire” ed a “scoprire” elementi originali e interessanti. L'esperienza risulta efficace sia sul piano della partecipazione, sia su quello della motivazione e dell'apprendimento, anche perchè, in alcuni casi può aiutare i più restii, abitualmente passivi, a prendere la parola senza sentirsi criticati. I partecipanti, attraverso questa modalità, possono scoprire le reali risorse creative presenti in loro stessi e vivere anche con maggiore intimità la vita di gruppo. L'ascolto attivo è un modo di ascoltare che permette di capire ciò che gli alunni comunicano anche con la sola prossemica; favorisce, inoltre, la comunicazione ad ogni livello, comporta l'interazione con l'alunno permettendogli di avere delle prove che l'insegnante lo capisce. È una tecnica molto efficace per favorire l'apprendimento, ma soprattutto per creare un clima in cui gli alunni si sentano veramente

liberi di pensare, discutere, porre questioni. Inoltre aiuta molto gli alunni a fronteggiare e neutralizzare forti emozioni come la collera, la rabbia, ecc.. Tale strategia favorisce, ancora, la risoluzione dei problemi da parte degli alunni e li rende disponibili ad ascoltare il docente stesso. L'insegnante dovrà assumere atteggiamenti convincenti, nonché avere fiducia nelle capacità degli alunni nel risolvere problemi, deve essere capace di accettare sinceramente i sentimenti espressi dagli alunni, deve essere disposto ad aiutarli e a trovare il tempo per farlo. Il circle-time è un'altra strategia di intervento volta a favorire la comunicazione e l'ascolto. La modalità di conduzione consiste nel discutere su un argomento o un problema con l'obiettivo di creare un clima collaborativo ed amichevole attraverso la conoscenza reciproca. Il compito del docente consiste nel far leva sul tipo di prossemica per favorire la comunicazione, stabilendo modalità fisse di riunione e organizzazione della partecipazione di tutti i componenti del gruppo-classe. Il messaggio-lo consiste nel mettere a confronto i punti di vista dei componenti con genuinità. Tale tecnica consta sostanzialmente di tre momenti: descrizione (senza giudizio) del comportamento indesiderato, descrizione delle possibili concrete esperienze, comunicazione del proprio stato d'animo in relazione alle possibili conseguenze. Si tratta di esprimere autenticamente ciò che si prova quando l'alunno compie azioni che possono avere un effetto indesiderato. Per cui non bisogna esprimersi con "Tu sei", che esprime collera e colpevolizzazione dell'altro, ma con "lo sento", che esprime ciò che l'insegnante prova effettivamente e non scarica direttamente sull'alunno valutazioni e giudizi negativi. Anche il problem-solving è ritenuto efficace in contesti di apprendimento e di ricerca e in situazioni di conflitto emotivo. Esso consente di discutere in gruppo del problema emerso, sia esso una controversia o un problema di disciplina, esponendolo con chiarezza dove gli alunni sono invitati a proporre soluzioni considerando, per ognuna di esse, gli aspetti positivi e quelli negativi. Insieme, poi, si sceglierà la soluzione ritenuta migliore e della quale dovranno essere verificati i risultati, i propri sentimenti e i propri bisogni con il comportamento indesiderato dell'alunno senza reagire nervosamente o irritarsi inutilmente. Bandura sostiene che il giudizio del gruppo dei pari è importante nel processo di autoefficacia del singolo: se i suoi sforzi saranno riconosciuti, se le sue prestazioni positive saranno valorizzate e dichiarate degne di merito, egli acquisirà un forte senso di efficacia che gli consentirà di maturare l'autostima, imparerà, inoltre, a considerare l'impegno come l'elemento che può determinare il successo in tutte le situazioni che reputa come importanti per il suo quotidiano vivere. Sperimentando comportamenti positivi, riconosciuti dagli altri, nelle prestazioni, l'allievo avrà una crescente fiducia in se stesso