



SOLIDARIETÀ: Scenari 7-10 anni

"Pensieri confortanti" tratti dal libro *Be Brave, Pinku*
, di U. Młodnicka e A. Waligóra, Universal Reading Foundation

Fascia di età: 7-10 anni

Durata: 45 min. x 2

Tipo di attività: individuale, di gruppo

Obiettivo principale:

- costruire la resilienza emotiva attraverso la letteratura per l'infanzia
- rafforzare l'autostima e la capacità di riconoscere i propri bisogni

Obiettivi specifici:

- sviluppare le abilità sociali
- rafforzare le relazioni tra pari
- indicare modi per confrontarsi con paure e debolezze
- costruire l'identità individuale e il senso di appartenenza a un gruppo

Metodologie didattiche:

- problem-solving (soluzione di problemi)
- istruzione guidata
- metodi attivi
- task-based learning (imparare facendo)

Materiali:

- 5 flashcard con quesiti riguardanti il gruppo dei pari (o scenari illustrati - è possibile modificare)
- filopiume, musica rilassante per bambini
- carta triangolare: "Sei speciale"
- 2 fogli A3 con titoli prestampati: "Pensieri deprimenti/Pensieri confortanti"
- facoltativo: una copia di *Be Brave, Pinku* di U. Młodnicka e A. Waligóra



PROGRAMMA DELLA LEZIONE:

1. INTRODUZIONE

Gli studenti siedono in cerchio su un tappeto.

L'insegnante guida un dibattito sulle varie emozioni.

Introduce il CORAGGIO come concetto e sprona gli studenti a notare le diverse emozioni che si presentano durante situazioni significative.

2. "RISCALDIAMO BOCCA E LINGUA" - SOFFIA VIA LO STRESS

Utilizzando le filopiume, ogni studente ricorda una situazione che ha suscitato in lui/lei forti emozioni e usa le piume per "soffiar via" dalla mano stress e paura.

Ripetere 3 volte.

Attività extra:

Creare un "incantesimo" anti-stress divertente con i suoni (ad es. sh, cha,dja).

L'insegnante può scrivere i suoni sulla lavagna, per una lettura di gruppo.

3. PENSIERI DEPRIMENTI (tristezza, paura, momenti difficili)

L'insegnante introduce il concetto di "pensieri deprimenti", quelli che si presentano inaspettati e ci disturbano a scuola o a casa.

Fare riferimento al libro o ad altri personaggi. Ad esempio: Pinku era preoccupato e triste. Messaggio importante:

Quando insorgono questi pensieri, non siamo soli: possiamo parlarne con un amico. L'insegnante crea una mappa mentale insieme agli studenti.

Conclusione:

Per recuperare l'equilibrio, parla con un amico o qualcuno di cui ti fidi.

4. PENSIERI CONFORTANTI (calma, equilibrio, controllo, pausa, respiro)

Gli studenti continuano l'attività seduti al banco.

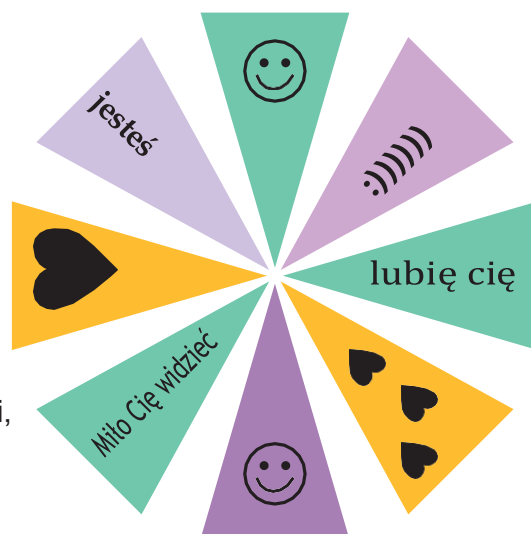
L'insegnante incoraggia a escogitare modi per trasformare i pensieri deprimenti in pensieri confortanti: parole che possono sostenere un amico e scacciare la negatività.

5. MISTO AMICI - "PIZZA DELL'AMICIZIA"

Gli studenti ricevono fogli A4 triangolari.

Insieme creano una "pizza dell'amicizia" con disegni, parole gentili e gesti.

Concetto chiave: le parole gentili sono potenti.



6. Gioco di movimento - "LA RICETTA DEL CORAGGIO"

Gli studenti sono in piedi in cerchio.

L'insegnante bisbiglia un ruolo ad ogni studente: "Pensiero confortante" o "Pensiero deprimente". Gli studenti camminano chiedendo l'un altro:

"Sei un pensiero confortante o un pensiero deprimente?"

Devono rispondere usando solo i gesti:

abbraccio = pensiero

confortante faccia triste =

pensiero deprimente

Questo gioco è molto coinvolgente e capace di suscitare emozioni.

7. "DESIDERO UN AMICO" - Attività artistica

Gli studenti creano lavori artistici sull'amicizia.

Devono includere un simbolo o una parola che potrebbe aiutare il loro "amico immaginario" quando si presentano pensieri deprimenti.

Importante:

Ogni studente presenta il proprio lavoro alla classe.

L'insegnante evidenzia anche piccoli elementi positivi.

Applausi e lodi aiutano ad accrescere la fiducia in sé stessi e l'autostima.

8. Attività di registrazione

Usare la tecnologia per rinforzare il messaggio del libro.

Gli studenti registrano un breve video mentre leggono a voce alta i titoli dei capitoli o frasi significative del libro. Possono lavorare da soli o in coppia.

Ciò crea un ricordo significativo che aiuta a non dimenticare il messaggio.

9. "TAVOLO DELLA PACE" - ATTIVITÀ CON FLASHCARD

Gli studenti lavorano in coppia.

Rispondono a brevi domande o si confrontano su situazioni di conflitto illustrate dalle flashcard. Compito:

Trovare una soluzione valida per entrambi.

10. CONCLUSIONE

Sintetizzare i contenuti della lezione e ringraziare gli studenti per la partecipazione e l'impegno. Questo passaggio è molto importante: crea fiducia in sé stessi e soddisfazione.