ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE

"Umberto Zanotti Bianco"

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization · I.C. "Zanotti Bianco" - Sibari · Member of UNESCO Associated Schools

Via Archimede s.n.c. 87011 – Fraz. Sibari di **CASSANO ALLO IONIO** (CS)

PROPOSTA DI PROGETTO DA INSERIRE NEL PIANO DELL'OFFERTA FORMATIVA
a.s. 2022-2023

Sezione 1 – Descrittiva

1.1. - DENOMINAZIONE DEL PROGETTO	
Ambito	Interdisciplinare
Titolo	Tu chiama-LE Emozioni…
1.1.2. – Curricolare o extracurricolare – Indicare se verrà svolto durante le lezioni o in orario extra	
Il progetto verrà svolto durante un orario extracurricolare	

1.2. - RESPONSABILE DEL PROGETTO - Indicare il nominativo del responsabile del progetto
Nicolina Salatino; Lucia Capparelli

1.3. - DESTINATARI – Indicare i fruitori (Studenti / Personale docente / Personale ATA / Genitori ...). Indicare numero minimo di partecipanti previsti. Se i fruitori sono studenti indicare le classi coinvolte
CLASSI 3 E 4 PRIMARIA (MINIMO 10 PARTECIPANTI)

1.4. - FINALITÀ – Esplicitare la rispondenza con le Linee di Indirizzo e le Priorità cui si riferisce Legge 107/2015 (in sintonia con il PTOF)
Le finalità: • Salvaguardare la centralità dell'alunno, tenendo conto della sua personalità e della sfera emotiva per favorire e migliorare l'ambito affettivo, emotivo, relazionale e fisico del discente. • Formare i "cittadini del mondo" in grado di gestire le proprie emozioni e facilitare il rispetto dell'Altro e delle norme di convivenza. • Migliorare la collaborazione tra i discenti attraverso la didattica laboratoriale per rispettare il pensiero altrui e sviluppare un pensiero critico. • Stimolare l'attenzione verso i contenuti esposti con esercizi di mindfulness • Acquisire maggiore consapevolezza del sé

- Migliorare gli apprendimenti

Traguardo di risultato – risultati attesi (a quale traguardo di risultato del RAV (sezione V) si riferisce) il progetto

- Realizzare attività didattiche volte a favorire l'inclusione di tutti gli alunni
- Favorire le buone pratiche educative che mirano alla valorizzazione delle potenzialità di ogni singolo alunno.
- Giocare in modo costruttivo e creativo con gli altri, argomentare, confrontarsi, sostenere le proprie idee con adulti e bambini.
- Sviluppare il senso dell'identità personale, percepire le proprie esigenze e i propri sentimenti, esprimerli in modo sempre più adeguato.
- Riflettere, confrontarsi, discutere con gli adulti e con gli altri bambini e riconoscere la reciprocità di attenzione tra chi parla e chi ascolta, stabilire relazioni positive con i compagni.
- Comunicare, esprimere, raccontare emozioni, utilizzando le varie possibilità che il linguaggio del corpo consente.
- Esprimere e comunicare agli altri emozioni, sentimenti, argomentazioni attraverso il linguaggio verbale dando vita a differenti situazioni comunicative
- Stabilire relazioni positive con i compagni.

Il progetto è stato accuratamente strutturato per migliorare il clima inclusivo in classe e sviluppare, in ogni discente, le abilità necessarie per affrontare situazioni problematiche, valorizzare le proprie risorse, impiegandole in maniera ottimale per entrare in relazione con gli altri. Creare una solida base socio affettiva e relazionale, portare a conoscere le proprie e altrui emozioni, saperle controllare e accrescere nel contempo l'autostima e il senso di autoefficacia.

1.5. - OBIETTIVI - Descrivere gli obiettivi che si intende far conseguire ai fruitori a fine progetto in termini di conoscenze, capacità, competenze osservabili e misurabili, tenendo presente a quale obiettivo di processo a breve termine del RAV si riferisce.

- Educare al rispetto delle regole e promuovere attività di cittadinanza
- Imparare a conoscere sé stessi e gli altri, esprimere in modo adeguato emozioni e bisogni, avendo consapevolezza delle proprie e altrui emozioni.
- Comprendere il significato di empatia e acquisire le strategie per metterle in atto.
- Promuovere attività laboratoriali che favoriscano condivisione e rispetto degli spazi comuni
- Essere in grado di utilizzare il lessico appropriato nella descrizione dei propri sentimenti e di quelli altrui.

- Incrementare le attività laboratoriali per favorire lo sviluppo delle capacità logiche e di problem solving
- Promuovere le strategie d'insegnamento per favorire il conseguimento di competenze disciplinari e sociali.
- Favorire l'utilizzo di tutti gli strumenti, utili a ottimizzare gli interventi didattici e rendere l'insegnamento motivante e allettante.
- Scoprire l'altro e rispettarlo
- Utilizzare il corpo e la voce per esprimere emozioni.
- Esprimere con creatività le emozioni con il linguaggio mimico/gestuale.
- Comunicare sentimenti e stati d'animo in modo pertinente e corretto.
- Esprimere verbalmente il proprio stato emotivo, riconoscendo la gioia, la tristezza, la rabbia e la paura.
- Sperimentare strategie di autocontrollo emotivo.
- Ascoltare e comprendere i discorsi altrui.
- Descrivere e ascoltare eventi personali, storie, racconti e situazioni.

1.5.1 - Situazione su cui interviene - Descrizione accurata, ma sintetica, della situazione su cui si vuole intervenire per modificarla in meglio. Indicare in particolare i valori che si vogliono migliorare o gli aspetti che si vogliono sviluppare o eliminare. Fare riferimento ad indicatori quantitativi (numeri, grandezze, percentuali) o qualitativi (situazioni del tipo si/no, presente/assente, ecc.)

La scuola rappresenta una tappa fondamentale nel percorso educativo di ciascun bambino. Quest'ultima, nel mondo di oggi, non deve limitarsi alla formazione degli studenti solo dal punto di vista delle conoscenze che riguardano le materie apprese, ma deve impegnarsi a formare degli individui che abbiano delle competenze di tipo trasversali che "abbraccino" tutta la persona nella sua completezza: intellettuale, emotiva, sociale e personale, solo in questo modo i bambini potranno sentirsi protagonisti del proprio progetto di vita.

La dimensione emotiva è una delle sfide che la scuola del nuovo millennio deve affrontare. Oggi si parla sempre di più dell'insegnante come leader emotivo, colui che deve regolare la propria emotività e quella altrui. Egli deve essere un modello positivo da imitare, aiutando tutti i discenti a riconoscere e nominare le proprie emozioni e guidando i comportamenti che da questi vengono innescate. È necessario insegnare loro strategie di natura comportamentale, per diminuire i comportamenti problemi con la gestione e l'autocontrollo delle emozioni negative.

1.6. - CONTENUTI – Esplicitare gli argomenti che si intende trattare durante il percorso

- I sentimenti e le emozioni.
- La comprensione di sé stessi e degli altri.

- Conoscere il termine empatia e gli aggettivi qualificativi relativi alle emozioni e ai sentimenti.
- Coltivare la propria autostima.
- La mindfulness per stimolare e migliorare le capacità attentive

1.7. - METODOLOGIE – Indicare le strategie, i metodi, gli strumenti didattici ...

- Brainstorming
- Role playing
- Cooperative learning
- Peer tutoring
- Didattica laboratoriale
- Storytelling
- Tic
- Attività ludiche
- Conversazione guidata
- Mindfulness
  Il body scan è sicuramente una pratica utile per tutti quei bambini che avvertono ansia, per aumentare la resilienza sia a livello emozionale (gestire ansia e stress) che sociale (assumere comportamenti adeguati nelle interazioni con i pari) si allenano a portare consapevolezza al corpo e imparano a riconoscere quei campanelli di allarme in prossimità di una stato d'ansia con appositi esercizi i discenti imparano ad acquisire la consapevolezza del proprio corpo mentre si muove, le sensazioni fisiche e i pensieri e le emozioni che possono sorgere.

1.8 - RAPPORTI CON IL TERRITORIO – Indicare il coinvolgimento eventuale di Enti/Associazioni/Strutture ... esterne alla scuola

1.9 - DURATA - Descrivere l'arco temporale nel quale il progetto si attua, illustrare le fasi operative individuando le attività da svolgere in un anno finanziario separatamente a quelle da svolgere in un altro.

Durata: 20 ore con lezioni da 2 ore ognuna (1 incontro a settimana per un totale di 10 incontri)

Modalità di svolgimento

1 lezione

Obiettivo: *imparare a riconoscere le emozioni*

Metodologia: *brainstorming, didattica laboratoriale, mindfulness*

Modalità: L'attività porrà al centro la lettura del libro **"I colori delle Emozioni**", in versione pop – up , scritto da Anna Llenas. In questo libro, ogni emozione primaria è presentata su una doppia pagina con un pop-up animato e un colore primario associato. La funzione di questo libro è quella di dedicare ai bambini un approccio semplice e creativo alla rappresentazione delle emozioni. Il libro *"I colori delle Emozioni"* fornisce l'opportunità ai discenti di esplorare le loro relazioni emotive e aiutare a raggiungere le basi dello sviluppo psicologico. E' un libro che usa una chiave di lettura semplificata del linguaggio emotivo e rende più facile anche agli adulti la trattazione di un argomento piuttosto complesso come quello delle emozioni**.** Successivamente si attua un *brainstorming* a partire dalla parola "Emozione" per far emergere il significato del termine per i bambini. Con l'utilizzo della lim, verrà mostrato *ai* discenti una serie di immagini che ritraggono persone che mostrano emozioni diverse e si chiederà loro di riconoscerle e nominarle.

Attività laboratoriale*:* gli alunni dovranno disegnare un'emozione.

Nella **fase conclusiva** si introdurrà la mindfulness, con esercizi che saranno accompagnati da brani audio presenti sul sito www.quid-plus.com/Mindfulness come "La piccola ranocchia" tratta dal volume "Calmo e attento come una ranocchia." Gli esercizi serviranno ad incrementare la concentrazione, ad essere meno impulsivi ed esercitare un certo controllo sul proprio mondo interiore.

2 lezione

Obiettivo: *esprimere le proprie emozioni, essere in grado di utilizzare il lessico appropriato nella descrizione dei propri sentimenti e di quelli altrui.*

Metodologia: *role playing, didattica laboratoriale, circle time, mindfuless*

Modalità: i bambini saranno disposti in un grande cerchio e saranno invitati a raccontare episodi del loro vissuto in cui hanno provato forti emozioni. Successivamente saranno coinvolti a rappresentare con il volto, la voce, il modo di camminare, delle scene di vita quotidiana inserendo le emozioni**.** Saranno osservati alcuni quadri d'autore che veicolano precise emozioni. Discussione e confronto. Domanda sfidante. Verranno presentate alcune immagini di FRIDA KAHLO e si chiederà di indicare quale emozione l'artista ha voluto comunicare attraverso ognuna di esse (gioco abbinamento immagine- emozione con Wordwall).

Attività laboratoriale: riprendendo la lettura svolta nella prima lezione verranno creati *i barattoli delle emozioni*. Si utilizzeranno dei barattoli trasparenti, dei fili di lana colorati e dei cartoncini ritagliati con le stesse forme che sono rappresentate nel libro e che rappresentano le varie emozioni. Creati i vasetti, verranno sistemati in un angolo dell'aula dove i bambini ad ogni incontro e in un apposito momento inseriranno nel barattolo il cartoncino colorato che esprimerà l'emozione provata in quel momento.

Nella **fase conclusiva** si svolgeranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio "*Viaggio attraverso il corpo"* tratta dal volume "*Calmo e*

attento come una ranocchia."

3 lezione

Metodologia*: storytelling, didattica laboratoriale, peer tutoring, circle time, mindfulness*

Obiettivo: *esprimere verbalmente il proprio stato emotivo, riconoscendo la gioia , la tristezza, la rabbia e la paura, sperimentare strategie di autocontrollo emotivo.*

Modalità: I bambini saranno disposti in un grande cerchio, verrà letto il libro "*Il filo Emozionato"* di Serena Viola, utile per riconoscere le emozioni giocondo. Con una discussione guidata seguiranno le riflessioni personali di ciascun alunno su quanto letto nel racconto.

Attività laboratoriale: si consegneranno a tutti i bambini delle sagome e con l'utilizzo di un filo di lana dovranno rappresentare unemozione. Durante questo lavoro saranno ascoltati dei brani che veicolano precise emozioni (es. *"Inno alla gioia"* di Beethoven, *Tristesse* di Chopin) senza svelarne il titolo.

Nella **fase conclusiva**, seguiranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio "*La piccola luce dell'attenzione*" tratta dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

4 lezione

Obiettivo: *incrementare le abilità di letto-scrittura e consolidare la conoscenza sulle emozioni.*

Metodologia*: storytelling, didattica laboratoriale, peer tutoring, circle time, mindfulness*

Modalità: ascolto di una lettura attinente all'emozione della rabbia, conversazione guidata sulle possibili strategie lecite sulla gestione dello stato d'animo interessato. Si chiederà di disegnare la rabbia e lo stato d'animo che ne consegue.

Gioco collettivo: si farà scrivere su un foglio 5 situazioni e pensieri che provocano rabbia (di cui due relative alla scuola), facendo notare come spesso siano presenti le parole MAI, SEMPRE, TUTTI, NULLA (pensieri assoluti). Mescolare e pescare a turno un foglietto provando a formulare un pensiero positivo per ogni pensiero assoluto.

Nella **fase conclusiva** si svolgeranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio "*Pronto soccorso per le sensazioni sgradevoli*" tratta dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

5 lezione

Obiettivo: *stimolare le capacità dell'attenzione.*

Metodologia: *storytelling***,**

Modalità: disposti in un grande cerchio gli alunni ascolteranno la lettura del brano "Una bambina tra le nuvole" dal libro "Calmo e attento come una Ranocchia" di Eline Snel. Discussione guidata sul racconto, elaborazione scritta e rappresentazione grafica delle emozioni suscitate dal brano.

Attività laboratoriale: Gli alunni utilizzando materiale di cancelleria svolgeranno le seguenti attività:

-mandala

-schede strutturate

Infine gli alunni divisi in squadre saranno inviatati a svolgere un'attività ludica con l'utilizzo di un memory creato con la piattaforma Wordwall.

Nella **fase conclusiva** si svolgeranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio "*La fabbrica dei pensieri*" tratta dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

6 lezione

Verifica intermedia delle conoscenze acquisite con l'utilizzo di schede strutturate.

Nella **fase conclusiva** si svolgeranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio "*Un piccolo incoraggiamento*" tratta dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

7 lezione

Obiettivo: *incremetare l'autostima, incrementare le abilità di letto/scrittura.*

Modalità. Gli alunni saranno invitati a leggere il libro " Il gioiello dentro di me" di Anna llenas. I docenti attraverso domande stimolo li guideranno alla riflessione del brano letto per far emergere il loro vissuto e le loro paure personali. Scrittura delle frasi più rilevanti del racconto e disegno del loro stato d'animo.

Attività laboratoriale: Creazione del gioco le palline dell'Emozioni con materiale da cancelleria, successivamente gli alunni avranno la possibilità di giocare con il prodotto realizzato.

Nella **fase conclusiva** si svolgeranno esercizi di rilassamento e controllo del corpo con la mindfulness. Attività di rilassamento con la traccia audio " *Il segreto della stanza del cuore*" tratta dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

Durante le lezioni **8-9-10**, saranno svolte attività di drammatizzazione con l'osservazione di fumetti muti e conversazioni orali per individuare i possibili dialoghi e stati d'animo. Utilizzando brevi scenette, dovranno drammatizzazare il loro contenuto di fronte ai compagni, che dovranno individuare le emozioni dei protagonisti. Sarà assemblato un cartellone delle emozioni, con facce espressive ritagliate dalle riviste. Verrà realizzato un Lapbook sulle Emozioni e un video, con i disegni e la voce dei bambini. Inoltre sarà costruito un minibook personale contenente i lavori svolti durante il progetto.
Al termine di ogni lezione si faranno esercizi di rilassamento e di controllo del proprio corpo, con le seguenti tracce: - "*Premi il tasto pausa*"- "*I superpoteri della respirazione*"- " *Il volo del gabbiano*" tratti dal volume "*Calmo e attento come una ranocchia."*

Tempi previsti **Marzo- Aprile**

1.10. - RISORSE UMANE – Indicare i profili di riferimento dei docenti, dei non docenti ed eventualmente di collaboratori esterni (ove strettamente necessario) che si prevede di utilizzare. Indicare i nominativi delle persone che ricopriranno ruoli rilevanti. Indicare il numero di ore/docenza prevedibilmente necessarie e l'area di competenza richiesta (classe di concorso o simili).

1.11. - BENI E SERVIZI - Indicare le risorse logistiche ed organizzative che si prevede di utilizzare per la realizzazione. Altre risorse eventualmente necessarie (laboratori, …)
Spazi: • **Aula** • **Aula magna**
Strumenti • **Lim** • **Computer** • **Materiale di cancelleria**
Materiali da acquistare • Cartoncini colorati • Pastelli • Pennarelli • Colla
Prodotti

1.12. - PRODOTTI FINALI – Indicare gli eventuali lavori o attività che si prevede di ottenere a fine percorso

- Lapbook
- Cartellone "EMOZIONI"
- Minibook (realizzato con i lavori dei bambini durante il progetto)
- Video realizzato con la voce e i disegni dei bambini

1.13. - MODALITÀ OPERATIVA DI VERIFICA DEGLI OBIETTIVI. QUALI STRUMENTI SI PROPONGONO PER MISURARE IL LIVELLO DI RAGGIUNGIMENTO DEI RISULTATI ALLA FINE DEL PROCESSO.

La verifica avverrà con l'osservazione delle attività svolte dai bambini e attraverso lo svolgimento di alcuni giochi creati in maniera appropriata mediante Wordwall. Per la valutazione si osserveranno le performances.

Per ogni performance corretta i bambini saranno lodati con rinforzi positivi (bravo, bravissimo..). Verrà anche predisposta una griglia valutativa costituita da indicatori che faranno riferimento agli obiettivi prefissati, ad ogni obiettivo raggiunto sarà disegnata una faccina sorridente. Sarà valutato il livello di interesse alle varie attività proposte e sarà anche presentata una scheda per la valutazione del gradimento delle attività svolte, con l'utilizzo di smile realizzati su di un cartoncino (verde-felice, rosso-triste).

1.14 - MONITORAGGIO DEGLI ESITI E VALUTAZIONE. INDICARE IL PUNTO DI SVILUPPO INTERMEDIO ATTESO ALLA FINE DI CIASCUNO STEP

1.15. - ELEMENTI DI INNOVAZIONE – Indicare gli aspetti del percorso che si ritiene siano inusuali, innovativi relativamente agli argomenti che verranno trattati e/o rispetto alle metodologie e/o altro)

Mindfulness: tutti i bambini gestiscono le emozioni difficili come ansia, paura, frustrazione e rabbia in modo impulsivo. Per esempio non riescono a rispettare i turni durante una conversazione o un gioco, ciò succede soprattutto nei momenti di ansia e di frustrazione. Questa difficoltà nel gestire e regolare le proprie emozioni, riguarda molti alunni e le cause possono essere molteplici, ad esempio gli eccessivi stimoli che ricevono ogni giorno

dall'uso delle nuove tecnologie, al fatto che sono abituati ad avere tutto e subito. Coltivare la calma per affrontare la quotidianità con serenità è l'obiettivo della Mindfulness, avendo consapevolezza della propria mente. Per i bambini, la Mindfulness è un "modo di essere" che li guida a sintonizzarsi con i propri pensieri, emozioni e azioni.

Sezione 2 – Utilizzo degli spazi / Strumentazioni

PIANO UTILIZZAZIONE RISORSE STRUMENTALI INTERNE

3.1 – Utilizzo laboratori[1]	**n. ore**	***Giorni della settimana***	***Orario***
3.1.1. - informatico			
3.1.2. - linguistico			
3.1.3 – altro…			
3.1.4 – Altri spazi (specificare)			
3.2 – Utilizzo aule	**n. ore**	***Giorni della settimana***	***Orario***
	20	1	14:30/16:30
3.3 – Utilizzo strumentazioni			
Tipologia (es. lavagna luminosa, videoproiettore, ecc.)	LIM e PC		

Calendario delle attività*

MESE	GIORNO	DA ORE	A ORE	ATTIVITA' PREVISTA	TOTALE ORE

[1] I docenti sono tenuti ad allegare un piano di utilizzo dei laboratori con l'indicazione dei giorni della settimana, degli orari ed eventualmente delle caratteristiche del laboratorio.

*Il calendario va presentato al Dirigente almeno 5 gg prima l'inizio delle attività-termine è richiesta una relazione da parte del docente responsabile del progetto.

IL RESPONSABILE DEL PROGETTO

APPROVATO DAL COLLEGIO DEI DOCENTI CON DEL. N. ____ del _____ 2022

DELIBERATO DAL CONS. DI ISTITUTO CON DEL. N. __ del _____ 2022

Sibari, /10/2022

VISTO IL DIRIGENTE SCOLASTICO

RISERVATO ALL'UFFICIO

IMPEGNI DI SPESA				
COGNOME E NOME DOCENTE /ESPERTO	**ORE**	**ORE PROGETTO € 17,50 L.D.**	**ORE ATTIVITA' ATT.AGG. INS. € 35,00 L.D.**	**ORE ATT.FUNZ.INS. €17,50 L.S.**

COSTO PROGETTO	COSTO ATT.AGG.INS.	COSTO ATT.FUNZ.INS.	COSTO PRES.BENI/MATERIALE	IRAP 8,65%	INPDAP 24,20%	TOT PROGETTO

IL DIRETTORE SGA

IL DIRIGENTE SCOLASTICO