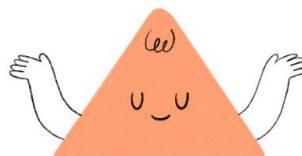
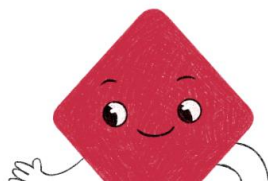
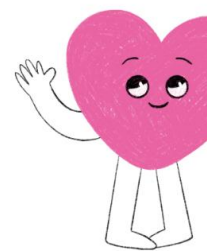
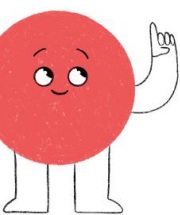


# AAA CERCASI COMPETENZE PER LA VITA

## CURRICOLO VERTICALE DELLE COMPETENZE EMOTIVE



### Introduzione

Il curricolo emotivo è progettato per sviluppare competenze emotive, relazionali e cognitive nei bambini e ragazzi dalla scuola dell'infanzia fino alla scuola secondaria di primo grado. Questo documento delinea le aree principali e le competenze che verranno coltivate in ciascun livello scolastico.

### INDICAZIONI NAZIONALI PER IL CURRICOLO DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA E DEL PRIMO CICLO DI ISTRUZIONE

"... Sviluppare l'autonomia significa avere fiducia in sé e fidarsi degli altri; provare soddisfazione nel fare da sé e saper chiedere aiuto o poter esprimere insoddisfazione e frustrazione elaborando progressivamente risposte e strategie; esprimere sentimenti ed emozioni; partecipare alle decisioni esprimendo opinioni, imparando ad operare scelte e ad assumere comportamenti e atteggiamenti sempre più consapevoli ..."

"... Vivere le prime esperienze di *cittadinanza* significa scoprire l'altro da sé e attribuire progressiva importanza agli altri e ai loro bisogni; rendersi sempre meglio conto della necessità di stabilire regole condivise; implica il primo esercizio del dialogo che è fondato sulla reciprocità dell'ascolto, l'attenzione al punto di vista dell'altro e alle diversità di genere, il primo riconoscimento di diritti e doveri uguali per tutti; significa porre le fondamenta di un comportamento eticamente orientato, rispettoso degli altri, dell'ambiente e della natura ..."



Scuola dell'Infanzia  
CLASSE 1<sup>A</sup> SCUOLA PRIMARIA

**AREA EMOTIVA – RELAZIONALE – COGNITIVA**

**COMPETENZE**

**Empatia:** comprende gli altri accettandoli e migliorando le relazioni.

**Autoconsapevolezza:** conosce se stesso, i propri bisogni e desideri, i propri punti di forza e debolezza.

**Comunicazione efficace:** afferma se stesso e i propri scopi, si adatta al contesto tenendo conto delle conseguenze immediate e future del proprio comunicare.

**Relazione interpersonale:** crea e mantiene relazioni interpersonali positive, costruttive e significative.

**CONOSCENZE**

Riconoscimento delle emozioni primarie.

Interpretazione delle espressioni facciali.

Segnali non verbali delle emozioni.

Lessico emotivo.

Tecniche di espressione emotiva.

Consapevolezza delle emozioni.

Auto-descrizione.

Autopresentazione.

Comunicazione non verbale.

Regole della comunicazione interpersonale.

Tecniche di cooperazione.

Gestione dei conflitti.

Empatia.

Tolleranza e rispetto delle diversità.


Comunicazione interculturale.

Autoconsapevolezza.

Autovalutazione.

Riflessione sui bisogni e desideri personali.



<p><b>ABILITÀ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distinguere le espressioni facciali delle emozioni primarie.</li> <li>• Comunicare i propri stati emotivi.</li> <li>• Presentarsi agli altri.</li> <li>• Creare e mantenere relazioni interpersonali positive costruttive e significative</li> <li>• Comprendere gli altri accettandoli e migliorando le relazioni sociali anche con persone diverse per etnia e cultura</li> <li>• Conoscere se stessi i propri bisogni e desideri i propri punti di forza e di debolezza</li> </ul>
<p><b>PROPOSTA ATTIVITÀ</b></p> 	<p><i>Dal libro: Life skills alla scuola primaria</i></p> <p><b>STORIE:</b> "Nuova scuola nuova vita", "L'arcobaleno delle emozioni", "Il linguaggio della natura".</p> <p><b>CANZONI:</b> "Sto crescendo" Zecchino D'Oro.</p> <p><b>FILM:</b> "Il viaggio di Arlo", "Alla ricerca di Nemo", "Pimpi piccolo grande eroe".</p>



## CLASSE 2<sup>A</sup> SCUOLA PRIMARIA

### AREA EMOTIVA-RELAZIONALE-COGNITIVA

<b>COMPETENZE</b>	<p><b>Capacità di negoziazione e gestione del conflitto:</b> interagisce con i compagni e rispetta el differenze di ciascuno.</p> <p><b>Comunicazione efficace:</b> Esprime a parole i propri stati d'animo.</p> <p><b>Gestione dello stress:</b> incanala le relazioni impulsive in comportamenti che possono avere un impatto positivo sulle situazioni. Tollerare il fallimento e l'errore.</p>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Lessico emotivo.</p> <p>Tecniche di comunicazione emotiva.</p> <p>Consapevolezza emotiva.</p> <p>Tecniche di problem solving.</p> <p>Creatività nelle soluzioni.</p> <p>Analisi delle alternative.</p> <p>Gestione delle emozioni negative.</p> <p>Resilienza.</p> <p>Strategie di autocontrollo.</p> <p>Autovalutazione.</p> <p>Riflessione critica.</p> <p>Apprendimento dagli errori.</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esprimere a parole i propri stati d'animo.</li><li>• Elaborare strategie diversificate nella soluzione dei problemi.</li><li>• Tollerare la frustrazione.</li><li>• Analizzare i propri errori</li></ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b>	<p><i>Dal libro: Life skills alla scuola primaria</i></p> <p><b>STORIE:</b> "Una decisione difficile"; "Che fatica il lunedì!"; "Viviamo tutti i momenti difficili".</p> <p><b>CANZONE:</b> "Io più te fa noi" Zecchino D'Oro.</p>





FILM: "Inside out", Ponyo sulla scogliera", "Up".



## CLASSE 3<sup>A</sup> PRIMARIA

### AREA EMOTIVA-RELAZIONALE-COGNITIVA

<b>COMPETENZE</b>	<p><b>Empatia:</b>entra in sintonia con tutti e riesce a trovare un proprio posto in qualsiasi momento.</p> <p><b>Pensiero critico :</b> prevede le conseguenze delle azioni a medio e lungo termine.</p> <p><b>Capacità di prendere decisioni e di problem solving:</b> utilizza strategie diversificate e flessibili per affrontare gli imprevisti e gli ostacoli che incontra nella quotidianità .</p>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Lessico delle emozioni.</p> <p>Empatia.</p> <p>Riconoscimento dei segnali emotivi.</p> <p>Consapevolezza degli impegni.</p> <p>Valutazione delle priorità.</p> <p>Perseveranza nel rispetto degli impegni.</p> <p>Analisi delle cause e degli effetti.</p> <p>Pianificazione a lungo termine.</p> <p>Valutazione delle ripercussioni delle decisioni.</p> <p>Tecniche di problem solving.</p> <p>Gestione dello stress.</p> <p>Strumenti di supporto e cooperazione.</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendere gli stati d'animo propri e degli altri.</li><li>• Accrescere il senso di responsabilità verso gli impegni presi.</li><li>• Prevedere le conseguenze a medio e lungo termine</li><li>• Trovare strategie adeguate e funzionali al superamento dei momenti di crisi nel modo più costruttivo possibile per sé e per gli altri</li></ul>
<b>PROPOSTE</b>	<p><i>Dal Libro "Life Skills alla scuola primaria"</i></p> <p><b>STORIE:</b> "Impronte"; "Il Mondo visitato da due marziani"; "Per essere generosi ci vuole coraggio".</p>



## ATTIVITÀ



**CANZONE:** "Le impronte del cuore".

**FILM:** "A bug's life", "Ratatouille", "arrietty".



## CLASSE 4<sup>^</sup> PRIMARIA

### AREA EMOTIVA-RELAZIONALE-COGNITIVA

#### COMPETENZE

**Comunicazione efficace:** usa parole per esprimere il proprio pensiero.

**Gestione dello stress :** affronte le sfide che lo agitano senza restarne in balia.

**Consapevolezza di sé :** sa chi è e sa come può diventare.

**Capacità di negoziazione e gestione del conflitto :** sa litigare per costruire la pace e tiene lontano tutte le forme di violenza e distruzione.

**Empatia :** comprende le emozioni e gli stati d'animo di chi gli sta accanto.

**Pensiero critico:** ha una visione del mondo che lo orienta verso ciò che è bene per lui e per gli altri.

**Capacità di prendere decisioni e di problem solving :** supera i problemi che lo ostacolano scegliendo le strade che gli permettono di andare oltre i limiti

**Pensiero creativo:** esprime in modi sempre nuovi i propri pensieri e le proprie emozioni

#### CONOSCENZE

Pianificazione autonoma delle attività.

Organizzazione delle risorse necessarie.

Autogestione dei tempi di lavoro.

Consapevolezza delle proprie azioni.

Impegno personale nel rispetto degli impegni presi.

Cura delle relazioni interpersonali.

Regole di collaborazione.

Divisione equa dei compiti.

Tecniche di coordinamento tra i membri del gruppo.

Analisi delle cause e degli effetti.

Valutazione delle ripercussioni delle scelte.

Responsabilità nel prendere decisioni.

Strategie di correzione degli errori.

Tecniche di riparazione del danno.

Valutazione critica degli errori commessi.



	<p>Riconoscimento delle emozioni.</p> <p>Tecniche di comunicazione emotiva.</p> <p>Gestione delle emozioni in contesti diversi.</p> <p>Regole della comunicazione efficace.</p> <p>Ascolto attivo e empatico.</p> <p>Strategie di miglioramento del dialogo tra pari</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentare il livello di autonomia nella gestione di un compito.</li> <li>• Essere responsabile verso se stesso e gli altri.</li> <li>• Lavorare in gruppo.</li> <li>• Riflettere sulle conseguenze delle proprie azioni.</li> <li>• Rimediare ai propri errori.</li> <li>• Esprimere i propri stati emotivi.</li> <li>• Migliorare la qualità della comunicazione all'interno della classe.</li> </ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b>	<p><i>Dal libro: Life skills alla scuola primaria</i></p> <p><b>STORIE:</b> dal diario di "Faccia di carota" :</p> <p>- 1<sup>a</sup> parte: 20 settembre – 16 novembre;</p> <p>- 2<sup>a</sup> parte: 17 novembre – 21 dicembre</p> <p>- 3<sup>a</sup> parte: 7 gennaio – 14 giugno</p> <p><b>CANZONI:</b> "Parole con lo stile" Zecchino D'Oro.</p> <p><b>FILM:</b> "Monster's &amp; Co", "Le 5 leggende", "La città incantata".</p>




## CLASSE 5<sup>A</sup> SCUOLA PRIMARIA

### AREA EMOTIVA-RELAZIONALE-COGNITIVA

<b>COMPETENZE</b>	<p><b>Comunicazione efficace:</b> usa parole per esprimere il proprio pensiero.</p> <p><b>Gestione dello stress :</b> affronta le sfide che lo agitano senza restarne in balia.</p> <p><b>Consapevolezza di sé :</b> sa chi è e sa come può diventare.</p> <p><b>Capacità di negoziazione e gestione del conflitto :</b> sa litigare per costruire la pace e tiene lontano tutte le forme di violenza e distruzione.</p> <p><b>Empatia :</b> comprende le emozioni e gli stati d'animo di chi gli sta accanto.</p> <p><b>Pensiero critico:</b> ha una visione del mondo che lo orienta verso ciò che è bene per lui e per gli altri.</p> <p><b>Capacità di prendere decisioni e di problem solving :</b> supera i problemi che lo ostacolano scegliendo le strade che gli permettono di andare oltre i limiti</p> <p><b>Pensiero creativo:</b> esprime in modi sempre nuovi i propri pensieri e le proprie emozioni</p>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Pianificazione di progetti.</p> <p>Suddivisione dei compiti in sotto-attività.</p> <p>Strategie di problem solving.</p> <p>Pianificazione giornaliera e settimanale.</p> <p>Uso dell'orologio, del calendario e delle liste di controllo.</p> <p>Auto-organizzazione delle attività.</p> <p>Risoluzione autonoma degli ostacoli.</p> <p>Regole della comunicazione efficace.</p> <p>Ruoli all'interno del gruppo di lavoro.</p> <p>Risoluzione costruttiva dei conflitti.</p> <p>Tecniche di autovalutazione.</p> <p>Riconoscimento dei punti di forza e dei limiti personali.</p>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gestire compiti complessi.</li><li>• Migliorare la gestione del tempo.</li><li>• Incrementare l'autonomia nelle fasi di lavoro.</li></ul>




<p><b>ABILITÀ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavorare bene in gruppo.</li> <li>• Conoscere i propri punti di forza e di dei propri limiti.</li> <li>• Tollerare la fatica nei processi di studio.</li> <li>• Esprimere il proprio pensiero in modo articolato.</li> <li>• Sostenere un dibattito con pensieri diversi dai propri.</li> <li>• Elaborare i fallimenti e gli errori come occasioni di apprendimento.</li> <li>• Automonitorarsi.</li> </ul>
<p><b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b></p> 	<p><i>Dal libro: Life skills alla scuola primaria</i></p> <p><b>STORIE:</b> "Il concorso - Un titolo difficile"; "Il concorso - Una grande notizia"; "Il concorso - A Roma".</p> <p><b>CANZONI:</b> "Noi bimbe siamo scienziate" Zecchino D'Oro.</p> <p><b>FILM:</b> "Elemental", "Red", "Il castello errante di Howl",</p>



# SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO


CLASSI: PRIME \_ SECONDE \_ TERZE

AREA TEMATICA	AREA EMOTIVA
COMPETENZE	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Consapevolezza di sé:</b> <i>L'alunna/o identifica i propri punti di forza; le proprie aree deboli; il proprio modo di reagire di fronte alle situazioni, le proprie preferenze circa stati di benessere e malesseri; i propri desideri; propri bisogni; le proprie emozioni.</i></li> <li>❖ <b>Autoconsapevolezza intrapersonale:</b> <i>L'alunna/o riconosce e interpreta le proprie emozioni, motivazioni, desideri e ha una chiara consapevolezza delle proprie azioni e di come queste influenzino gli altri.</i></li> </ul>
CONOSCENZE	<p>Conoscenza del sé: definizione dei propri bisogni, interessi, inclinazioni, punti di forza e di debolezza, emozioni.</p>
ABILITÀ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere se stessi e i cambiamenti della propria persona.</li> <li>• Esplorare la conoscenza di sé stessi, del grado di maturazione dei propri interessi, delle proprie attitudini e capacità.</li> <li>• Individuare e saper comunicare i propri bisogni, priorità, valori.</li> <li>• Saper identificare e descrivere le proprie emozioni, le loro funzioni e le loro implicazione nell'espressione del sé.</li> <li>• Cogliere tutti i segnali emotivi che l'organismo ci manda, in modo da imparare ad analizzarci, comprenderci e salvaguardarci.</li> <li>• Saper utilizzare i propri punti forza per fare scelte nel proprio percorso, rafforzando l'auto-stima e l'autoefficacia.</li> <li>• Sviluppare il senso di responsabilità per contribuire all'organizzazione e alla definizione di un piano e per perseguire obiettivi scolastici e personali a breve termine.</li> <li>• Analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo al fine di riconoscere e valutare la pressione del mondo esterno al sé.</li> </ul>
<p>PROPOSTE ATTIVITÀ</p> 	<p>Indagine sul sé:</p> <p>"Il Museo di "me stesso": gli oggetti parlanti</p> <p>"Gli specchi che ci circondano"</p> <p>Test conoscitivi</p>




	<p>Palestra di auto narrazione: narrazione retrospettiva, di ricostruzione della propria identità, di disponibilità a guardarsi dentro a lungo per potersi incuriosire della propria identità.</p> <p>Attività laboratoriali: artistico – creativo; STEM; per scoprire e mettere alla prova abilità, passioni.</p>
<b>COMPETENZA</b>	<p>❖ <b>GESTIONE DELLE EMOZIONI:</b> <i>L'alunna/o agisce, senza farsi travolgere o trasportare dalle emozioni e RE - AGISCE dominando le emozioni.</i></p>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Tipologie di emozioni : primarie e complesse e quelle più caratterizzanti l'età adolescenziale</p> <p>Tecniche di osservazione e di riconoscimento delle emozioni</p> <p>Metodi di autoregolazione delle emozioni</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raggiungere la consapevolezza delle espressioni emotive.</li> <li>•</li> <li>• Conoscere la classificazione delle espressioni emotive</li> <li>• Individuare le emozioni.</li>   <li>• Cogliere l'importanza nel proprio e altrui vissuto del mondo emotivo.</li>   <li>• Essere capaci di identificare e definire le proprie reazioni emotive, riconoscere i fattori più significativi che le scatenano e l'effetto che tali emozioni possono avere sui propri comportamenti.</li>   <li>• Essere in grado di modulare e gestire le proprie emozioni nelle diverse situazioni.</li>   <li>• Comprendere e rispondere ai sentimenti e alle esperienze degli altri, dimostrando sensibilità, compassione e capacità di ascolto attivo</li> </ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b>	<p>Proiezione di video afferenti i vissuti delle emozioni;</p> <p>Modeling: tecniche di gestione di sé (di consapevolezza e rilassamento)</p>
<b>COMPETENZA</b>	<p>❖ <b>GESTIONE DELLO STRESS:</b> <i>L'alunna/o riconosce il proprio stato di stress; risale alle cause che provocano le tensioni nella vita quotidiana per tornare ad uno stato di benessere psicofisico, trovando strategie per modificare l'ambiente oppure se stessa/o.</i></p>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Natura e fattori di stress.</p> <p>Tecniche antistress</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riconoscere i fattori di stress e tensione della quotidianità, tentare di regolarli in ottica bidirezionale, sia tentando di modificare tali fattori nell'ambiente sia regolando i propri stati di tensione.</li>   <li>• Conoscere le tecniche di gestione di sé (di rilassamento, di consapevolezza) e i</li> </ul>



	<p>benefici sulle capacità di memorizzazione, concentrazione e apprendimento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripristinare lo stato di benessere</li> </ul>
<p><b>ATTIVITÀ</b></p> 	<p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini: Test e analisi dei risultati: "Panico", " "Devo stare calmo" - "Ci vogliono calma e sangue freddo"</p> <p>Comunicare in modo efficace: La storia -Chesley Burnett "Sully" Sulleberber: il sangue freddo è il mio mestiere.</p> <p>Il messaggio in bottiglia Chesley Burnett "Sully" Sulleberber: il sangue freddo è il mio mestiere.</p> <p>Il messaggio in bottiglia</p> <p>Alla scoperta del significato di gestire lo stress: "Stress: una parola con due lati della medaglia"; Dalla teoria alla pratica: "C'è stress e stress"; l'importanza di questa life skills: "Che stress crescere" - "La scuola ci mette a dura prova" - "uno stress stellare"; "Imparare a dire di no". Consigli per allenarsi: "A ognuno la sua strategia"; Mettiti alla prova</p> <p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Film: Jojo Rabbit di Taika Waititi (commedia-drammatico-guerra,Germania, 2019, durata 108 minuti);</li> <li>- Canzone: A modo tuo di Luciano Ligabue</li> <li>- Libro: Bunker Diary di Kevin Brooks (Piemme, Milano, 2015)</li> </ul>




AREA TEMATICA	AREA RELAZIONALE
COMPETENZA	❖ <b>EMPATIA:</b> <i>L'alunna/o si mette nei panni degli altri, cioè riconosce e condivide le emozioni.</i>
CONOSCENZE	Le capacità empatiche Le strategie per entrare in connessione con l'altro
ABILITÀ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprirsi al mondo della comunicazione empatica</li> <li>• Avere consapevolezza dei sentimenti di altre persone</li> <li>• Dare valore alle emozioni altrui</li> <li>• Orientare il proprio comportamento verso l'osservazione delle reazioni emotive dell'altro per comprenderlo, sostenerlo e procedere nella relazione collaborativa.</li> <li>• Favorire relazioni autentiche nel gruppo (empatia, assenza di giudizio, superamento di stereotipi e pregiudizi)</li> </ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b> 	<p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini:  Empatia: La storia – Adele: allenamento emotivo di chi vive esistenze "in salita"  Test e analisi dei risultati: "Sto bene nei miei panni" – "I tuoi panni mi vanno un po' stretti"  – "So stare nei tuoi panni".  Il messaggio in bottiglia  Alla scoperta del significato dell'essere empatici: "Il potere di sentire dentro le emozioni degli altri; Dalla teoria alla pratica: "Cosa ci guadagno ad essere empatico?"; L'importanza di questa life skills: l'indifferenza è un pericolo quotidiano; "Consigli per allenarsi: L'empatia rende più bella la vita –  Mettiti nei panni dell'altro: "Mettiti nella posa del pensatore e penserai"</p> <p>Playlist in viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Film: Para Norman di Chris Bulter (animazione, USA, 2012, durata 92 minuti);</li> <li>- Canzone: Il diario degli errori di Michele Bravi (2017);</li> <li>- Libro: Invisibile. Una storia contro ogni bullismo di Eloy Moreno (Mondadori, Milano, 2019)</li> </ul>
COMPETENZA	❖ <b>COMUNICAZIONE EFFICACE:</b> <i>L'alunna/o si esprime in ogni situazione con qualunque interlocutore sia a livello verbale che non verbale (espressioni facciali, la voce e la postura), in modo chiaro e coerente con il proprio stato d'animo, così da essere compresa/o.</i>
CONOSCENZE	Le 5 soft skills per comunicare
ABILITÀ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere i canali verbali, paraverbali e non verbali attraverso cui comunichiamo e comprendere gli effetti dei nostri gesti, atteggiamenti e comportamenti comunicativi sulle relazioni interpersonali e di gruppo.</li> <li>• Saper comunicare in maniera chiara e convincente, così da saper guidare il gruppo sia in un eventuale cambiamento, sia nel risolvere eventuali disaccordi.</li> <li>• Cercare di favorire l'instaurarsi di legami fra i membri di un gruppo creando un ambiente positivo che consenta di lavorare per obiettivi comuni</li> </ul>
PROPOSTE ATTIVITÀ	Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini: Test e analisi dei risultati: "Che fatica comunicare"; "Provo a dire, ma che fatica"; "Dico quello che penso"





	<p>Comunicare in modo efficace: La storia – Iqbal Masih: una voce limpida contro la schiavitù.</p> <p>Il messaggio in bottiglia</p> <p>Alla scoperta del significato del comunicare in modo efficace: Comunicare: l'arte di donare qualcosa di sé;</p> <p>Dalla teoria alla pratica: "Cosa vuoi ottenere con le tue parole? "; l'importanza di questa life skills: "Dire le parole giuste può fare la differenza"; "Imparare a dire di no".</p> <p>Consigli per allenarsi: "Fai attenzione a come comunichi"; Mettiti alla prova.</p> <p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Film: Il discorso del re di Tom Hooper (storico, Gran Bretagna-Australia, 2010, durata 11 minuti);</li> <li>- Canzone: Un bene dell'anima di Jovanotti (2015);</li> <li>- Libro: Io dico no! di Daniele Arstarco (Einaudi Ragazzi, Trieste, 2017)</li> </ul>
<b>COMPETENZE</b>	❖ <b>RELAZIONI EFFICACI:</b> <i>L'alunna/o crea e mantiene relazioni importanti ed è in grado di interrompere relazioni inadeguate.</i>
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Capacità relazionali</p> <p>Elementi dell'ascolto attivo</p> <p>Strategie di cooperazione</p> <p>Valore dei principi di tolleranza, lealtà e rispetto</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper ascoltare attentamente i pensieri e le emozioni degli altri in situazioni condivise o diverse dalle proprie.</li> <li>• Capacità di cooperare e portare a termine i compiti che richiedono la collaborazione con gli altri per il raggiungimento di obiettivi condivisi.</li> <li>• Conoscere il significato di "gruppo" e di "comunità", e l'importanza dei principi di "tolleranza", "lealtà" e "rispetto" per una buona convivenza.</li> <li>• Sa assumere comportamenti di rispetto per gli altri e sa mantenere relazioni positive con gli altri</li> <li>• Riconoscere situazioni di conflitto, individuarne cause e conseguenze e impegnarsi a risanare gli impatti interiori più significativi</li> <li>• Conoscere la responsabilità legata al proprio agire tenendo presenti aspetti etici, norme sociali e rispetto degli altri, evitando le possibili conseguenze di decisioni ed azioni impulsive.</li> <li>• Saper interagire in modo efficace con gli altri</li> <li>• Praticare il lavoro di squadra in modo collaborativo</li> </ul>




<p><b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b></p> 	<p>Stesura di un regolamento di comportamento da parte degli alunni</p> <p>Ideazione di strategie per la soluzione di conflitti</p> <p>Proiezione del video del manifesto della comunicazione non ostile</p> <p>Attività didattiche digitali _Percorso sui principi del Manifesto della comunicazione non ostile _ Internet: il nostro motore; La classe è su whatsapp e in chat si scrivono le regole; Netiquette: introduzione e riflessioni; individuazione e scrittura di regole</p> <p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini:</p> <p>Test e analisi dei risultati: "Dov'è il problema" - "Navigo a vista" - "Digito e vigilo".</p> <p>La storia: Carolina Picchio: le parole fanno più male delle botte.</p> <p>Il messaggio in bottiglia</p> <p>Cosa significa risolvere problemi: "Online si nasce ... ma consapevoli si diventa "; Dalla teoria alla pratica: "Un mondo di iperconnessi"; L'importanza di questa life skills; "Il tempo è una risorsa importante"; "La tua reputazione digitale è per sempre"; "Scelgo io o mi scegli tu? Faccio io o fai tu?"; Consigli per allenarsi: Sempre più consapevole; Mettiti alla prova.</p> <p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- The social dilemma di Jeff Orowski (documentario, USA, 2020, durata 94 minuti);</li> <li>- Canzone: L'esercito dei selfie di Takagi &amp; Ketra featuring Lorenzo Fragola e Arisa (2019);</li> <li>- Libro: La guerra dei Like di Alessia Cruciani (Piemme - Il Battello a Vapore, Milano, 2019)</li> </ul>
---	---




AREA TEMATICA	AREA COGNITIVA
COMPETENZA	❖ <b>PRENDERE DECISIONI:</b> <i>L'alunna/o valuta le diverse possibilità a disposizione e le conseguenze che ne possono derivare dalla decisione presa.</i>
CONOSCENZE	Il processo decisionale
ABILITÀ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizzare "situazioni problematiche" e valutare e pro e contro delle eventuali soluzioni</li> <li>• Imparare a formulare un giudizio ragionato dopo aver analizzato informazioni, dati e fatti</li> <li>• Acquisire strategie individuali da adottare per resistere alla pressione del gruppo nel compiere azioni pericolose o scorrette</li> <li>• Pervenire a decisioni opportune e valide</li> </ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b> 	<p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini:            Test e analisi dei risultati: "Odio decidere" – "Provo a scegliere" – "Scegliendo s'impara".            La storia: Miep Gies: alcune scelte possono cambiare il mondo.            Il messaggio in bottiglia            Cosa significa risolvere problemi: "Prendere decisioni: difficile ma necessario"; Dalla teoria alla pratica: difficile ma necessario"; Dalla teoria alla pratica: "Perché è difficile prendere una decisione"; l'importanza di questa life skills; "Ciao mondo! Questo sono io"; "Cosa voglio fare da grande?"; "Per decidere ci vuole coraggio"; Consigli per allenarsi: una strategia che apre le porte; Mettiti alla prova</p> <p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Film. Flash of genius di Marc Abraham (biografico, USA, 2008, durata 119 minuti)</li> <li>- Canzone: Il mestiere della vita di Tiziano Ferro (2016)</li> <li>- Libro: Sette minuti dopo la mezzanotte di Patrick Ness e Siobhan Dowd (Mondadori, Milano, 2016)</li> </ul>
COMPETENZA	❖ <b>RISOLVERE PROBLEMI:</b> <i>L'alunna/o individua soluzioni efficaci ad una situazione problematica tenendo presente il contesto e le persone coinvolte, compreso se stessa/o e soddisfacendo sia i bisogni razionali e pratici, che quelli relazionali ed emotivi.</i>
CONOSCENZE	Le principali strategie di problem solving.
ABILITÀ	<p>Acquisire strategie individuali da adottare per resistere alla pressione del gruppo nel compiere azioni pericolose o scorrette</p> <p>Interagire con i compagni secondo modalità stabilite per la soluzione dei conflitti</p>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b> 	<p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini:            Test e analisi dei risultati: "Che fatica i problemi" – "Io speriamo che me la cavo" – "Se c'è un problema, ci sarà una soluzione".            La storia: Manuel Bortuzzo: il ragazzo che ha ricominciato a vivere.            Il messaggio in bottiglia            Cosa significa risolvere problemi: "Risolvere problemi: un'arte per la vita";            Dalla teoria alla pratica: "Le tre vie per affrontare i problemi"; l'importanza di questa life skills; "Risolvere problemi richiede allenamento, fatica e strategie"; Consigli per allenarsi – Mettiti alla prova.</p>



	<p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Film: Il ragazzo invisibile di Gabriele Salvatores (fantastico, 2024, durata 100 minuti);</li> <li>- Canzone: Albachiara di Vasco Rossi (1979);</li> <li>- Libro: Nelle terre selvagge di Gary Paulsen, (Piemme- Il Battello a Vapore, Milano, 2016)</li> </ul>
<b>COMPETENZE</b>	❖ <b>PENSIERO CRITICO:</b> L'alunna/o analizza informazioni, situazioni ed esperienze in modo oggettivo, distinguendo la realtà dalle proprie impressioni soggettive e i propri pregiudizi, riconoscendo i fattori che influenzano pensieri e comportamenti propri e altrui, rimanendo così lucida/o nelle scelte.
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Fasi che caratterizzano il processo del pensiero critico secondo Mancinelli (2020):</p> <p>Raccolta delle informazioni: raccogliere informazioni circa un certo argomento allo scopo di ottenere informazioni il più possibile complete ed esaustive</p> <p>Valutazione delle informazioni: riflettere e valutare l'affidabilità e la validità delle fonti da cui si sono recuperate le informazioni</p> <p>Superamento dei pregiudizi: analisi delle informazioni, anche con attenzione a distinguere i fatti e le evidenze, a identificare possibili pregiudizi, stereotipi, bias, fattori di influenza sociale</p> <p>Presenza di decisione finale: in questa fase il soggetto arriva a formulare un proprio giudizio e una propria opinione riguardo un certo argomento, e può essere un passaggio importante prima di una decisione o per la risoluzione di un problema.</p>
<b>ABILITÀ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Attivare processi di riflessione, analisi e valutazione di informazioni, concetti, opinioni, eventi e situazioni in modo oggettivo, valutando vantaggi e svantaggi.</li> <li>• Distinguere la realtà dei fatti dalle proprie impressioni soggettive e i propri pregiudizi e interpretazioni personali.</li> <li>• Comprendere meglio situazioni, opzioni, progetti e persone.</li> <li>• Riconoscere i fattori che possono influenzare le nostre scelte e i nostri comportamenti, come ad esempio i valori, la pressione dei coetanei e dei media.</li> <li>• Argomentare in modo corretto e rispettoso, accrescendo capacità di pensiero critico e di scelta autonoma</li> <li>• Favorire il ricorso al pensiero critico per creare relazioni efficaci e prendere buone decisioni.</li> </ul>
<b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b> 	Thinking routines: "Osserva, pensa, fatti domande"
<b>COMPETENZE</b>	❖ <b>PENSIERO CREATIVO:</b> L'alunna/o pensa ad alternative possibili, ha idee originali per trovare soluzioni, esce da situazioni difficili o da schemi comportamentali che impediscono di superare ostacoli.
<b>CONOSCENZE</b>	<p>Il modello del processo creativo di Graham Wallas</p> <p>Modalità di allenamento del pensiero creativo</p>



<p><b>ABILITÀ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepire e rapportarsi con le cose con occhi creativi, privi di inibizioni e convenzioni esprimendo libertà di immaginare, di provare emozioni, di agire e di rendere originali e speciali le proprie azioni</li> <li>• Esplorare e sperimentare modalità flessibili e versatili nella proposta di idee originali e di risoluzioni di problemi</li> <li>• Sviluppare il pensiero laterale</li> <li>• Favorire il pieno e sano sviluppo della personalità.</li> </ul>
<p><b>PROPOSTE ATTIVITÀ</b></p> 	<p>Da "Destinazione vita" di Alberto Pellai e Barbara Tamborini:  Test e analisi dei risultati: "Io non abito a fantasia" - "Un pizzico di fantasia" - "Idee in libertà". La storia: "Bruno Munari: la creatività come motore per la vita"; Il messaggio in bottiglia; Cosa significa avere pensiero creativo: "Essere creativi: quando la realtà nasconde meraviglie"; "Dalla teoria alla pratica: grandi creativi della Storia"; Perché è importante questa life skill: "Se sei creativo la vita sarà più semplice"; "La creatività nutre il cervello"; "Creativi non si nasce, ma si diventa"; "Il reale nutre il virtuale"; Consigli per allenarsi</p> <p>Creazione di ambienti didattici in cui si sollecitano gli alunni a individuare problemi, a sollevare domande, a mettere in discussione le conoscenze già elaborate, a trovare appropriate piste d'indagine, a cercare soluzioni originali promuovendo l'autonomia di pensiero e l'attitudine alla scoperta, l'apprendimento e la curiosità</p> <p>Playlist di viaggio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dickens. L'uomo che inventò il Natale di Bharat Nalluri (drammatico - fantastico, Irlanda - Canada, 2017, durata 140 minuti);</li> <li>- Canzone: Ti vorrei sollevare e Giuliano Sangiorgi (2009);</li> <li>- Libro: La straordinaria invenzione di Hugo Cabret di Brian Selznick (Mondadori, Milano, 2011)</li> </ul>

