

# PROGETTO PER CRESCERE



**La Metodologia  
“Progetto per Crescere”  
per insegnanti**

**I cinque volumetti  
“Momenti Insieme”, uno  
per ogni classe, per allievi  
e genitori**

# PROGETTO PER CRESCERE

## METODOLOGIA

Guida per l'insegnante

## INDICE GENERALE

### PARTE TEORICA

<b>Sezione 1</b>	Guida al Percorso	5
<b>Sezione 2</b>	Clima scolastico positivo	32
<b>Sezione 3</b>	Progetto di Servizio all'apprendimento	38
<b>Sezione 4</b>	Prima di cominciare	45

### PARTE OPERATIVA

INDICE OPERATIVO		63
<b>Classe I</b>		73
<b>Classe II</b>		230
<b>Classe III</b>		356
<b>Classe IV</b>		472
<b>Classe V</b>		590
<b>Sezione 5</b>	Insieme alle famiglie	723
	Guida per condurre gli incontri con i genitori	727
<b>Sezione 6</b>	Modulistica	763

# PARTE OPERATIVA

## INDICE OPERATIVO

### **CLASSE PRIMA** 73

#### **CAPITOLO 1 - Costruire una comunità scolastica** 74

**OBIETTIVO DEL CAPITOLO:**

sentirsi a proprio agio e stimati come membri della classe e della comunità scolastica

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 1 alla classe 74

**SEQUENZA 1 - ANCH'IO SONO NUOVO QUI** 84

Usando occhi e orecchie, gli alunni imparano qualcosa in più sui compagni e condividono pensieri ed emozioni sull'inizio della classe prima

**SEQUENZA 2 - GENTILMENTE, PER PIACERE** 89

Gli alunni fanno esperienza dell'essere cortesi e considerati dagli altri quando chiedono aiuto

**SEQUENZA 3 - LE REGOLE DI CURA E CONDIVISIONE** 94

Gli alunni e l'insegnante stabiliscono le regole di classe che aiuteranno ognuno a trattare l'altro con rispetto

**SEQUENZA 4 - GENTE A SCUOLA** 100

Gli alunni imparano qualcosa di più del personale scolastico ed invitano un membro del personale ad essere ospite in classe

#### **CAPITOLO 2 - Crescere come gruppo** 105

**OBIETTIVO DEL CAPITOLO:**

usare capacità comunicative per relazionarsi con gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 2 alla classe 105

**SEQUENZA 1 - FERMATI, GUARDA E ASCOLTA** 111

Gli studenti imparano come ascoltare e far capire agli altri che stanno ascoltando

**SEQUENZA 2 - PREPARARSI PER I GRUPPI** 116

Gli alunni scoprono che lavorare in gruppo è più divertente se ognuno ha un lavoro speciale da svolgere nel gruppo.

**SEQUENZA 3 - RABBIA... CHE FARE** 132

Gli studenti imparano come reagire in maniera positiva, quando un compagno di classe si arrabbia con loro

**SEQUENZA 4 - IO SONO UN BUON AMICO** 143

Analizzando ciò che fanno gli amici, gli studenti diventano consapevoli di come fare amicizia e mantenerla

# CLASSE PRIMA

## CAPITOLO 3 - Prendere decisioni positive 150

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

imparare a prendere decisioni positive e responsabili e saper dire “No” a quelle negative

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 3 alla classe 150

**SEQUENZA 1 - PRENDERE DECISIONI UTILI** 160

Gli studenti apprendono un'abilità fondamentale: distinguere le decisioni utili da quelle dannose

**SEQUENZA 2 - SCELTE E DECISIONE** 165

Gli adulti suggeriscono le scelte più sagge, ma gli studenti devono imparare a “scegliere” e “decidere” la cosa migliore per loro

**SEQUENZA 3 - DECIDERE “SÌ” O “NO”** 175

Gli studenti si esercitano a dire “Sì” alle decisioni positive e “No” a quelle negative

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 180

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 180

**SEQUENZA 1 - SANE ABITUDINI** 184

Gli studenti scoprono modi in cui prendersi cura del proprio corpo

**SEQUENZA 2 - VELENI, VI CONOSCO!** 189

Gli studenti scoprono come stare al sicuro da veleni e sostanze sconosciute

**SEQUENZA 3 - SONO IN GRADO DI CHIEDERE AIUTO** 197

Gli studenti imparano che stare bene e al sicuro, significa talvolta chiedere aiuto ad un adulto

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 202

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 5 alla classe 202

**SEQUENZA 1 - CHE COSA CI PIACE DI NOI** 212

Gli studenti si esercitano a fare e a ricevere complimenti

**SEQUENZA 2 - LE NOSTRE FAMIGLIE** 216

Gli studenti mostrano il proprio affetto per le loro famiglie scrivendo dei messaggi su *Momenti Insieme*

**SEQUENZA 3 - QUALCUNO DI SPECIALE A SCUOLA** 220

Gli studenti costruiscono una coccarda per onorare un adulto che li ha aiutati a scuola quest'anno

**SEQUENZA 4 - FESTEGGIARE CIÒ CHE ABBIAMO IMPARATO** 224

Per concludere l'anno, gli studenti ricevono un premio da Orsetto con il nome delle loro nuove “Competenze per Crescere”

## **CAPITOLO 1 - Costruire una comunità scolastica** 231

### **OBIETTIVO DEL CAPITOLO:**

sentirsi a proprio agio e stimati come membri della classe e della comunità scolastica

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 1 alla classe 231

### **SEQUENZA 1 - CONOSCIAMOCI MEGLIO** 233

Per cominciare a costruire una comunità, gli alunni imparano gli interessi dei compagni di classe e li presentano

**SEQUENZA 2 - REGOLE PER UNA CLASSE ATTENTA E PREMUROSA** 237

Gli alunni e l'insegnante scelgono regole di classe utili a rendere la loro comunità un luogo confortevole e attento

**SEQUENZA 3 - POTRESTI, VORRESTI... PER FAVORE?** 243

Gli studenti imparano come chiedere aiuto, in modo che gli altri rispondano ai bisogni espressi

**SEQUENZA 4 - LA NOSTRA COMUNITÀ TRAPUNTA** 250

Tutti gli alunni contribuiscono ad un progetto di gruppo che simboleggia la comunità di classe

## **CAPITOLO 2 - Crescere come gruppo** 257

### **OBIETTIVO DEL CAPITOLO:**

usare abilità interpersonali per relazionarsi con gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 2 alla classe 257

### **SEQUENZA 1 - SONO TUTT'ORECCHI** 259

Ascoltare ci aiuta ad andare d'accordo con gli altri, cosa che gli studenti impareranno in questa sequenza

**SEQUENZA 2 - ASCOLTA, CONDIVIDI E GIOCA LEALMENTE** 264

Gli alunni scoprono che giocare e stare in gruppo è più divertente se tutti ascoltano, condividono e giocano lealmente

**SEQUENZA 3 - IL NOSTRO GRUPPO CE LA FA** 269

Gli alunni esplorano i quattro ruoli di gruppo, per costruire insieme un'esperienza positiva

**SEQUENZA 4 - TI DICO GRAZIE** 280

Gli alunni si esercitano a mostrare e dire agli altri quanto li apprezzano

## **CAPITOLO 3 - Prendere decisioni positive** 286

### **OBIETTIVO DEL CAPITOLO:**

imparare a prendere decisioni positive e responsabili e saper dire "No" a quelle negative

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 3 alla classe 286

### **SEQUENZA 1 - DECISIONI! DECISIONI!** 288

Sebbene insegnanti e genitori li aiutino a compiere delle decisioni, i bambini devono imparare la differenza tra decisioni positive e negative

**SEQUENZA 2 - UN MODO PER DECIDERE** 294

Quando gli adulti offrono scelte sane, gli alunni imparano a valutare le scelte, prevedere le conseguenze e decidere l'opzione migliore

**SEQUENZA 3 - È OK DIRE "NO"** 299

Gli alunni imparano a dire "NO", quando qualcuno tenta di influenzarli in maniera negativa

# CLASSE SECONDA

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 305

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 305

**SEQUENZA 1 - GUARDO E VEDO UN INCREDIBILE ME** 315

Gli studenti scoprono che i loro "organi interni" svolgono un lavoro molto importante

**SEQUENZA 2 - COME PRENDERSI CURA DEL PROPRIO CORPO** 322

Gli allievi imparano modi per mantenere il proprio corpo in salute

**SEQUENZA 3 - OCCHIO ALLE MEDICINE** 327

La classe impara una regola per stare al sicuro con le medicine

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 332

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 5 alla classe 332

**SEQUENZA 1 - IL NOSTRO TALENT SHOW** 334

Gli alunni evidenziano le loro speciali abilità e quelle dei compagni

**SEQUENZA 2 - ESPRESSIONI POSITIVE** 340

Gli alunni imparano parole utili a condividere le loro emozioni positive

**SEQUENZA 3 - CELEBRARE LA MIA FAMIGLIA** 347

Gli alunni costruiscono uno scacciapensieri per rappresentare le abilità dei membri della famiglia

**SEQUENZA 4 - LE NOSTRE COMPETENZE STANNO CRESCENDO** 351

Gli alunni costruiscono un giardino di fiori per illustrare le competenze acquisite durante l'anno grazie a *Progetto per Crescere*

# CLASSE TERZA

356

## CAPITOLO 1 - Costruire una comunità scolastica 356

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

sentirsi a proprio agio e stimati come membri della classe e della comunità scolastica

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 1 alla classe 357

**SEQUENZA 1 - TU, IO E LA CLASSE TERZA** 359

Gli studenti identificano una propria area di interesse e condividono qualcosa in proposito.

**SEQUENZA 2 - CI IMPORTA E SI VEDE** 363

Gli studenti e l'insegnante stabiliscono regole di classe per prendersi cura gli uni degli altri

**SEQUENZA 3 - CRESCERE DONANDO** 367

Gli studenti imparano e fanno pratica di svariati modi di donare

**SEQUENZA 4 - PERSONE CHE FANNO LA DIFFERENZA** 372

Gli studenti, grazie ad interviste, imparano di più a proposito del personale scolastico e rafforzano le loro relazioni positive con gli adulti presenti a scuola.

## CAPITOLO 2 - Crescere come gruppo 376

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

usare abilità interpersonali per relazionarsi con gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 2 alla classe 376

**SEQUENZA 1 - ASCOLTA!** 378

Gli alunni imparano che ascoltare dimostra agli altri che siamo interessati a ciò che pensano e sentono

**SEQUENZA 2 - UN GRUPPO CONNESSO** 383

Gli alunni formano quattro gruppi e si esercitano nei ruoli che rendono il lavoro di gruppo un'attività di successo e senza stress

**SEQUENZA 3 - CHE FASTIDIO!** 391

Gli alunni imparano come reagire a comportamenti fastidiosi con suggerimenti utili, senza farsi condizionare negativamente

**SEQUENZA 4 - STRUMENTI PER COSTRUIRE AMICIZIA** 399

Gli alunni scoprono che le abilità per costruire amicizia, possono essere imparate

## CAPITOLO 3 - Prendere decisioni positive 406

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

imparare a prendere decisioni positive e responsabili e saper dire "No" a quelle negative

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 3 alla classe 406

**SEQUENZA 1 - SAGGE DECISIONI** 408

Gli alunni realizzano che le loro decisioni possono avere sugli altri effetti positivi o negativi

**SEQUENZA 2 - TRE PASSI PER DECIDERE** 414

Gli alunni si esercitano in un processo decisionale in tre fasi, da usare quando adulti fidati offrono loro scelte sicure

**SEQUENZA 3 - SAPERE QUANDO DIRE "NO"** 421

Gli alunni discutono e si esercitano nei modi di resistere alle influenze negative

# CLASSE TERZA

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 427

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 427

**SEQUENZA 1 - SANE ABITUDINI** 429  
Sviluppare abitudini salutari rende più facile stare bene

**SEQUENZA 2 - SANO O NOCIVO: LA DIFFERENZA** 434  
Gli allievi classificano cibo, veleni, medicine, droghe e separano ciò che è salutare da ciò che è nocivo

**SEQUENZA 3 - CHI PUÒ AIUTARE?** 441  
Gli alunni imparano che gli adulti fidati sono fonti di informazione attendibili e possono fornire loro vari tipi di aiuto

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 446

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 5 alla classe 446

**SEQUENZA 1 - LA CLASSE TERZA IN TV** 448  
In questa sequenza ogni alunno pianifica e crea uno "spettacolo televisivo" sui traguardi raggiunti durante la classe terza

**SEQUENZA 2 - UN GRAZIE ALLA MIA FAMIGLIA** 454  
Gli alunni completano dei "buoni", offrendosi di fare dei lavori speciali a casa, per ringraziare la propria famiglia per tutto ciò che fa

**SEQUENZA 3 - RICORDARE UNA PERSONA SPECIALE** 460  
Gli alunni costruiscono delle cartoline 3D per mostrare ad adulti speciali che cosa apprezzano di loro

**SEQUENZA 4 - ONORARE I PROPRI COMPAGNI DI CLASSE** 467  
Lavorando in gruppi, gli alunni creano un album di classe per celebrare ogni studente



# CLASSE QUARTA

472

## CAPITOLO 1 - Costruire una comunità scolastica 473

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

sentirsi a proprio agio e stimati come membri della classe e della comunità scolastica

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 1 alla classe 473

**SEQUENZA 1 - NOMI CONOSCIUTI** 476

Imparare meglio gli interessi di ognuno, per conoscere più in profondità i membri della comunità-classe.

**SEQUENZA 2 - ANCHE TU TI SENTI COSÌ?** 480

Gli studenti scoprono che anche i compagni possono sentirsi come loro, all'inizio della classe quarta.

**SEQUENZA 3 - REGOLE PER RISPETTARCI** 484

Gli studenti e gli insegnanti stabiliscono insieme le regole per rispettarsi.

**SEQUENZA 4 - MISSIONE MASCHERA: INSIEME CI RIUSCIAMO!** 491

Ogni studente crea una maschera di persona da offrire alla comunità-classe e da usare nelle scenette.

## CAPITOLO 2 - Crescere come gruppo 496

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

usare abilità interpersonali per relazionarsi con gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 2 alla classe 496

**SEQUENZA 1 - IL DONO DELL'ASCOLTO** 498

Gli alunni imparano che ascoltare è un dono che offre molti benefici.

**SEQUENZA 2 - RUOLI DI RESPONSABILITÀ** 504

Imparare i ruoli di gruppo aiuta gli alunni ad assumersi le responsabilità necessarie a completare un'attività di gruppo.

**SEQUENZA 3 - EVITARE IL GIOCO DELLA CRITICA** 513

Gli alunni fanno pratica nel gestire i conflitti in modo utile e costruttivo.

**SEQUENZA 4 - UN COMPLIMENTO È UN DONO** 520

Gli alunni si esercitano a fare e ricevere complimenti.

## CAPITOLO 3 - Prendere decisioni positive 524

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

imparare a prendere decisioni positive e responsabili e a dire "No" a quelle negative

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 3 alla classe 524

**SEQUENZA 1 - PRIMA VALUTO LE CONSEGUENZE** 526

Gli alunni comprendono che le decisioni hanno conseguenze, positive o negative.

**SEQUENZA 2 - SCELTE, CONSEGUENZE, DECISIONE... AZIONE!** 532

Gli studenti valutano i pro e i contro delle possibili scelte, prima di decidere.

**SEQUENZA 3 - POSITIVAMENTE "NO"** 538

Gli alunni riconoscono la pressione dei coetanei e fanno pratica nel rispondere "No".

# CLASSE QUARTA

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 544

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 544

**SEQUENZA 1 - COSTRUIRE UN FUTURO SANO** 546

Gli studenti acquisiscono maggiore consapevolezza di come avere cura di sé e discutono di come le loro azioni possono influenzare positivamente gli altri.

**SEQUENZA 2 - QUAL È IL MESSAGGIO?** 552

Gli allievi analizzano come le strategie pubblicitarie possono influenzare il pensiero delle persone.

**SEQUENZA 3 - IMPARARE INSEGNANDO** 557

Gli alunni assumono il ruolo di modelli positivi per insegnare ai bambini più piccoli come evitare sostanze nocive.

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 566

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 566

**SEQUENZA 1 - I NOSTRI TALENTI: GUARDA CHE TESORO** 568

Attraverso interviste, gli studenti scoprono gli interessi e le abilità dei loro compagni di classe.

**SEQUENZA 2 - RESPONSABILITA' DA RICORDARE** 575

Gli alunni discutono modi attraverso cui mostrarsi responsabili e sperimentano le sensazioni positive che derivano dal portare a termine le proprie responsabilità.

**SEQUENZA 3 - CELEBRARE UNA PERSONA SPECIALE** 580

Gli alunni scelgono una persona che ha contribuito alla loro vita e inventano un modo per onorarla.

**SEQUENZA 4 - ONORE AI MIEI COMPAGNI** 584

Gli studenti mostrano di apprezzarsi l'un l'altro, cantando o scrivendo messaggi positivi.

# CLASSE QUARTA

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 544

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 544

### SEQUENZA 1 - COSTRUIRE UN FUTURO SANO 546

Gli studenti acquisiscono maggiore consapevolezza di come avere cura di sé e discutono di come le loro azioni possono influenzare positivamente gli altri.

### SEQUENZA 2 - QUAL È IL MESSAGGIO? 552

Gli allievi analizzano come le strategie pubblicitarie possono influenzare il pensiero delle persone.

### SEQUENZA 3 - IMPARARE INSEGNANDO 557

Gli alunni assumono il ruolo di modelli positivi per insegnare ai bambini più piccoli come evitare sostanze nocive.

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 566

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 566

### SEQUENZA 1 - I NOSTRI TALENTI: GUARDA CHE TESORO 568

Attraverso interviste, gli studenti scoprono gli interessi e le abilità dei loro compagni di classe.

### SEQUENZA 2 - RESPONSABILITA' DA RICORDARE 575

Gli alunni discutono modi attraverso cui mostrarsi responsabili e sperimentano le sensazioni positive che derivano dal portare a termine le proprie responsabilità.

### SEQUENZA 3 - CELEBRARE UNA PERSONA SPECIALE 580

Gli alunni scelgono una persona che ha contribuito alla loro vita e inventano un modo per onorarla.

### SEQUENZA 4 - ONORE AI MIEI COMPAGNI 584

Gli studenti mostrano di apprezzarsi l'un l'altro, cantando o scrivendo messaggi positivi.

# CLASSE QUINTA

590

## CAPITOLO 1 - Costruire una comunità scolastica 591

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

sentirsi a proprio agio e stimati come membri della classe e della comunità scolastica

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 1 alla classe 591

**SEQUENZA 1 - GENTE IMPORTANTE DA CONOSCERE** 593  
Gli studenti creano dei nomi figurati, come mezzo per condividere la propria personalità e i propri interessi con i compagni.

**SEQUENZA 2 - LE REGOLE DEL RISPETTO** 598  
Gli studenti e gli insegnanti stabiliscono insieme le regole di classe, per aiutare ciascuno a mostrare reciproco rispetto.

**SEQUENZA 3 - C'È DEL LAVORO DA FARE** 603  
Accettare la responsabilità per i lavori in classe e a scuola, fornisce agli alunni opportunità di sviluppare nuove abilità e di apprezzarne i benefici.

**SEQUENZA 4 - UN CENTESIMO PER I TUOI PENSIERI** 609  
Dopo aver completato un questionario sull'ambiente scolastico, gli studenti prendono in considerazione possibili modi per rendere la loro classe più positiva.

## CAPITOLO 2 - Crescere come gruppo 614

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

usare abilità interpersonali per relazionarsi con gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 2 alla classe 614

**SEQUENZA 1 - PRESTARE ASCOLTO** 616  
Gli alunni si esercitano ad ascoltare conversando, abilità essenziale nel lavoro di gruppo e nell'amicizia.

**SEQUENZA 2 - GRUPPO DI ALLENAMENTO** 622  
Usando un approccio cooperativo, gli studenti si insegnano reciprocamente le responsabilità di cinque ruoli di gruppo.

**SEQUENZA 3 - VINCONO TUTTI** 631  
I passi per raggiungere un accordo sono presentati come strumento per trovare una soluzione positiva ad un problema.

**SEQUENZA 4 - COMPRENDERE L'AMICIZIA** 638  
La classe esplora l'argomento e fa pratica delle abilità dell'amicizia.

## CAPITOLO 3 - Prendere decisioni positive 646

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

imparare a prendere decisioni positive e responsabili e a dire "No" a quelle negative.

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 3 alla classe 646

**SEQUENZA 1 - VENIRE A PATTI CON IL PROCESSO DECISIONALE** 648  
Gli alunni ripassano il lessico necessario ad analizzare le loro decisioni.

**SEQUENZA 2 - PASSO DOPO PASSO VERSO LA GIUSTA DECISIONE** 655  
Gli studenti imparano che i cinque passi del processo decisionale, possono fare la differenza tra una decisione utile e un errore.

**SEQUENZA 3 - IL POTERE DELLA PRESSIONE POSITIVA TRA COMPAGNI** 661  
Gli alunni imparano come supportarsi reciprocamente nel dire "No" alle influenze negative di alcuni coetanei.

# CLASSE QUINTA

## CAPITOLO 4 - Acquisire uno stile di vita sano 669

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

acquisire le conoscenze, gli atteggiamenti e i comportamenti per prendersi cura del proprio corpo e avere uno stile di vita sano

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 669

**SEQUENZA 1 - I NOSTRI CORPI MERAVIGLIOSI** 672

Gli studenti acquisiscono maggiore consapevolezza dei sette organi che aiutano il corpo a funzionare bene, mantenendoli sani.

**SEQUENZA 2 - TABACCO: I FATTI** 684

Gli allievi esaminano come il fumo possa avere forti conseguenze nella vita di un giovane.

**SEQUENZA 3 - ALCOL: LA VERITÀ NASCOSTA** 689

Gli alunni analizzano come l'alcol possa avere effetti pesanti sulla vita di un giovane.

**SEQUENZA 4 - AGIRE INSIEME POSITIVAMENTE** 695

Gli studenti scelgono e portano avanti un Progetto di Servizio, per aiutare gli altri ad acquisire uno stile di vita sano.

## CAPITOLO 5 - Celebrare te e me! 699

### OBIETTIVO DEL CAPITOLO:

valorizzare e rispettare se stessi e gli altri

**SI COMINCIA** - Come presentare il Capitolo 4 alla classe 699

**SEQUENZA 1 - STUDENTI SOTTO I RIFLETTORI** 701

Gli studenti si aiutano a completare i "Giornalini Riflettori", per identificare abilità, talenti e qualità di ognuno.

**SEQUENZA 2 - IMPARARE DAI NOSTRI TESORI** 705

Condividendo simboli importanti delle loro vite, gli alunni imparano ad apprezzare e rispettare le reciproche eredità personali e culturali.

**SEQUENZA 3 - PUBBLICARE IL NOSTRO SUCCESSO** 710

Gli studenti lavorano insieme per creare un giornale dei risultati di classe.

**SEQUENZA 4 - IL TEMPO DELLE NOSTRE VITE** 717

Gli studenti creano una linea del tempo per mostrare i risultati ottenuti dalla comunità scolastica, nel corso dell'anno.

# SEQUENZA 1

## ANCH'IO SONO NUOVO QUI

### Compito dell'insegnante

Trovare un modo divertente e naturale per gli alunni di conoscere gli altri e far scoprire che le persone hanno una grande varietà di pensieri e stati d'animo di fronte alle nuove esperienze.

### Obiettivi della sequenza

Gli alunni saranno in grado di:

1. Rivolgersi ai compagni e all'insegnante usando correttamente i nomi
2. Nominare alcuni pensieri e stati d'animo relativi ai primi giorni della Scuola Primaria

### Preparazione e materiali

- Preparazione dell'aula
- Strisce di carta pesante da usare come bandane
- Una copia di *Momenti Insieme* per ciascuno studente
- Vedere Fase 4 per materiali aggiuntivi

## SGUARDO D'INSIEME

### Fase 1: Scoprire / 15'

Gli alunni familiarizzano con i compagni usando i loro occhi

### Fase 2: Collegare / 15'

Gli alunni usano le orecchie per ascoltare la varietà di stati d'animo provata dai compagni iniziando la classe prima

### Fase 3: Mettere in pratica / 25'

Gli alunni dicono i loro nomi, ricevono le bandane e si accolgono reciprocamente

## ATTUAZIONE PRIMA PARTE



### Fase 1: Scoprire

Tempo: 15 minuti

Dopo aver accolto gli alunni... presentate il titolo e gli obiettivi della sequenza, aiutandovi, se possibile, con un supporto visivo.

#### 1. Gli studenti ascoltano una poesia e completano un'azione

Disponete la classe in cerchio e spiegate che anche se non ci si conosce molto bene, possiamo scoprire alcune cose di noi anche solo usando i nostri occhi. Fingete che l'orsetto Popi sussurri al vostro orecchio. Dite alla classe che l'Orso Popi sostiene di sapere una filastrocca sull'uso degli occhi e di volerla insegnare loro.

Insegnate la seguente rima alla classe. Cominciate posizionando la vostra mano sulla vostra fronte come se steste guardando intorno.

*Do un'occhiata intorno e che cosa mi appare?*

- Bambini di prima che mi stanno a guardare.

Continuate la filastrocca ripetendo ogni volta la prima riga e variando la seconda, in modo che sia appropriata agli alunni della vostra classe. Chiedete agli studenti di mimare ciò che la filastrocca contiene come caratteristica che li descrive:

*Do un'occhiata intorno e che cosa mi appare?*

- Bambini in blu jeans veloci ad applaudire
- Bambini col grembiule che si vanno ad inchinare
- Le scarpe da ginnastica che iniziano a saltare!
- Bambini con le calze che si vanno a coricare
- Bambini senza un dente che sento sghignazzare

## 2. Invitate gli studenti ad inventare nuove rime per la filastrocca

### Fase 2: Collegare

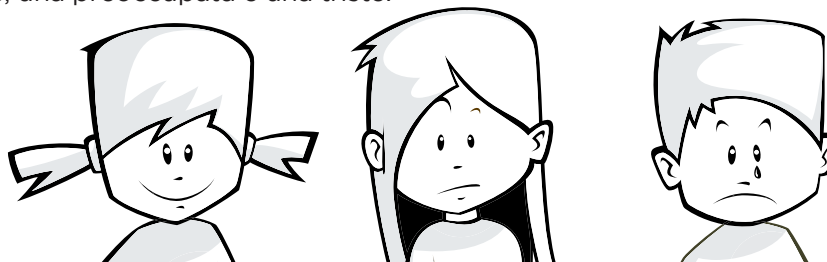
Tempo: 15 minuti

#### 1. Introdurre lo scopo della sequenza

Evidenziate che gli alunni scoprono già alcune cose degli altri semplicemente guardandoli. Nella sequenza di oggi impareranno qualcosa in più utilizzando occhi e orecchie e scopriranno alcune sensazioni, pensieri, emozioni provate dai loro compagni iniziando la classe prima. Inoltre ricorderanno meglio i nomi di ognuno.

#### 2. Condividete i principali stati d'animo che gli alunni avrebbero potuto avere iniziando la scuola

Disegnate tre facce che rappresentino differenti stati d'animo: una felice, una preoccupata e una triste.



**Nota:** informate i bambini che per prendere la parola, occorre avvisare prima la maestra e i compagni alzando la mano (proponete di farlo tutti uno dopo l'altro, ripetete la catena, vi sarà utile rifarlo nel tempo)

#### Ponete le seguenti domande:

- Quale di queste facce assomiglia a quella di Anna, mentre si vestiva per il suo primo giorno di scuola?
- Quale assomiglia ad Anna dopo aver mostrato alla classe il suo amico Popi?
- Quali parole conosci per descrivere le facce? (*Scrivete le parole suggerite dagli alunni sotto la faccia appropriata*).

Spiegate che ogni volta che facciamo qualcosa di nuovo abbiamo svariati pensieri e proviamo diverse sensazioni. Impiegate un po' di tempo chiedendo che qualche volontario condivida con il gruppo alcuni dei suoi pensieri o stati d'animo relativi all'inizio della scuola.

#### 3. Spiegare l'importanza di conoscere nuove persone e imparare i loro nomi

Dite che l'unico modo per sentirsi felici di fronte ad una nuova esperienza è divertirsi con nuovi amici. Possono tutti aiutarsi a stare bene cominciando ad imparare i nomi degli altri e dando il benvenuto ad ognuno.

Spiegate che qualche volta un nome nuovo è difficile da ricordare o da dire, perché non lo abbiamo mai sentito prima. Qualche volta invece è facile perché magari conosciamo qualcun altro con lo stesso nome. Il nome di ciascuno è importante e tutti noi abbiamo bisogno di ricordare i nomi dei nostri compagni.

**Nota:** se un nome è difficile da pronunciare, chiedete al bambino di essere la maestra e di aiutare tutti a dirlo correttamente. Ciò può essere utile ad evitare l'imbarazzo dell'allievo e a scoraggiare altri alunni a ridere di nomi per loro nuovi.

### Fase 3: Mettere in pratica

Tempo: 25 minuti

#### 1. L'Orso Popi riceve la sua bandana e viene accolto dalla classe

Dimostrate l'attività con l'Orso Popi usando la seguente procedura.

- Chiedete all'Orso Popi come vuole essere chiamato a scuola.  
(Ricordate che l'orso ha 2 nomi, un nome vero e un soprannome):

- Fate sussurrare all'Orso nel vostro orecchio e dite alla classe come vuole essere chiamato (Orso Popi).
- Scrivete Orso Popi sulla sua bandana e graffettatela a misura della sua testa
- Chiedete agli studenti di accoglierlo in classe, alzandosi e ripetendo il suo nome a ritmo battendo le mani
- Mettete la bandana all'orso e fategli fare un inchino alla classe
- Dopo l'inchino dell'orso invitate gli alunni a risedersi

## 2. Gli studenti ricevono le bandane con il loro nome, si presentano e si accolgono come prima con Popi (Ripetete la procedura con ciascun bambino)

### SINTESI

*Rivolti ai bambini, in cerchio seduti...*

- Alzate la mano se stiamo dicendo il vostro nome nel modo giusto
- Al 3 dite il nome del vicino
- Guardate i compagni e vedete se riuscite a dire a voi stessi il loro nome, solo col pensiero (Dare loro il tempo necessario per guardarsi intorno)
- Ora pensate ad alcuni degli stati d'animo che avremmo potuto provare all'inizio della scuola. Alzate la mano se volete dire una parola che descriva una di queste sensazioni. (Lasciar rispondere alcuni alunni)

## ATTUAZIONE SECONDA PARTE

### Fase 4: Raggiungere la competenza

Per aiutare gli alunni ad applicare gli apprendimenti della sequenza in situazioni nuove e significative, selezionare una o più delle seguenti attività, da attuare entro pochi giorni o anche subito dopo la Fase 3.

#### **Momenti Insieme / Quaderno operativo per genitori e figli - Chi vedi?**

Dite ai bambini che spesso, durante il *Progetto per Crescere* lavoreranno con compagni o in gruppo. Qualche volta avranno modo di lavorare con persone che conoscono già, altre volte magari no. Chiedete alla classe di nominare modi in cui i bambini potrebbero mostrare di avere cura dei sentimenti dei loro compagni o di altri membri del gruppo (esempio: dire correttamente il nome di ognuno).

Date ad ogni studente una copia del quaderno operativo *Momenti Insieme*. Concedetevi qualche minuto per dare un'occhiata al libro con loro. Spiegate che è un quaderno speciale per i loro famigliari. E' un buon modo per gli alunni di condividere alcune delle cose che hanno imparato nel *Progetto per Crescere*. Le pagine non utilizzate a scuola sono da completare a casa, sia da soli, sia con un membro della famiglia. Aiutate gli alunni a scrivere il loro nome sulla copertina del quaderno. Mostrate loro come girare la pagina con cura e chiedete di girare ogni pagina alla ricerca dell'Orso Popi. Qualche volta è facile trovarlo, ma altre si nasconde.

**Nota:** l'orsetto Popi di *Momenti Insieme* potrebbe sembrare diverso dall'orsetto della vostra classe. Spiegate agli alunni che l'Orso Popi può avere tante forme, dimensioni e colori, ma che è sempre lo stesso adorabile orsetto.

Invitate i bambini ad andare a pagina 4 del Quaderno operativo (mostrandola) e leggete la didascalia. Mostrate l'attività disegnando un'immagine di voi stessi su un foglio e colorandola con i pastelli. Partite dalla vostra faccia e portate gli alunni, passo passo, attraverso il processo di costruzione della figura:

- Capelli: di che colore sono i miei? Sono lisci o dritti? Corti o lunghi?
- Occhi: di che colore sono?
- Naso: come posso mostrarlo?
- Bocca: sorridente?

#### **Dettagli speciali:**

- Occhiali?
- Corpo: quale posizione per le mie braccia e gambe?
- Di che colore sono i miei vestiti?

Dopo che ciascuno di loro avrà compreso come procedere, mettete via il vostro disegno, cosicché non possa essere copiato. Dite: "Questo è come ho rappresentato me stessa! Ora disegnate voi stessi nel modo in cui vi vedete". Se possibile, invitate gli alunni a gruppi di 3 o 4 a guardare se stessi in uno specchio a figura intera.



Mentre gli studenti lavorano, gironzolate per l'aula facendo apprezzamenti specifici ai loro disegni e chiamando ogni bambino per nome. Assicuratevi anche che tutti abbiano scritto correttamente il loro nome in copertina.

Dopo che ogni bambino avrà terminato, chiedete che tutti si siedano in cerchio, creando, in senso orario, coppia con il compagno vicino. Proponete di scambiarsi i disegni e di presentarsi reciprocamente al resto del gruppo mostrando la figura.

Al termine i disegni vengono appoggiati sul pavimento.

Dopo che ogni immagine è stata presentata, mostrare apprezzamento con un applauso.

Guardate i disegni e fate commenti positivi (di tipo generico) sul loro lavoro. Ad esempio "Vedo così tanti bambini con facce felici", "Vedo un sacco di colori vivaci e luminosi". Chiedete: "Che cosa vedete che vi piace?" Incoraggiatevi ad offrire il loro apprezzamento al lavoro degli altri.

### Arte e Immagine / Tu sai raccontare una storia

Disponete gli studenti a coppie e chiedete loro di prender *Momenti Insieme* e di andare a pagina 6 e 7. Rivedete la storia di Anna nel primo giorno di scuola e discutete di cosa avesse fatto sentire meglio la bambina. Chiedete agli alunni di raccontare al compagno la storia aiutandosi con le vignette di *Momenti Insieme*. Spiegate che potranno raccontare la storia ai loro familiari.

### Collegare facce a nomi

Scattate fotografie dei vostri allievi. Scrivete su targhette il nome di ognuno. Sul retro di ogni foto e di ogni targhetta disegnate simboli di collegamento come cuori, stelle, forme e colori.

Date ad ogni alunno la targhetta con il nome di un altro. Mostrate una foto e chiedete chi abbia il nome corrispondente. Se gli alunni non riuscissero a collegare correttamente, mostrate il simbolo sul retro della foto e chiedete chi possieda la targhetta con il simbolo corrispondente.

Dopo che ogni foto sarà stata accoppiata al giusto nome, consegnate a ciascuno la propria e chiedete alla classe di applaudire. Al termine posizionate tutte le foto e le targhette su un piano facilmente accessibile ai bambini, per consentire loro di fare pratica autonomamente accoppiando facce e nomi.

### Italiano / Ma che bel nome!

Alla lavagna, su una linea orizzontale scrivete l'iniziale del nome di ogni alunno, compreso l'Orso Popi. Raccogliete le targhette nomi degli studenti, mostratene una e chiedete se qualcuno sa di chi sia quel nome. Se nessuno lo sa, dite il nome del bambino e chiedetegli di raggiungervi. Ripetete la rima sottostante usando il nome del bambino. Chiedete all'alunno di posizionare con la gommina sulla lavagna il proprio nome sotto la lettera corrispondente (aiutate ogni bambino che ha bisogno di aiuto).

**LINDA, LINDA  
MA CHE BEL NOME!  
ALZATI SE VUOI  
E GIOCA INSIEME A NOI**

Continuate finché ogni nome non sarà stato posizionato sotto la giusta lettera. Incoraggiate gli studenti a ripetere con voi la rima (non dimenticate l'Orso Popi).

Poi leggete tutti i nomi che iniziano con la lettera "S" ad esempio, chiedete a quegli alunni di alzarsi e alla classe di applaudire. Continuate finché ognuno avrà avuto modo di alzarsi e ricevere l'applauso (o un altro tipo di apprezzamento, stabilite voi quale di volta in volta).

### Musica / Ci puoi dire?

Disponete tutti gli alunni in piedi, in cerchio, a cantare la canzoncina indicata a seguito (sul motivetto musicale Fra' Martino campanaro). Cantate un paio di volte la canzoncina ed invitate gli alunni a fare altrettanto insieme a voi.

Invitate tre volontari per cantarla insieme. Date ad ognuno di loro una campanella o un triangolo da suonare in corrispondenza con il Din Don Dan. Al termine "dell'esibizione", chiedete a ciascun di dire il proprio nome e alla classe di ripeterlo in coro. I tre alunni, prima di sedersi, ne chiameranno altri tre a ripetere la canzoncina finché ognuno avrà avuto modo di farlo.

Ci vuoi dire  
Ci vuoi dire  
il tuo nome  
per piacere.

Benvenuto in classe  
nella nostra classe  
Din don dan  
din don dan

## CHIUSURA

- Ogni bambino, uno alla volta, potrebbe alzarsi e fare un giro all'interno del cerchio fino al ritorno al proprio posto, mentre il resto della classe ripete il suo nome scandendolo.
- Battete le mani se sapete il nome di ogni bambino in questa aula.

In cerchio...

- Potete pensare ad un motivo per cui è importante per noi sapere il nome degli altri compagni? Alzate la mano se volete dire ciò che avete pensato (5 o 6 interventi)
- Pensate che, cominciando la classe prima, ognuno si sia sentito nello stesso modo?

Concludete dicendo che da ora, è possibile rivolgersi ad un compagno usando il giusto nome. Questo aiuterà ogni bambino a sentirsi riconosciuto e a proprio agio.

## “Energizziamoci!”

### Energizzante

#### Nomi animati

**Obiettivo:** usare i nomi

**Esecuzione:**

disponete la classe in piedi, in cerchio.

La maestra avvisa gli alunni che dirà il proprio nome animandolo con un gesto simpatico.

I bambini subito dopo dovranno ripetere tutti insieme nome e gesto.

Proseguire con ogni allievo in senso orario.

Al termine dell'attività concludere con un bel applauso.



### Energizzante

#### Carezza

**Obiettivo:** integrazione

**Esecuzione:**

chiamate un volontario e invitate gli altri alunni a creare un cerchio ben unito. Il volontario tiene in mano l'Orso Popi e comincia a camminare intorno al cerchio facendo accarezzare dall'Orso Popi la spalla di qualche compagno. Ogni volta che l'orso accarezza qualcuno, il volontario ripete il nome dell'orso... “Orso Popi... Orso Popi”. Ad un certo punto, invece di dire il nome dell'orso, dice il nome del bambino accarezzato che subito si alza. Entrambi iniziano a correre in direzione opposta intorno al cerchio per cercare di riconquistare il posto rimasto vuoto. Chi non riesce a sedersi prenderà in mano l'Orso Popi e ricomincerà il gioco. La stessa persona può essere chiamata solo una volta per dare modo a tutti di giocare.

**Nota:** l'insegnante dimostra il gioco prima di chiamare il volontario.