



1^ UDA settembre - novembre 2012

## Un ALBERO E' il Mio CUORE *suggerimenti ad uso dei docenti*

- Ⓢ L'UdA cercherà di raggiungere come obiettivo fondamentale la consuetudine ad interrogare se stessi, a scoprire in noi le stesse esigenze che brulicano nel cuore del compagno e dell'insegnante. Ciascuno di noi ha bisogno dell'acqua dell'amicizia per mettere radici e crescere.
- Ⓢ **Obiettivo fondamentale:** *Avviarsi a comprendere / Individuare, applicare / Definire, valutare* gli aspetti principali della vita di gruppo, le esigenze più importanti che vorremmo vedere soddisfatte e a saperle leggere nelle parole e nel fare dei compagni.

### Suggerimenti per i docenti di tutte le discipline che intendono dedicare una o due ore all'argomento specifico

- **Idee di partenza.** La relazione tra il cuore e l'albero è profonda e sentita molto dai bambini e dai ragazzi perché è figura dei sentimenti che mettono radici. Il cuore da millenni rappresenta la sede delle emozioni, mentre l'albero si presta bene a significare la crescita di qualcosa che dura, che è definitivo, che si radica indelebilmente dentro la coscienza. L'accostamento serve dunque ad avviare percorsi di educazione emotiva tesa a favorire l'apprendimento della capacità di riconoscere i propri sentimenti e quelli degli altri, di motivare se stessi e di gestire positivamente le proprie emozioni, tanto interiormente, quanto nelle relazioni sociali. Goleman, maestro nello studio delle *intelligenze emotive*, afferma che per vivere una vita piena, emotivamente equilibrata sul piano delle relazioni sociali e su quello personale è necessario armonizzare pensiero e sentimento, parola e vissuti emotivi, dimensione mentale e dimensione affettiva.



### • 1^ Proposta. Il vaso delle parole

☞ **Finalità.** L'attività si propone di sollecitare i bambini e i ragazzi a comprendere come l'uso delle parole può generare effetti opposti, secondo le modalità di espressione. Il linguaggio è una delle fonti principali di benessere o di malessere, di gentilezza o di aggressività e va educato.

☞ **Destinatari.** Va bene per tutte l'età, naturalmente calibrato ed adattato.

☞ **Realizzazione.** Si chiede agli alunni di disegnare, se più piccoli o di animare o di immaginare un grande vaso, con tanto terreno fertile e di immergervi semi di parole. I semi possono essere contenuti in un sacchetto e mescolati dall'insegnante (es. *penna, foglio, bambino o ragazzo che guarda lontano dalla finestra della sua cameretta*) il/la quale proporrà ad alcuni ragazzi di pescare dal sacchetto un solo seme alla volta. A questo punto si chiede di costruire una storia o di mimarla o di disegnarla.

☞ **Durata.** Dai quaranta ai sessanta minuti.



### • 2^ Proposta. Dentro il cuore le emozioni

☞ **Finalità.** Sviluppare empatia; abituare i bambini ad usare parole positive.

☞ **Destinatari.** Bambini dalla seconda alla quarta classe della scuola primaria.

☞ **Realizzazione.** I ragazzi ritagliano un grande cuore e lo stendono a terra o lo affiggono alla parete. Ciascuno poi scrive all'altro un complimento su cuori più piccoli, preparati in precedenza (es. *oggi mi sei simpatico; domani ti farò un regalo; stamattina hai delle belle scarpe; non ti avevo mai vista così allegra ecc.*). A turno i bambini leggono la loro emozione e la fissano sul cuore grande. Alla fine la classe avrà espresso le emozioni della mattina.

☞ **Verifica.** E' stato semplice o difficoltoso parlare bene degli altri? E' giusto scoprire negli altri ogni mattina qualcosa di positivo?

☞ **Durata.** Due ore circa.

### • 3^ Proposta. Il dialogo interiore

☞ **Finalità.** L'esercizio è indicato come allenamento a conoscere meglio la mente e i pensieri. Molte volte ci creiamo dei problemi perché non esaminiamo attentamente la realtà che ci sta di fronte. Come quando ci spaventiamo per qualche oggetto oscuro incontrato sul nostro cammino e più tardi scopriamo trattarsi di un oggetto innocuo.

☞ **Destinatari.** Alunni di seconda e terza media (*ma si può adattare con successo anche nelle classi finali della scuola primaria*).

☞ **Realizzazione.** All'uscita di scuola senti alle tue spalle due tuoi compagni che ridono divertiti. Immediatamente ti metti a pensare che stanno ridendo di te e senti la rabbia salirti dentro. Ti giri e ti accorgi che stavano leggendo delle barzellette da un giornalino. La rabbia sparisce e ti metti a guardare il giornalini insieme con loro. La maggior parte degli stati d'animo spiacevoli come rabbia, paura, tristezza sono

provocati da un modo di pensare esageratamente negativo. Avere certi pensieri porta a vedere le cose in modo distorto. Prova a immaginare come ti sentiresti pensando: “Tutti ce l’hanno con me”. “ Non ne faccio mai una buona”, “E’ insopportabile ricevere certe offese” e scrivi una pagina di diario. Passa poi il foglio ad un tuo compagno che avrà il compito di convincerti che quei pensieri sono sbagliati.

☞ **Verifica.** Come ci si è sentiti nell’esprimere i propri sentimenti? Ci si è sentiti accettati? Che importanza hanno gli stati d’animo nella nostra vita?

☞ **Durata.** Circa novanta/centoventi minuti.

#### • 4^ Proposta. Ho una foglia in testa

☞ **Finalità.** Spesso gli adulti cercano di veicolare l’esperienze dei più piccoli in un canale educativo moralistico e perbenista: ogni pensiero e ogni azione dovrà avere un significato buono per essere degna della scuola. In effetti tale errore pedagogico conduce spesso a imprimere nel bambino l’idea che è meglio mentire sui propri sentimenti per essere apprezzato. Il laboratorio, che si propone, serve appunto a riconciliare i bambini con ciò che pensano e a valorizzare l’estrema concretezza dei loro vissuti.



☞ **Destinatari.** Bambini della scuola dell’Infanzia e del primo anno della scuola primaria.

☞ **Realizzazione.** Ritagliamo nel cartoncino enormi foglie bianche, poi mettiamole a terra e chiediamo ad ogni bambino di prenderne una, in maniera ordinata e graduale. Il bambino che ha la foglia vi disegnerà sopra ciò che vuole. La foglia poi verrà portata dal bambino che l’ha scelta ad un altro bambino, il quale vi disegnerà sopra ciò che vuole: un animale, un bambino, una casa, un fiore, l’aula, i giochi, la maestra. Così faranno anche gli altri bambini fino a che tutte le foglie saranno state scambiate con tutti i bambini. Alla fine ciascuna foglia farà parte dell’albero delle espressioni.

☞ **Verifica.** E’ importante che i bambini, alla fine del gioco verbalizzino, i vissuti. Essi non devono spiegare cosa hanno disegnato, ma semplicemente dire le cose che avevano in testa.

☞ **Durata.** Un’ora circa.

#### Suggerimenti per i docenti di tutte le discipline che intendono dedicare una o due ore all’argomento all’interno della propria area disciplinare

##### ☞ Italiano e Approfondimento:

- ✓ Gli alberi nella poesia italiana
- ✓ Le metafore umane tratte dai motivi floreali
- ✓ L’albero nel linguaggio pubblicitario: attività di ricerca.
- ✓ Le foglie rappresentano gli stati d’animo.
- ✓ L’uso dello schema ad albero per i testi non descrittivi (approfondimento).

- ✓ Gli idilli: poesie greche, latine, romantiche dell'800.

### ∞ Religione

- ✓ Gli alberi nella vita di Gesù: il fico, il sicomoro, la palma.
- ✓ L'ulivo, un albero che attraversa la Bibbia.
- ✓ L'albero della vita nell'Eden: significati e richiami.

### ∞ Storia:

- ✓ L'uso delle foreste presso i popoli antichi / i popoli medioevali / moderni e contemporanei.
- ✓ Le espressioni corporee presso i popoli
- ✓ Come esprimevano il senso della vita, della morte della bellezza, della gioia i popoli antichi.
- ✓ La cura dell'ambiente nelle varie epoche storiche.
- ✓ Il tradizionale albero genealogico.

### ∞ Geografia

- ✓ La deforestazione.
- ✓ Gli alberi e il paesaggio.
- ✓ Le tipologie territoriali e climatiche in relazione alla vegetazione.
- ✓ Le tipologie delle coltivazioni nelle varie zone climatiche.

### ∞ Lingue Comunitarie

- ✓ Sentimenti in Lingua, come esprimere la rabbia, la paura, la gioia, la speranza, l'attesa, la fraternità, l'amicizia.
- ✓ Alberi e luoghi di una civiltà.
- ✓ Versi brevi sui sentimenti.

### ∞ Matematica

- ✓ Le figure geometriche, ritenute astratte, formalizzano gli spazi naturali.
- ✓ Ricerca sulla percentuale uomini – alberi, rispetto ad alcune città italiane oppure a livello continentale o planetario.
- ✓ Leggi matematiche in natura.
- ✓ La sequenza di Fibonacci

### ∞ Arte

- ✓ La metamorfosi botanica nelle grandi opere artistiche
- ✓ I pittori rinascimentali, maestri di botanica (si pensi a Botticelli e alla sua Primavera)
- ✓ L'albero della vita nei grandi pittori del Novecento.
- ✓ Come un albero può diventare la



raffigurazione della nostra interiorità.

- ✓ Molti docenti hanno già adottato l'idea della costruzione di alberi rappresentanti le parole, i sentimenti, i valori, spesso con risultati veramente eccellenti.

### ☞Musica

- ✓ Metafore dell'albero e del fiore.
- ✓ Filastrocche sugli alberi.
- ✓ Gli strumenti e l'uso del legno

### ☞Scienze e Tecnologia

- ✓ La risorsa albero.
- ✓ Il fenomeno della semina.
- ✓ Gli alberi intorno al Vesuvio e ad Ottaviano
- ✓ Cosa si ricava dall'albero.
- ✓ Le case in biotecnologia.
- ✓ Il recupero del verde in Italia: dati e ricerche.
- ✓ L'albero genealogico riflette le relazioni di parentela tra le specie. Alla radice dell'albero si trova il comune progenitore, alle foglie un insieme di specie osservate.

### ☞Motoria

- ✓ Lo sport come veicolo per esprimere i sentimenti
- ✓ Figure dell'albero nello sport
- ✓ Gesti, posture e sentimenti
- ✓ Statue viventi dei sentimenti

Ottaviano, 18 ottobre 2012