|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ore 08,00 | Foglio firme | Iscrizione posizionamento sedie e predisporre l’aula  Accoglienza docenti questionario Pre Test |
| Ore  8,30- 9.00 | Presentazione  Manuale docenti  Slide **Dany N** | Prima di iniziare con le unità proporre ai docenti le slide delle emozioni, al termine chiedere di presentarsi con nome, provenienza, materia e indicare l’immagine che hanno preferito o l’emozione che ha suscitato.  Breve presentazione del progetto e breve storia del progetto **slides 1 e 2**  Parte preadolescenza **Dany C**  Inizieremo con il programma, alcune attività verranno sperimentate altre descritte. |
| Ore  9.00-10.00 | **Unità 0**  **le mie difficoltà e le mie risorse Dany C**  **nuova unità**  **All 1 e All.2** | Semaforo: chiedere agli studenti di scegliere un arco di tempo su cui si vuole su cui lavorare: le vacanze estive, il lockdown o DAD . sviluppare l’attività indicando le difficoltà incontrate in quel periodo e segnarle il rosso, verde o arancione. Controllare il tempo.  Detective partendo dai fogli compilati , in gruppo individuare le 3 difficoltà emerse e indicarle nelle lenti .terminata questa fase il gruppo dovrà individuare una strategia alla difficoltà e scriverla nello scudo. Incollare le sfide e le strategie su un cartellone che dovrà rimanere appeso in classe.  Sottolineare la capacità di aver identificato le difficoltà , e anche la capacità di averle affrontate e superate. |
| Ore  10.00- 11.00 | **1° unità Riconoscere le emozioni (2 incontri)**  **Obiettivi:**   * Sviluppare la capacità di riconoscere le emozioni * Identificare le situazioni che suscitano emozioni diverse.   Materiale  Post-it  Cappelli colorati  Fogli bianchi  Cartoncini bianchi  Musica rilassante (new age)  **Dany C**  **RICORDARE**  **IMPORTANTE**  **DANY N**  **RICORDARE**  **IMPORTANTE**  **DANY N** | In questa unità iniziamo a prendere soffermarci sulle emozioni, iniziando a capire cosa sono.  **Spiegare** il brainstorming sulla parola “Emozione” Non viene proposto, ma risulta fondamentale come introduzione.  Seconda attività : *indossa l’emozione che fa per te.*  Lo scopo del gioco è quello di individuare in quali circostanze si sono provate le emozioni proposte e di condividere l’esperienza con i compagni di classe. Ai partecipanti è richiesto di raccontare un episodio in cui ricordano di aver provato una determinata emozione. Il compito richiesto agli studenti è quello di costruire il significato emotivo e di prendere coscienza delle proprie emozioni. Le emozioni infatti assumono connotati situazionali diversi: la medesima emozione può essere provata in relazione a situazioni diverse così come la medesima situazione può evocare emozione diverse. Non per tutti infatti una determinata emozione assume lo stesso significato o evoca situazioni simili. Tale attività è utile anche perché permette di confrontare la propria esperienza con quella altrui.  Se gli iscritti sono tanti far intervenire solo 2 o 3 docenti a titolo esplicativo. Discussione finale sulle sensazioni provate, le difficoltà, se è stato facile .  In tutte le attività in cui sono previsti lavori in coppia, il docente dovrà costituire la coppia inizialmente tra studenti affiatati tra loro e successivamente scambiare le coppie con studenti meno affiatati tra loro o che si conoscono bene = l’obiettivo è di favorire l’ascolto e far lavorare insieme tutta la classe in modo graduale. Nei lavori di gruppo proporre a gruppi diversi la stessa situazione per poter confrontare le risposte e ragionare sul fatto che posso essere possibili più reazioni per la stessa emozione.  Durante la formazione svolgeremo le attività, ma le approfondiremo solo alcuni docenti, in classe tutti gli studenti dovranno avere la possibilità di esprimersi.  Terza attività: *crazy emotions.* **Provare una sola volta**  disporsi a coppie stabilite a priori dall’insegnante sulla base delle caratteristiche degli studenti e delle dinamiche relazionali interne alla classe. In questo modo si favorisce lo scambio e il confronto tra gli studenti, così come il coinvolgimento e la partecipazione di tutti i presenti. A ogni coppia l’insegnante consegna due fogli bianchi, uno per ogni componente della coppia. Dopodiché illustra come svolgere l’attività proposta. Identificare 3 emozioni **(PAURA, RABBIA, EUFORIA)** e chiedere a ogni coppia di disegnare il volto del proprio compagno quando prova una determinata emozione. Al termine invitare gli studenti a riportare sul foglio anche la situazione che più frequentemente evoca una certa emozione. Il tempo a disposizione per ogni coppia per svolgere il compito è di 10 minuti. Durante lo svolgimento del compito l’insegnante mette un sottofondo musicale che favorisca il lavoro di coppia. Al termine l’operatore girerà per i gruppi e a caso farà vedere prima i disegno sottolineando le sfumature del volto, l’espressione ecc attivando la discussione; di seguito si focalizzerà sull’intervista e sempre a caso illustrerà la situazione stimolo. Discussione in conclusione. Sottolineare che dallo sguardo possiamo capire  AL TERMINE DEGLI INCONTRI RICORDARE I SUGGERIMENTI MULTIDISCIPLINARI E LA LETTURA DEL DIARIO  Presentare i *quadro delle emozioni* come compito della settimana: utilizzando i medesimi colori/emozioni del gioco “Indossa l’emozione che fa per te” invitare i docenti ad attribuire uno o più colori a ogni giorno a seconda dell’emozione vissuta per una settimana intera. In classe può essere proposto per più settimane e sarà indicativo per i docenti dello “stato emozionale” della classe (se prevarrà l’emozione rabbia, sarà un elemento importante per il docente che potrà analizzare questo malessere in plenaria) |
| Ore  11.00-11,30 | **Pausa caffè** |  |
| Ore  11.30- 12.30 | **2. Andare oltre gli stereotipi**  (2 incontri)   * Riconoscere gli stereotipi più diffusi tra i pre adolescenti * Riconoscere e valorizzare le differenze personali   Materiale:  carta d’identità del personaggio famoso,  foglio A3 con scritte 2° attività  Musica rilassante (New age)  **Dany N** | 1° attività*: chi è chi è* **DANY C**  Suddividere i docenti in quattro gruppi e consegnare a ciascun gruppo almeno due delle immagini selezionate e la scheda “*Carta di identità”* (vedi allegato 1)  **Suora laica, Madonna** e **Ricercatrice cinese** . L’obiettivo è compilare la carta di identità del personaggio raffigurato nell’immagine basandosi solo sulle apparenze. Terminato il lavoro di gruppo, invitare a descrivere i personaggi raffigurati nell’immagine a loro assegnata. L’operatore riprendere ogni immagine e legge le informazioni reali in suo possesso. È importante sottolineare le similarità e le differenze con quanto riportato sulla carta di identità compilata dagli studenti. L’obiettivo è riflettere su come spesso le apparenze non corrispondano alla realtà.  2° attività: *Noi di qua, voi di là io non so* individuare una serie di stereotipi e pregiudizi diffusi tra i propri studenti. Si raccomanda di selezionare stereotipi e pregiudizi che non creino situazioni di disagio all’interno della classe e che non attivino dinamiche individuali e collettive difficili da gestire da parte dell’insegnante preparate su una slide le frasi:  *a. “I maschi sono più sportivi”*  *b. “Le femmine sono pettegole”*  *c. “Le femmine sono più studiose”*  *d. “I maschi sono più allegri”*  *e. “I maschi sono “casinisti”*  Invitare i docenti a posizionarsi alla rinfusa nell’aula, leggere la frase e chiedere di posizionarsi a destra della frase se sono in accordo con l’affermazione, a sinistra del cartellone se sono in disaccordo, al centro se non sono né in accordo né in disaccordo. Lo scopo dell’attività è attirare quante più persone dalla propria parte. Pertanto a ogni gruppo è richiesto di convincere i membri di un altro gruppo a cambiare posizione. In particolare i favorevoli e i contrari devono convincere gli indecisi a prendere una posizione fornendo loro valide motivazioni.  Ragionare su come siano generiche queste affermazione e non applicabili a tutti: quali maschi sono più sportivi? È vero che solo le femmine sono pettegole? Queste differenze di genere sono così evidenti? Esistono.  Riportare l’attenzione su quanto siano diffusi gli stereotipi e i pregiudizi e sulla frequenza con cui vengono utilizzati quotidianamente per valutare e semplificare la realtà che ci circonda. |
| Ore  13.00-14.00 | **Pausa pranzo** |  |
| Ore  14.00- 14.45 | **DANY C**  **3. Diventare uomo diventare donna** (2 incontri)   * Riconoscere i fattori sociali e culturali che influenzano la costruzione dell’identità di genere * Riconoscere la coesistenza di tratti maschili e femminili nella medesima persona   Materiale : musica,  frasi stimolo su fogli A3,  **QUESTA ATTIVITÀ VA SOLO SPIEGATA**  **Proporre i video di pag. 85 e 86 della sezione online.** | Energizer: danza della pioggia  L’obiettivo di questa unità didattica è favorire una riflessione sull’identità di genere e un’analisi critica delle differenze di genere.  **1° attività: *Mimica a suon di musica*** (mimare situazioni M e F)  suddividere i docenti in due gruppi: uno formato dalle femmine e uno dai maschi. L’obiettivo è mimare in gruppo le situazioni che via via l’operatore legge ad alta voce. È importante che l’operatore abbia a disposizione una lista di situazioni che siano vicine all’esperienza quotidiana degli studenti e che queste siano facilmente mimabili. Di seguito sono proposte alcune situazioni da utilizzare in questa attività:   * Al mattino mi alzo e... * Trovo il mio amico e lo saluto... * Usciamo e facciamo un giro in centro... * È ora di fare sport...   Oppure possono essere utilizzate le seguenti situazioni che richiamano in modo più diretto  le differenze di genere nello svolgimento di alcune situazioni tipo:   * I ragazzi/le ragazze a tavola... * I ragazzi/le ragazze per strada... * I ragazzi/le ragazze mentre sono allo stadio... * I ragazzi/le ragazze quando trovano una ragazza/un ragazzo...   Attraverso questa attività è anche possibile venire a conoscenza di quali siano le credenze e le opinioni degli studenti sui compagni dell’altro sesso, e di comprendere meglio certe dinamiche interpersonali che implicano una differenziazione di genere. Inoltre consente agli studenti di prendere coscienza degli stereotipi e dei pregiudizi legati al genere in quanto questi, attraverso la rappresentazione scenica, vengono resi più visibili e comprensibili. Invertire i ruoli se il docente ritiene che classe sia possibile.  **2° attività *X e Y (***stereotipo nella pubblicità, immagine rivista)  consegnare a ogni gruppo tre o quattro riviste diverse tra loro per tipologia e target. È importante che si tratti di riviste sufficientemente recenti in quanto il compito richiesto agli studenti è quello di analizzare come attualmente viene rappresentata l’identità di genere da parte della pubblicità indipendentemente dal tipo di prodotto reclamizzato.  Stimolare a esaminare in modo critico l’influenza della pubblicità sui propri comportamenti relativi alle differenze di genere e rimando al diario degli studenti.  Le femmine e i maschi sono veramente come vengono rappresentati? |
| Ore  14.45-15.15 | **4. gestire le mie emozioni**  (1 incontro)   * Promuovere la capacità di comprendere le cause delle emozioni * Promuovere la capacità di regolare e gestire le emozioni .   Materiale : musica, foglio oroscopo, cartelloni  **DANY N**  **DANY C** | *1° attività l’oroscopo delle emozioni*  Si svolge prima singolarmente, poi si discute in gruppo per favorire lo scambio e la condivisione di quanto emerso a livello individuale; quello definito dal gruppo verrà scritto su un cartellone che verrà presentato in plenaria. Costituire i 3 gruppi che resteranno fissi e lavoreranno su **Paura, Tristezza e Rabbia.**  Consegnare a ogni studente la scheda “Il mio oroscopo” da compilare.  Immaginare di dover scrivere il proprio oroscopo della settimana e pensare a che cosa lo renderebbe triste, arrabbiato o impaurito. Ad esempio, io sarei triste se il mio oroscopo dicesse che non potrò vedere il mio/la mia migliore amico/a, sarei arrabbiato se il mio oroscopo dicesse che il mio allenatore non mi farà giocare la prossima partita, sarei impaurito se il mio oroscopo dicesse che verrò preso in giro alla festa di compleanno di un mio compagno di classe.  Ogni gruppo riporterà su un foglio o un cartellone e invita ciascun gruppo a riportare le situazioni che più frequentemente rendono tristi o fanno paura o arrabbiare. Terminato il tempo a disposizione ogni gruppo elencherà le proprie opinioni e in plenaria verrà stimolata la discussione e la riflessione su quanto emerso .  Ragionare su cosa ci rende più tristi/arrabbiati/paura ed es. un interrogazione andata male o un amico che non mi parla più? Cambiano le cause che provocano queste emozioni in base al genere e all’età? Ad esempio riflettiamo se due anni fa provavi le stesse emozioni per le stesse cause. Anche qui se emergono cose diverse chiedere di elencare una priorità.  *2° attività: Paura, rabbia tristezza* che fare far riflettere e dialogare gli studenti sulle diverse strategie che si possono utilizzare per far fronte alla rabbia, alla tristezza e alla paura. Ogni gruppo composto dagli stessi studenti si concentrerà sulla medesima emozione analizzata nella prima parte dell’incontro (ad esempio, il gruppo che ha lavorato precedentemente sulla rabbia continuerà a lavorare sulla medesima emozione e così via). In questo modo si favorisce lo scambio e la condivisione di quanto emerso a livello individuale, la conoscenza reciproca e il confronto tra gli studenti. orientare gli studenti a riflettere sul fatto che ci sono diversi modi di regolazione e controllo di una stessa emozione e che c’è una varietà di strategie che si possono mettere in atto. È importante rendere consapevoli gli studenti che la regolazione e il controllo delle emozioni può avvenire tramite un comportamento (ad esempio, quando sono arrabbiato vado a fare una passeggiata) o internamente (ad esempio, quando sono triste cerco di non pensarci).  Ragionare su cosa facciamo quando siamo tristi/arrabbiati/paura ed es. vado a fare un giro, ascolto musica … Cambiano le strategie che adottiamo in base al genere e all’età? Ad esempio riflettiamo su come gli adulti si comportano?. Anche qui se emergono cose diverse chiedere di elencare una priorità.  L’adolescenza è una fase della vita vede cambiamenti importanti e repentini che passano e si stabilizzano.  Valorizzare i suggerimenti dei pari |
| Ore  15.15- 16.00 | **5. scoprire le emozioni degli altri** (2 incontri)   * Promuovere la capacità di discriminare e riconoscere le emozioni altrui * Stimolare la capacità di mettersi nei panni degli altri e di comprendere e condividere le emozioni altrui * Promuovere atteggiamenti e comportamenti empatici adeguati al contesto e ai bisogni espresso dall’altro.   Materiale: le immagini ambigue  Sottofondo musicale, situazioni  **DANY N** | *1°attività: questione di punti di vista:* **Dany C**  questa attività in formazione viene proposta in plenaria: si mostrano le immagini dalle più semplici alle più complesse e si chiede di dire cosa vedono. Nelle immagini più complesse con più oggetti oltre a identificarli, sottolineare come una singola immagine ci distrae dal contesto generale e non consente la visione completa. Questo può capitare anche nella quotidianità facendoci sottovalutare aspetti rispetto ad altri.  Inoltre favorire la comprensione che una stessa situazione non sempre provoca la stessa emozione nei soggetti e che i punti di vista rispetto a un medesimo problema, una situazione o un conflitto possono essere diversi. L’obiettivo è promuovere negli studenti la capacità di discriminare e riconoscere gli stati d’animo altrui e assumere il punto di vista dell’altro per comprendere come si sentono gli altri. Attività da svolgere a coppie a cui seguirà una discussione con tutta la classe.  *2° attività: Ognuno la sua emozione … come va a finire* **Spiegare** L’obiettivo è potenziare la capacità degli studenti di comprendere e condividere le emozioni altrui e di manifestare comportamenti di aiuto e conforto, soprattutto se l’altro si trova in difficoltà o in condizione di bisogno. Introdurre l’attività con la definizione di empatia, ossia la capacità di assumere la prospettiva altrui e di sentire ciò che gli altri stanno provando, influenza la qualità delle relazioni sociali dell’individuo e il suo benessere.  suddividere i docenti in 4 gruppi consegnare a ogni gruppo una carta-situazione e un foglio bianco. Ogni carta situazione racconta una breve storia in cui il protagonista è un ragazzo o una ragazza della stessa età degli studenti e contiene alcune domande. Il tempo a disposizione per ogni gruppo per svolgere il compito è di 30 minuti.Leggere attentamente la storia e le relative domande. Rispondere alle domande e pensare a come potrebbe continuare e finire la storia. ogni gruppo racconterà le scelte fatte all’intera classe e le discuteremo insieme. Selezionare 2 situazioni e sottoporli ai gruppi per favorire il confronto |
| Ore  16.00-16.30 | **Dany N** | Concordare i tempi di realizzazione del percorso in classe e programmare una supervisione al termine del percorso :  coinvolgere e consegnare il diario ai genitori. |
| Ore  16.30 -1700 | chiusura | Fotolanguage: Distribuire le cartoline su un banco e invitare i partecipanti ad alzarsi in piedi, scegliere, senza prendere in mano, una delle cartoline, con il criterio che sia quella che meglio rappresenta quello che si portano a casa dalle giornate di formazione.  Facilitare l’espressione di se stessi davanti al gruppo attraverso un supporto concreto.  Supportare la possibilità di parlare in gruppo tramite la mediazione delle immagini  Esplicitare il pensiero più intimo ed interno.  Questionari online e Attestati di partecipazione verranno inviati via mail da Daniela |