

Scheda 2.9

Progetto / Attività	Riconoscimento del proprio stato d'animo (prevenzione contro le dipendenze)
Area tematica	Conoscenza di sé, gestione delle emozioni
Sede scolastica	Barbengo
Persona di contatto	Nicola Lavigna
Classi	II media con continuazione in III media (fine II media e inizio III media).
Durata	8-10 ore di classe
Obiettivo	Educare a riconoscere ed eventualmente condividere i propri stati d'animo. L'assunto di partenza è che una persona che ha imparato a conoscersi e a conoscere le proprie debolezze, acquisisce una personalità più solida, meno soggetta pertanto a cadere nella trappola delle dipendenze.
Descrizione	<p>Ascoltando alcuni brani musicali, scelti appositamente dal docente, i ragazzi registrano su di un foglio le emozioni evocate dalla musica, unitamente ad un commento sulla stessa. In seguito anche gli alunni, a turno, propongono alla classe le loro canzoni, scelte col criterio di testimoniare uno stato d'animo. Quest'operazione richiede numerose lezioni, che si snocciolano lungo la seconda parte della II media (per la classe è anche l'occasione per conoscere i gusti musicali di ognuno). Al termine dell'anno scolastico il docente ritira gli appunti dei ragazzi e li conserva.</p> <p>A inizio III media si riprendono alla lavagna gli stati d'animo più ricorrenti. Tra questi i ragazzi scelgono gli otto che li rappresentano meglio e a ciascuno di essi viene abbinato un colore. Ne scaturiscono così otto cartelloni colorati, decorati con immagini, poesie, foto... che evocano lo stato d'animo cui è dedicato il tabellone. Poi ogni ragazzo costruisce un piccolo cartoncino che lo rappresenta, col fine di spostarlo attraverso i cartelloni a seconda dello stato d'animo che si prova in un dato momento. L'operazione stimola i ragazzi a prendere coscienza del proprio stato emotivo, che così può essere altresì comunicato ai compagni. Inoltre anche il docente può monitorare la "temperatura emotiva" della classe (che così risulta pure gradevolmente decorata).</p>
Materiale in sede	-
Collaborazioni	-
Risorse utilizzate	-
Ev. osservazioni	-