

1. Titolo	Coltiviamo l'empatia!: Alfabetizzazione emotiva – lezione 1 Emozioni primarie: la rabbia		
2. Target	Studenti di 13 – 14 anni		
3. Durata	2 ore per lezione. La serie di lezioni comprende 6 ore di impegno in classe		
4. Ambiente di apprendimento	Attività prevista per lo svolgimento in classe, a scuola		
5. Risultati di apprendimento attesi	<p>L' Unità di apprendimento ha come obiettivi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere le proprie emozioni e saperle adeguatamente esprimere; - Esprimere la propria interiorità in forma scritta, eventualmente anche in versi; - Considerare un dono per gli altri quanto si è scritto; - Sapersi immedesimare con spirito empatico nei personaggi e autori della letteratura; - Rispettare in un clima positivo e costruttivo di dialogo e confronto i punti di vista diversi dal nostro. 		
6. Discipline e argomenti	In collegamento con autori della letteratura italiana, si guidano gli alunni alla scoperta della definizione di rabbia.		
7. Competenze SEL	<table border="0"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p><u>PERSONAL</u></p> <p>▲ Identificare ed esprimere le emozioni</p> <p><input type="checkbox"/> Autoregolazione</p> <p><input type="checkbox"/> Identificare i punti di forza/autoefficacia</p> <p>▲ Mentalità di crescita</p> <p><input type="checkbox"/> Benessere</p> <p>▲ Affrontare le emozioni negative</p> <p><input type="checkbox"/> Flessibilità/resilienza/problem solving</p> </td> <td style="vertical-align: top;"> <p><u>SOCIAL</u></p> <p>▲ Empatia</p> <p><input type="checkbox"/> Apprezzare la diversità</p> <p>▲ Costruzione di relazioni</p> <p><input type="checkbox"/> Collaborazione</p> <p><input type="checkbox"/> Risoluzione dei conflitti</p> <p><input type="checkbox"/> Comportamento e decisioni etici e responsabili</p> <p><input type="checkbox"/> Affrontare relazioni negative come il bullismo</p> </td> </tr> </table>	<p><u>PERSONAL</u></p> <p>▲ Identificare ed esprimere le emozioni</p> <p><input type="checkbox"/> Autoregolazione</p> <p><input type="checkbox"/> Identificare i punti di forza/autoefficacia</p> <p>▲ Mentalità di crescita</p> <p><input type="checkbox"/> Benessere</p> <p>▲ Affrontare le emozioni negative</p> <p><input type="checkbox"/> Flessibilità/resilienza/problem solving</p>	<p><u>SOCIAL</u></p> <p>▲ Empatia</p> <p><input type="checkbox"/> Apprezzare la diversità</p> <p>▲ Costruzione di relazioni</p> <p><input type="checkbox"/> Collaborazione</p> <p><input type="checkbox"/> Risoluzione dei conflitti</p> <p><input type="checkbox"/> Comportamento e decisioni etici e responsabili</p> <p><input type="checkbox"/> Affrontare relazioni negative come il bullismo</p>
<p><u>PERSONAL</u></p> <p>▲ Identificare ed esprimere le emozioni</p> <p><input type="checkbox"/> Autoregolazione</p> <p><input type="checkbox"/> Identificare i punti di forza/autoefficacia</p> <p>▲ Mentalità di crescita</p> <p><input type="checkbox"/> Benessere</p> <p>▲ Affrontare le emozioni negative</p> <p><input type="checkbox"/> Flessibilità/resilienza/problem solving</p>	<p><u>SOCIAL</u></p> <p>▲ Empatia</p> <p><input type="checkbox"/> Apprezzare la diversità</p> <p>▲ Costruzione di relazioni</p> <p><input type="checkbox"/> Collaborazione</p> <p><input type="checkbox"/> Risoluzione dei conflitti</p> <p><input type="checkbox"/> Comportamento e decisioni etici e responsabili</p> <p><input type="checkbox"/> Affrontare relazioni negative come il bullismo</p>		
8. Metodi / Strategie didattiche	Storytelling, class discussion, writing poetry or personal reflections		
9. Risorse	<i>Passaggi biografici della vita di Foscolo</i> <i>Soneto "alla sera"</i> <i>Immagine del tramonto</i>		
10. Descrizione delle attività	<ol style="list-style-type: none"> 1. Foscolo: discussione sulla sua biografia 2. Discutere il concetto di rabbia nel sonetto "Alla sera", con particolare riferimento al verso 14: "Quello spirito guerrier ch'entro mi rugge". 		



	<p>3. Successiva riflessione e confronto; focus sul concetto di “disinnescare la rabbia” e “tenere a bada il drago”.</p> <p>4. Si presenta l’immagine di un tramonto e si domanda quali sensazioni ci regala.</p> <p>Per stimolare la riflessione vengono poste le seguenti domande: Quali pensieri suscita in te il tramonto? A quali immagini colleghi il momento del tramonto? A quale parte della vita lo puoi paragonare? Scrivi parole suscitate dall'immagine o componi una breve riflessione anche in versi.</p>
11. Compiti per casa	<i>NO</i>
12. Feedback e valutazione	La valutazione è effettuata tramite griglie di osservazione per quanto riguarda il processo e tramite griglie di valutazione per gli elaborati scritti.
13. Diritti d’autore / fonte	Condiviso da Federica Scamporrino, Istituto Comprensivo Caio Giulio Cesare, secondaria di primo grado, Mestre, Italia