



## **PERCORSO A**

### ***Percorso di educazione emotiva per le classi IV “L’ARCOBALENO DELLE EMOZIONI”***

La proposta di realizzare un percorso formativo centrato sul tema delle emozioni nasce dalla riflessione sull'importanza di educare i ragazzi alla gestione emotiva, per facilitare lo sviluppo di maggiori capacità di autoregolazione, essenziale per il benessere personale e per la costruzione di buone relazioni interpersonali.

La consapevolezza dei propri vissuti emotivi, la capacità di riconoscere e nominare le emozioni e di esprimerle in modo funzionale sono passaggi essenziali del processo di alfabetizzazione emotiva, competenza fondamentale per il benessere di ciascun individuo. Tale competenza consente inoltre di costruire scambi relazionali più rispettosi ed efficaci; vivere buone relazioni è condizione importante per sviluppare una buona stima di sé, scoprire il valore proprio e dell'altro, vivere le differenze interpersonali come fonte di ricchezza e occasione di crescita.

#### ***Obiettivi***

1. favorire la conoscenza e l'accettazione di sé e delle proprie emozioni
2. riconoscere il valore di ciascun individuo, unico e irripetibile, e la ricchezza delle differenze interpersonali
3. offrire spunti di riflessione per una maggior competenza emotiva (riconoscere, nominare, esprimere e gestire le emozioni)
4. facilitare l'acquisizione di strategie funzionali e rispettose per comunicare emozioni e bisogni nella relazione con l'altro

#### ***Destinatari***

- Bambini delle classi IV
- Insegnanti
- genitori

#### ***Metodologia***

La metodologia sarà quella attiva, finalizzata a far vivere ai bambini un percorso esperienziale nel quale poter stare a contatto con se stessi e in ascolto rispettoso di sé e dell'altro. Verranno utilizzate attivazioni che intercettano vari canali: sensoriale, corporeo, emotivo e cognitivo, al fine di offrire un'esperienza ricca e integrata delle varie dimensioni della persona.

Si ritiene utile poter svolgere il percorso in palestra o in un'aula differente dalla classe, al fine di garantire una piena espressione corporea di ogni bambino.

Percorsi erogabili on line (almeno fino a dicembre 2020).



AGAPE Società Cooperativa Sociale  
Via Casnida, 19 - 24047 Treviglio (BG)  
tel 0363.46480; fax 0363.344894  
[segreteria@centrofamiglia.org](mailto:segreteria@centrofamiglia.org)  
P.IVA 02911360168



CERTIFICAZIONE UNI EN ISO 9001:2015  
N. 22182/10/S DEL 25/10/2010

## **Struttura del percorso**

- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori
- **4 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 2 ore circa
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

## **Tematiche**

Le tematiche del percorso, così come obiettivi e attivazioni per ciascuna, verranno condivise e concordate con gli insegnanti, al fine di costruire un percorso che risponda al meglio sia alle caratteristiche ed esigenze evolutive del gruppo-classe, sia alle sue specifiche dinamiche relazionali.

Le macroaree tematiche che possono essere articolate in un progetto sono:

- ✓ *Identità e stima di sé*
- ✓ *Le emozioni: ascoltare e riconoscere ciò che provo*
- ✓ *La gestione delle emozioni: come esprimerle e cosa fare “quando mi sento...”*
- ✓ *L’empatia: sapersi mettere “nei panni dell’altro” per “sentire con lui”*
- ✓ *Strategie relazionali: rispetto di sé e dell’altro, stile comunicativo, cooperazione*
- ✓ *Le relazioni nel gruppo classe*



## **PERCORSO B**

### ***Percorso di educazione sessuale e relazionale-affettiva per le classi V “MI GUARDO DENTRO, MI GUARDO FUORI E MI SCOPRO SPECIALE”***

La proposta di realizzare un percorso formativo centrato sulle tematiche della sessualità ed affettività nasce dalla riflessione sulla centralità della sessualità nello sviluppo della personalità. Questa dimensione interessa tutti gli aspetti della persona, dall'identità corporea nella sua dimensione sessuale all'identità psicologica e sociale.

Come Consultorio siamo consapevoli che l'educazione affettivo-sessuale non si esaurisce nella sola informazione circa le dimensioni biologiche e riproduttive, ma essa tende ad armonizzare ciò con gli elementi delle relazioni interpersonali, gli aspetti psicologici individuali, la progettualità esistenziale di ogni persona e i vissuti emozionali ed affettivi connessi alla sessualità.

Il nostro intervento intende collocarsi in un'ottica di integrazione e di complementarità con la famiglia, ambito privilegiato nella quale l'educazione affettiva si realizza. Con la scuola, nella quale l'esplicitarsi di una relazione educativa costante e prolungata nel tempo tra allievo e insegnante è la premessa per il consolidarsi dell'incontro tra educazione e sessualità.

#### ***Obiettivo generale***

Il percorso ha come obiettivo generale quello di aiutare i bambini a conoscere il proprio corpo al fine di valorizzarlo, imparando a prendersene cura e a rispettarlo; a rafforzare la fiducia e la stima in se stessi; ad esprimere, riconoscere, prendere consapevolezza delle emozioni sperimentate; a stare in relazione con l'altro nel rispetto del suo corpo e delle sue emozioni; a cogliere le differenze tra l'essere maschi e femmine e gli specifici aspetti di valore.

#### ***Destinatari***

- Bambini delle classi V
- Insegnanti
- genitori

#### ***Metodologia***

La metodologia sarà quella attiva, finalizzata a far vivere ai bambini un percorso esperienziale che crediamo possa essere una valida modalità al fine di creare sia uno spazio di sperimentazione di sé, come essere sessuato, sia un contesto di ascolto.

Il percorso, inoltre, dovrebbe svolgersi preferibilmente in palestra o in un'aula differente dalla classe, al fine di garantire una piena espressione corporea di ogni bambino.

In particolare, poi, la peculiare relazione adulto-bambino che verrà instaurata attraverso la partecipazione alle attività da parte degli operatori, è finalizzata a rendere ogni bambino protagonista degli incontri perché si senta di conseguenza ascoltato, compreso e accettato.



AGAPE Società Cooperativa Sociale  
Via Casnida, 19 - 24047 Treviglio (BG)  
tel 0363.46480; fax 0363.344894  
[segreteria@centrofamiglia.org](mailto:segreteria@centrofamiglia.org)  
P.IVA 02911360168



CERTIFICAZIONE UNI EN ISO 9001:2015  
N. 22182/10/S DEL 25/10/2010

## **Struttura del percorso**

- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori
- **4 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 2 ore circa
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

## **Tematiche**

Le tematiche del percorso, così come obiettivi e attivazioni per ciascuna, verranno condivise e concordate con gli insegnanti, al fine di costruire un percorso che risponda al meglio sia alle caratteristiche ed esigenze evolutive del gruppo-classe, sia alle sue specifiche dinamiche interrelazionali e intrarelazionali.

Le macroaree tematiche che possono essere articolate in un progetto sono:

- ✓ *Ciclo evolutivo della vita, fasi di crescita*
- ✓ *Anatomia e fisiologia della sessualità maschile e femminile*
- ✓ *Preadolescenza e cambiamento: le trasformazioni del corpo e i vissuti emotivi*
- ✓ *Corpi in relazione: dal rispetto di sé al rispetto dell'altro*
- ✓ *Il confronto e la relazione tra maschi e femmine, tra difficoltà e risorse*
- ✓ *Le relazioni di amicizia*
- ✓ *Le relazioni nel gruppo classe*
- ✓ *Internet e social networks: farne buon uso nel rispetto e nella tutela di sé*



## **PERCORSO C**

### ***Percorso sulla tutela e protezione di sé e del proprio corpo per le classi V “MI CONOSCO, MI PIACCIO, MI PROTEGGO”***

La proposta di realizzare un percorso sulla tutela e protezione di sé e del proprio corpo trova senso nell'importante finalità, per il benessere della persona, di incrementare la consapevolezza di sé e la competenza personale nel proteggersi e nel far fronte ad eventi sfavorevoli, individuando le condizioni che potrebbero tradursi in fattori di rischio e attivando le risorse personali, familiari e sociali a tutela di sé.

Il Consultorio intende, quindi, proporre un percorso con i bambini che abbia come obiettivo generale non solo quello di educare alla sessualità, affettività e relazionalità ma anche quello di prevenire in forma primaria l'abuso sessuale, offrendo ai fanciulli la possibilità di contrastare uno dei principali fattori di rischio di vittimizzazione, che consiste nell'incapacità di percepirsi vulnerabili in situazioni potenzialmente pericolose, attraverso l'acquisizione e/o rafforzamento di strategie di autodifesa.

#### ***Obiettivo generale***

Il percorso ha come intendimento generale quello di aiutare i bambini a conoscere il proprio corpo al fine di valorizzarlo e di riconoscere i comportamenti sessuali appropriati auto ed eterodiretti; intende inoltre aiutare i bambini a riconoscere le eventuali situazioni di rischio affinché sappiano mettere in atto strategie di difesa adeguate.

#### ***Destinatari***

- Bambini delle classi V
- Insegnanti
- genitori

#### ***Metodologia***

La metodologia sarà quella attiva, finalizzata a far vivere ai bambini un percorso esperienziale che crediamo possa essere una valida modalità al fine di creare sia uno spazio di sperimentazione di sé, come essere sessuato, sia un contesto di ascolto.

Il percorso, inoltre, dovrebbe svolgersi preferibilmente in palestra o in uno spazio diverso dalla classe al fine di garantire una piena espressione corporea di ogni bambino.

In particolare, poi, la peculiare relazione adulto-bambino che verrà instaurata attraverso la compartecipazione alle attività da parte degli operatori, è finalizzata a rendere ogni bambino protagonista degli incontri perché si senta di conseguenza ascoltato, compreso e accettato.

#### ***Struttura del percorso***



- **1 incontro** di presentazione del progetto e di condivisione degli obiettivi generali e intermedi e delle attività con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di presentazione del progetto con i genitori
- **4 incontri** con il gruppo classe a cadenza settimanale della durata di 2 ore circa
- **1 incontro** di confronto, verifica e restituzione con gli insegnanti delle singole classi
- **1 incontro** di restituzione del percorso con i genitori

## Tematiche

Intendiamo proporre delle tematiche e degli obiettivi generali e intermedi indicativi del percorso.

Gli obiettivi e le attività verranno condivisi e concordati con la Direttrice Didattica e con gli insegnanti, al fine di costruire un percorso che risponda al meglio sia alle caratteristiche ed esigenze, che alle dinamiche interrelazionali che intrarelazionali del gruppo classe.

Ciascun incontro ha un titolo e una tematica specifica che verrà affrontata.

I incontro: **C'è una cosa tutta mia**

*Tem:*

*Ciclo evolutivo della vita, fasi di crescita*

*Prendere consapevolezza del proprio corpo*

Oppure (se non è ancora stato affrontato in scienze l'apparato riproduttore)

II incontro: **Belli e diversi**

*Tem:*

*Innalzare e migliorare l'autostima, il grado di accettazione di sé*

*Conoscere l'anatomia e la fisiologia genitale maschile e femminile*

III incontro: **La pancia sceglie**

*Tema:*

*Definire che cosa significa "avere fiducia"*

*Individuare gli adulti di fiducia*

*Saper riconoscere i contesti relazionali "sicuri"*

IV incontro: **Non puoi dirmi di stare zitto**

*Tem:*

*Saper riconoscere situazioni potenzialmente rischiose*

*Sviluppare strategie di difesa adeguate*

V incontro: **Un bambino è come un re**

*Tem:*

*Valorizzare il 'raccontare' come fondamentale strumento di difesa*

*Cogliere la differenza tra 'segreto' e sorpresa*