

COMPETENZE PSICO-SOCIALI (LIFE SKILLS): CONOSCENZA DI SE STESSI E RAPPORTO CON GLI ALTRI

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
1. Gestione delle emozioni e dello stress	<ul style="list-style-type: none"> a) dare un nome alle emozioni (a partire dalla cl. 1[^]) b) individuare l'ABC delle emozioni (evento iniziale-pensiero-emozione) (a partire dalla 3[^]) c) differenze di genere 	<ul style="list-style-type: none"> a) riconoscere le proprie emozioni b) riconoscere i propri bisogni emotivi (a partire dalla 3[^]) c) riconoscere i propri pensieri dannosi (virus mentali) e modificarli (a partire dalla 4[^]) d) valorizzare se stessi e gli altri e) rispettare le differenze di genere 	<ul style="list-style-type: none"> a) uso del termometro delle emozioni a) esercizi di rilassamento b) uso della scatola dove “buttare” i pensieri negativi c) danza educativa d) percorsi di educazione socio-affettiva
2. Capacità di risolvere problemi (problem solving), di prendere decisioni in modo consapevole dei possibili effetti (decision making)	<ul style="list-style-type: none"> a) distinguere i bisogni (astratti) dai mezzi con cui li soddisfo (concreti) b) conoscere metodi di pensiero che aiutano a individuare e risolvere problemi 	<ul style="list-style-type: none"> a) distinguere situazioni problematiche e non (a partire dalla cl. 1[^]) b) capire di chi è il problema o il bisogno (a partire dalla 2[^]) c) capacità di scegliere soluzioni adatte a risolverle il problema o il bisogno (a partire dalla cl. 1[^]) d) capacità di prevedere le conseguenze delle proprie azioni e di ciò che succede intorno a noi 	<ul style="list-style-type: none"> a) discussione tra pari per risolvere conflitti b) assemblee degli alunni c) laboratori per la mente d) giochi matematici
3. Sviluppo del pensiero creativo e del pensiero critico	<ul style="list-style-type: none"> a) tecniche espressive diverse b) tecniche comunicative diverse 	<ul style="list-style-type: none"> a) Progettare e realizzare manufatti originali b) Analizzare situazioni c) Individuare soluzioni diversificate per affrontare in vario modo le diverse situazioni 	<ul style="list-style-type: none"> a) Visite a musei e mostre b) Visione di film e documenti c) Partecipazioni ad attività teatrali e musicali d) Attività laboratoriali creative e sperimentali
4. Capacità di comunicare in modo efficace nelle relazioni interper-	<ul style="list-style-type: none"> a) le regole basilari della comunicazione 	<ul style="list-style-type: none"> a) Rispettare il proprio turno nelle discussioni 	<ul style="list-style-type: none"> a) festa dell'accoglienza, dell'addio...

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
sonali ed empatia (socializzazione e creazione di comunità)		<ul style="list-style-type: none"> b) ascoltare e tenere conto di quanto detto dagli altri c) esprimere le proprie opinioni senza lasciarsi trascinare o voler prevaricare gli altri d) valorizzare gli interventi altrui 	<ul style="list-style-type: none"> b) incontro con altre classi/scuole sia per corrispondenza sia con uscite sul territorio sia per condividere esperienze comuni c) gemmellaggi d) giornalini scolastici e) realizzazione di pagine per il sito dell'istituto f) realizzazione di spettacoli, concerti e cortometraggi g) attività in collaborazione con le famiglie e con il territorio
5. Autoconsapevolezza (orientamento)		<ul style="list-style-type: none"> a) riconoscere i propri punti di forza e limiti b) utilizzare i propri punti di forza per compensare i punti di debolezza 	<ul style="list-style-type: none"> a) letture guidate, (a partire dalla 1^a sec.) questionari, giochi di ruolo, incontri con esperti (a partire dalla 2^a sec.) b) progetti individualizzati e per gruppi di interesse
6. Solidarietà	<ul style="list-style-type: none"> a) situazioni di disagio vicine e lontane b) associazioni ed enti che operano nel volontariato sociale 	<ul style="list-style-type: none"> a) trovare e attuare modalità solidali con chi ha bisogno 	<ul style="list-style-type: none"> a) Incontri con testimoni di solidarietà b) iniziative di sensibilizzazione e sostegno a distanza
7. Intercultura	<ul style="list-style-type: none"> a) altre culture 	<ul style="list-style-type: none"> a) rispettare le persone di altre culture con cui si hanno contatti 	<ul style="list-style-type: none"> a) studio di altre culture b) esperienze di altre culture c) esperienze per l'integrazione
8. Riconoscere i meccanismi, i sistemi e le organizzazioni che regolano i rapporti tra i cittadini	<ul style="list-style-type: none"> a) struttura di comune, comunità, provincia, stato, unione europea b) costituzione, carta dei diritti dei bambini, dichiarazione universale dei diritti umani... c) cooperazione 	<ul style="list-style-type: none"> a) rispettare le fondamentali regole della convivenza civile b) lavorare in modo collaborativo 	<ul style="list-style-type: none"> a) Analisi di documenti legislativi fondamentali b) visita a enti, strutture pubbliche, sedi di mezzi di informazione c) incontro con organizzazioni di volontariato e cooperative

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
	d) organizzazioni di volontariato e) mezzi di informazione		d) esperienze frequenti di lavoro cooperativo e) attivazione di cooperative scolastiche

CONOSCENZA DEL PROPRIO CORPO, DELLE NORME IGIENICHE, SALUTARI E DI SICUREZZA PER MANTENERLO IN SALUTE

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
1. Cura dell'igiene personale	a)	a)	a) Pulizia delle mani prima dei pasti e dopo attività manuali b) Pulizia giornaliera dei denti c) corretta postura nei banchi
2. Corretta alimentazione	d) I bisogni nutrizionali	a)	a) Educazione alimentare
3. Utilizzo delle norme di sicurezza	b) I pericoli in casa, a scuola, sulla strada, in ambienti naturali c) le norme di prevenzione d) piani di evacuazione	a)	a) Prove di evacuazione b) educazione stradale
4. Pratica di attività sportive	c) Regole base di diversi giochi e sport	a) Giocare con correttezza b) Rispettare le regole	a) Giornate dello sport b) Corsi di sport vari c) Incontri con sportivi

RAPPORTO CON L'AMBIENTE

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
1. Sentirsi parte di un territorio	a) il territorio locale, la sua storia e le sue tradizioni b) lo sfruttamento del territorio c) i luoghi di incontro e di lavoro sul territorio	a)	a) incontro con “testimoni privilegiati” b) ricerche sul territorio c) esperienze per rivivere il passato e le sue tradizioni

COMPETENZE	CONOSCENZE	ABILITÀ	ATTIVITÀ
			d) visite sul territorio
2. Assumere comportamenti rispettosi dell'ambiente	a) La raccolta differenziata dei rifiuti b) Il risparmio energetico	a)	a) esperienze di educazione ambientale