



# ALLiES eGuide

## Esempio di una lezione nella Wizard School

---

### Esempio di una lezione nella Wizard School

Prima lezione

Tema: riconoscere i sentimenti

Materiali: segnaposto; Guida Passo per passo (o qualcosa di simile); oggetti per il rilassamento: CD di Walzer di Strauss, carte da gioco, pennelli, palle; palloncini, farina e imbuto per fare i palloncini antistress; carte sulla struttura della lezione

### BNEVENUTI

- Fate disporre i bambini in cerchio e trovate per ciascuno un posto sul pavimento. Date il benvenuto a ciascun bambino per nome, stringete la mano e date il buongiorno. Mostrate con le carte della struttura di come si svolgerà la lezione:
  - benvenuto
  - imparare i trucchi del mago (wizard skills)
  - rilassamento

### IMPARARE I TRUCCHI DEL MAGO

- Chiedete ai bambini quali secondo loro sono le cose che rendono fluida la conversazione all'interno di un gruppo e la rendono facile per tutti. L'obiettivo è quello di annotare i seguenti punti:
  - Stare al proprio posto durante la conversazione
  - Chiedere il permesso di parlare alzando la mano
  - Guardare la persona che sta parlando
  - Rivolgersi agli altri in modo amichevole
- Dite ai ragazzi che ciascuno di loro dovrà scegliere uno di questi aspetti sul quale dovrà esercitarsi. L'idea è che tutti si supportino a vicenda per imparare quel particolare aspetto. Il supporto può arrivare anche da persone esterne al gruppo: familiari, insegnanti, amici, etc. Chiedete a ogni bambino quale capacità vuole praticare e come vuole che gli altri lo aiutino a praticare. Chiedete inoltre in che modo vorranno essere ricordati se si dimenticano di praticare.
- Riconoscere i sentimenti



- Mostrate tre sentimenti semplici mimandoli oppure utilizzando le carte: gioia, dolore e paura e chiedete ai bambini di nominarli e di mostrare una faccia compiaciuta, triste e spaventata.
  - Quale di questi sentimenti fa stare bene e quale fa stare male?
    - In quale parte del corpo si percepisce uno specifico sentimento? Nello stomaco? Al cuore?
  - > tutti i sentimenti sono preziosi e dobbiamo imparare come esprimerli, senza fare del male ad altri
  - > come esprimereste il sentimento di paura a un'altra persona?
- ➔ Per esempio dicendo: Mi fa stare male, per favore smettila! Anziché dire per esempio, "sei stupido!
- Se avete accesso al materiale 'Passo a passo', utilizzate le carte per "riconoscere i sentimenti"

### RILASSAMENTO

- Riempite i palloncini con della farina, se avete tempo, lasciate che i bambini riempiano i palloncini rilassanti da soli. I palloncini di farina possono essere utilizzati per massaggiare la schiena dei bambini o semplicemente come antistress da premere con le mani.
- 'Alla ricerca della gioia!' Ballate con i bambini sulle note di un walzer di Strauss!
- Chiedete ai bambini di ascoltare la musica sdraiati sul pavimento. Massaggiate la schiena dei bambini con un palloncino di farina, carte da gioco, una palla un pennello o con le mani