



Secondaria 1° grado

Combatto ma per sport

CONSAPEVOLEZZA E RESPONSABILITÀ | EMOZIONI | COLLABORAZIONE | CONFLITTO



ARGOMENTO

- Conflitto
- Consapevolezza e responsabilità
- Emozioni
- Collaborazione

MATERIA

- Educazione Civica
- Area Sportivo-Motoria

COMPETENZE CHIAVE

- Imparare a imparare
- Competenze sociali e civiche

PUNTO/I DEL MANIFESTO DELLA COMUNICAZIONE NON OSTILE

- 09. Gli insulti non sono argomenti

DOMANDE FONDAMENTALI

- Che cosa è l'autocontrollo?
- Come faccio ad allenarlo?

SVOLGIMENTO



Rispetto e autocontrollo

15'

Guarda il video e rifletti

<https://www.youtube.com/embed/EtnbFR93aw?start=23&feature=oembed>

Mostra alcune parti del video, soprattutto la fine in cui Silvia Semeraro (campionessa di karate nonché, una delle atlete pugliesi che si sono qualificate per le Olimpiadi di Tokyo) abbraccia l'avversaria.

Chiedi ai ragazzi e alle ragazze se, secondo loro, negli sport di combattimento come il karate è più difficile mantenere l'autocontrollo e il rispetto nei confronti dell'avversario rispetto agli sport di squadra come la pallavolo o il calcio.

Una vita dedicata allo sport

20'

Guarda il video, rifletti e scrivi

[Guarda qui il video di Silvia Semeraro per Parole O Stili](#)

Mostra ai ragazzi e alle ragazze il videomessaggio che Silvia Semeraro ha voluto lasciare loro proprio per questa attività. Alla fine del video, consegna a ognuno un foglio e una penna perché possano scrivere (oppure chiedi di dire a voce alta):

- che cosa li ha colpiti
- quale messaggio, secondo loro, gli è sembrato che Silvia volesse mandare quando ha parlato di controllo e autocontrollo.

Raccogli tutti i fogli e leggili in forma anonima

Perdere il controllo

15'

Riguarda il video e rifletti

[Guarda qui il video di Silvia Semeraro per Parole O Stili](#)

Mostra nuovamente la parte di video in cui Silvia parla di controllo e autocontrollo, poi chiedi ai ragazzi: avevano capito giusto? A loro, durante gli sport, è mai capitato di perdere il controllo? Come e quando è successo?

Controllo in gara

30'

Fai una gara

Invita i ragazzi ad analizzare il proprio autocontrollo durante una partita o una gara. Può essere lo sport che fanno sempre o un semplice ruba bandiera, falli giocare e annota i momenti in cui qualcuno ha perso il controllo.

Rifletti e fai riflettere

Fai mettere i ragazzi e le ragazze in cerchio per un momento di restituzione dell'attività: come si sono sentiti sapendo che dovevano fare attenzione al proprio autocontrollo? Le parole di Silvia hanno avuto qualche effetto su di loro? Sono stati più concentrati su quell'aspetto, oppure a un certo punto si sono lasciati andare? Qualcuno può consigliare uno stratagemma per non perdere il controllo? Usa gli appunti presi non per indicare chi ha perso il controllo, ma per sollecitarne la partecipazione autonoma.