

Circolare N°28

Bergamo, 27 novembre 2019

**Ai genitori degli alunni iscritti alle classi 2^AA e 2^AB
Scuola Secondaria di I grado "Leonardo da Vinci"**

Oggetto: attività complementare "È tutto un altro yoga" e "Origami matematici"

Cari Genitori,
con la presente vi inviamo il programma della terza e quarta attività complementare "È tutto un altro yoga" e "Origami matematici".

Nome dell'attività.	È tutto un altro yoga
Descrizione dell'attività.	<p>Yoga in Sanscrito significa letteralmente unione, perfetto equilibrio tra corpo, mente e spirito. Significa disciplinare l'intelletto, le emozioni, la volontà. Lo yoga è un invito alla scoperta del se' con una modalità intima e non competitiva attraverso due elementi fondanti e comuni a tutti noi: il corpo e il respiro. Introdurre questa antica tecnica nella scuola significa migliorare non solo la forma fisica, ma anche la concentrazione, la memoria, l'autostima, la consapevolezza delle emozioni, la resilienza, l'empatia e la collaborazione tra coetanei, dando un ulteriore impulso positivo allo sviluppo di una maggiore maturità comportamentale e emozionale.</p> <p>Le tecniche che useremo sono quelle tradizionali, antiche come il respiro yogico, gli Asana e lo yoga nidra, declinate pedagogicamente affinché l'universo delle ragazze e dei ragazzi si senta coinvolto, accolto e amato.</p> <p>Questo percorso vuole essere un momento condiviso di ascolto del sé, di scoperta delle proprie fragilità come delle proprie risorse, affinché insieme si possa co-costruire quel terreno fertile a sostegno del loro riconoscersi come individui e, al contempo, come gruppo, all'interno del quale ognuno è diverso e unico.</p> <p>Consigliamo un abbigliamento comodo, calze antiscivolo e di portare una borraccia con acqua. Tutti gli studenti devono</p>

	portare una maglietta bianca non costosa che sarà decorata da loro.	
Durata prevista.	<ul style="list-style-type: none"> - Mercoledì 27 Novembre 1° turno 11.50-13.30 SEZ. A 2° turno 14,30 -16,10 SEZ. B - Mercoledì 4 Dicembre 1° turno 11.50-13.30 SEZ. B 2° turno 14.30-16.10 SEZ. A - Mercoledì 11 Dicembre 1° Turno 11.50-13.30 SEZ. A 2° Turno 14.30-16.10 SEZ. B - Mercoledì 18 Dicembre 1° Turno 11.50-13.30 SEZ. B 2° Turno 14.30-16.10 SEZ. A 	
Docente/i ed esperto/i responsabile/i del progetto.	Calleja Biagio (2° turno) e Olmo Costanza (1° turno) Adobati Isabella (Docente Istituto Italiano DBN)	
Obiettivi formativi.	<ul style="list-style-type: none"> • Trovare nella quiete le proprie risorse e saperle utilizzare. • Riconoscere i movimenti e il respiro come strumenti che alimentano la nostra vitalità e che possano dare serenità e stabilità nelle situazioni di fatica. • Fare spazio nella propria mente, togliendo tensioni, preoccupazioni, ansie da prestazione, favorendo così l'apprendimento e relazioni più armoniosi. 	
Competenze chiave per l'apprendimento permanente definite dal Parlamento Europeo e dal Consiglio dell'Unione Europea.	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza sociale e civica • Comunicazione nella madrelingua • Imparare ad imparare • Consapevolezza ed espressione culturale 	

Nome dell'attività	Origami Matematici
Descrizione dell'attività.	Attraverso l'uso di origami di carta e attraverso le regole di base specifiche di questa disciplina si affronteranno attività di problem solving inerenti alla geometria e alla

	matematica di base in cui vengono messi in gioco le capacità creative degli studenti.
Durata prevista.	<ul style="list-style-type: none"> - Mercoledì 27 Novembre 14,30 -16,10 SEZ. A - Mercoledì 4 Dicembre 4.30-16.10 SEZ. B - Mercoledì 11 Dicembre 14.30-16.10 SEZ. A - Mercoledì 18 Dicembre 14.30-16.10 SEZ. B
Docente/i ed esperto/i responsabile/i del progetto.	Giovanni Garattini
Obiettivi formativi.	<ul style="list-style-type: none"> • Ascoltare testi prodotti da altri, anche trasmessi dai media, riconoscendone la fonte e individuando scopo, argomento, informazioni principali e punto di vista dell'emittente. • Intervenire in una conversazione o in una discussione, di classe o di gruppo, con pertinenza e coerenza, rispettando tempi e turni di parola e fornendo un positivo contributo personale. • Utilizzare le proprie conoscenze sui tipi di testo per adottare strategie funzionali a comprendere durante l'ascolto. • Individuare multipli e divisori di un numero naturale e multipli e divisori comuni a più numeri. • Riprodurre figure e disegni geometrici, utilizzando in modo appropriato e con accuratezza la carta da origami. • Conoscere definizioni e proprietà (angoli, assi di simmetria, diagonali...) delle principali figure piane (triangoli, quadrilateri, poligoni regolari, cerchio). • Riprodurre figure e disegni geometrici in base a una descrizione e codificazione fatta da altri. • Conoscere il Teorema di Pitagora e le sue applicazioni in matematica e in situazioni concrete.

	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscere e utilizzare le principali trasformazioni geometriche e i loro invarianti. • Risolvere problemi utilizzando le proprietà geometriche delle figure • Trasformare immagini e materiali ricercando soluzioni figurative originali. • Sperimentare strumenti e tecniche diverse per realizzare prodotti grafici, plastici, pittorici e multimediali. • Introdurre nelle proprie produzioni creative elementi linguistici e stilistici scoperti osservando immagini e opere d'arte.
<p>Competenze chiave per l'apprendimento permanente definite dal Parlamento Europeo e dal Consiglio dell'Unione Europea.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competenza alfabetica funzionale. • Competenze di base in scienze e tecnologia. • Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare. • Spirito d'iniziativa e imprenditorialità. • Comunicazione nella madrelingua.

È gradita occasione per porgere cordiali saluti.
La Direzione Didattica