

Camillo Bortolato

CONCENTRAZIONE E SERENITÀ CON LE CORNICETTE E I MANDALA

Proposte grafiche per armonizzare i tempi di lavoro
nella scuola primaria



® METODO
ANALOGICO
BORTOLATO

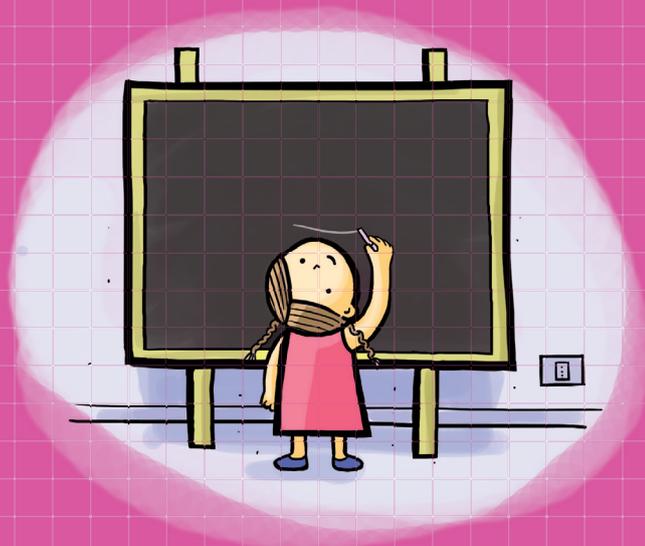
iMATERIALI

Erickson

A scuola alcuni alunni finiscono sempre presto gli esercizi assegnati scoraggiando gli altri e mettendo in difficoltà l'insegnante che non sa come tenerli occupati. *Concentrazione e serenità con le cornicette e i mandala* vuole proporre una soluzione a questa «mancanza di sincronia», presentando — per i bambini della scuola primaria e, più in generale, per gli alunni in difficoltà — un itinerario di proposte grafiche studiate in modo da essere semplici da comprendere e lunghe da eseguire. Ciò permette a chi ha finito il compito di occupare il tempo libero in tranquillità e a chi deve ancora terminare di non sentirsi sotto pressione. Dedicandosi a questa occupazione ciascuno, con i suoi tempi, potrà inoltre trovare concentrazione, riposo e appagamento, godendo della bellezza delle simmetrie e dei colori. Ogni pagina del testo è arricchita da riflessioni sulla vita di classe e dei bambini, in una sorta di diario giornaliero lungo un ideale percorso di crescita e di maturazione, diretto a un'armonizzazione dei tempi di lavoro e a una maggior serenità sui banchi di scuola.



Contenuti: • Cornicette per cominciare • Pavimentazioni • Mandala con il goniometro • Mandala con il compasso • Rosoni



ISBN 978-88-6137-654-0



€ 18,50

9 788861 376540

Indice

7 Introduzione

11  **CAPITOLO 1**
Cornicette per cominciare

53  **CAPITOLO 2**
Pavimentazioni

83  **CAPITOLO 3**
Mandala con il goniometro

105  **CAPITOLO 4**
Mandala con il compasso

129  **CAPITOLO 5**
Rosoni

Introduzione

A cosa servono?

Queste proposte grafiche, che conosciamo tutti con il nome di cornicette o mandala, possono rappresentare un aiuto importante per favorire la maturazione degli alunni e uno strumento di «soccorso» per gli insegnanti, in molti momenti della vita in classe.

In particolare si rendono utili:

- come attività per riempire il tempo di lezione che, con gli strumenti del metodo analogico, è sempre abbondante e non va occupato con altra didattica;
- come attività per occupare il tempo di chi finisce troppo presto l'esercizio assegnato e chiede «cosa faccio ora?», portando confusione nella classe;
- come rimedi, efficaci e divertenti, dell'insegnante per ottenere un po' di silenzio in classe;
- come aiuto ai bambini, per imparare anche a stare da soli, perché non sempre è il momento di parlare o discutere;
- come occupazione di emergenza in attesa che arrivi il segnale dell'intervallo;
- come strumenti per arricchire il quaderno di bellezza e di gioia.

Concentrazione e armonia

«Essere buoni» non è tanto un comportamento per evitare distrazioni e non arrecare disturbo agli altri, ma uno stato della mente che predispone alla comprensione del compito in specifico e del mondo in generale.

In molte parlate locali per dire «sono capace» si usa l'espressione «sono buono»: «sono buono di lavorare, di scrivere, di disegnare...» oppure al contrario «sono un buono a nulla». Tutte espressioni che stanno a indicare che una persona buona, cioè disponibile e serena, è favorita nella comprensione.



Gestire il tempo

I genitori e il mondo fuori dalla scuola non si rendono abbastanza conto di cosa significhi gestire una classe dove ogni alunno ha dei tempi di lavoro diversi. L'insegnante dovrebbe o imporsi autoritariamente o sdoppiarsi innumerevoli volte per corrispondere ai bisogni di ognuno. Il rischio del caos è sempre presente.

Succede infatti che qualche alunno non finisca mai l'esercizio e che altri finiscano sempre troppo presto compromettendo il morale di quelli che sono ancora al lavoro, i quali per reazione rallentano ancor più. Questi ultimi avrebbero bisogno di maggior rispetto.

Queste cornicette servono per colmare questa assenza di sincronizzazione.

Per questo motivo sono studiate in modo da essere semplici da spiegare e lunghe da eseguire, quanto basta per consentire a tutti di concludere il lavoro in un clima di silenzio.

Sono una specie di «espedito occupazionale» che crea armonia nella classe poiché ciascuno avverte che anche i compagni più veloci sono al lavoro e non possono permettersi di disturbare. Così anche l'insegnante può tirare un sospiro di sollievo e pensare di dedicarsi al desiderio, quasi mai realizzato, di poter andare vicino a un bambino in difficoltà e di aiutarlo, senza essere assediato da cento altre richieste.

Gestire i comportamenti

Mantenere un po' di serenità in classe è la vera preoccupazione degli insegnanti, la vera emergenza quotidiana.

Per questo, le varie proposte grafiche sono accompagnate da consigli e riflessioni in tono informale, sul clima della classe. Compare così un universo di bambini in difficoltà con se stessi, per stanchezza, per ansie, per saturazione, per conflitti, quegli stessi bambini che gli insegnanti incontrano ogni giorno sui banchi di scuola. Come ad esempio Letizia che è sempre buona e in pace e meriterebbe un premio per la sua presenza discreta e quasi nascosta che non è passiva, ma costruttiva dell'armonia.

O Filippo che è sempre al centro dell'attenzione, il protagonista, l'elemento cruciale per il buon esito della lezione, il problema al quale bisogna trovare una soluzione e che non si trova mai.

Lui dice che a scuola non si comporta bene perché i compagni lo fanno arrabbiare. Secondo il suo modo di pensare se tutti seguissero le regole anche lui le seguirebbe.

Gode dell'appoggio della mamma che ritiene sia aggressivo perché i compagni lo prendono in giro. Anche lo psicologo parla di disagio.

Secondo i compagni invece la versione è ribaltata.

È Filippo, dicono risentiti, la causa del disagio. Sono loro che subiscono un disagio quando parla sempre e si concede tutte le licenze.

Chi avrà ragione?

Chi cerca di giustificare il proprio comportamento o i compagni che non ammettono scuse?

Mantenendo aperta la questione, il lavoro con le cornicette vuole ribaltare la prospettiva: aiutare Filippo a invertire i suoi pensieri.

«Filippo, se riesci a fare questa cornicetta, poi riuscirai a fare bene anche in matematica perché si tratta della stessa attività di concentrazione e orientamento nello spazio. Se poi, mentre sarai occupato ti accadrà di stare un po' in silenzio, potrai accorgerti anche di noi che tutti i giorni, in silenzio, faticiamo per costruire un po' di pace e tranquillità.»

Libertà di apprendere

Parole semplici come «essere buoni» e «faticare» sono scomparse dal gergo delle programmazioni scolastiche e sono ignorate da una certa psicologia che dà per scontato che ogni bambino desideri apprendere ma che si blocchi di fronte a degli ostacoli prettamente cognitivo-emotivi.

A mio avviso non è sempre così. Non è sempre detto che i bambini vogliano apprendere. Escludendo parole semplici come queste viene ignorata la questione della libertà, di ogni bambino, anche di non apprendere, come se volesse, in senso figurato, tenere la bocca chiusa al cibo che gli viene offerto. Libertà che, tutti i giorni a scuola, ciascun bimbo vive consapevolmente, ogni minuto, nella decisione di volgere lo sguardo all'insegnante che spiega o di negarglielo, di stringere la penna con più o meno forza per scrivere bene; nella scelta di rimanere al proprio posto, di parlare a voce bassa o alta sapendo di essere richiamato. Ognuno vive questa condizione galvanizzante di libertà che non è solo nel comportamento e nei gesti del corpo ma anche nel «comprendere». Lo evidenziano bene i bambini di cui si narra nel testo.

Ecco Lucia che prima non riusciva e poi diventa improvvisamente espertissima.

Ecco Chiara che non capisce i problemi e accetta di investire più energia con umiltà e pazienza sapendo di non essere tra quelli che arriveranno primi.

Ecco che Francesco, che non riusciva a ricordarsi le tabelline, decide di fare un po' più di posto nel suo archivio mentale «arcisaturo» e, a casa, durante il gioco, si sofferma un attimo per controllare se nella sua mente c'è ancora il risultato di 7×8 .

Ecco ancora Paolo che decide di scrivere più lentamente perché in questo modo la calligrafia è più curata.

Ed ecco Filippo che finalmente sceglie di dire parole dolci perché fa parte della sua assoluta discrezionalità essere, se vuole, gentile. Nessuno lo comanda e nessuno glielo può impedire.

Ognuno sceglie la comprensione, che non significa appropriarsi direttamente della conoscenza, ma preparare il vuoto scacciando i sentimenti negativi che occupano la mente.

La via in salita

Infatti Filippo è diventato bravo per questa inversione dei suoi sentimenti: prima voleva essere il protagonista e falliva nei compiti di prestazione. Ora sa attendere senza pretendere il successo.

Prima aveva in mente di lottare e ora pensa che sia possibile anche perdonare e chiedere scusa senza sentirsi mortificato. Prima era stanco già dall'inizio e ora scopre meravigliato, anche attraverso una cornicetta, che può mantenere la concentrazione e l'impegno più a lungo. Perché la volontà vince nel tempo e sposta gli ostacoli cognitivi.



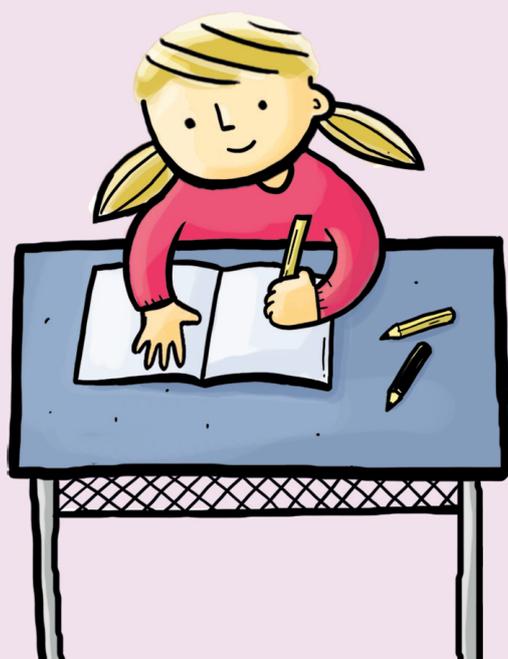
Questa proposta con le cornicette va in questa direzione. Ha portato bene ai bambini e anche a me che non potevo permettermi di essere severo solo con loro. Non potevo cioè pretendere la loro immobilità e la loro condivisione in classe nei momenti di pausa senza predisporre una alternativa occupazionale, magica, come queste cornicette.

La via giusta è sempre quella in salita, per tutti, perché la felicità sta in alto. Per questo sulla porta della classe c'è scritto:

"CHI NON FA FATICA DIVENTA TRISTE"

Per una dimostrazione pratica dell'utilizzo delle cornicette in classe è possibile vedere dei filmati esemplificativi nel sito www.erickson.it.
Per altre informazioni sul metodo analogico si veda anche il sito www.camillobortolato.it.





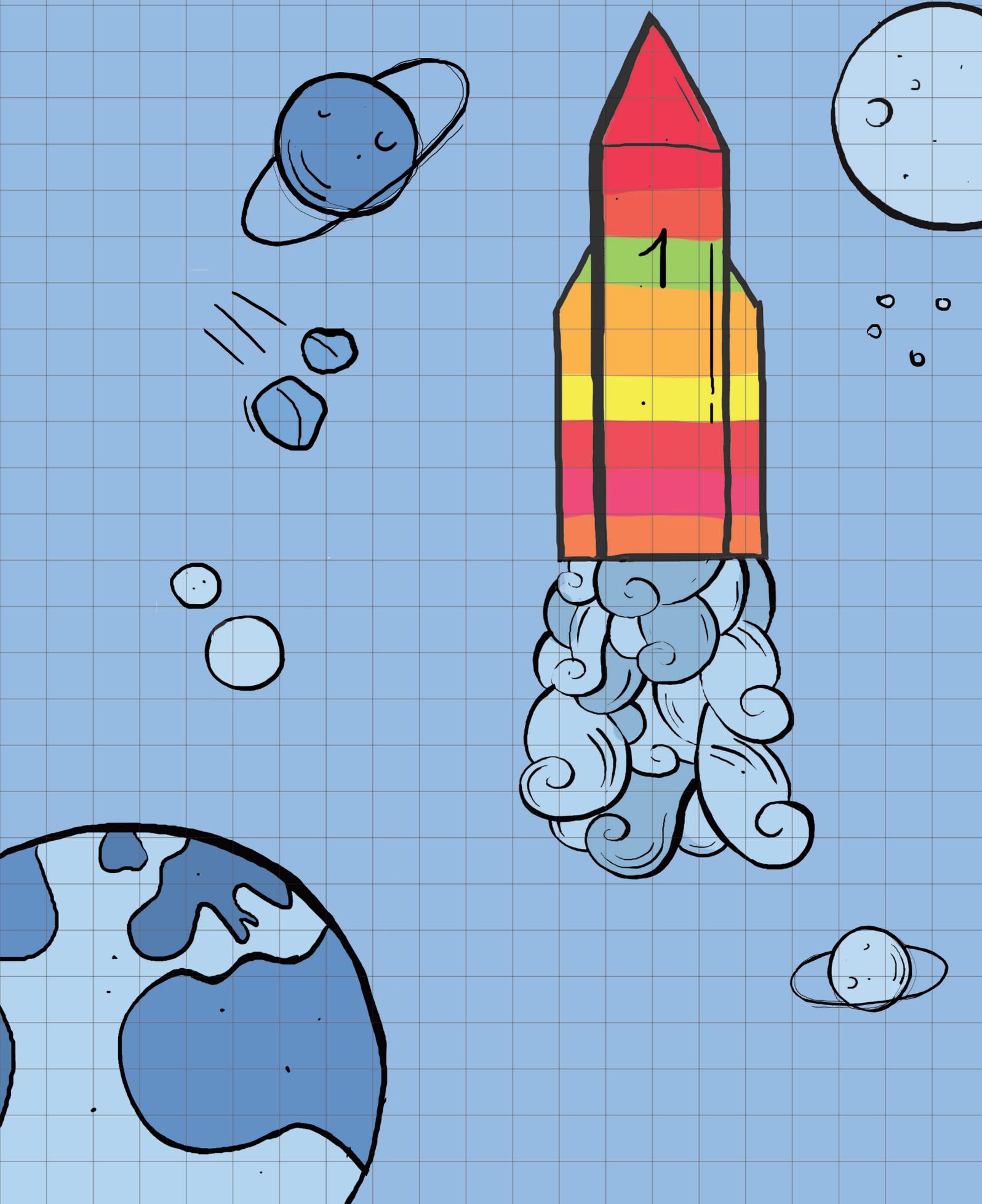
CAPITOLO I

Cornicette per cominciare

«Maestra! Sono felice di essere finalmente a scuola. Mi piace stare qui con te!»
«Anch'io sono contenta!»

Felicità è avere una bambina a scuola che ti vuole bene perché vuole imparare...
Coltivare l'entusiasmo dei primi giorni è una responsabilità, minuto dopo minuto.

M A T E M A T I C A



PRIMO GIORNO DI SCUOLA

Oggi è un giorno speciale per tutti i bambini che entrano in classe per la prima volta e si siedono in ascolto, con gli occhi lucidi di emozione.

«Bambini. Oggi comincia un viaggio molto lungo e avventuroso perciò disegneremo sulla prima pagina del quaderno un missile e poi la terra, la luna e il sole e tutti gli altri pianeti.»

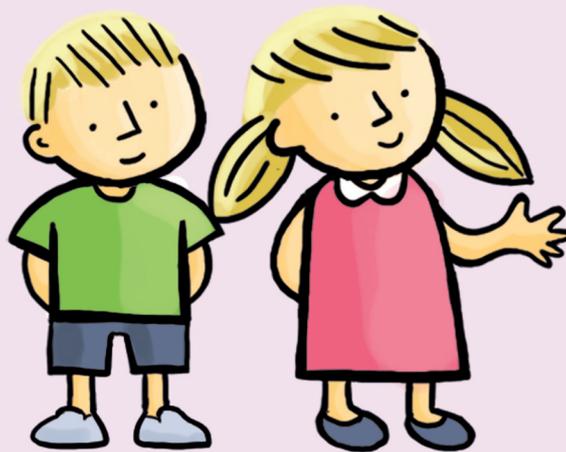
Dopo il disegno alla lavagna, che serve solo da indicazione, passo a verificare che ogni bambino abbia aperto il quaderno dalla parte giusta. Niente è scontato.

Tra tutte le emozioni la mia è forse la più grande.

Come saranno questi bambini che mi sono stati affidati?

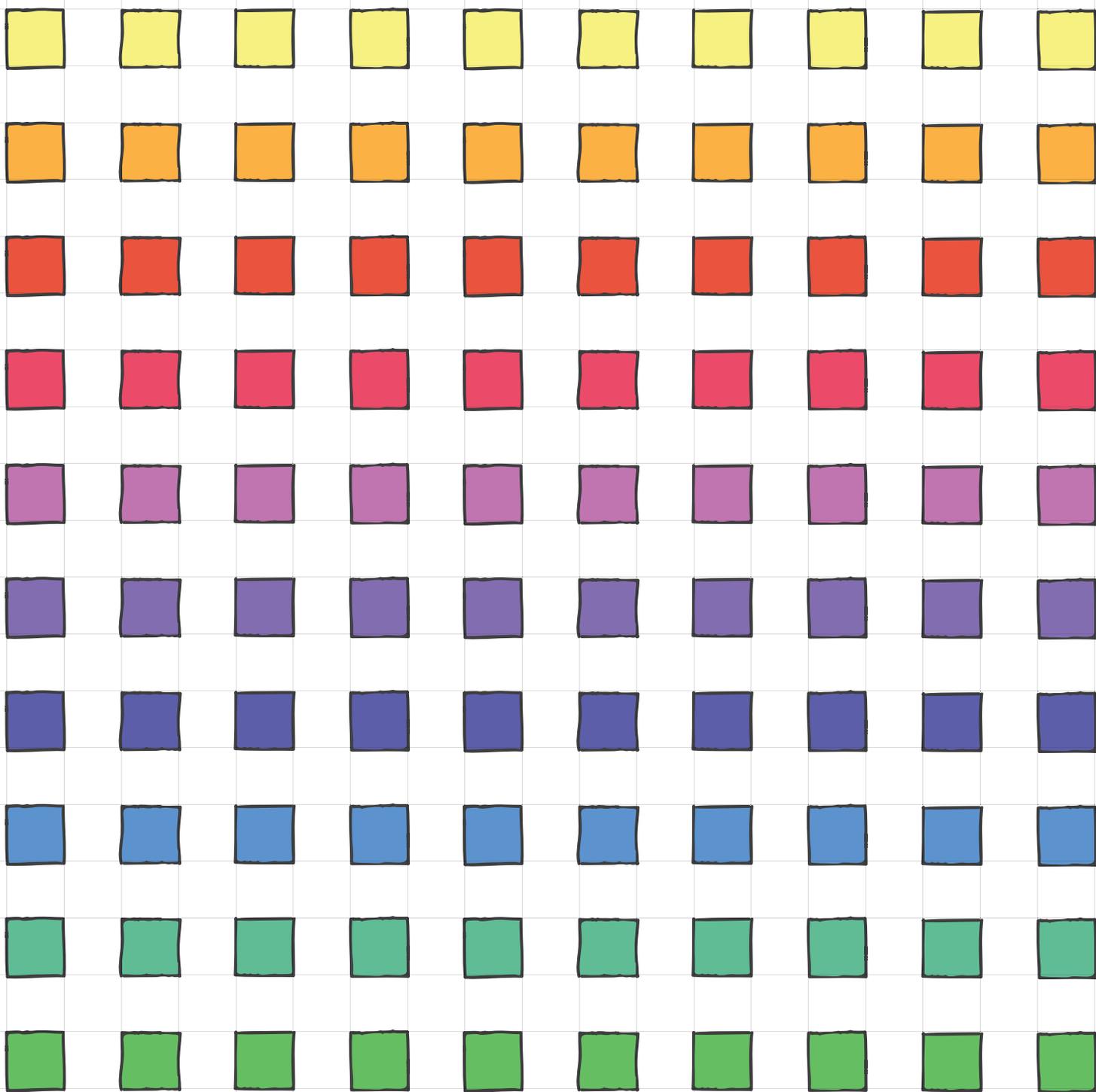
Dopo mezz'ora già si vedono tutte le differenze.

Alcuni bimbi hanno finito, altri sono a metà, alcuni devono ancora cominciare perché non sanno cosa significhi fare da soli poiché è la mamma che deve occuparsi di tutto...



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Disegnare alla lavagna il missile con il contributo delle idee dei bambini, dando poi a ognuno la libertà di arricchire il cielo di pianeti di ogni colore.



100

EMERGENZA

Ognuno di questi primi giorni di scuola è un'emergenza.

Come trascorrere il tempo senza che la situazione precipiti nel caos? Che ansia!

«Bambini, guardate alla lavagna: faremo questo semplice quadratino che è la cornicetta più semplice che si possa pensare. Ne faremo dieci in una riga. Poi continueremo sotto fino a farne dieci righe intere.»

Molti bambini sanno già contare fino a dieci e non hanno difficoltà a riempire la prima riga. Poi subito cominciano con le seguenti. Eccoli contare le righe. Hanno già capito tutto della matematica, cioè che è un gioco in cui si ripetono le stesse regole.

«Chi finisce poi copia questo numero con due zeri che significa cento.»

Letizia è esperta di scuola, capisce che bisogna darsi da fare istante dopo istante.

Giacomo che non ha frequentato la scuola dell'infanzia è smarrito e continua a guardarsi in giro stupito di quello che sta accadendo.

Giovanni è in difficoltà ad aprire l'astuccio e si perde in questo particolare che blocca tutto. Oramai sta aspettando che suoni la campanella...

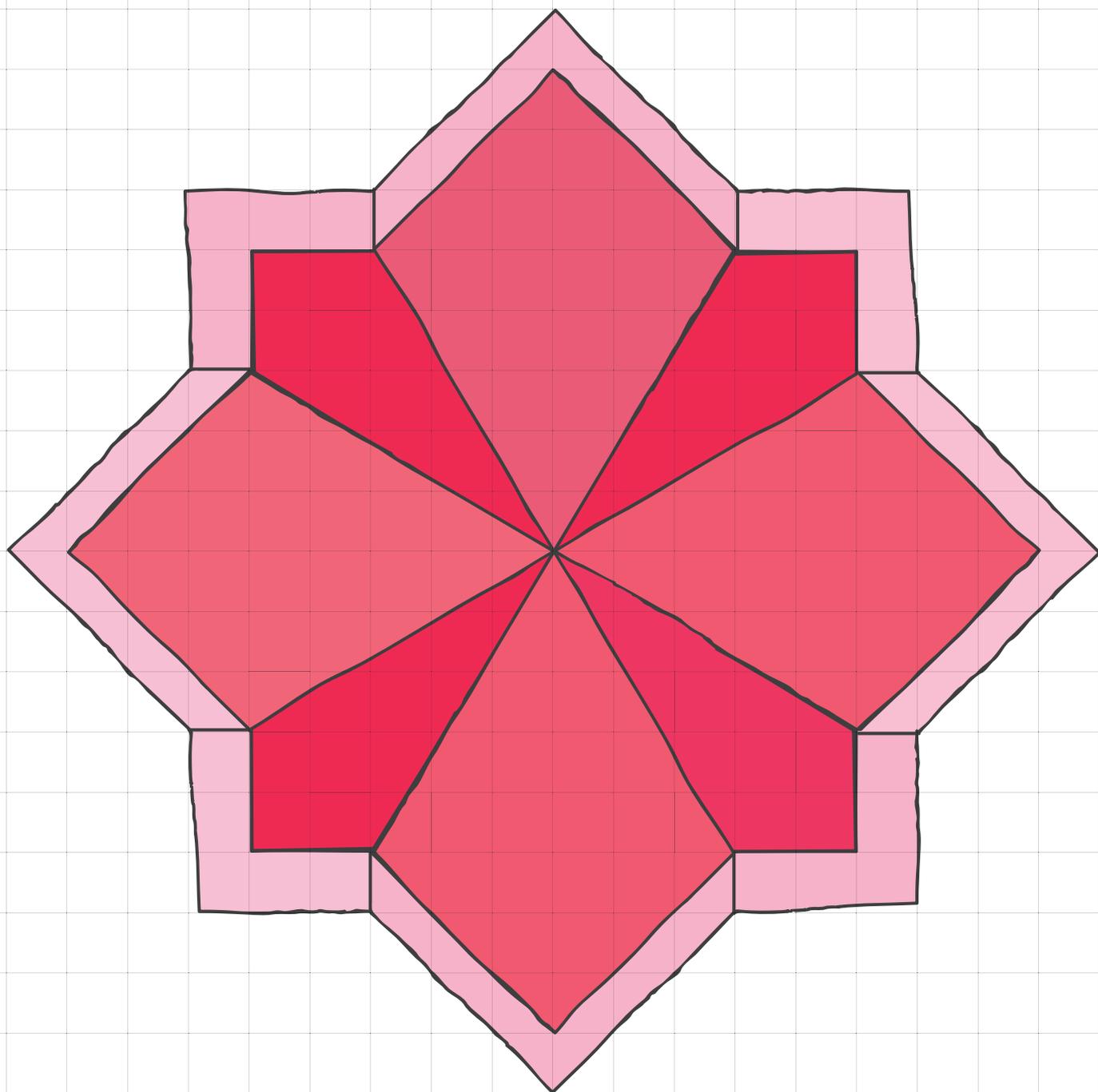
Emma è alla terza riga e guarda Irene che è arrivata alla fine e comincia a colorare con i pastelli nuovi. Tutti la invidiano.

Suona la campanella: «Chi non ha finito in classe può completare la pagina a casa con l'aiuto dei genitori». Meno male che oggi è finita e senza tanti drammi...



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Cominciare dal bordo sinistro in modo da far stare l'intera decina nella pagina. Dare la libertà di colorare a piacere. Al termine del lavoro far scrivere il numero 100 senza dare spiegazioni.



UNA STELLA PER CREDERE IN SÉ

«Questa stella è ancora più facile e se ne possono fare di più grandi o di più piccole seguendo la regola dei lati sempre uguali.»

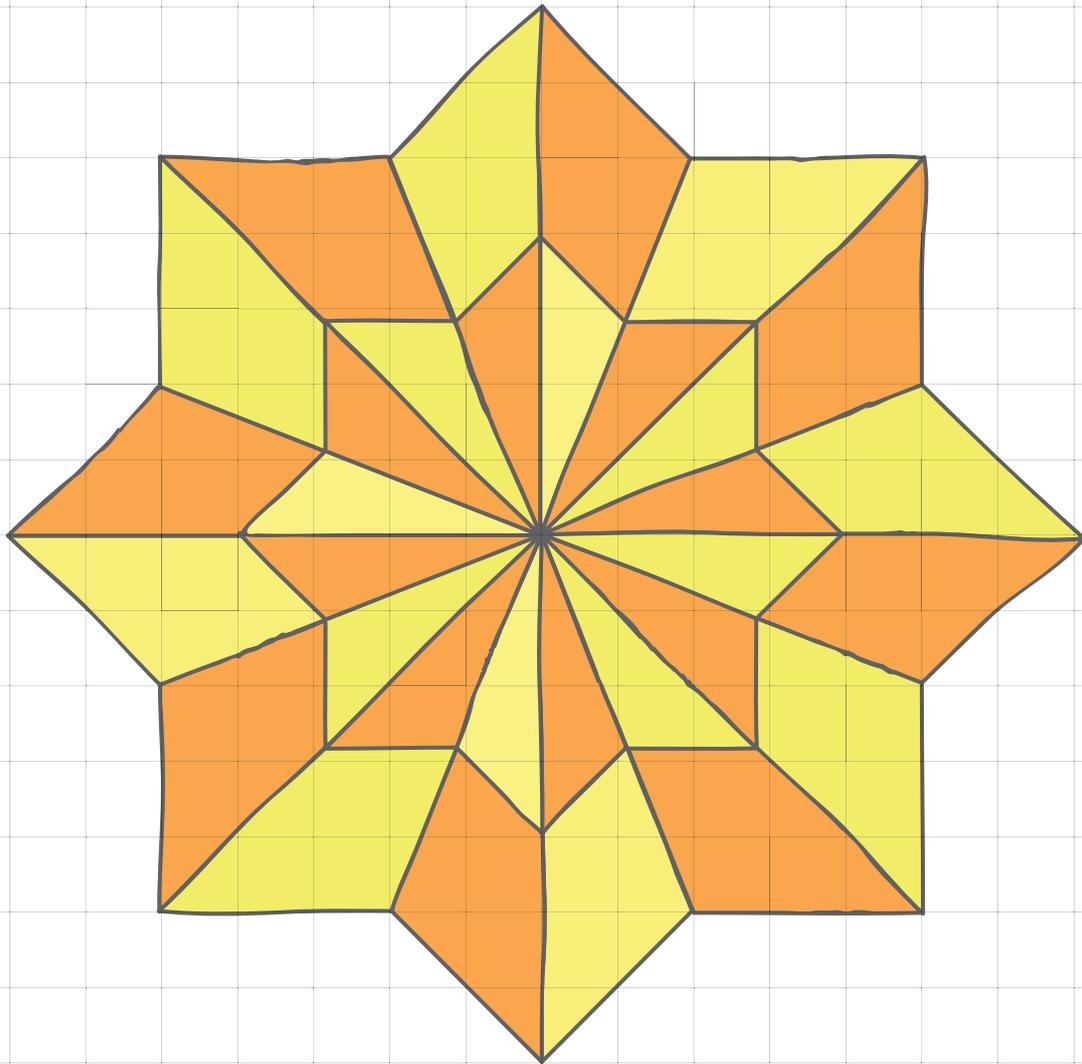
Anche Giulio finalmente è diventato esperto in cornicette. Prima non lo credeva possibile.

«Giulio. Se ci metti lo stesso impegno anche nelle operazioni e nei problemi diventerai bravissimo! Devi crederci!»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare il modello alla lavagna. Cominciare dal perimetro esterno composto di lati tutti della stessa misura. Assicurarsi che i bambini abbiano compreso chiamandone qualcuno alla lavagna per ripetere il procedimento.



UNA STELLA PER CRESCERE

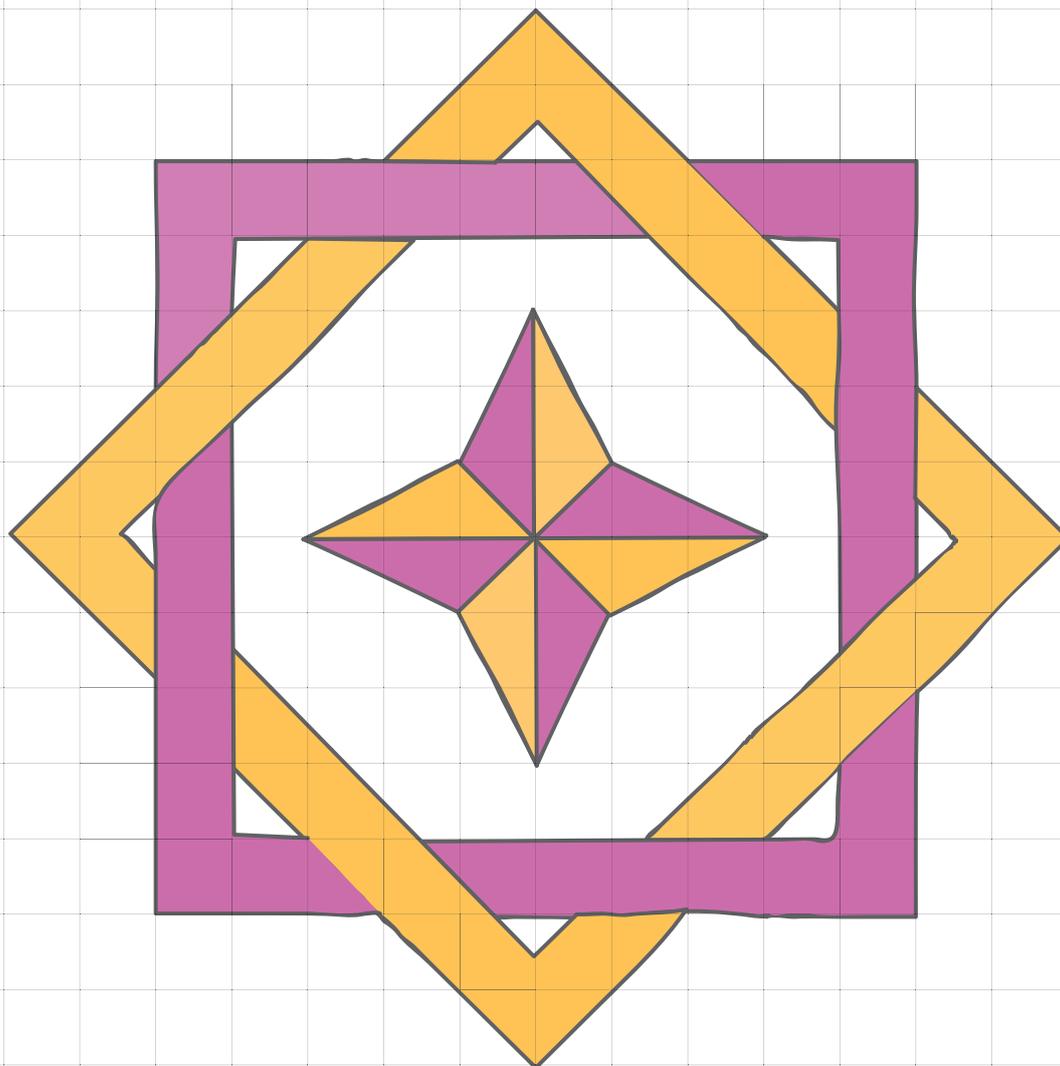
«Oggi chi finisce per primo le operazioni del libro sa che deve fare questa stella che non ha i lati tutti uguali.»

È una stella utile a crescere nella capacità di rimanere concentrati più a lungo resistendo ad altre distrazioni. È una buona occasione per tutti coloro che sono abituati a cedere subito alla stanchezza. Vedo che tutti accelerano per fare le operazioni. L'idea di costruire qualcosa di prezioso con le loro mani li sprona.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Cominciare dal contorno composto di lati da due e da tre quadretti. Disegnare una analoga stella in centro dopo aver congiunto il centro con tutti i vertici.



INSISTERE DI PIÙ

Claudio continua a cancellare perché dice che non è capace.

«Claudio se la tua partita di calcio dipendesse da questo disegno investiresti tutta la tua energia e ci riusciresti di sicuro.»

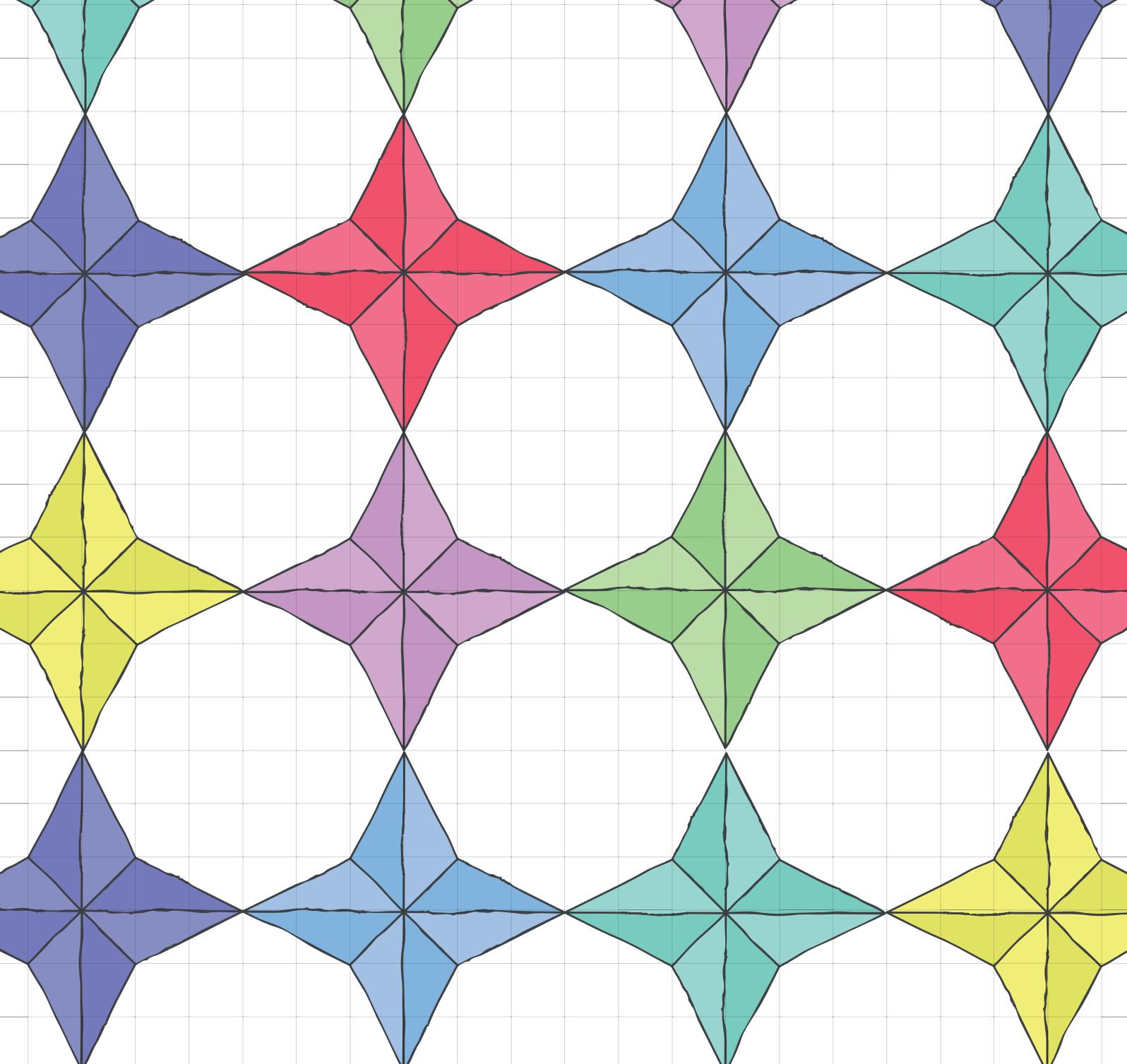
«Ma io maestra mi impegno.»

«No, impegnarsi vuol dire attivarsi di più come quando vuoi andare in goal e provi e ri-provi senza stancarti mai...»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Cominciare dal contorno come nella figura precedente. Mettere dei puntini all'interno dei vertici alla distanza di un quadretto o un quadretto e mezzo per costruire l'intelaiatura interna. Costruire l'intreccio secondo la regola di alternare sopra e sotto.



STELLE DEL CORAGGIO

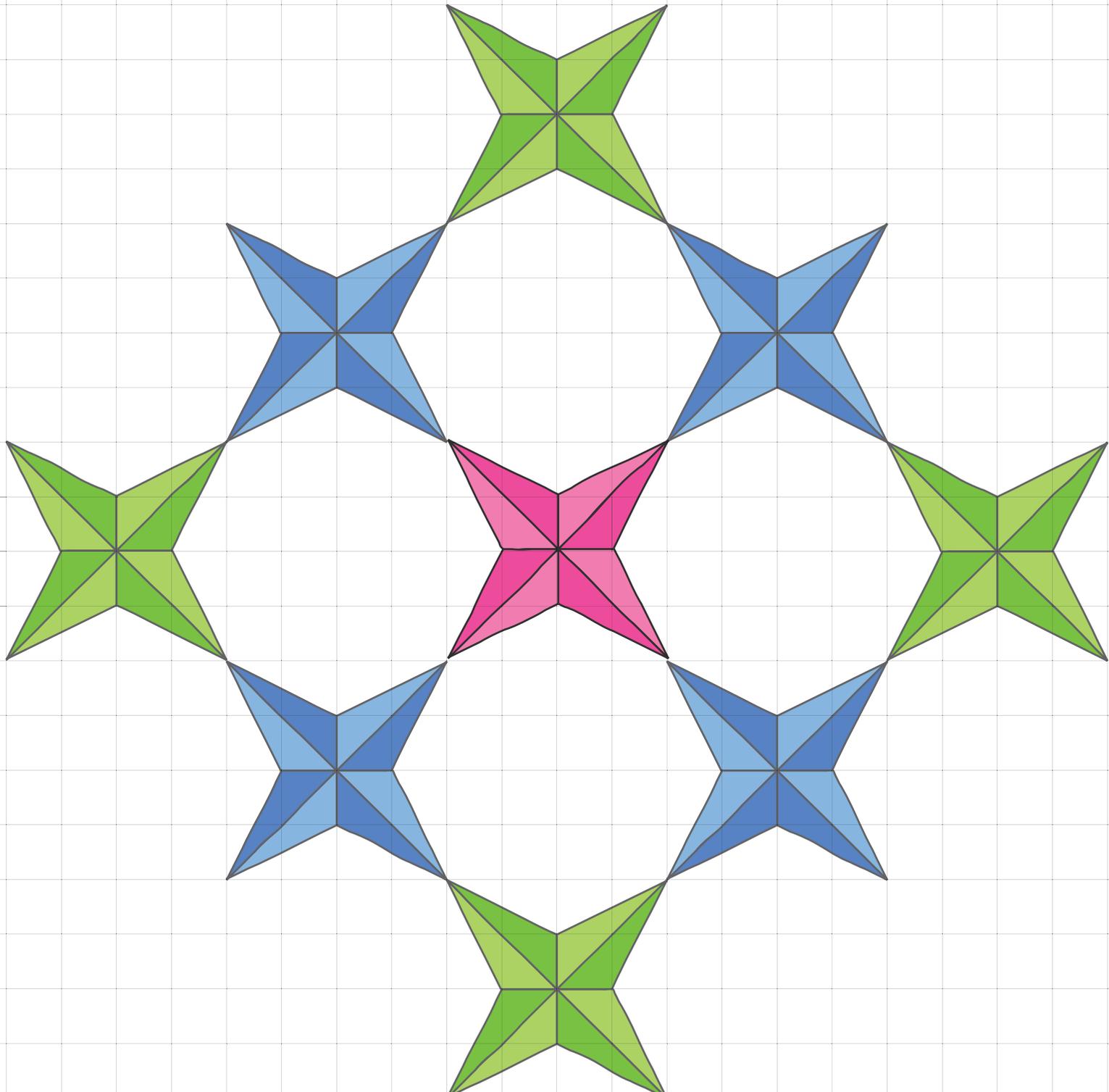
«Cari bambini, queste sono stelle per misurare il vostro coraggio. Chi riesce a farne tante senza interrompersi, senza chiedere di andare subito in bagno, significa che non avrà paura più di niente... è forte!»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il procedimento per gradi:

1. tracciare una croce con le braccia di tre quadretti;
2. tracciare una x al centro;
3. finire ciascuna stella con i lati obliqui.



STELLE DI LUCE

«Ecco altre stelle un po' più difficili delle precedenti. Servono per misurare la vostra capacità di resistere alla distrazione...»

Paolo è preoccupato, lo vedo che stranamente si ferma a pensare.

Gli si illumina improvvisamente il viso quando ritrova l'orientamento. La comprensione è sempre così: è la luce dopo il buio.

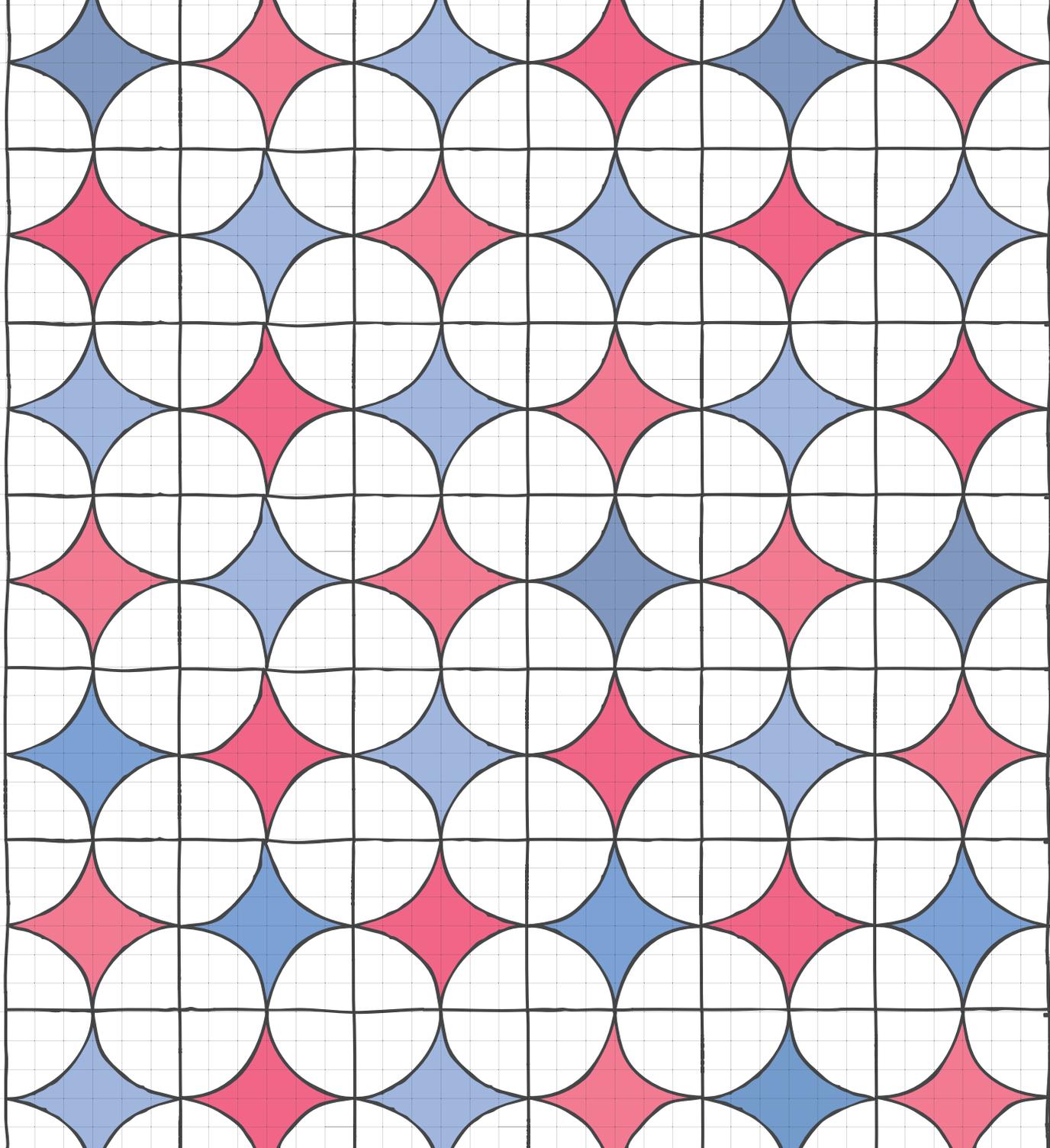


AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare il procedimento alla lavagna per gradi:

1. focalizzarsi sulla struttura interna di una stella;
2. tracciare alla fine i lati esterni.

È un disegno che richiede molta concentrazione. Assicurarsi della comprensione con alcune prove alla lavagna.



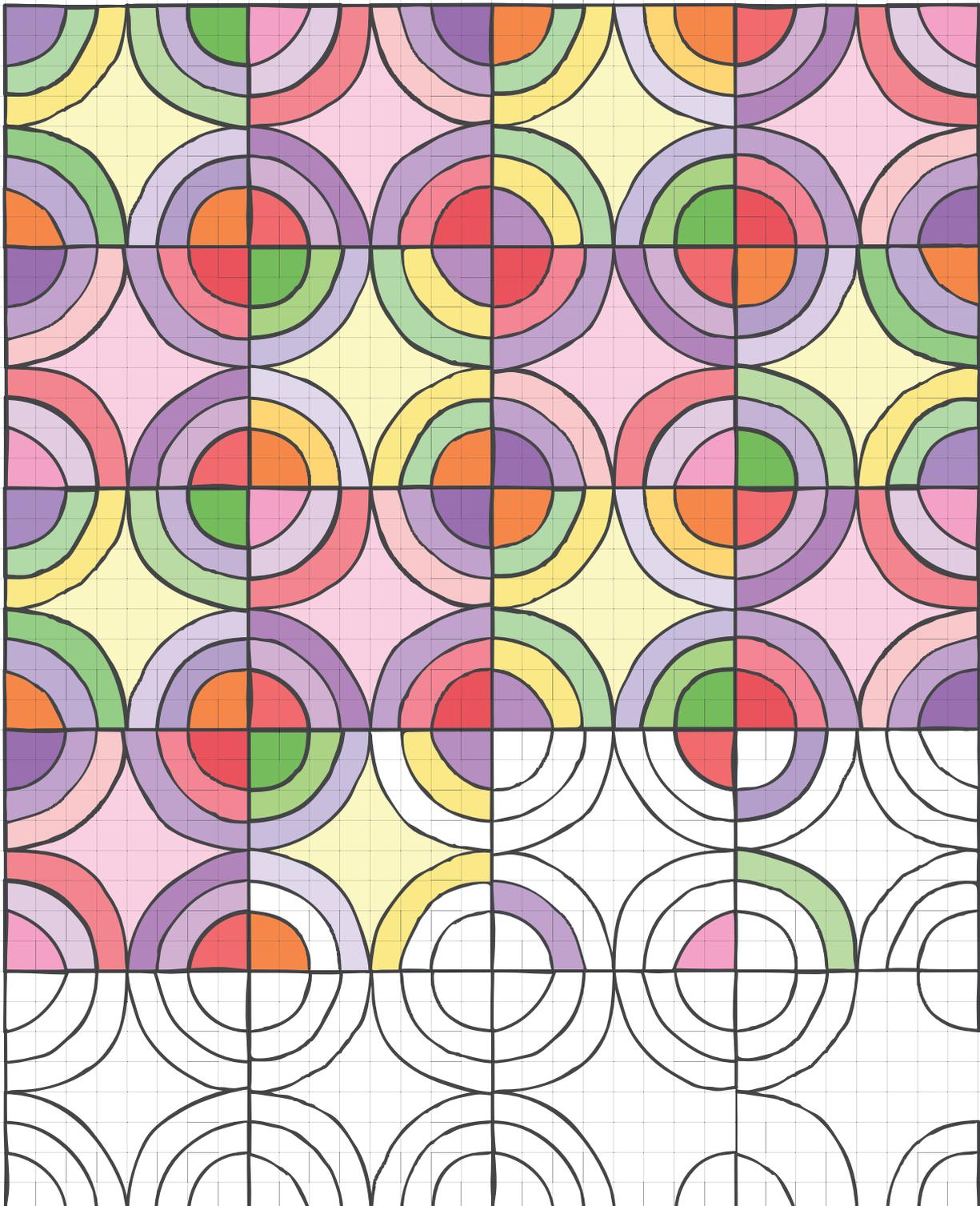
SULLA VIA DELLA SERENITÀ

Vedo che Claudio si è appassionato alle cornicette. Infatti non alza la testa per guardare in giro cercando agganci. È stupito anche lui di tanta facilità: diventare buoni è una decisione che si prende da soli.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Disegnare alla lavagna il modello. Si parte da un quadrato di 6 quadretti e poi si tracciano gli archi che congiungono i punti intermedi dei lati. Non concentrarsi sui cerchi.



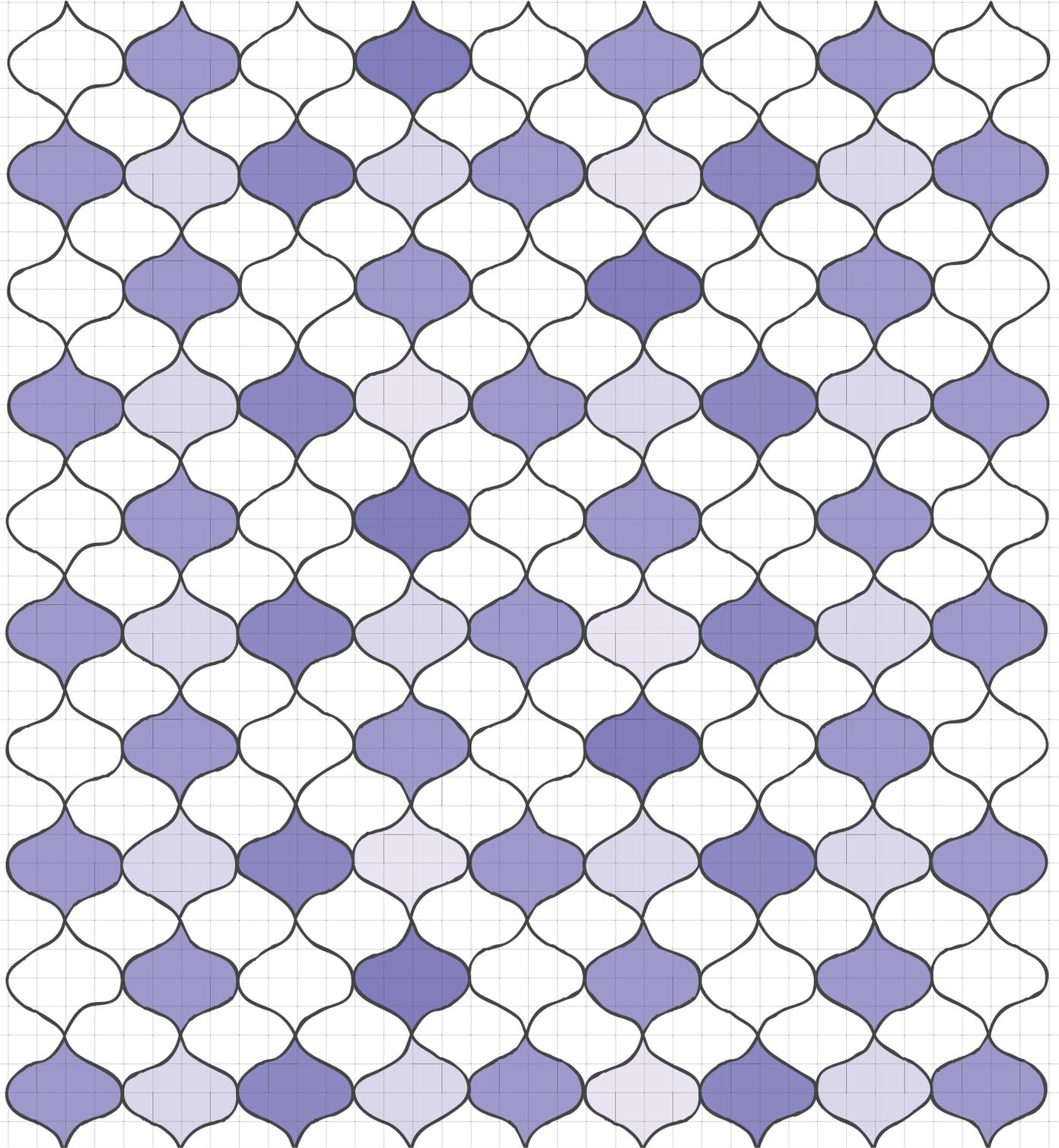
STARE DA SOLI

Claudio è riuscito a tranquillizzarsi con queste cornicette. Sperimenta che a volte è bello anche stare da soli.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Disegnare alla lavagna il modello. Si parte da un quadrato di 8 quadretti di lato e poi si tracciano gli archi che congiungono i punti intermedi dei lati. Non concentrarsi sui cerchi.



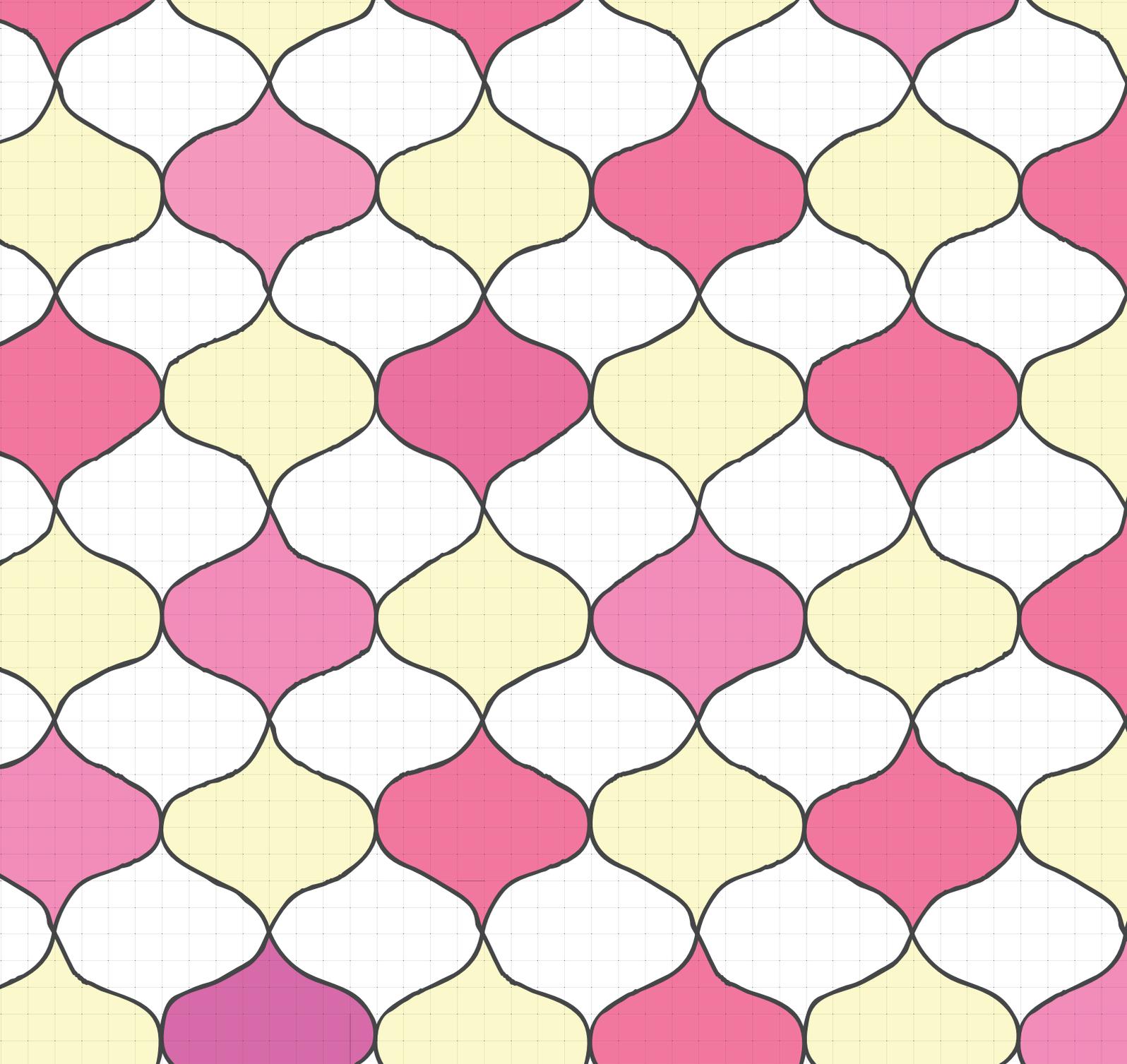
UN TAPPETO MAGICO

«Chi finisce presto l'esercizio passa a fare questo tappeto che è magico perché sviluppa pazienza, volontà e gioia di riuscire in un compito difficile.
Nel frattempo io aiuto chi ha ancora delle incertezze nelle operazioni di matematica.»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il modello. Procedere quadretto per quadretto. Focalizzarsi sulla curvatura concava o convessa di ognuna delle otto frazioni che servono per fare una figura.



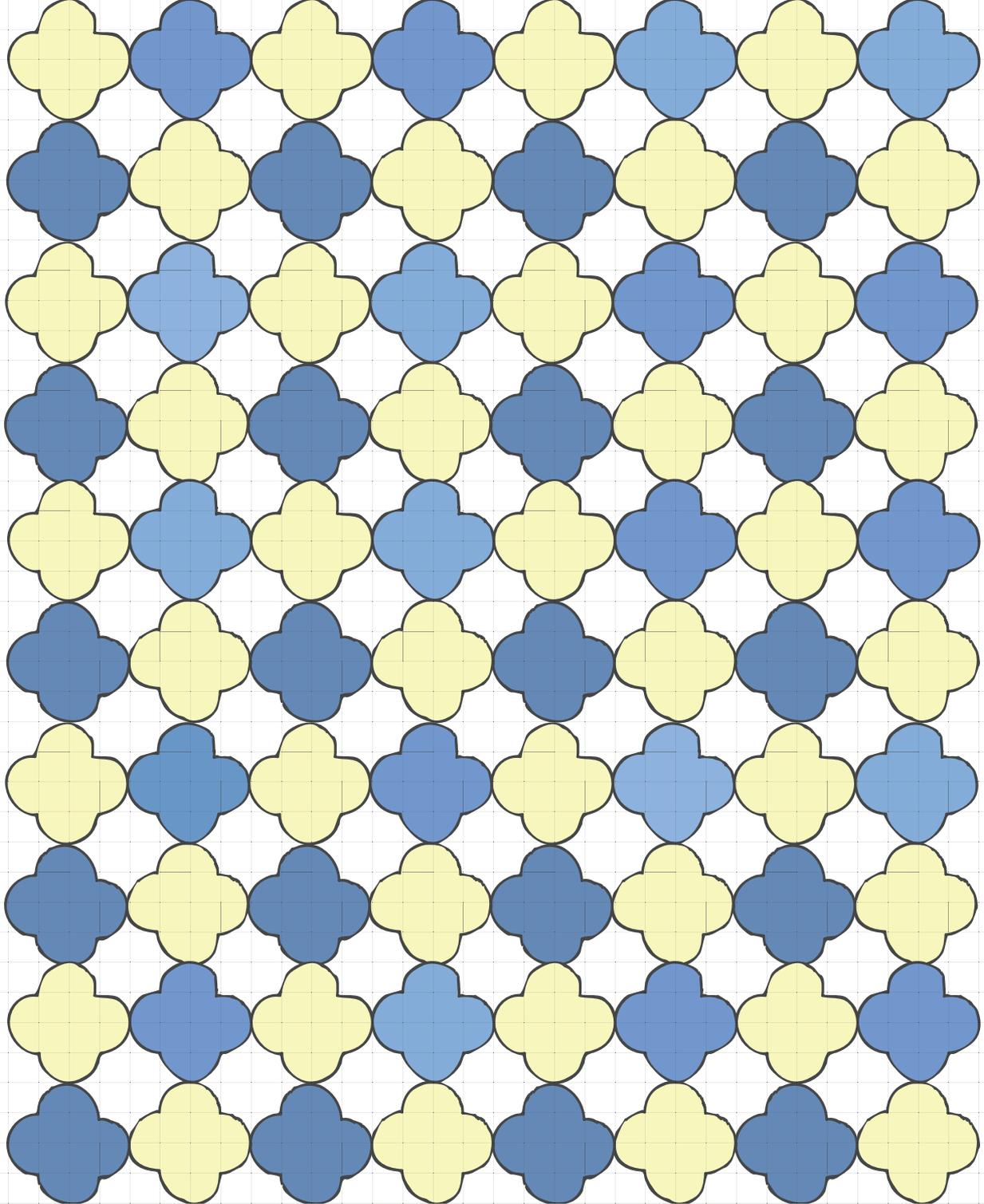
LA VIA IN SALITA

Sulla porta della classe c'è scritto: «Chi non fa fatica diventa triste».
Claudio però mi sta dicendo orgoglioso che quando si impegna non sente più la fatica.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il modello, che è un raddoppiamento del precedente.
Ogni figura va realizzata in otto movimenti precisi rispettando i quadretti.



LAMENTARSI

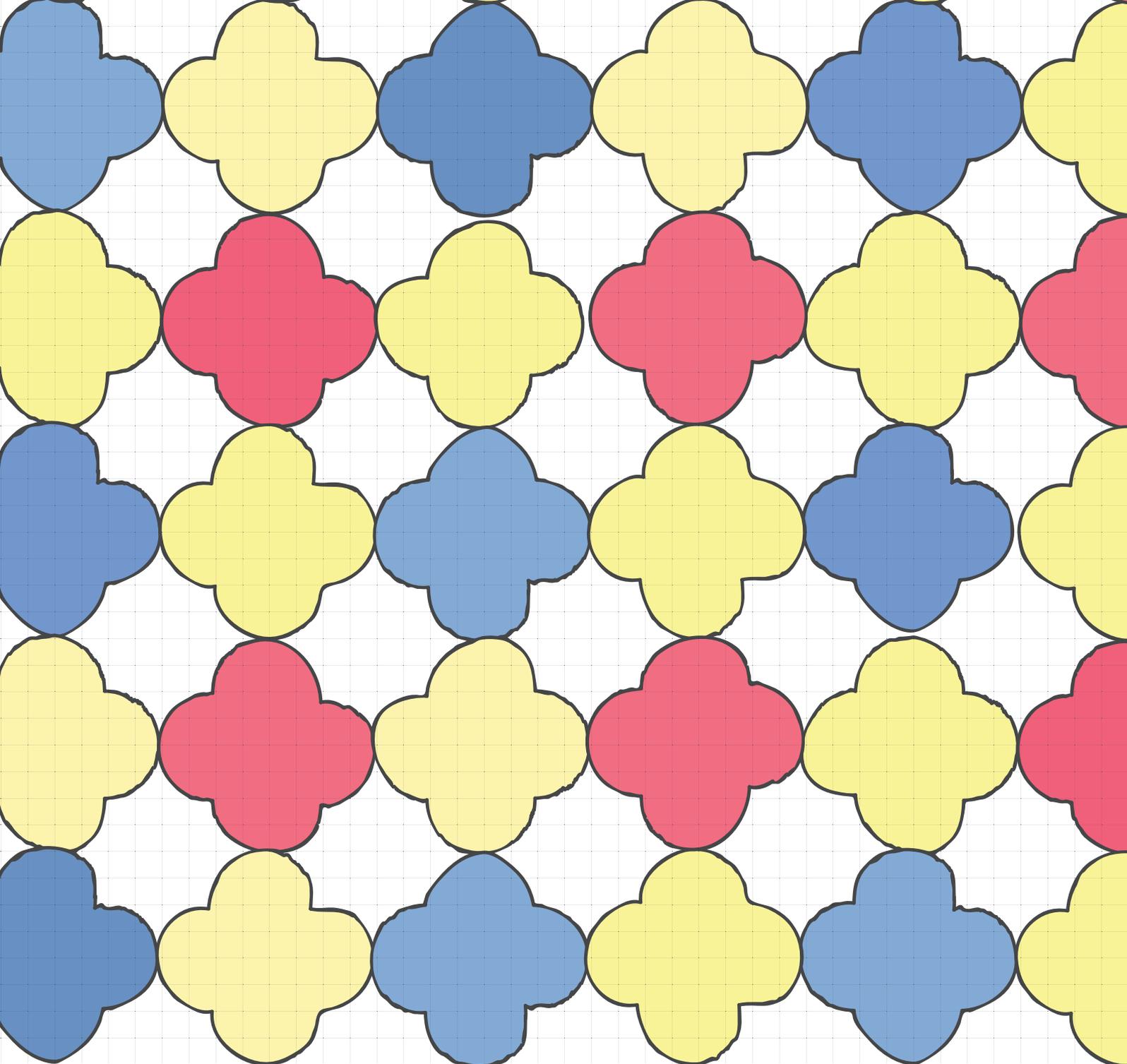
Irene ha portato a scuola un foglietto su cui c'è scritto un proverbio: «Chi si lamenta troppo non viene ascoltato». Mi dice: «Maestra questo lo appendiamo davanti alla cattedra. Quando qualcuno si lamenta basta che glielo indichi così non fai fatica a parlare».



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il modello.

Ogni figura va realizzata per gradi in otto movimenti ciascuno all'interno di un solo quadretto.



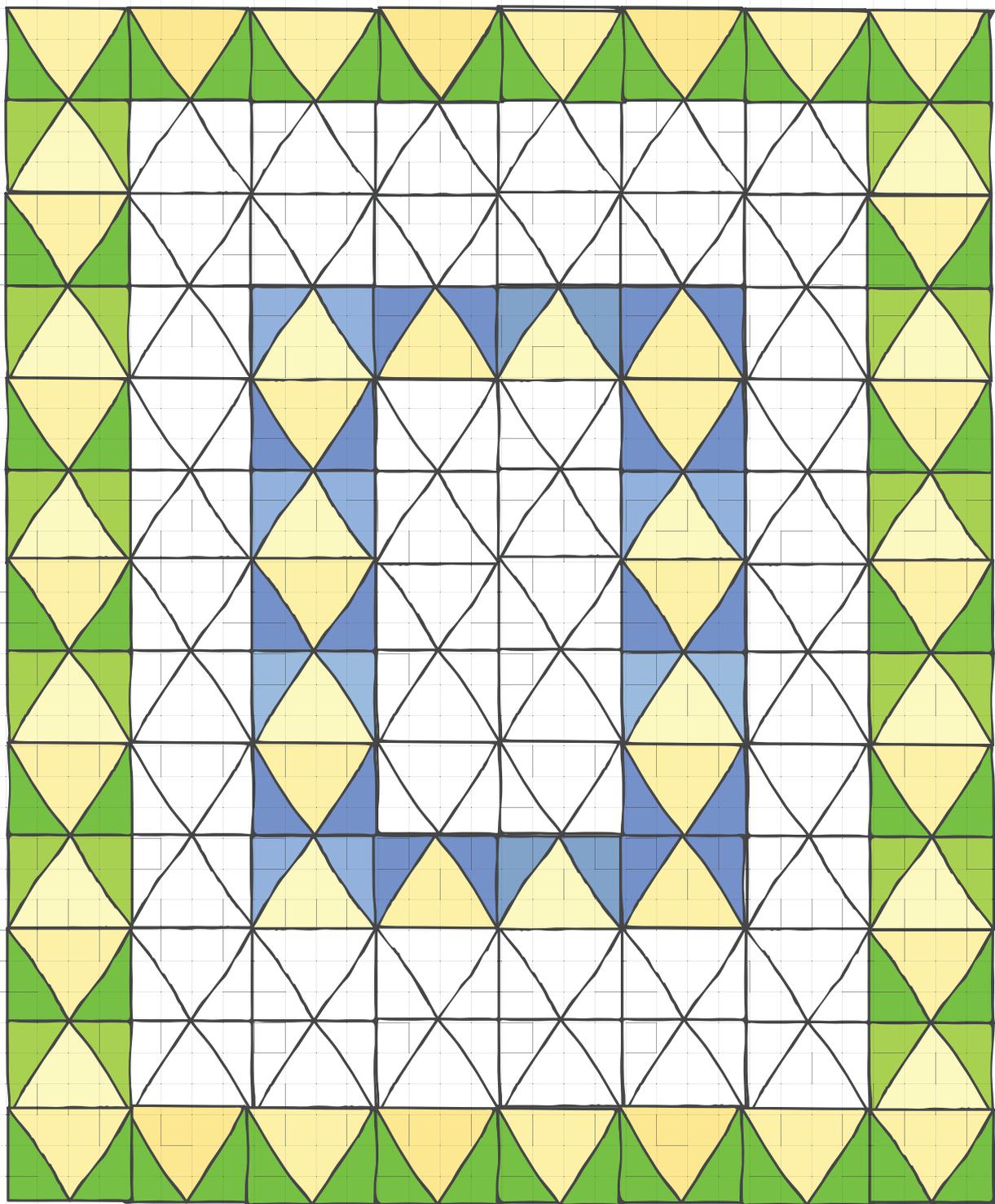
TACERE E PARLARE

Anche Emma mi consegna una frase da appendere sul muro: «È più difficile tacere che parlare». Ha diritto di dire queste cose perché lei si impegna a tacere tutti i giorni dell'anno per compensare il chiasso che fanno gli altri. Il suo silenzio è un regalo quotidiano.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il modello. Concentrandosi sulle figure bianche le linee appaiono concave. Diventano convesse concentrandosi sulle figure colorate.



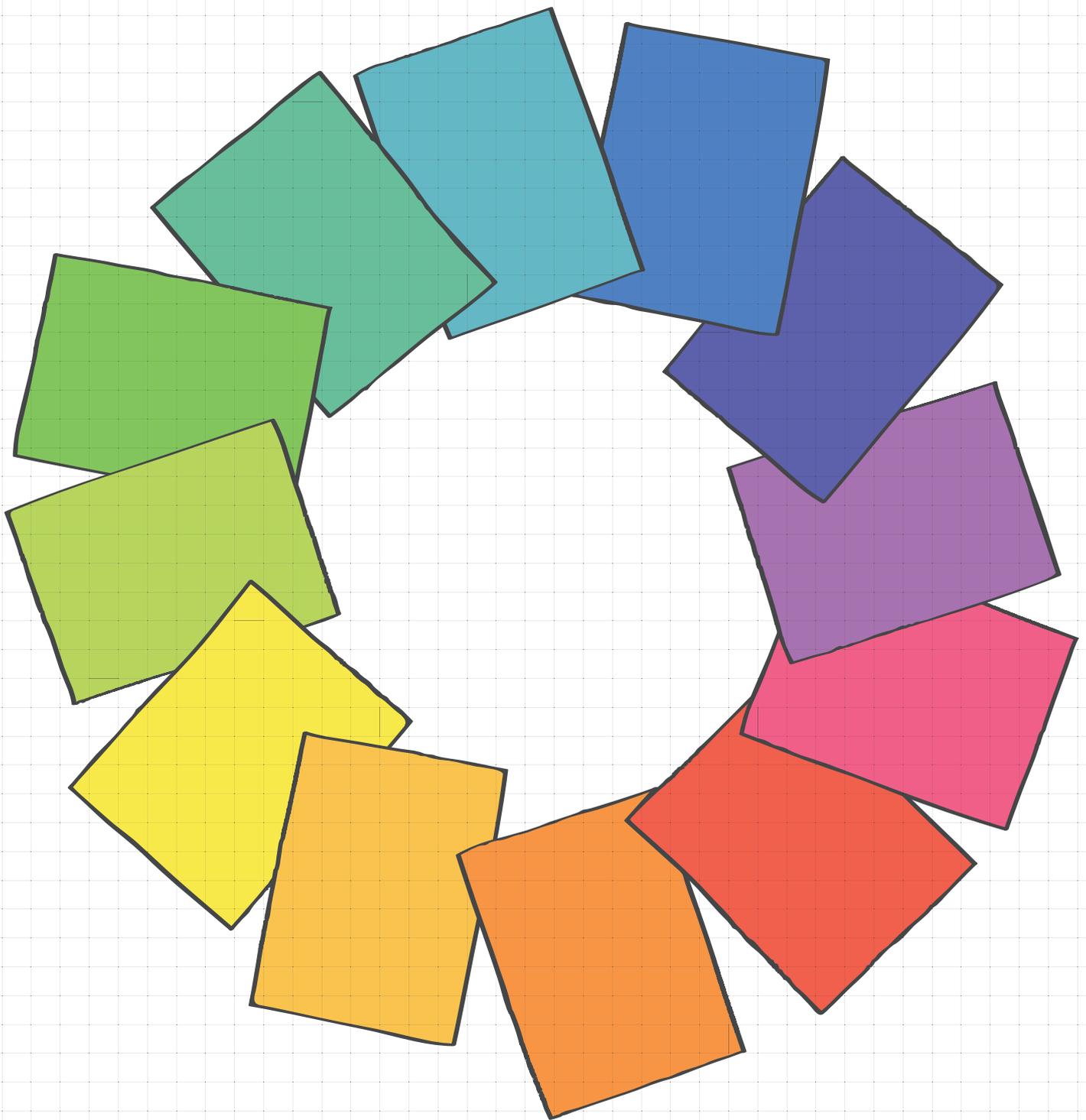
IL TAPPETO

Ho aggiunto alla parete un'altra frase: «Tutto è importante ma niente è troppo importante». È per i bambini che si disperano per una piccola sconfitta.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare alla lavagna il modello costituito da moduli rettangolari di 8 quadretti per 6. Usare la riga preferibilmente.



UNA GIRANDOLA

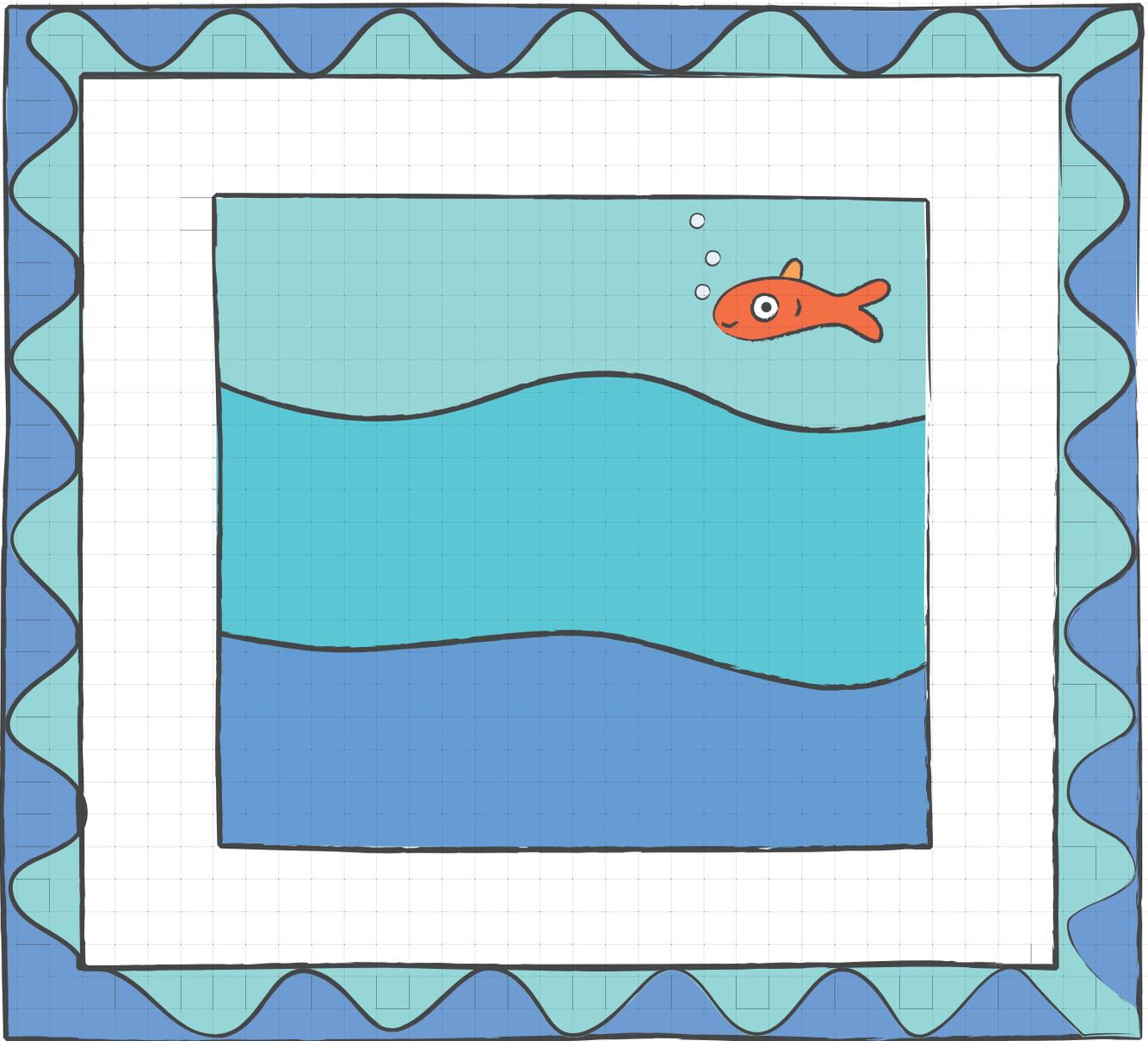
Oggi Filippo non riesce ad andare avanti. È stanco.

«Filippo se non hai voglia ti aiuto io, ma non è permesso andare in giro per i banchi... Non è un obbligo fare un bel disegno ma è un obbligo non dar fastidio agli altri.»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Consegnare a ogni bambino un cartoncino di 5 x 3 cm circa. Mostrare alla lavagna il procedimento servendosi di un foglio più grande. Tracciare i confini. Spostare gradualmente il foglio facendo in modo di non passare sopra i precedenti confini.



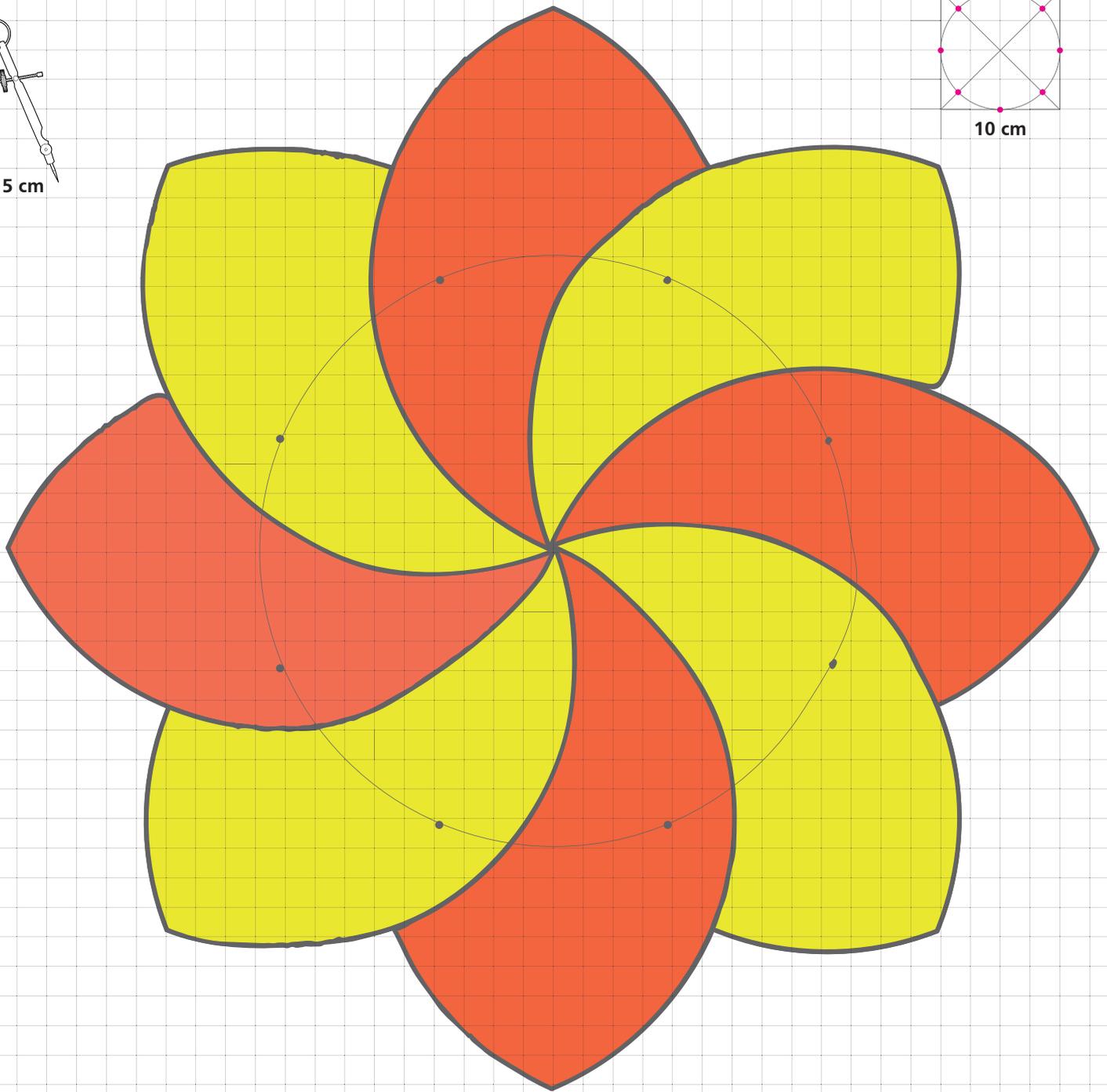
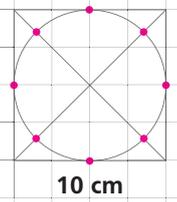
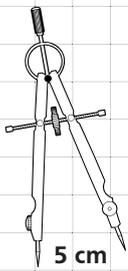
IL MARE

«Oggi, che è pomeriggio e siete stanchi, faremo questo semplice quadro rinfrescante, così ognuno avrà l'occasione di passare un po' di tempo da solo, in pace.»



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Presentare il modello alla lavagna. Curare che il quadro sia centrato nella pagina. Sugerire di fare una cornice staccata e in tinta con il quadro.



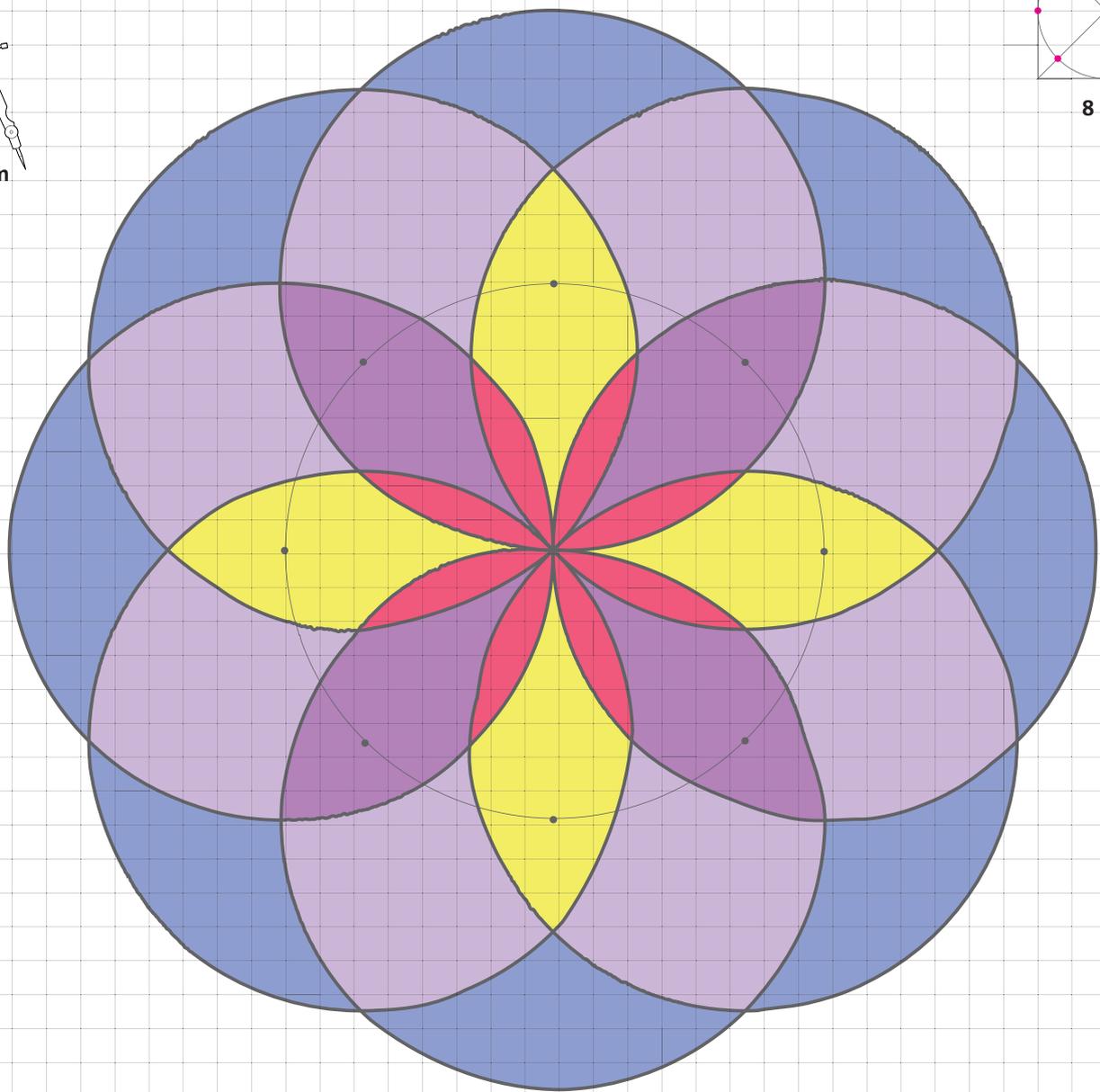
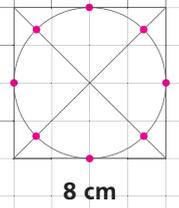
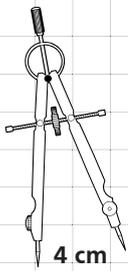
EMOZIONI

Giallo è forza e solarità. Arancione è coraggio. Sono i colori preferiti di Giulio che si sente pieno di energia.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Tracciare una circonferenza con raggio di 5 cm. Per trovare 8 punti sulla circonferenza seguire le diagonali dei quadretti del foglio, oppure procedere alla costruzione di un quadrato di 10 cm. Dopo aver disegnato le diagonali tracciare una circonferenza con raggio di 5 cm e segnare 8 punti.



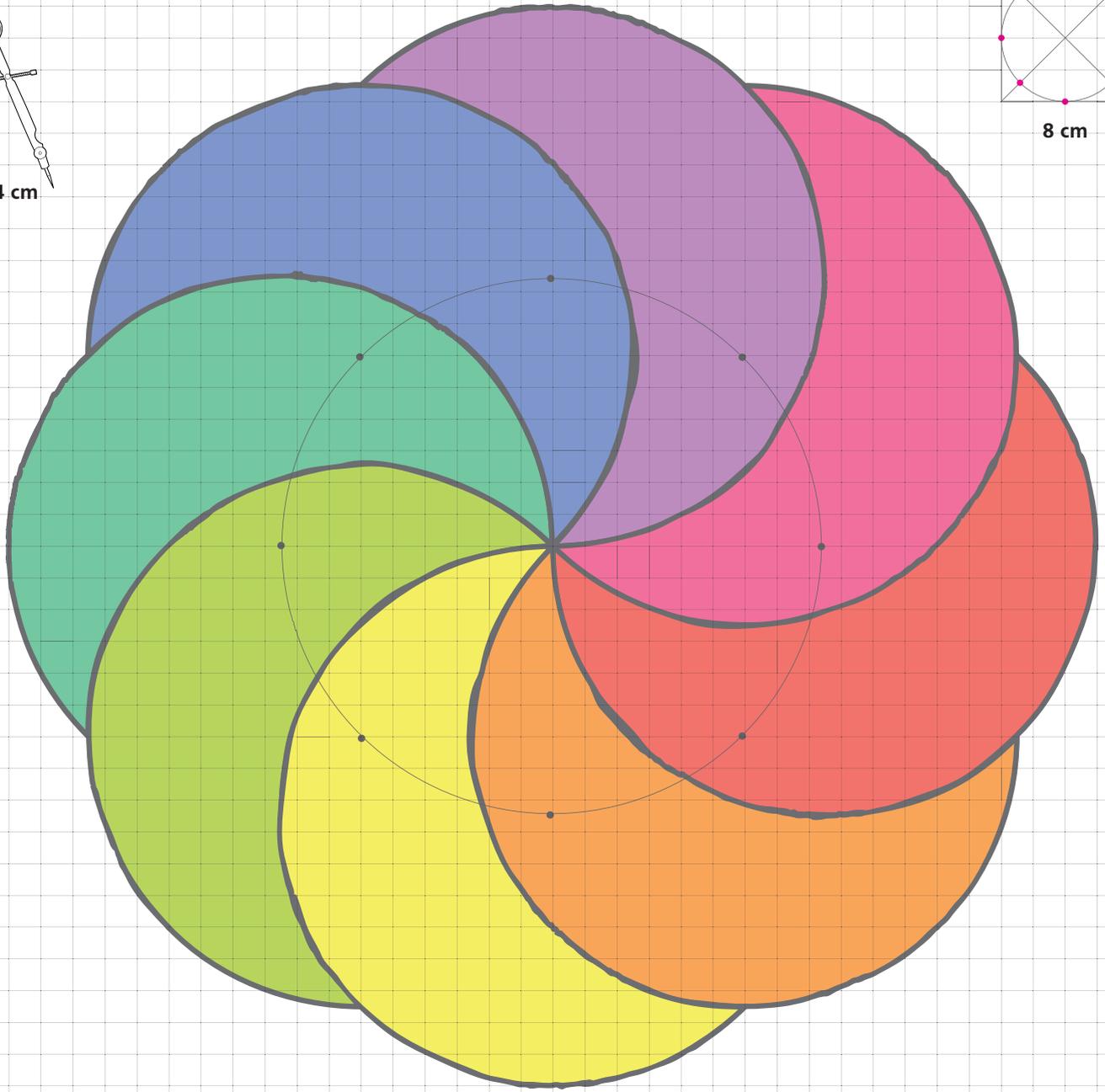
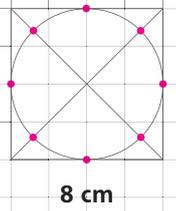
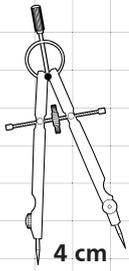
LEGGEREZZA

Gabriele mi dice che questo mandala è pieno di sole, aria e vento. Sente le emozioni dei colori perché non ha la mente a far da barriera.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Disegnare una circonferenza con raggio di 4 cm. Trovare 8 punti.
Con lo stesso raggio tracciare 8 circonferenze.



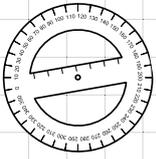
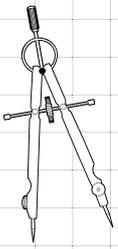
UNA FESTA

Francesco è commosso: dalle sue mani è nato qualcosa di giocoso e bello. Continua a guardare il suo disegno incredibile.

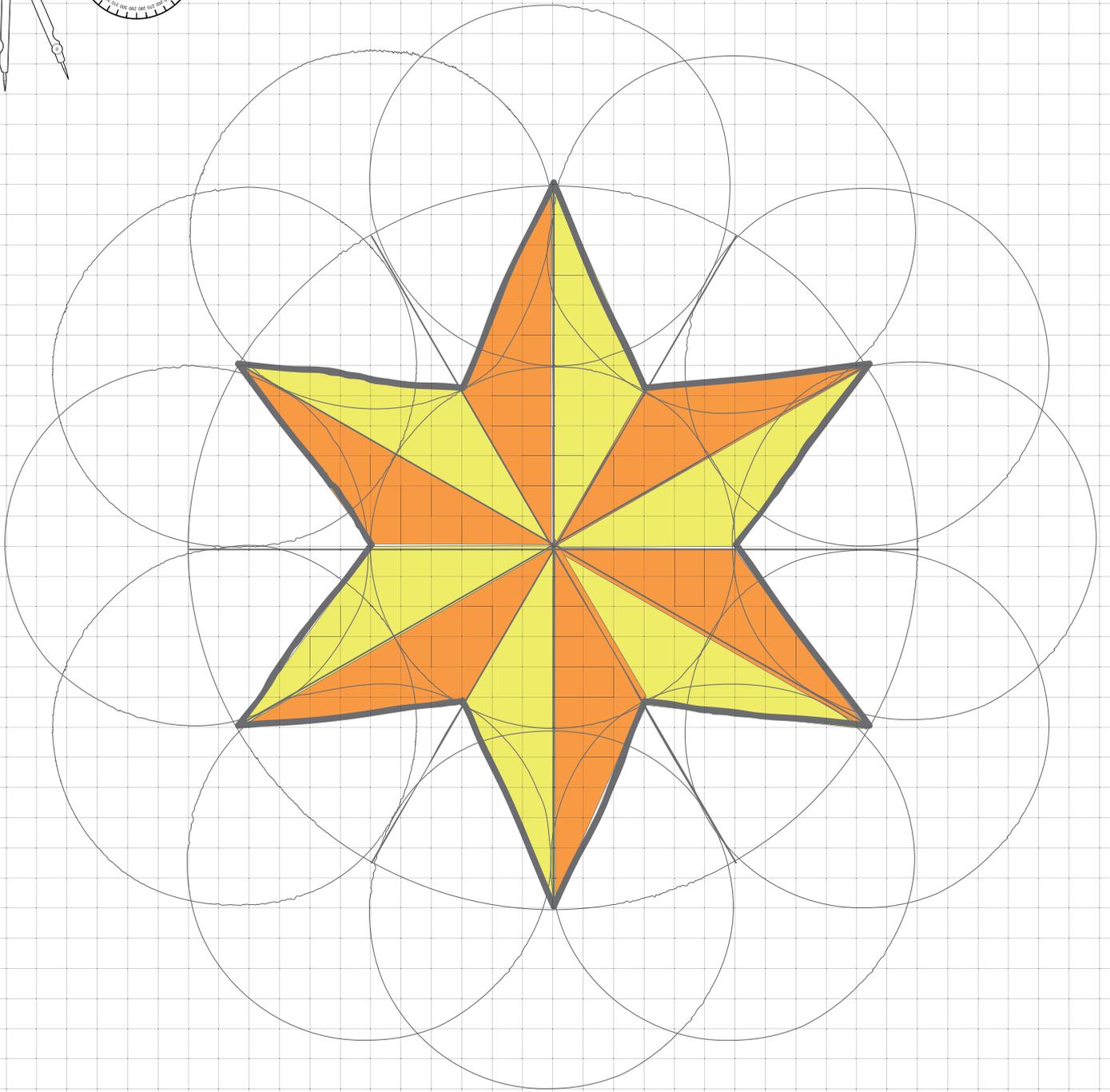


AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Trovare 8 punti sulla circonferenza con raggio di 4 cm.
Con lo stesso raggio tracciare 8 circonferenze.



30° 60° 90° 120° 150° 180° 210° 240° 270° 300° 330° 360°



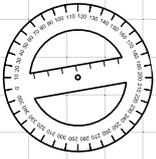
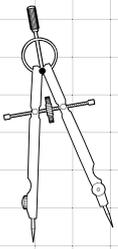
UNA STELLA NASCOSTA

In mezzo a tutti questi cerchi comparirà questa stella a sei punte che ci aiuta a essere precisi, pazienti e ordinati.

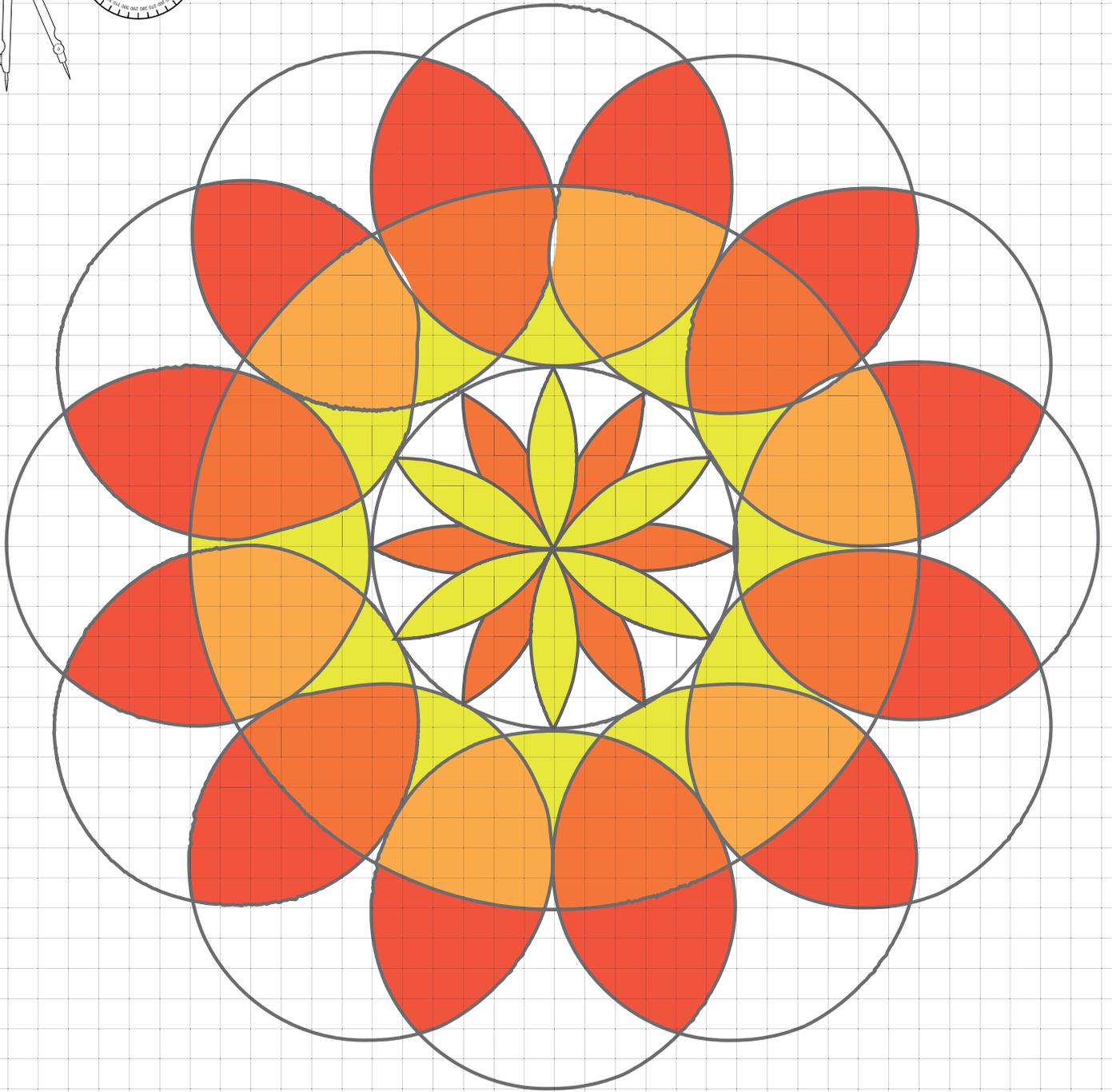


AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Con il goniometro tracciare una circonferenza e segnare 12 punti. Ricavare poi la stella.



30° 60° 90° 120° 150° 180° 210° 240° 270° 300° 330° 360°



CALORE

Letizia ha colorato di rosso questo mandala perché vuole bene a tutti. Si sente ricca e fortunata.



AL LAVORO SULLA CORNICETTA!

Costruire con il goniometro una figura come nella precedente pagina suddividendo la circonferenza in 12 parti.