



# Un'occasione per diffondere gioia e apprendimento

## UN'OCCASIONE PER DIFFONDERE GIOIA E APPRENDIMENTO

Sembra che **Harvey Ball** abbia inventato lo "smiley, la famosa faccina sorridente, per sostenere il morale dei suoi colleghi. Proprio per questo, a partire da quel lontano 1963, non ha mai voluto brevettare la famosa icona. Nel 1999, lo stesso Ball ha istituito la **Giornata Internazionale del Sorriso**, un'occasione speciale che ci invita a riflettere sull'importanza di questo semplice gesto nel nostro quotidiano.

Per noi insegnanti della scuola primaria, questa giornata offre una straordinaria opportunità per **promuovere atti di gentilezza e diffondere emozioni positive nel contesto educativo**. Sappiamo, infatti, che favorire un ambiente di apprendimento sereno e stimolante, oltre a essere auspicabile da un punto di vista etico e relazionale, ha un'importante ricaduta sotto il profilo degli apprendimenti.

## L'IMPORTANZA DELLE EMOZIONI POSITIVE NELLA DIDATTICA

Le emozioni positive, come il sorriso, svolgono un ruolo cruciale nel benessere degli alunni e delle alunne. Numerosi studi scientifici e neuroscientifici, a partire dalle ricerche della psicologa statunitense **Barbara Fredrickson**, evidenziano come

queste emozioni influenzino positivamente l'apprendimento e lo sviluppo cognitivo dei bambini e delle bambine e questo perché **le emozioni positive espandono il repertorio di pensieri e azioni**, favorendo creatività e capacità di problem solving. Inoltre, secondo il neuroscienziato Richard Davidson, le stesse emozioni positive attivano aree associate alla motivazione e alla memoria.

Un ambiente scolastico in cui prevalgono sorrisi e atteggiamenti positivi contribuisce, pertanto, a ridurre lo stress e l'ansia, migliorando la concentrazione e la **partecipazione attiva** degli studenti. Conclusioni interessanti sono state tratte, infine, osservando i miglioramenti nelle classi in cui sono i docenti a mostrare regolarmente atteggiamenti positivi nelle attività didattiche, nelle relazioni con gli alunni e tra pari. Non resta quindi che provare a immaginare alcune attività per celebrare la Giornata Internazionale del Sorriso. Ecco alcune proposte che, all'occorrenza, possono essere personalizzate a partire dalla situazione specifica della classe.

## 1. La Catena dei Sorrisi

Chiedete agli alunni e alle alunne di formare un cerchio e di passarsi un sorriso. I bambini e le bambine dovranno sorridere al compagno immediatamente accanto spiegando brevemente un motivo per cui è felice. Un'attività semplice e di facile attuazione che può aiutare a creare un clima di coesione e positività all'interno della classe.

## 2. Il Diario della Gratitudine

Invitate i bambini e le bambine a tenere un diario settimanale della gratitudine. Ogni giorno, prima di iniziare le lezioni, dedicate alcuni minuti alla condivisione di un pensiero positivo o di un ringraziamento da annotare. Questo esercizio promuove la riflessione sulle cose belle della vita e incoraggia un atteggiamento positivo.

## 3. Laboratorio di Creatività

Organizzate un laboratorio creativo ispirato da sentimenti positivi da esprimere attraverso un disegno, un'opera pittorica, un testo scritto... Proponete temi come "Il mio giorno più felice" o "La cosa che mi fa sorridere". Soprattutto, lasciate libera la classe di scegliere la tecnica preferita. Esprimere le emozioni in modo costruttivo aumenta il benessere e stimola la creatività.

## 4. Giochi di Cooperazione

Proponete giochi cooperativi e non competitivi. Un esempio tipico, adatto ai più piccoli, può essere rappresentato dal "telefono senza fili" attraverso il quale si rafforzano le relazioni tra gli studenti e si avvia un primo sviluppo delle competenze sociali.

## 5. Il Muro dei Sorrisi

Create un "muro dei sorrisi" in aula, dove i bambini possano condividere post-it con disegni, frasi o pensieri positivi e ispirati al benessere. Questo muro diventerà un punto di riferimento visivo di positività e può essere un punto di partenza per discussioni su come affrontare le giornate difficili.

## 6. Il catalogo ragionatissimo di tutti i sorrisi

Leggete alla classe il libro "Il catalogo ragionatissimo di tutti i sorrisi, scritto e illustrato da Roberta Angeletti, per QuintoQuarto. Quindi attivate un laboratorio per realizzare il catalogo dei sorrisi della classe. I bambini e le bambine dovranno osservare i sorrisi dei compagni e delle compagne, dovranno rappresentarli con un disegno, descriverli con le

parole, in prosa o in rima, fotografarli...

Un modo molto avvincente per insegnare a rappresentare i sorrisi ( o qualsiasi altra parte del viso) è quella di procurarsi un coperchio di plastica trasparente e delle penne per lavagna bianca, cancellabili con dell'alcol. I bambini vengono divisi in coppie: uno tiene il coperchio davanti al proprio viso e sorride, l'altro ricalca sul coperchio i contorni del viso o solo del sorriso.

La Giornata Internazionale del Sorriso non è, quindi, solo una data da celebrare, ma anche **un'opportunità per insegnanti, bambine e bambini**. Attraverso attività semplici ma significative, si può contribuire a creare un ambiente scolastico accogliente e stimolante, dove ciascuno si senta valorizzato e motivato a dare il meglio di sé.