



***Bioethical Education
and Attitude Guidance
for Living Environment***

**MATERIALI
EDUCATIVI**



Erasmus+

MATERIALI DIDATTICI

Autori: Pier Giacomo Sola, Maddalena Nicoletti

Traduzione a cura di: Pier Giacomo Sola, Maddalena Nicoletti

Grafica: Pixabay

Ringraziamenti:

Vogliamo ringraziare gli studenti, insegnanti, educatori, ricercatori e tutti coloro che hanno partecipato al progetto e che, con le loro idee, supporto e incoraggiamento, hanno contribuito alla produzione di questo documento.

Copyright

I materiali possono essere utilizzati secondo la licenza:
Creative Commons License Non-Commercial Share Alike



Nota bene

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno dell'Unione Europea, del programma Erasmus+ e dell'agenzia nazionale Erasmus+ della Croazia (Agencija za mobilnost i programe Europske unije). Questo documento riflette solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



AGENCY FOR
MOBILITY AND
EU PROGRAMMES



beagle
Bioethical Education
and Attitude Guidance
for Living Environment

1. COME USARE I MATERIALI DIDATTICI

Quello che avete in mano è il secondo prodotto di BEAGLE (acronimo di Bioethical Education and Attitude Guidance for Living Environment), un progetto di educazione alla bioetica ambientale destinato a studenti tra i 6 e i 18 anni, finanziato dal programma comunitario Erasmus+. Al progetto partecipano partner provenienti da Croazia, Grecia, Italia e Slovenia e ha come obiettivi quello di promuovere l'educazione alla bioetica ambientale, di sviluppare il pensiero critico e stimolare un atteggiamento positivo per comprendere meglio il nostro ambiente.



In questo documento trovate i materiali educativi suddivisi in base alle fasce di età dei partecipanti e ai metodi educativi utilizzati. Tutti i materiali sono descritti in dettaglio, "passo dopo passo", e sono stati creati in modo da promuovere la discussione e il pensiero critico su temi bioetici tra i giovani.



I materiali indicano la fascia di età suggerita, la durata e il numero dei partecipanti, e sono concepiti come supporti educativi, forniti di specifiche linee guida metodologiche. **Questo non significa che dovete attenervi rigorosamente a quanto suggerito, ma potete adattare i materiali, le attività e le domande offerte alle esigenze e alle possibilità del vostro gruppo.**

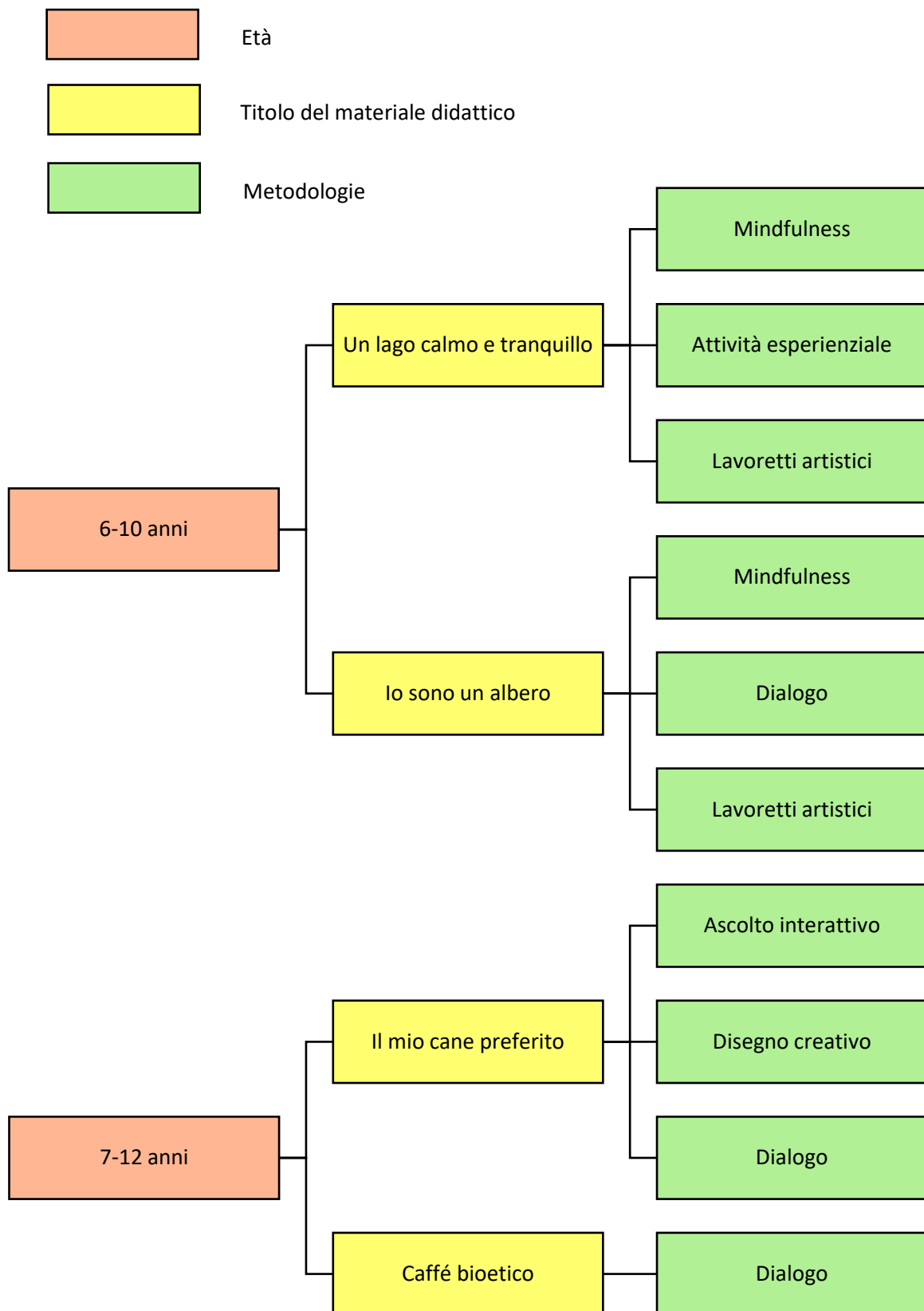


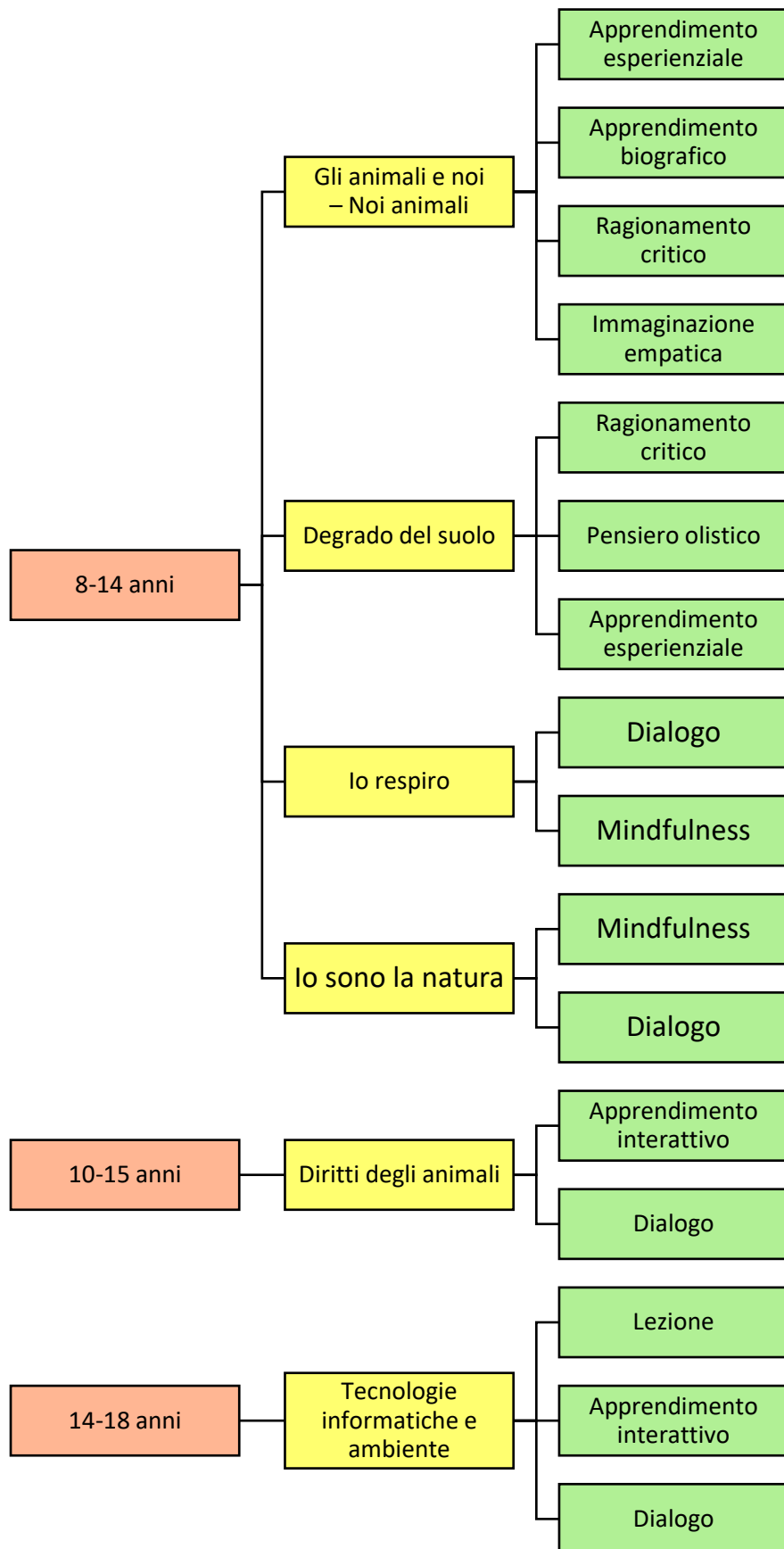
I materiali possono essere utilizzati in diverse circostanze e contesti educativi, nonché in diversi curricula nazionali, perché trattano questioni che non hanno confini, e che sono universali.



Ci auguriamo che questi materiali didattici vi incoraggino a essere creativi e vi siano di aiuto nel vostro lavoro, per l'insegnamento di argomenti bioetici in modo semplice, creativo e divertente.

2. STRUTTURA DEI MATERIALI DIDATTICI





Un lago calmo e tranquillo

Età: dai 6 ai 10 anni

Durata: 80-120 minuti

Numero di partecipanti: 4-20

Materiali: per le attività esperienziali: 1 bottiglia di plastica già usata, ogni due/tre bambini (della capacità di 1,5 o 2 litri), acquerelli, tempere, zucchero, caffè in polvere, cioccolato in polvere, latte, sassolini, ghiande, terriccio, acqua pulita del rubinetto) per i lavoretti artistici: matite, matite colorate, pastelli a cera, evidenziatori, acquerelli, tempere, pennelli, colla, scotch, riviste con fotografie, forbici, fogli di carta grandi (formato A1, un foglio ogni due/tre bambini)


Metodologie utilizzate:: mindfulness + attività esperienziali + lavoretti artistici

Obiettivi di apprendimento: al termine del workshop, gli studenti avranno compreso:

- le cause principali dell'inquinamento delle acque
- gli effetti dell'inquinamento delle acque sull'ambiente
- come prevenire l'inquinamento delle acque
- conseguenze delle attività umane sull'ecosistema
- come è possibile trovare un equilibrio tra la necessità di soddisfare i bisogni umani e la necessità di conservare e preservare le acque?
- come individuare i propri obiettivi e i propri valori
- l'interconnessione tra tutti gli elementi della natura (esseri umani, esseri viventi non umani, ambiente)
- come avere un atteggiamento empatico e compassionevole verso il mondo non umano
- come sviluppare il pensiero critico

Parole chiave: acqua (fiumi, laghi, oceani, falde sotterranee), attività umane inquinanti, interconnessione, empatia, compassione, gentilezza, cura, pensiero non duale

Note: assicurarsi che il numero di partecipanti, la durata e il livello della discussione siano adeguati all'età dei bambini.



Problema di bioetica ambientale proposto: Le attività umane costituiscono una delle cause principali dell'inquinamento dell'acqua. Oggi sono inquinate le acque di qualsiasi tipo: fiumi, laghi, stagni, oceani, fonti sotterranee. Le acque inquinate a loro volta producono conseguenze negative sul resto dell'ambiente (suolo, animali, piante, esseri umani), costituendo un pericolo per la salute umana e per la biodiversità (nuocciono o causano l'estinzione della flora e della fauna), interrompendo la catena alimentare, ecc. **È possibile trovare un equilibrio tra le necessità dell'uomo e la necessità di preservare l'inquinamento delle acque e la loro conservazione?** Le attività di questo laboratorio si possono organizzare sia all'interno che all'esterno.

Workshop – Descrizione

Questo workshop è composto di 4 parti:

1. pratica di mindfulness
2. proposizione di un problema di bioetica ambientale + discussione attraverso un'attività pratica
3. lavoretto artistico che si propone di far riflettere i bambini sul tema proposto e consolidare i nuovi concetti appresi
4. conclusione

Il workshop si può svolgere sia all'interno che all'esterno, in un'area verde o in un parco. Sarebbe preferibile che le attività si svolgano all'aperto perché i bambini sviluppino un maggior senso di unità con la natura, e quindi le attività proposte avranno un impatto maggiore.

A seconda del tempo a disposizione, il workshop si può tenere in un'unica giornata oppure in più giornate. Se le attività vengono divise in più giornate, si raccomanda di ripetere la pratica di mindfulness all'inizio di ogni giornata.

Parte 1 – Pratica di mindfulness – “Un lago calmo e tranquillo”ⁱ


Gli studenti vengono invitati, attraverso una pratica di mindfulness, a preparare i loro sensi, il loro corpo e le loro menti ad entrare in contatto con il mondo naturale.

Il mondo naturale può essere fonte di grande bellezza e ispirazione. La meditazione del lago permette agli studenti di entrare in contatto con il mondo naturale, di sentirsi a loro agio, di calmare la mente e radicare il corpo, di stimolare l'attenzione attraverso l'evocazione guidata di immagini.

Attività 1:

A seconda se ci si trova all'interno o all'esterno, l'educatore invita gli studenti a sdraiarsi per terra o a sedersi su una sedia, una panchina, un tronco.

Se i bambini sono seduti, dovranno poter appoggiare completamente la pianta dei piedi.




Fate attenzione a sedervi comodamente. La cosa importante è che si assuma una posizione comoda, confortevole, ben bilanciata. Se si è seduti, è preferibile non appoggiare la schiena. L'educatore invita poi i bambini a portare il mento leggermente verso il petto, in modo che la spina dorsale rimanga dritta e allineata anche nella zona cervicale (la colonna sarà dritta ma naturale, non irrigidita).

Le braccia sono parallele al torso. Se i bambini sono sdraiati per terra, i palmi delle mani ricadono in maniera naturale sul terreno, altrimenti ricadranno sulle cosce.

A questo punto l'educatore invita i bambini nella pratica:

- ✓ “Chiudete gli occhi e rilassate tutto il corpo. Incominciate percependo le dita dei piedi e lasciatele andare poi portate l'attenzione ai vostri piedi alle vostre caviglie ai polpacci ... alle gambe rilassate la pancia lo stomaco il petto il braccio destro quello sinistro rilassate le mani e tutte le dita
- ✓ Poi portate l'attenzione ai muscoli del collo e a quelli del viso rilassate la gola la lingua le guance le orecchie gli occhi le palpebre la fronte ... le orecchie
- ✓ Permettete a tutto il vostro corpo di rilassarsi, di sentirsi tranquillo, leggero, fluttuante
- ✓ Permette al vostro corpo di sentirsi al sicuro tutto va bene ogni cosa nel mondo è tranquilla al sicuro in pace
- ✓ Vi sentite sempre più tranquilli
- ✓ Inspirate ed espirate tranquillamente e provate a immaginare un lago, calmo e tranquillo
- ✓ Potrebbe trattarsi di un lago di montagna di un lago di una foresta ... potrebbe essere un lago grande ... o un lago piccolo
- ✓ Notate se intorno al lago ci sono delle rocce o se magari ci sono degli alberi
- ✓ L'acqua del vostro lago è chiara pulita ... trasparente tranquilla
- ✓ Mentre osservate il vostro lago, calmo e tranquillo, notate che la superficie del lago è così tranquilla e piatta che sembra uno specchio liscia come il vetro ...
- ✓ voi siete come il vostro lago
- ✓ mentre osservate questo lago calmo e tranquillo, lasciate che tutti gli eventi di oggi, quello che è successo in classe, ... il rumore ... la confusione svaniscano dai vostri pensieri
- ✓ Ora che il tuo corpo e la tua mente sono calmi e tranquilli, immagina di lasciar cadere un sassolino nel lago, osserva che il sassolino cadendo formano delle piccole increspature concentriche sulla superficie dell'acqua senti che queste piccole increspature di tranquillità si allargano gentilmente e lentamente dal centro del lago e vengono verso di te e riempiono di tranquillità e pace tutto il tuo corpo e la tua mente.....
- ✓ Continuiamo a restare in silenzio, inspirando ed espirando tranquillamente gioendo di questa tranquillità, di questa calma e di questo silenzio

- 
- ✓ (lasciare che i bambini rimangano così per qualche minuto)
 - ✓ Sai che puoi tornare con l'immaginazione sulle rive del tuo lago quando vuoi ogni volta che desideri ritrovare la calma e la pace dentro di te
 - ✓ (lasciare che i bambini rimangano così ancora per un minuto)
 - ✓ Rimanendo con gli occhi chiusi, inizia a muovere delicatamente le dita dei piedi e quelle delle mani poi sgranchisci piano piano le gambe e le braccia con movimenti lenti e dolci
 - ✓ rimanendo ancora con gli occhi chiusi, riporta gentilmente l'attenzione a quello che ti sta intorno ...
 - ✓ Sei rilassato e attento al tempo stesso
 - ✓ Ora puoi riaprire gli occhi....”ⁱⁱ


Tempo totale per l'Attività 1: 10-20 minuti

Suggerimenti:

- Le varie sequenze della meditazione avranno una durata diversa a seconda di come risponde il gruppo di bambini. L'educatore userà il proprio intuito per decidere quanto tempo dedicare ad ogni sequenza. Non affrettate le sequenze, lasciate ai bambini tempo sufficiente per mettersi a proprio agio, per percepire il proprio respiro e per visualizzare le immagini che vengono evocate. L'intero esercizio ha una durata variabile da 10 a 20 minuti.
- L'educatore parlerà in molto naturale, calmo, tranquillizzante; userà un tono di voce gentile ed invitante.
- Prima di svolgere questa pratica di meditazione con i bambini, si suggerisce che l'educatore faccia qualche prova da solo o con qualche adulto amico, in modo da poter testare l'esercizio.
- “La mindfulness non è una pratica religiosa o spirituale. Pertanto, quando si guidano sessioni di mindfulness, occorre evitare di usare terminologia e materiali che hanno una connotazione spirituale ed evitare di sviluppare rituali che hanno un richiamo spirituale. Nessuno di questi elementi è utile. Anzi, possono mancare di rispetto alle convinzioni, tradizioni e culture dei bambini che partecipano all'attività. Poiché la mindfulness è una tecnica che serve a sviluppare la presenza mentale e non persegue lo scopo di esplorare credenze o attitudini religiose, non crea nessun conflitto e non si sovrappone ad alcuna pratica spirituale o religiosa”ⁱⁱⁱ.

Parte 2 – Esposizione di un problema di bioetica ambientale – Attività pratica

Prima dell'inizio di tutto il workshop, è opportuno che l'educatore predisponga i materiali che saranno usati durante l'attività pratica, in modo da averli già pronti: bottiglie di plastica già usate (da 1,5 o 2 litri), acquerelli, tempere, zucchero, caffè macinato, cioccolato in polvere, latte, sassolini, noccioline, terriccio, acqua pulita del rubinetto.



Disponete questi materiali su una o più superfici piane (un prato, dei tavoli,....) e verificate che ci sia abbastanza posto intorno perché gli studenti possano partecipare all'attività e vedere cosa succede.

Chiedete agli studenti di riempire le bottiglie di plastica con acqua del rubinetto.

Accertatevi che le bottiglie siano piene solo fino a metà o ai due terzi (perché poi gli studenti dovranno introdurre altro liquido durante l'attività pratica).


Attività 2.1 – L'educatore propone un argomento di bioetica ambientale che riguarda l'acqua: più precisamente per questo workshop si propone come argomento quello di interrogarsi sul fatto se è possibile trovare un **equilibrio tra le esigenze degli esseri umani, da un lato, e la necessità di prevenire l'inquinamento delle acque e di non sprecare acqua, dall'altro**. L'educatore potrebbe per esempio proporre l'argomento in questi termini:

“Gli esseri umani hanno bisogno di acqua pulita per sopravvivere. Le riserve di acqua dolce pulita si stanno esaurendo, a causa dell'inquinamento prodotto dall'uomo. Alcuni ritengono che se vogliamo vivere in città, lavorare, viaggiare, produrre beni e servizi, produrre cibo, avere scuole, ospedali, mezzi di trasporto pubblici e privati ecc., dobbiamo accettare un certo livello di inquinamento come conseguenza inevitabile del progresso. Altri studiosi tuttavia hanno osservato che l'inquinamento dell'acqua produce costi e danni così elevati da annullare completamente i benefici economici che si ottengono inquinando. Pertanto **è possibile trovare un equilibrio tra progresso – e conseguente inquinamento delle acque – e la necessità di prevenire l'inquinamento delle acque ed evitarne lo spreco?**”.

Tempo totale per l'Attività 2.1: 5 minuti per presentare l'argomento agli studenti.

Attività 2.2 – A questo punto l'educatore chiede agli studenti di elencare alcune attività umane che causano l'inquinamento dell'acqua. Per es.:

- ✓ industrie (inquinamento chimico)
- ✓ sviluppo urbano
- ✓ agricoltura (pesticidi ed erbicidi)
- ✓ rifiuti di varia origine provenienti dall'allevamento di animali
- ✓ perdite di percolato da discariche all'aperto
- ✓ spazzatura
- ✓ gettare plastica nei mari e negli oceani (qualsiasi tipo di plastica, anche quella prodotta nell'ambito di attività di pesca, come le reti da pesca per esempio)
- ✓ liquami non trattati
- ✓ straripamento di acque piovane che cadono in città
- ✓ detriti trascinati dalle intemperie dalla terraferma alle vie d'acqua
- ✓ scarico di rifiuti in mare (alcuni paesi autorizzano che i rifiuti – carta, alluminio, gomma, vetro, plastica, rifiuti organici - vengano raccolti, stoccati e poi scaricati

- 
- in mare)
- ✓ attività minerarie
 - ✓ sbarramento dei fiumi per creare dighe
 - ✓ perdite accidentali di petrolio
 - ✓ rifiuti radioattivi
 - ✓ agenti patogeni
 - ✓ infiltrazioni di acqua salata marina (nelle aree costiere si può verificare il fenomeno per cui l'acqua marina si infila nelle sorgenti sotterranee di acqua dolce vicine alla costa. Si tratta di un fenomeno che avviene per cause naturali, ma spesso è provocato anche da attività umane quali proprio l'estrazione di acqua dolce dalle falde. Altre cause di questo fenomeno sono la costruzione di canali per la navigazione, di canali di scolo e di canali per l'irrigazione) ^{iv}

Gli studenti rispondono a turno.

Suggerimenti:

- Il problema di bioetica ambientale e le sue implicazioni dovranno essere formulate in maniera adeguata all'età dei partecipanti.

Mano a mano che gli studenti nominano attività umane che sono causa di inquinamento delle acque, l'educatore chiederà agli studenti di versare o di inserire nelle bottiglie qualcosa che può rappresentare la causa inquinante di cui hanno appena detto il nome. Per es:

→ acquerelli o tempere per rappresentare:

- ✓ industrie (inquinamento chimico)
- ✓ rifiuti di varia origine provenienti dall'allevamento di animali
- ✓ liquami non trattati

→ sassolini, noccioline, terriccio per rappresentare:

- ✓ gettare plastica nei mari e negli oceani
- ✓ spazzatura
- ✓ detriti trascinati dalle intemperie dalla terraferma alle vie d'acqua
- ✓ scarico di rifiuti in mare

→ acquarelli, tempere, latte per rappresentare:

- ✓ sviluppo urbano
- ✓ agricoltura (pesticidi ed erbicidi)
- ✓ perdite di percolato da discariche all'aperto

→ zucchero, caffè macinato, cioccolato in polvere per rappresentare:

- ✓ attività minerarie
- ✓ sbarramento dei fiumi per creare dighe

- ✓ infiltrazioni di acqua salata marina

ATTENZIONE!!!

- Questo workshop ha come oggetto l'inquinamento delle acque!! Pertanto fate attenzione a non versare/introdurre niente nelle bottiglie che possa inquinare l'acqua, visto che alla fine del workshop dovrete gettare via l'acqua con cui avete realizzato questa attività!
- Una volta che il workshop è terminato, assicuratevi di smaltire correttamente l'acqua che avete usato per questa attività (verificate dove potete gettarla)
- Per la sicurezza di studenti e operatori, si raccomanda di non usare nessun prodotto pericoloso o nocivo, né sostanze chimiche

Una volta che l'attività si è conclusa, l'educatore invita gli studenti a restare fermi e in silenzio e ad osservare come è diventata l'acqua dentro alle bottiglie dopo che vi hanno introdotto i vari materiali e i liquidi.

L'educatore chiede anche agli studenti di osservare che sensazioni gli provoca la vista di quest'acqua e di osservare come si sentono.

Lasciate agli studenti alcuni momenti per riflettere in silenzio.

Poi chiedetegli se conoscono quali sono gli effetti provocati dall'inquinamento dell'acqua, e chiedetegli di descriverli. Per es.:


- ✓ Eutrofizzazione = il termine indica l'eccessivo accrescimento degli organismi vegetali che si ha per effetto della presenza nell'ecosistema acquatico di dosi troppo elevate di sostanze nutritive come azoto, fosforo e zolfo, provenienti da fonti naturali o antropiche (come i fertilizzanti, alcuni tipi di detersivi, le acque reflue di origine domestica o industriali). L'accumulo di questi elementi causa la proliferazione di alghe microscopiche che, a loro volta, non essendo smaltite dai consumatori primari, determinano una maggiore attività batterica; aumenta così il consumo globale di ossigeno, e la mancanza di quest'ultimo impatta gravemente sugli organismi che vivono nell'acqua, causandone la morte^v
- ✓ malattie dell'uomo e degli animali
- ✓ morte degli organismi acquatici
- ✓ alterazione degli habitat acquatici e distruzione degli ecosistemi acquatici
- ✓ effetti sulla catena alimentare (gli agenti tossici e inquinanti presenti nelle acque vengono consumati dagli animali acquatici – pesci, molluschi, ... - che poi vengono consumati dagli esseri umani)^{vi}

Gli studenti rispondono a turno.

Tempo totale per l'Attività 2.2: 20-30 minuti a seconda dell'età e del numero di partecipanti.


Suggerimenti:

- Il problema di bioetica ambientale e le sue implicazioni dovranno essere formulate in maniera adeguata all'età dei partecipanti.



Attività 2.3 – L’educatore coinvolge gli studenti in una discussione che riguarda questi aspetti (si suggeriscono anche alcune possibili risposte):

1. Alcune persone ritengono che l’inquinamento sia una conseguenza inevitabile delle attività umane: se vogliamo vivere in città, avere delle industrie, delle macchine, treni, navi, petrolio, cibo di cui nutrirsi, servizi e beni di vario genere, allora un certo grado di inquinamento (inquinamento delle acque in questo caso) è praticamente inevitabile. In altre parole, l’inquinamento è la condizione necessaria del progresso. Tuttavia non tutti condividono questa opinione, e una delle ragioni per non condividere questa posizione è che i benefici economici che derivano dall’inquinare sono di gran lunga inferiori ai danni causati dall’inquinamento stesso.
2. Cosa posso fare io per evitare l’inquinamento dell’acqua? (valori etici)
 - ✓ risparmiare acqua e non sprecarla
 - ✓ ridurre il consumo di plastica; usare plastica riciclata
 - ✓ non gettare alcun tipo di componente chimico nel wc o nel lavandino
 - ✓ dopo aver cucinato, non gettare l’olio di cottura nel lavandino né nel wc, ma riciclarlo secondo le indicazioni date dal vostro Comune
 - ✓ sottoporrete la vostra auto o scooter a manutenzioni periodiche, in modo che non perdano olio, liquido antigelo o liquido refrigerante
 - ✓ non usare pesticidi o fertilizzanti chimici per la coltivazione di prati, giardini, orti, balconi, ...
 - ✓ usare detersivi non aggressivi ed eco-compatibili (detersivi per lavare i piatti, per la lavastoviglie e la lavatrice, ecc.)
 - ✓ non gettare nel wc o nella spazzatura farmaci scaduti o che non usate più, ma smaltiteli secondo le indicazioni date dal vostro Comune
 - ✓ se vedi della spazzatura gettata nell’ambiente, fa’ la tua parte e raccoglila!
 - ✓ parla con i tuoi amici del problema dell’inquinamento dell’acqua e di come prevenirlo; fa’ sentire la tua voce!
3. Cosa possiamo fare noi come società per prevenire l’inquinamento delle acque? (Valori democratici)
 - ✓ non inquinare i fiumi con rifiuti liquidi e solidi
 - ✓ i fumi prodotti dalle lavorazioni industriali dovrebbero essere filtrati e puliti prima di essere reimmessi nell’atmosfera
 - ✓ le industrie dovrebbero utilizzare e produrre materiali eco-compatibili e riciclabili
 - ✓ intraprendere iniziative collettive per risolvere i problemi dell’acqua
 - ✓ appoggiare progetti di legge nazionali e internazionali a tutela degli oceani, dei fiumi e dei laghi
 - ✓ far sentire la propria voce per prevenire l’inquinamento dell’acqua
4. Come possiamo vivere in armonia con la natura? (Valori ambientali)
 - ✓ avere rispetto per l’acqua e per la vita in genere

- 
- ✓ conservare l'acqua, prendersene cura, non sprecarla; conservare e prendersi cura dell'ambiente
 - ✓ ridurre l'inquinamento determinato dalle acque piovane che cadono in città: attraverso un'accurata progettazione della rete di scolo delle acque e la manutenzione di scarichi e vie d'acqua, si può ridurre sensibilmente l'inquinamento causato dallo straripamento delle acque piovane di città

Gli studenti rispondono a turno.

Tempo totale per l'Attività 2.3: 15-20 minuti a seconda dell'età e del numero di partecipanti.

Suggerimenti:

- Il problema di bioetica ambientale e le sue implicazioni dovranno essere formulate in maniera adeguata all'età dei partecipanti.
- L'educatore dovrà adattare il livello della discussione all'età dei partecipanti. Nel caso in cui ci siano bambini di età diverse, l'educatore potrebbe per esempio coinvolgere i bambini più piccoli negli aspetti più semplici del problema e poi chiedere ai bambini più grandi di sviluppare le risposte e i temi proposti dai bambini più piccoli.

Parte 3 – Lavoretto artistico

I bambini vengono ora invitati a giocare con quello che hanno osservato, con quello di cui si è parlato e discusso, quello che hanno intuito, imparato, ... Questa parte del laboratorio si può svolgere sia al chiuso sia all'aria aperta.

Attività 3 – Dividete i bambini in gruppetti di 3, e date a ciascun gruppo un foglio di carta bianco. Ogni gruppo dovrà disegnare:

- una fonte di acqua (lago, fiume, oceano, mare, stagno, nuvole, ecc.)
- un elemento dell'ecosistema legato all'acqua (pesci, mammiferi marini, alghe, barriera corallina, alberi e piante, verdure, frutta, esseri umani, animali, cibo....)
- una causa di inquinamento dell'acqua

Per esempio un gruppo potrebbe disegnare il mare, una balena e una fabbrica; un altro gruppo potrebbe disegnare un fiume, dei pesci e delle bottiglie di plastica, ecc.

Gli studenti possono usare matite colorate, pastelli a cera, evidenziatori, acquerelli, tempere, pennelli e qualsiasi altra cosa gli possa servire per disegnare. Tra i materiali da fornire agli studenti includete anche riviste con molte immagini, in modo che gli studenti possano ritagliare delle figure e comporle in un collage insieme alle immagini che disegneranno.

Gli studenti che fanno parte dello stesso gruppo dovranno collaborare tra di loro per scegliere cosa vogliono rappresentare e come rappresentarlo.

Tempo totale per l'Attività 3: 30-40 minuti

Parte 4 – Conclusione: esprimere gratitudine e descrivere le proprie sensazioni

Attività 4 – L'educatore invita i bambini ad alzarsi in piedi, a stirarsi la schiena, le braccia, le gambe. Poi li invita, rimanendo in piedi, a chiudere gli occhi e a immaginare una bellissima fonte di acqua (potrebbe trattarsi di un luogo di fantasia o di un posto dove sono stati davvero), li invita a congiungere le mani vicino al petto, a fare un sorriso, e poi a fare un inchino alla fonte d'acqua che stanno visualizzando. Invita i bambini a dire, mentre inspirano: "vedo un bellissimo..... (mare, lago, fiume, qualsiasi fonte di acqua che stanno visualizzando)". E mentre espirano li invita a dire: "grazie, (mare, lago, fiume, qualsiasi fonte di acqua che stanno visualizzando)".

Al termine, l'educatore e gli studenti condividono commenti e pensieri sul workshop a cui hanno partecipato. L'educatore potrebbe incoraggiare la condivisione suggerendo queste domande:

- ✓ Qualcuno di voi sente di appartenere un po' di più alla Madre Terra?
- ✓ Con quale degli elementi su cui abbiamo lavorato ti sei sentito più in relazione?
- ✓ Come ti sei sentito durante le attività che abbiamo svolto?
- ✓ Quale delle attività ti è piaciuta di più e perché?

Gli studenti rispondono a turno.



Tempo totale per l'Attività 4: 10/15 minuti

-
- i Questo esercizio di mindfulness è stato in larga parte tratto da: *Kids' relaxation website*, <http://kidsrelaxation.com/uncategorized/calm-still-lake/>
 - ii Fonte: *Kids' relaxation website*, <http://kidsrelaxation.com/uncategorized/calm-still-lake/>
 - iii Smiling Mind. (2018). *Evidence based guidelines for mindfulness in schools - A guide for teachers and school leaders*. Australia.
<https://static1.squarespace.com/static/5a2f40a41f318d38ccf0c819/t/5b28988170a6ad07781beeb9/1529387171804/smiling-mind-mindfulness-guidelines-for-schools-whitepaper.pdf>
 - iv Chaudhry FN, Malik MF (2017) Factors Affecting Water Pollution: A Review. *J Ecosyst Ecography* 7: 225. doi: 10.4172/2157-7625.1000225. Available at: <https://www.omicsonline.org/open-access/factors-affecting-water-pollution-a-review-2157-7625-1000225.php?aid=87940>
 - v Vedi:
<https://it.wikipedia.org/wiki/Eutrofizzazione>
<https://www.toppr.com/guides/biology/natural-resources/water-and-water-pollution/>
 - vi <https://www.toppr.com/guides/biology/natural-resources/water-and-water-pollution/>