

*“Le Emozioni” Scuole dell’Infanzia “A. Curina”,
“La Giostra” di Rigutino e “L’Albero” di Olmo.*



INTRODUZIONE

Cari Bambini e cari Genitori questa volta abbiamo pensato di indicarvi una serie di ATTIVITA' legate alle "Emozioni". Prima però di iniziare ci sembra opportuno condividere con voi alcune importanti riflessioni. Saper riconoscere la propria "sfera emotiva" e quella altrui è importante per ogni persona ma soprattutto per i bambini, che nei primi anni di Scuola iniziano a scoprire il mondo delle emozioni. E' opportuno tener presente che il bambino le manifesta diversamente dall'adulto, poiché molto spesso "fa fatica" a parlare di ciò che prova oppure a contenere i suoi stati d'animo. Può capitare che non sapendo come gestire le emozioni reagisca con episodi di rabbia proprio a causa della confusione interna che lo tormenta. Compito di noi Insegnanti e di voi Genitori è quindi quello di accompagnarlo a scoprire e a riconoscere il complicato mondo delle emozioni. Secondo il canone dell'Educazione Emotiva i due principi chiave che devono guidare il nostro comportamento si chiamano "Regole" ed "Ascolto". Questo è quello che noi facciamo ogni giorno a scuola, come attività di routine. Data la particolare situazione che stiamo attraversando il nostro consiglio è quello di condividere momenti emotivi insieme a loro, dedicando ai vostri figli più ascolto del solito. Questo non vuol dire stare sempre appiccicati, ma i vostri figli devono percepirvi come un punto fermo, una sorta di porto sicuro al quale tornare. "Il bambino ha bisogno di genitori capaci di ascoltare con empatia l'espressione della sua collera, della sua sofferenza e della sua paura. Se avrà la possibilità di esprimersi liberamente imparerà che non ha bisogno di reprimere le sue emozioni e si sentirà amato in maniera incondizionata. (Maria Montessori). Dategli anche delle regole, poche magari, ma chiare ed efficaci; lo aiuteranno a costruire i freni, indispensabili per la sua vita.

Premessa per le Attività

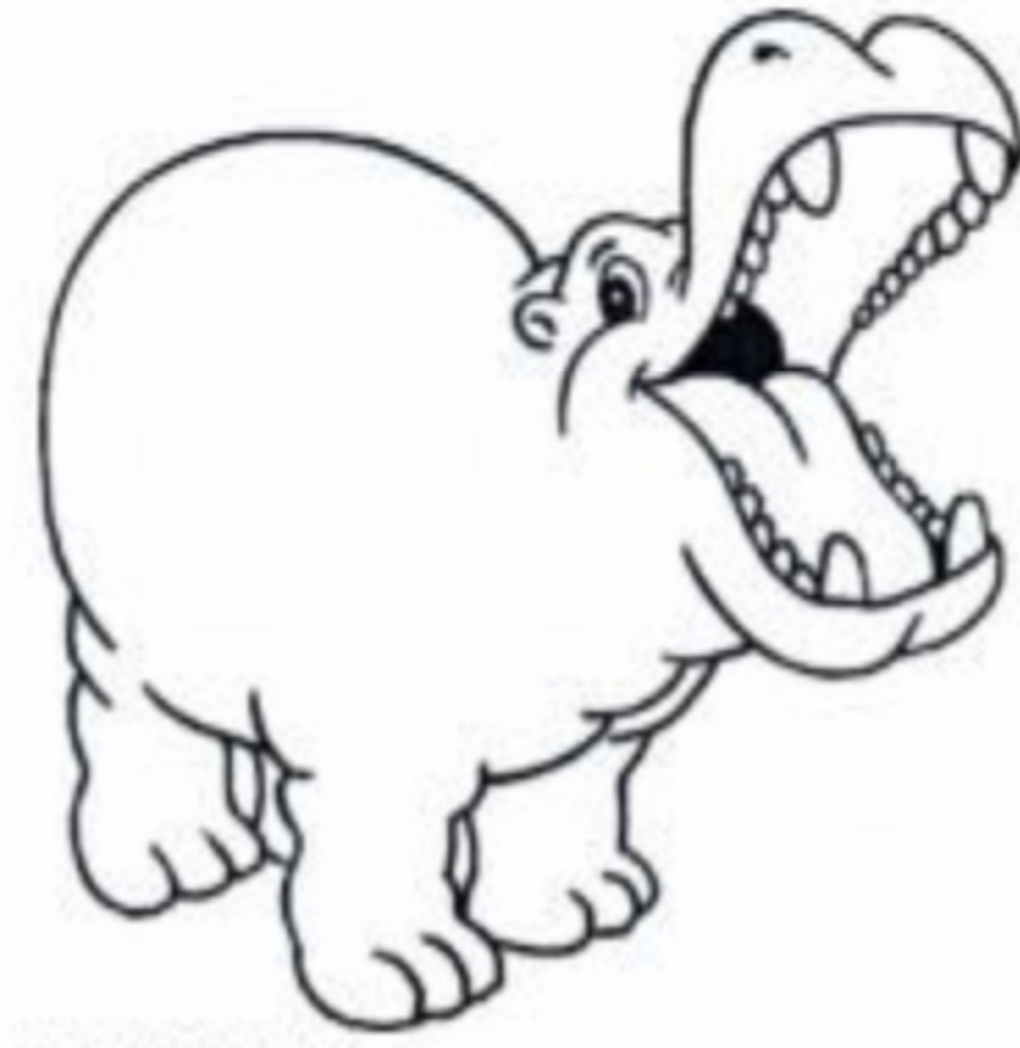
Detto ciò cari bambini con le vostre mani, con la vostra fantasia, con i materiali di recupero e con l'aiuto dei vostri genitori iniziate a fare queste attività che abbiamo pensato per voi. Vi mandiamo un forte abbraccio, con affetto le **vostre Maestre**.

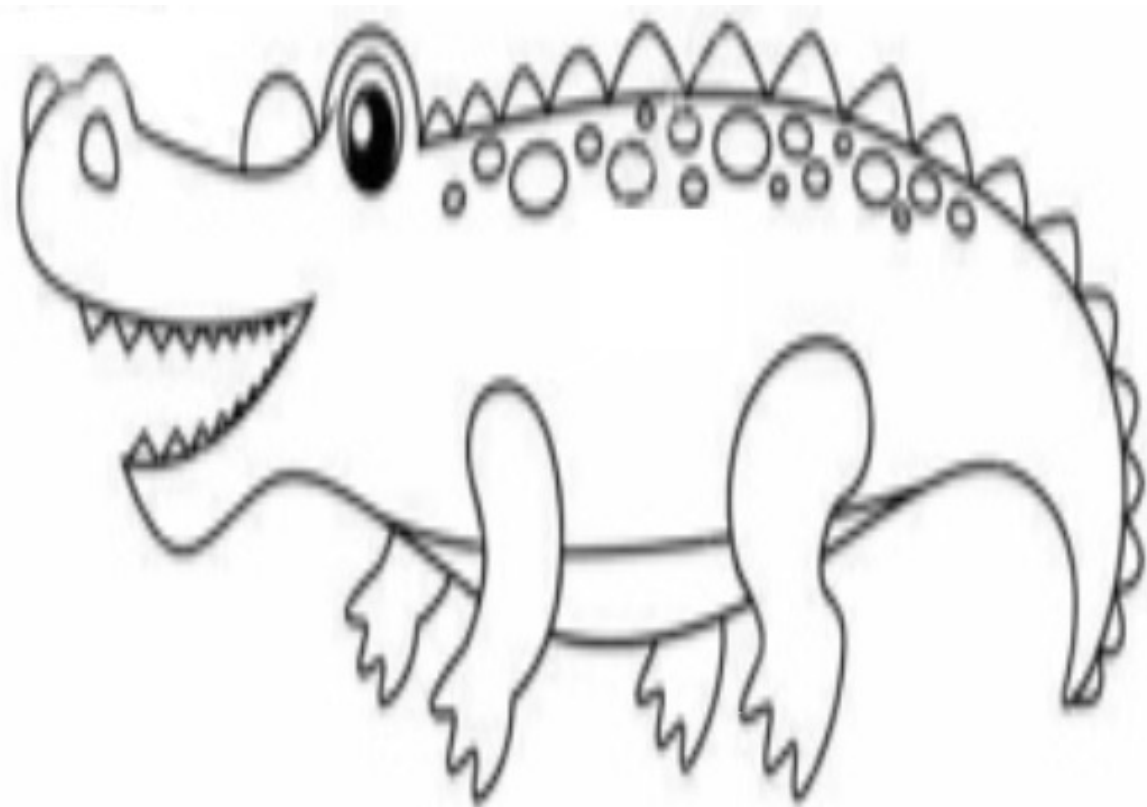
Attività bambini di 3 anni

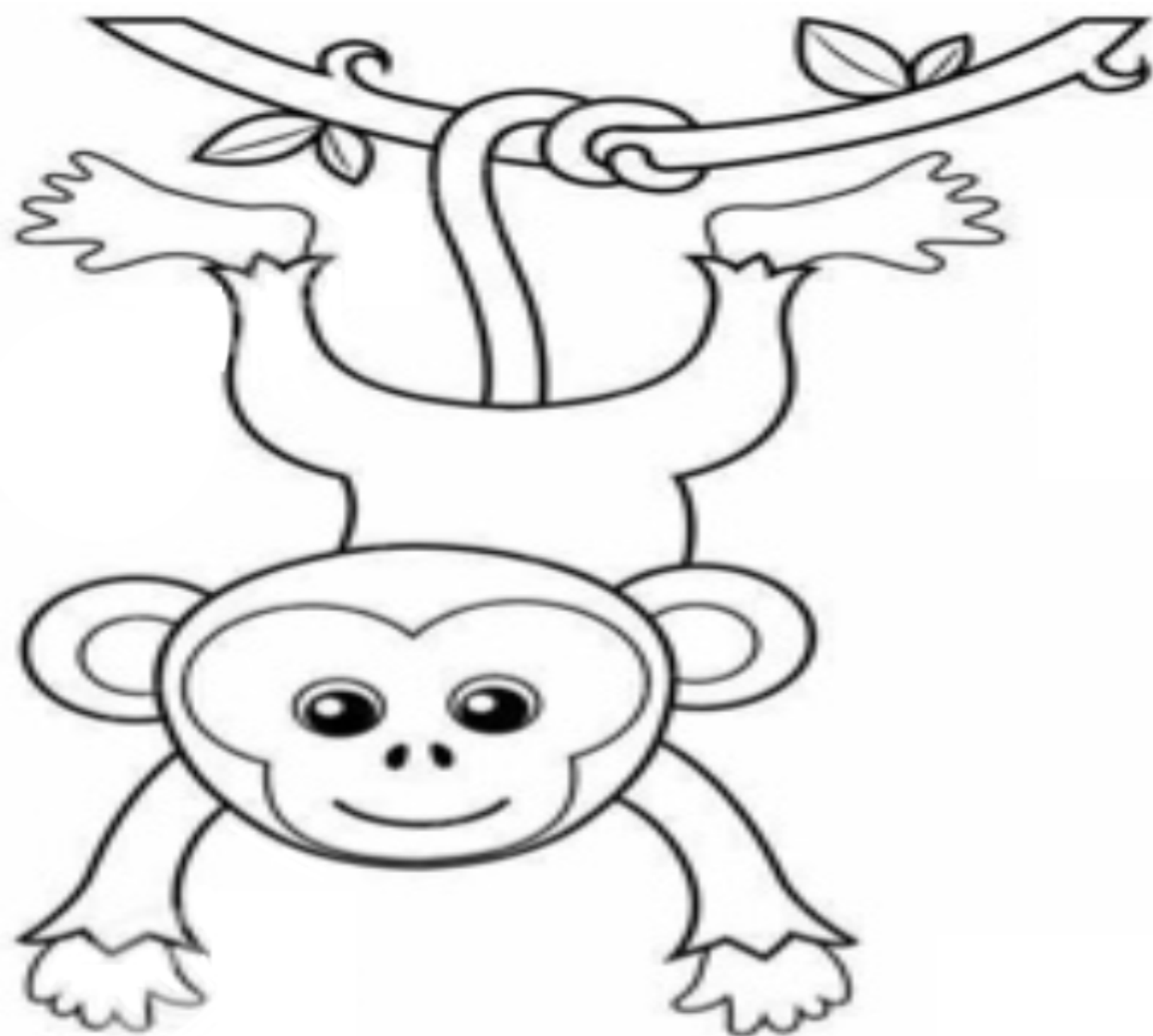
Adesso bambini guardate ed ascoltate questa storia che abbiamo scelto per voi....

" La Storia di Cocco " https://youtu.be/8ldtf0_vczk

Colora gli Animali







Attività bambini di 4 anni

Guardate questa Nuova storia

"I colori delle Emozioni" https://youtu.be/47l_gwYBock

Adesso imparate a costruire i personaggi della storia

Video costruzione burattini <https://youtu.be/Dijsm42wPOc>

Colora l'Immagine come viene indicato



Rielabora la parte della storia che ti è piaciuta di più..

Il memory gigante delle emozioni



Occorrente: 12 piattini di carta colorata, pennarello indelebile.

Disegnate su ogni piattino un'emozione seguendo, dove possibile, il colore dei piattini, oppure colorateli.

Puoi rappresentare:

Giallo = gioia

Rosso = rabbia

Nero = tristezza

Viola = stupore

Arancione = sollievo

Verde = disgusto

Regole del gioco: mettere tutti i 12 piattini rivolti a faccia in giù e a turno girate 2 piattini, se sono uguali li tenete e continuate a giocare, se sono diversi li girate nuovamente a faccia in giù e il turno passa all'avversario. Vince chi colleziona più piattini.

Buon divertimento!

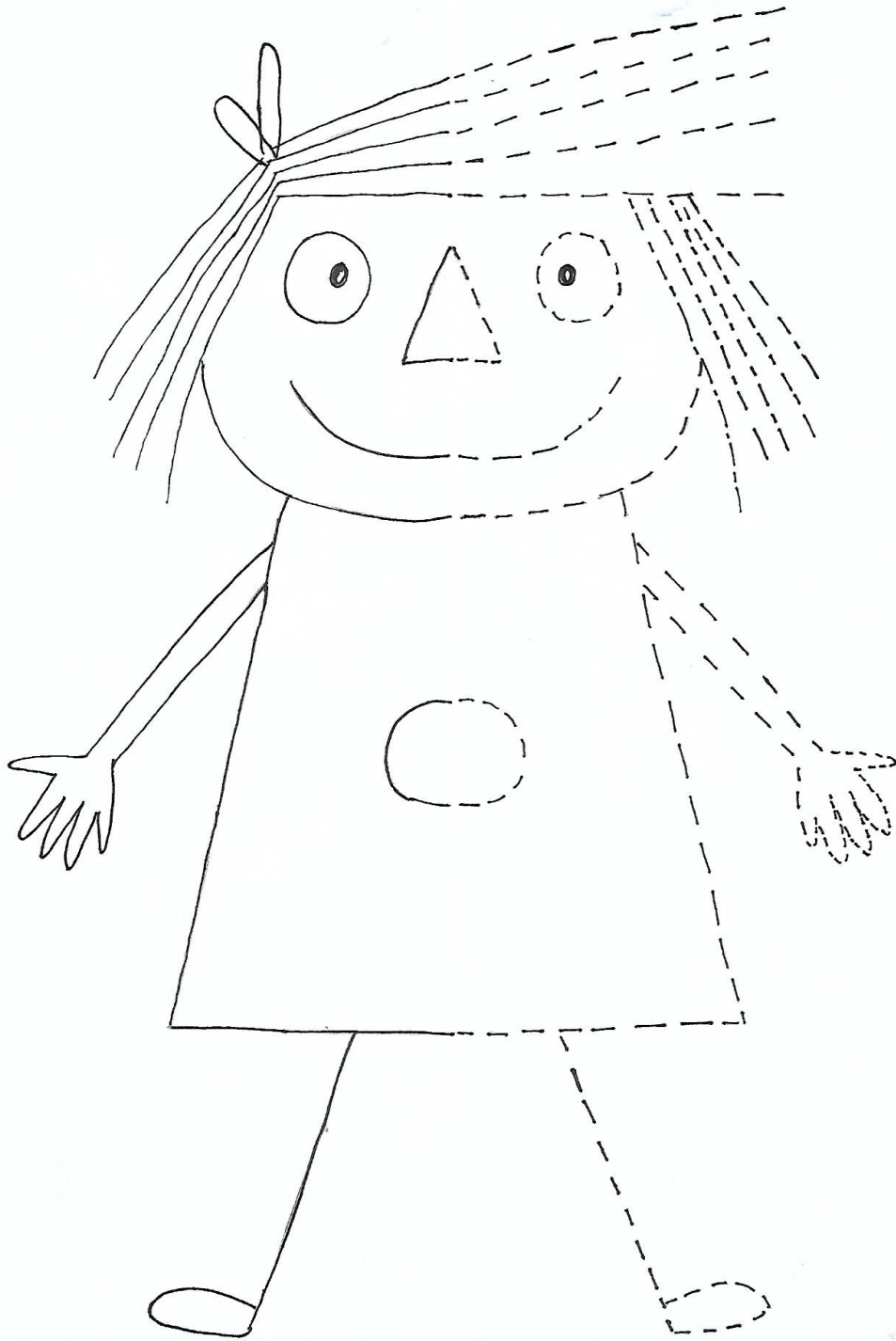
Attività bambini di 5 anni

Per finire l'ultima storia di questa settimana

"Il Buco" https://youtu.be/4_z32od5E8U

Rielabora la parte della storia che ti è piaciuta di più...

Ripassa i tratteggi e colora la Bambina



Il gioco dell'oca delle emozioni



Come si gioca

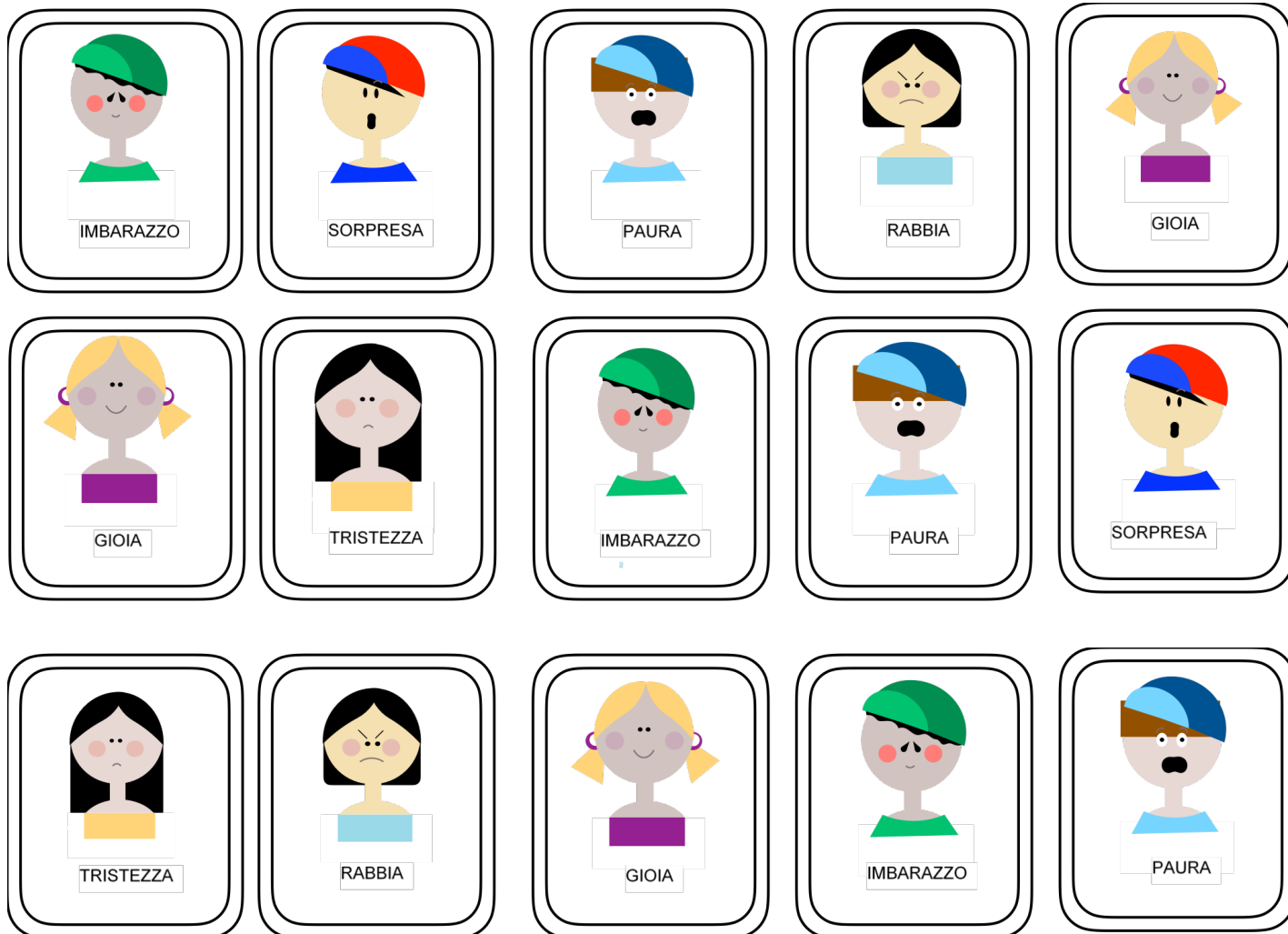
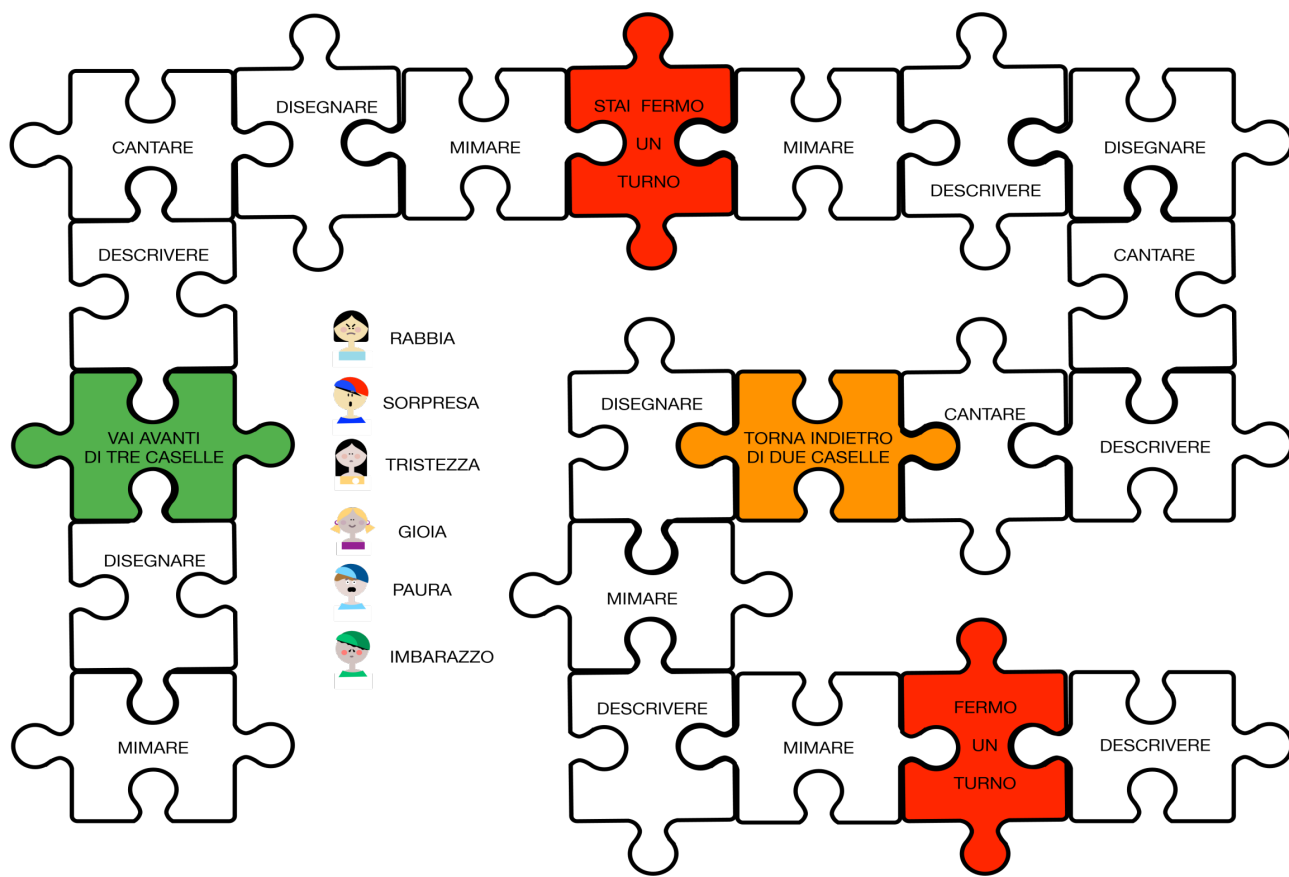
Le regole sono quelle tipiche del gioco dell'oca. Su ogni casella però trovate invece dei numeri, delle azioni da svolgere. Descrivere, mimare, disegnare, cantare.

Ci si divide in due o più squadre. Ogni squadra, a turno, tira il dado e si muove di tante caselle quante il numero uscito. Una volta che si è sulla casella si legge l'azione che deve essere compiuta e il primo giocatore della squadra estrae una carta dal mazzo senza farla vedere ai compagni. Su ogni carta è contenuta un'emozione che il giocatore dovrà far indovinare alla sua squadra utilizzando l'azione contenuta nella casella. Se per esempio estrae a sorte la gioia ed è sulla casella "mimare" dovrà mimare questa emozione ai compagni.

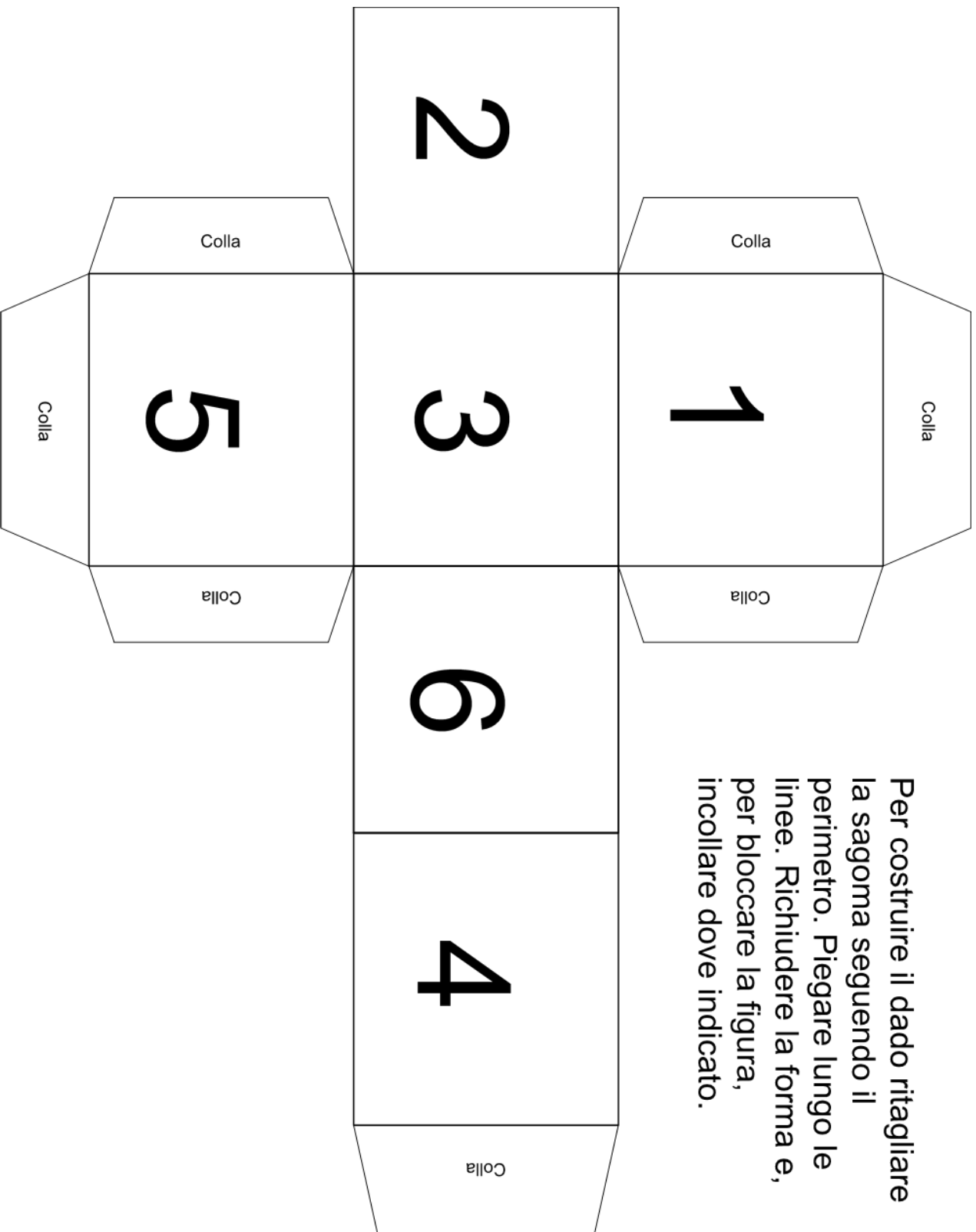
Non potrà nominare o scrivere l'emozione contenuta nella carta. Se la risposta (la prima è quella che conta) è sbagliata si tornerà sulla casella precedente, se invece si riesce ad indovinare l'emozione corretta si può rimanere nella casella. Vince la squadra che per prima arriva in fondo al tabellone.

Non ci resta che augurarvi

Buon divertimento!

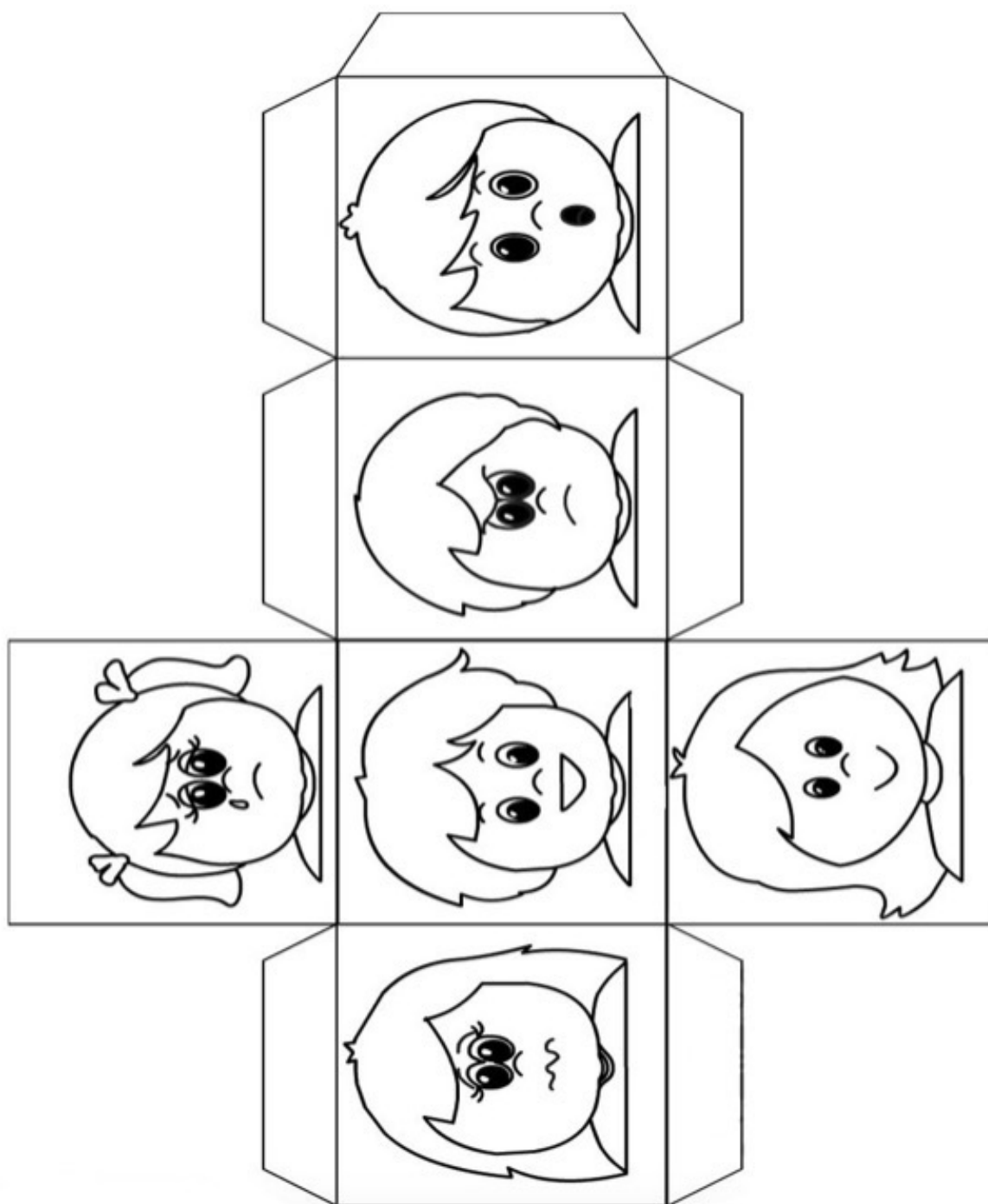


Per costruire il dado ritagliare la sagoma seguendo il perimetro. Piegare lungo le linee. Richiudere la forma e, per bloccare la figura, incollare dove indicato.



Dado dell'emozioni

Dopo aver tagliato, costruito il dado, prova a mimare l'emozione in uscita.



Memory delle emozioni

Colora e ritaglia le immagini del memory delle emozioni.





Attività per bambini di 3,4,5 anni

Il barattolo della calma



Come dice il nome stesso , questo accessorio serve a riportare la calma laddove regna il caos; cioè durante le crisi di rabbia o di pianto di un bambino. Non è concepito come una punizione bensì come uno strumento per interrompere il flusso delle emozioni negative e permettere al bambino di fermarsi. La sua struttura è semplice, si tratta di un barattolo contenente del liquido e dei brillantini(oppure altri oggetti). Muovendolo , il fluire ipnotico dei vari componenti distoglie l'attenzione del bambino dal motivo del suo pianto, come anche Maria Montessori aveva constatato. In questo modo per l'adulto sarà più facile ragionare con lui circa i motivi della sua rabbia.

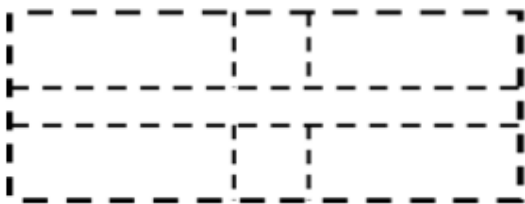
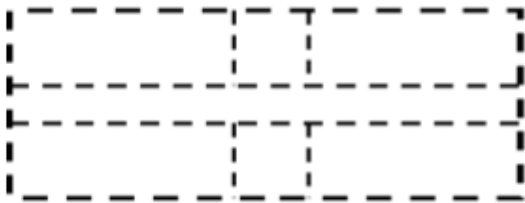
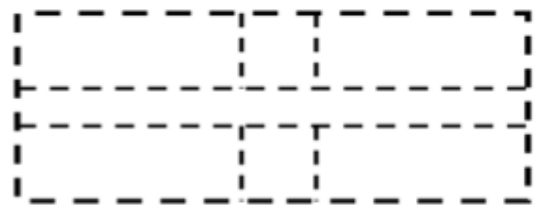
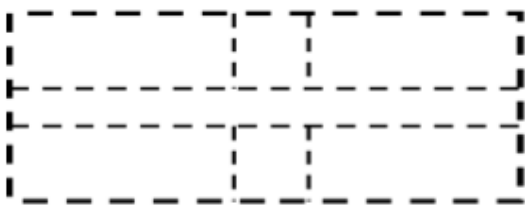
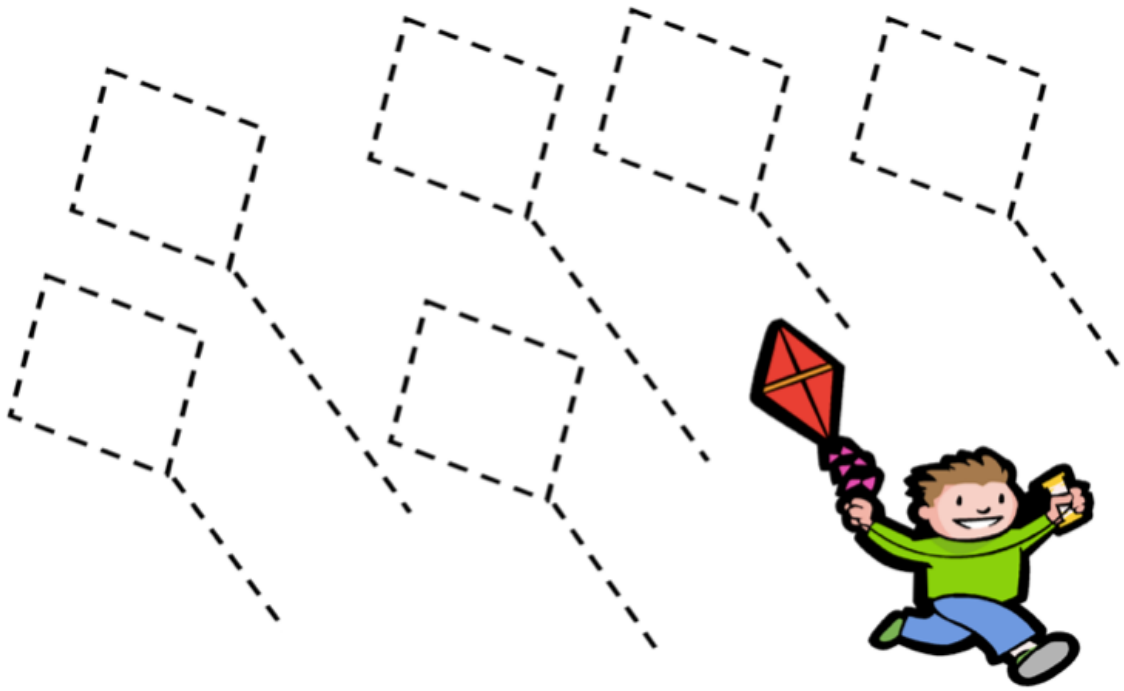


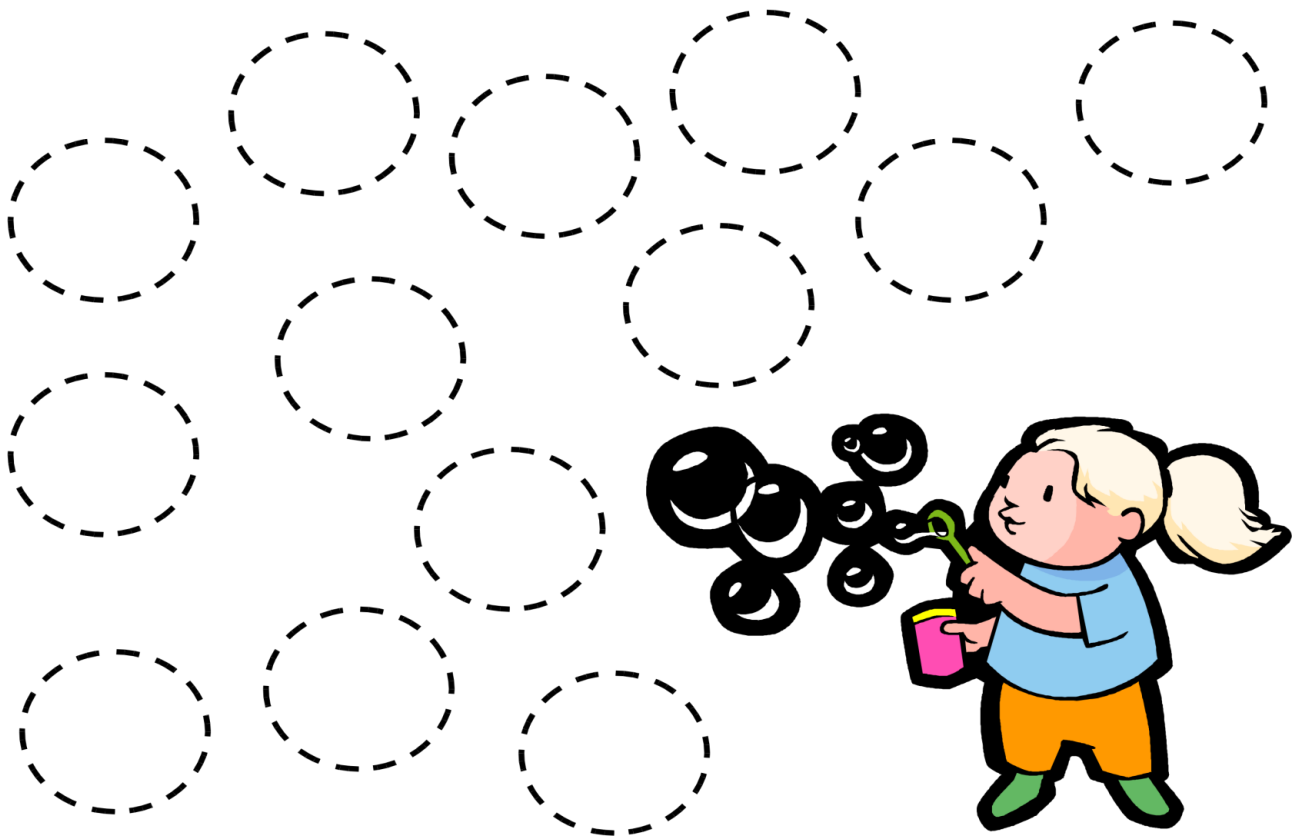
Potete crearlo con le vostre mani, questi sono gli ingredienti:

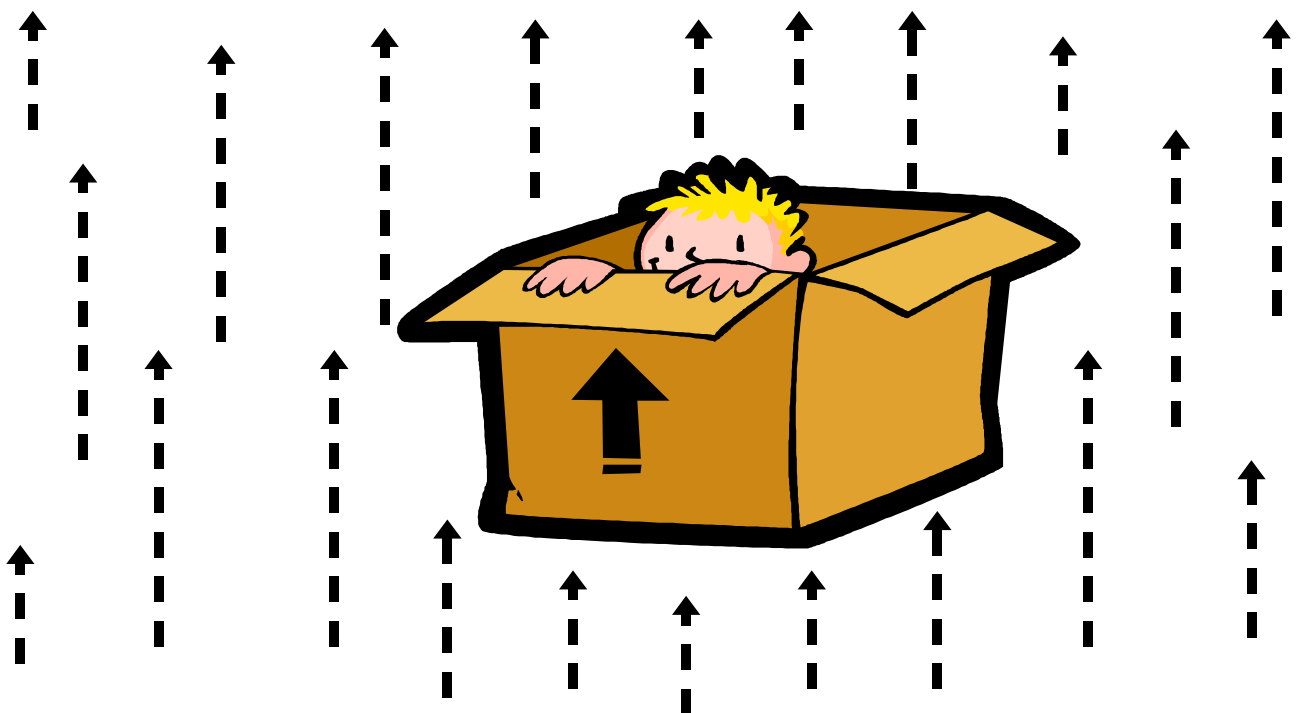
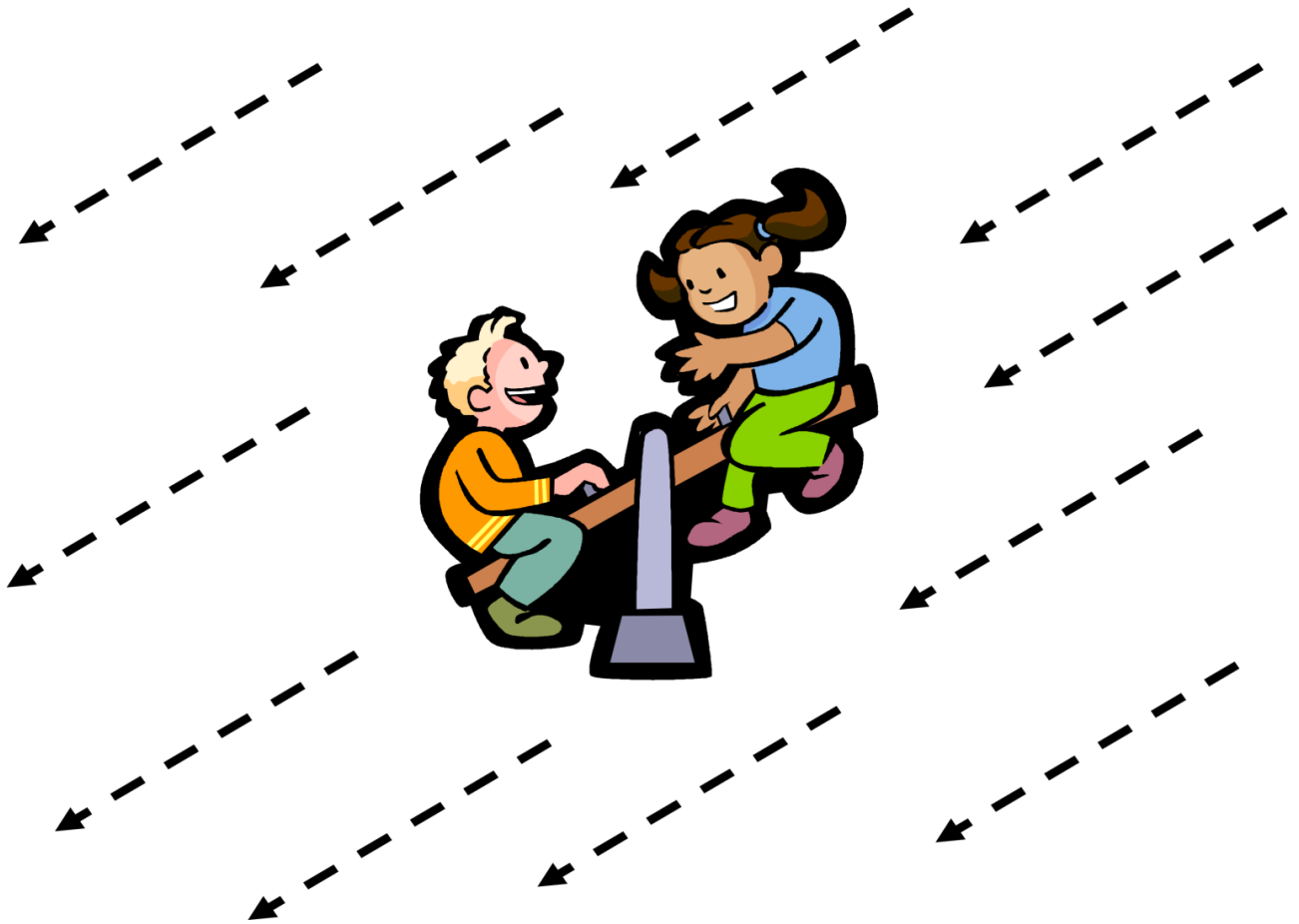
1. Barattolo di vetro con tappo;
2. 1 o 2 cucchiaini di colla glitter;
3. 3 o 4 cucchiaini di brillantini;
4. 1 goccia di colorante alimentare;
5. Acqua calda.
6. Mescolate acqua calda e colla glitter nel barattolo, poi aggiungete gli altri glitter. (In alternativa piccoli pupazzi oppure altri elementi). Aggiungere poi il colorante alimentare e mescolare bene. Non riempite il barattolo fino in fondo così che il contenuto possa essere agitato. Se possibile a lavoro ultimato sigillate la chiusura con la colla a caldo per evitare che il bambino la possa aprire.



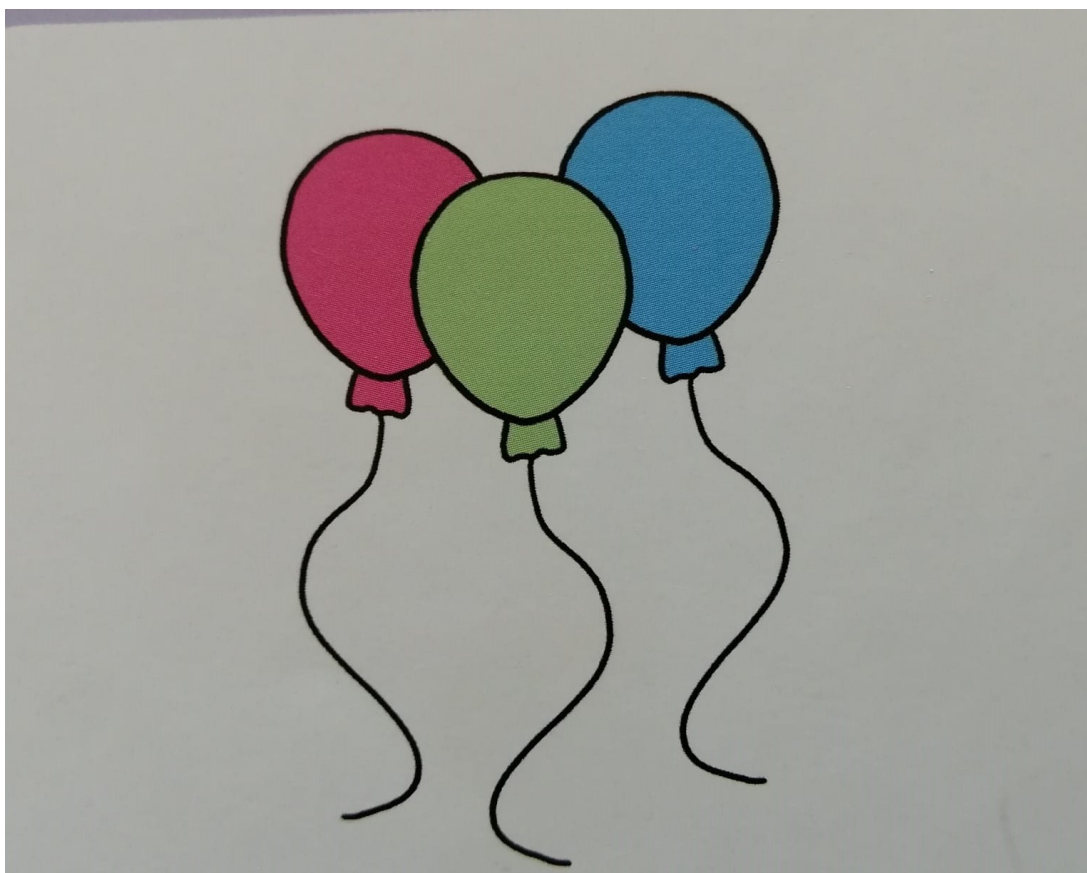
Pregrafismi







Gioco del palloncino



Gioco del Palloncino: per rilassarsi ed assaporare l'attimo presente. (Si consiglia musica relax in sottofondo)

"Come un Palloncino che si gonfia e si sgonfia"

1. Sdraiati sulla schiena, con le mani posate sulla pancia;
2. Concentrati sul movimento spontaneo della tua pancia, che si gonfia quando inspiri e si sgonfia quando espiri, come un palloncino;
3. Lentamente fai gonfiare un po' di più la pancia quando inspiri e sgonfiala un po' di più quando espiri... Lascia che la respirazione si concentri nella pancia;
4. Fai in modo che l'inspirazione e l'espirazione abbiano la stessa durata;
5. Quando inspiri, sentiti leggero come un palloncino che vola nell'aria;
6. Quando espiri, sentiti libero come l'aria che esce dal palloncino;
7. Lasciati cullare da questa respirazione regolare, equilibrata.

Il telo mammone

Il Telo Mammone è una tecnica proposta come gioco che ha la capacità di far sentire al bambino il senso di rilassatezza riproponendo le pulsazioni del ventre materno.....



Il Bambino si sdraia con il dorso appoggiato a terra ; gli altri partecipanti, almeno due, gli fanno oscillare sopra il telo colorato. Si consiglia di mettere come sottofondo una musica relax...

Gioco delle Emozioni allo specchio

Invitiamo i bambini a mimare ogni emozione (paura , rabbia ,tristezza , gioia , calma , stupore , noia ...) e ad osservare bene allo specchio come si comportano questi gli occhi , le sopracciglia e la bocca .

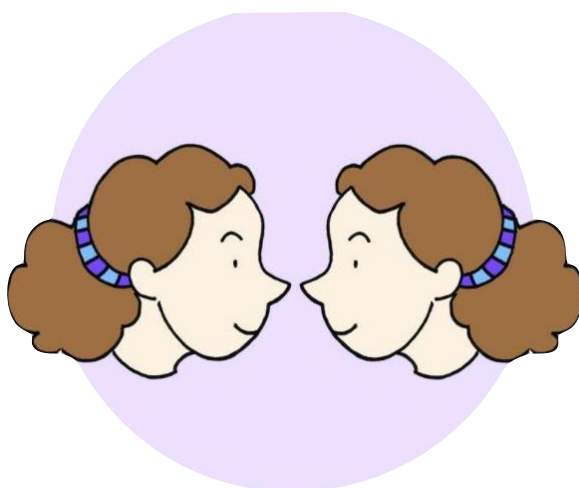
Nella faccia normale tutto è rilassato, le sopracciglia e la bocca sono orizzontali, gli occhi hanno un'apertura normale.

Nella faccia felice gli occhi sono leggermente socchiusi e i lati della bocca guardano all'insù (sorriso).

Nella faccia triste gli occhi sono leggermente socchiusi, le sopracciglia si allontanano e si inclinano, la bocca è chiusa e con i lati leggermente rivolti in basso.

È consigliabile anche invitarli ad esprimere le loro opinioni .

Fatto ciò passiamo al gioco e divertiamoci insieme !!!



EMOZIONI ALLO SPECCHIO

Le regole sono semplici: due bambini o un bambino ed un adulto si mettono l'uno di fronte all'altro stando sempre fermi sul proprio posto per tutta la durata del gioco (non è consentito spostarsi o camminare ne usare le mani per cambiare le espressioni del volto). Si stabilisce chi si specchierà esprimendo una delle sopraelencate emozioni e chi farà lo specchio che lo dovrà imitare . Dapprima si potranno esprimere le emozioni usando solo gli occhi , poi usando solo la bocca , infine usando tutto il volto . Successivamente potremmo divertirci ad aggiungere la gestualità attraverso movimenti lenti di braccia e mani .

Dopo aver imitato 5 emozioni di seguito all'altra (ma facendole con calma e senza fretta) si invertiranno i ruoli : chi ha fatto da specchio diventerà colui che si specchia e viceversa .

Attività di Religione

Via libera alla fantasia e rinforzo della motricità fine...

Ecco lo scopo di questa semplice attività con il recupero della carta dell'uovo di Pasqua!!!

https://youtu.be/6W_eGkFk8Ec

Buon Divertimento!