

PROGETTO
«EMOZIONIAMOCI»

Scuola dell' infanzia

«G.Rodari»

Levanella

gruppo età 3 anni

Il percorso che vogliamo realizzare intende “alfabetizzare alle emozioni” e nasce dall’esigenza di fornire al bambino strumenti per conoscere e riconoscere il linguaggio delle emozioni. L’azione didattica si soffermerà in particolar modo su ciò che il bambino prova in una precisa circostanza, per aiutarlo ad analizzare le diverse emozioni e sensazioni percepite fisicamente e dar loro un nome. Dare un nome a ciò che sta avvenendo in lui lo aiuterà poi, non solo a conoscere le emozioni ma a riconoscerle successivamente, in sé stesso e negli altri, in un allenamento che durerà tutta la vita. La novità, l’incognito, la rabbia, la felicità sono alcuni degli aspetti emotivi su cui ruoterà l’intero percorso che vedrà le diverse emozioni trattate da un punto di vista ludico, creativo, espressivo, musicale.

Il lavoro è destinato al gruppo omogeneo di età di 3 anni e si è svolto dalla metà di Novembre alla metà di Maggio, 3 volte alla settimana per la durata di un’ora.

Il percorso si propone di offrire ai bambini in modo semplice e secondo una metodologia di tipo ludico la possibilità di:

- manifestare i propri stati d’animo
- conoscere e riconoscere le emozioni
- raccontare sensazioni

In particolare saranno trattate le emozioni primarie: felicità, tristezza, paura, meraviglia, rabbia , disgusto

FINALITA'

Favorire la competenza emotiva dei bambini per abituarli a decentrarsi, riconoscendo le “ragioni” dell’altro .

OBIETTIVI

- Offrire ai bambini la possibilità di sentire, riconoscere, esprimere ed elaborare le emozioni.
- Rendere protagonista il bambino della sua storia attraverso il racconto
- Esprimere il proprio stato emotivo.
- Controllare le proprie emozioni.
- Riconoscere le emozioni altrui
- Rafforzare l’autostima e la fiducia nel rapporto con gli altri
- Sviluppare l’attitudine al lavoro di gruppo
- Conoscere e dare un nome alle emozioni fondamentali (gioia, tristezza, rabbia, paura, disgusto, sorpresa).
- Discriminare le diverse espressioni e mimiche facciali, la postura, il tono della voce, il linguaggio non verbale del corpo.
- Sviluppare atteggiamenti di apertura e condivisione dei problemi propri
- Aiutare il bambino a descrivere le emozioni che sta provando convalidando i suoi sentimenti

Contenuti e Attività:

Attraverso giochi, lettura di libri, conversazioni, musica e canzoni, disegni, schede attinenti l'argomento, lavori di gruppo, il progetto permetterà ai bambini di scoprire le proprie emozioni e i propri sentimenti, anche quelli negativi, per conoscerli, comprenderli, accettarli e trasformarli senza averne timore.

Tempi e spazi: il lunedì, il martedì e venerdì dal 16 Novembre al 30 Novembre e dall'8 Gennaio al 13 Maggio in sez. A il venerdì, in sez. B il martedì e nello spazio polifunzionale il lunedì per la durata di un'ora circa, il progetto è rivolto a 21 bambini del gruppo dei 3 anni.

Sono state individuate le emozioni che vogliamo affrontare durante il percorso ed è stato associato un colore specifico ad ogni emozione



Felicità: colore giallo



Tristezza: colore blu



Rabbia: colore rosso



Paura : colore nero



Meraviglia: colore verde



Disgusto: colore bianco

- **La felicità**



I bambini hanno sperimentato la felicità con il corpo a questo proposito sono state proposte attività più strutturate quali percorsi motori con salto, corsa, capriole e attività più libere con balli e girotondi. Le musiche proposte sono state quelle di HAPPY DAYS ,CIAO MAMMA di Jovanotti, Buon compleanno, Se sei felice.







Scheda individuale : Il mio corpo dice che sono felice, colora con le matite a cera

Proposta di canzoni mimico gestuali

CANZONE SE SEI FELICE

SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI LE MANI
SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI LE MANI
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI LE MANI
SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI I PIEDI
SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI I PIEDI
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI BATTI I PIEDI
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LA LINGUA
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LA LINGUA,

SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LA LINGUA,
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LE DITA,
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LE DITA,
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI SCHIOCCAR LE DITA
SE SEI FELICE E TU LO SAI LAVARTI I DENTI,
SE SEI FELICE E TU LO SAI LAVARTI I DENTI,
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI LAVARTI I DENTI,
SE SEI FELICE E TU LO SAI FARE UN INCHINO,
SE SEI FELICE E TU LO SAI FARE UN INCHINO
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI FARE UN INCHINO
SE SEI FELICE E TU LO SAI DIRE CIAO ,
SE SEI FELICE E TU LO SAI DIRE CIAO
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI DIRE CIAO
SE SEI FELICE E TU LO SAI DILLO A ME
SE SEI FELICE E TU LO SAIDILLO A ME
SE SEI FELICE E TU LO SAI E MOSTRARMELO DOVRAI
SE SEI FELICE E TU LO SAI DILLO A ME

Canzone di TANTI AUGURI A TE

TANTI AUGURI A TE

TANTI AUGURI A TE

TANTI AUGURI A TUTTI

TANTI AUGURI PER TE

TANTI AUGURI A PAPA'

TANTI AUGURI A MAMMA

TANTI AUGURI A TUTTI

GIORNI LIETI COSI'

TANTI AUGURI! TANTI AUGURI!

Lettura del libro Felicità... di Alison mc ghee e peter h. reynolds



Felicità è...

la sabbia fine con cui giocare
una pozzanghera blu come il mare
una torta da impastare
il mio magico scatolone ecc...

Scheda individuale: “ leggere” e colorare con le matite a cera situazioni di felicità



Verbalizzazione di alcuni bambini

Quando sei felice

Noemi : <<Quando gioco con la macchina della polizia>>

Gaia : <<Quando sono con mamma e babbo a giocare con le costruzioni...la mamma è più brava>>

Ginevra : <<Quando sono con mamma e babbo a giocare con il microfono>>

Asia : <<Quando vado a casa e a scuola a casa quando gioco con Emma e il babbo alle costruzioni e a scuola a giocare con la cucina e a rimettere>>

Viola : <<Con il babbo e la mamma gioco con le costruzioni>>

Sofia M: <<Quando guardo Peppa con il babbo e la mamma>>

Matilde V: <<Quando gioco con le costruzioni con la mamma>>

Aurora : <<Quando sono con la mamma e il babbo e con il mio fratello, quando gioco con Ale>>

Orlando : <<Quando gioco con il babbo a fare una torre>>

Giulio : <<Quando gioco con il treno con la mamma e il babbo>>

Lorenzo D. M.: <<Quando sono a casa con mamma e con zia>>

Brando : <<Quando gioco con la ruspa e il camion dei pompieri>>



Elaborato individuale: Disegna una situazione in cui sei felice

Muoviamoci liberamente al suono di una musica allegra agitando dei fazzoletti del colore giallo della felicità musica scelta: INNO ALLA GIOIA di Mozart

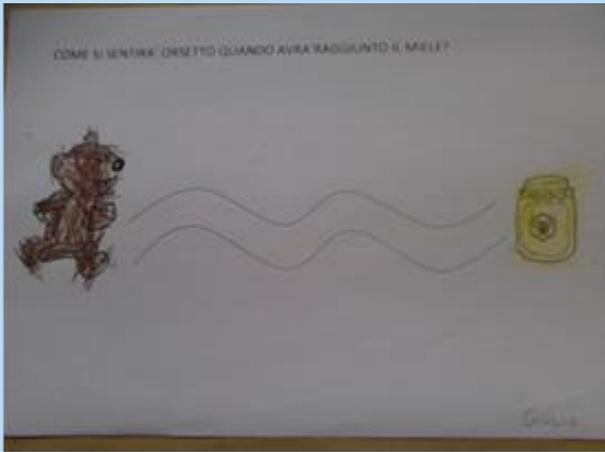




Scheda individuale: colora con la tempera gialla il sole e incolla brillantini

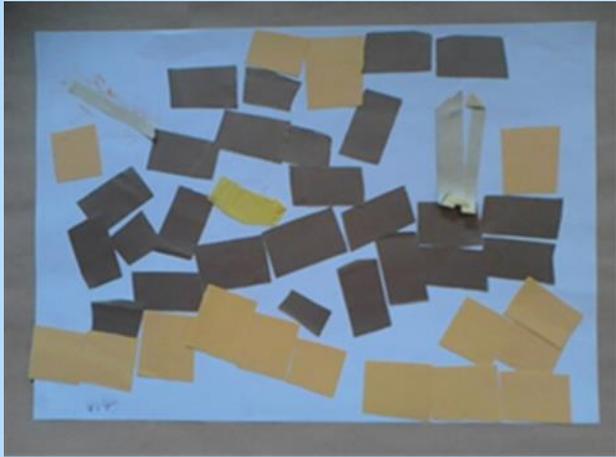


Scheda individuale: colora con il pennarello giallo le bolle di sapone e incolla le bolle gialle al loro posto



Scheda individuale: traccia il percorso di orsetto verso il barattolo di miele, colora con le matite a cera e verbalizza l'emozione che prova orsetto quando trova ciò che sta cercando





Elaborato individuale: incolla sul foglio tanti pezzettini di varie carte di colore giallo per realizzare un collage di pezzettini di felicità

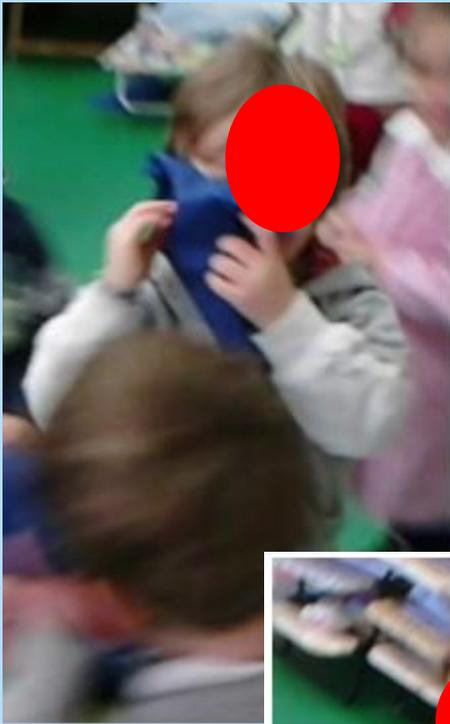


Elaborato individuale: disegna il tuo viso felice

- **La Tristezza**

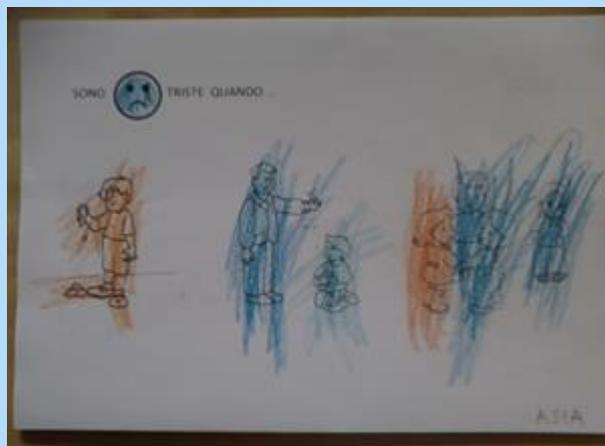


Muoviamoci al suono di una musica triste, la canzone che è stata proposta è “*Per Elisa*” di Beethoven e proviamo ad esprimere e drammatizzare con il nostro corpo la tristezza, questa volta usiamo dei fazzolettini di colore blu

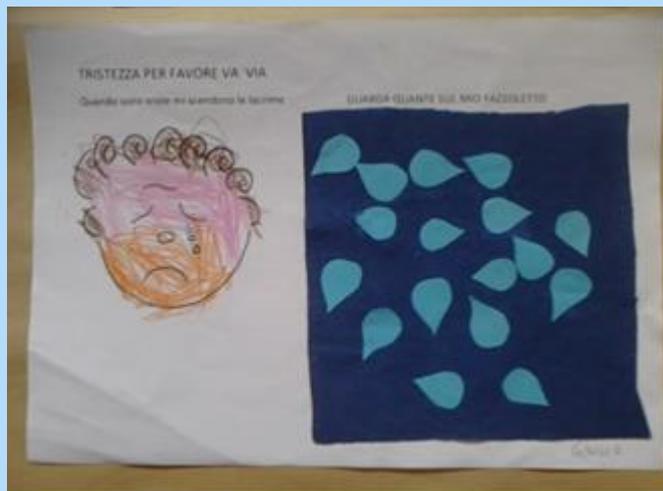




Scheda individuale: Il mio corpo dice che sono triste, colora con le matite a cera



Scheda individuale: "Leggi" e colora con le matite a cera situazioni di tristezza



Schede individuali: attacca sul fazzolettino blu tante lacrime, leggi le immagini e colora con le matite a cera

**QUANDO SONO TRISTE MI SCENDONO LE LACRIME...
GUARDA QUANTE LACRIME SUL MIO FAZZOLETTO
MA BASTA UNA CAREZZA DELLA MAMMA,
UN ABBRACCIO DEL PAPA' E LA TRISTEZZA GIA' SE NE VA.....**

Ascolto e visualizzazione su Tablet della storia “ I sacchi di sabbia”



I sacchi di sabbia

La scatola dei tesori si ruppe mentre Anna la chiudeva.

La bambina gettò via i pezzi e si addormentò piangendo : era molto triste.

Durante la notte si svegliò per fare pipì ,si alzò e si mise in fila davanti al bagno insieme a tanti altri bambini e bambine. Era incredibile! cosa ci facevano tutti quei bambini a casa sua!

Anna chiese <<Cosa ci fate qui?>>

<< Siamo tristi e dobbiamo fare pipì >>rispose una bambina in fila davanti a lei.

<<E perchè hai questo sacco?>> domandò Anna.

<< Serve a trasportare la tristezza>> rispose la bambina.

<<Un momento!>> disse Anna, entrando veloce in camera sua, sopra il letto, c'era un sacco.

<< Hai visto? Tutte le persone triste portano il sacco della tristezza >>le disse un bambino in fila .

Anna rispose <<lo sono triste perché la mia scatola dei tesori si è rotta.>>

Il mattino seguente Anna mise il sacco nello zaino della scuola. Era ancora molto triste.

Mentre andavano a scuola Anna disse a Luca <<Guarda come pesa il mio zaino, un amico mi ha detto che è la mia tristezza>>

<<Fammi vedere>> disse Luca guardando il sacco.

Si grattò la testa e iniziò a pensare a come aiutare la sorella.

Quella notte Anna si svegliò di nuovo, questa volta aveva sete e andò dritta in cucina. Tutti i bambini e le bambine della notte prima erano lì a bere, tutti avevano il loro sacco ed erano tristi.

<<Ciao Anna guarda il mio sacco non è più grande come ieri>> disse una bambina.

<< E come mai?>> chiese Anna

<< Perché non sono più così triste...e il tuo sacco?>> le chiese.

<<E' sempre uguale, mi si è rotta la scatola dei tesori>>rispose Anna.

Intanto Luca senza farsi vedere da Anna fece un buco nel sacco e la sabbia iniziò ad uscire.

Il mattino dopo il sacco di Anna era ancora molto grande e pesante : Anna girava per la casa con i suoi giocattoli e con il sacco sulla schiena lasciando dietro di sé una scia di sabbia.

All'improvviso Anna si accorse che il sacco era vuoto allora seguì la scia di sabbia e arrivò nella sua stanza fino a un cassetto pieno di giocattoli dove trovò una scatola rossa, felice, la strinse a sé.

Quel pomeriggio Anna andò a cercare il sacco ma non c'era più.

Chiamò Luca e gli disse <<Luca! Luca! il sacco della tristezza non c'è più!>>

<< Non sei più triste! che bello!!!>>

Anna mise nello zaino la nuova scatola rossa dei tesori e pensò: <<Questa pietra bianca la conserverò nella scatola dei tesori>>.

E fu così che Anna imparò che la tristezza arriva ma poi va via.

Con la tempera blu coloriamo il sacco della tristezza!





Scheda individuale: colora con la tempera blu il sacco della tristezza



Schede individuali formato A3: colora se sei femmina la bambina se sei maschio il bambino e il sacco di blu con le matite a cera

Verbalizzazione di alcuni bambini

Quando sei triste

Luigi : Ero triste quando andavo a casa

Asia : io ero triste quando ero piccolina e andavo all'asilo

Sofia : sono triste quando il babbo parte

Lorenzo L. F. : io non sono mai triste

La felicità e la tristezza

Consolidamento della conoscenza delle due emozioni primarie: felicità e tristezza





Scheda individuale formato A4: colorare le palette con i colori giusti

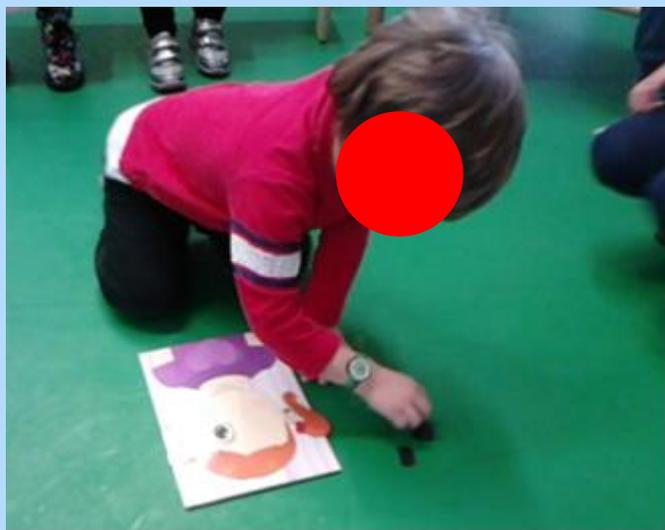


Scheda individuale, formato A4: associa ad ogni palette l'emozione corrispondente del viso del bambino



Scheda individuale formato A4 : cerchia con il colore giusto le emozioni espresse dai volti di queste foto

Con un gioco regalatici dai genitori in occasione del Natale abbiamo ricostruito le emozioni della tristezza e della felicità mettendo al posto giusto alcune parti del viso magnetiche : occhi, naso, bocca, in particolare è stato osservato che la bocca rivolta in alto rende il viso felice, bocca rivolta in basso denota un viso triste





Scheda individuale in A4: dato l'ovale del viso, disegna occhi naso e bocca delle emozioni della felicità e della tristezza

IL PIANETA DELLA FELICITA' E IL PIANETA DELLA TRISTEZZA

Dopo la ricerca in varie riviste di immagini di persone tristi e felici abbiamo raggruppato insieme tutte le persone tristi nel pianeta blu e tutte le persone felici nel pianeta giallo





Ecco i nostri cartelloni!



Cartellone : "OGGI MI SENTO COSI'"

In questo cartellone abbiamo espresso il nostro stato d'animo, con la faccina gialla per la felicità e con la faccina blu per la tristezza



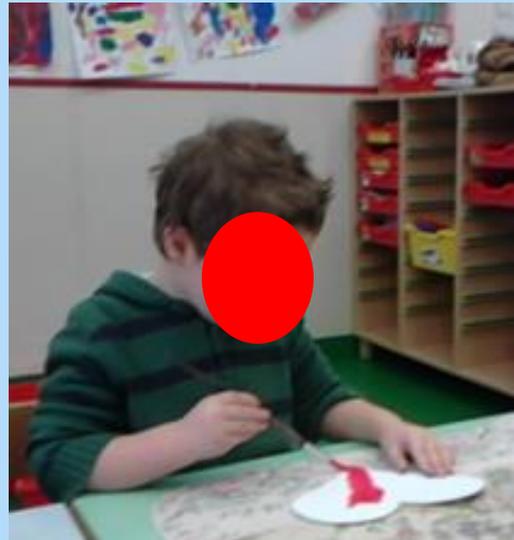
Carnevale: emozioni in maschera



Scheda individuale formato A 4 : coloriamo con le matite a cera la maschera di Arlecchino per la felicità e quella di Pierrot per la Tristezza

In occasione del Carnevale realizziamo la maschera:
“IL CUORE EMOZIONATO”





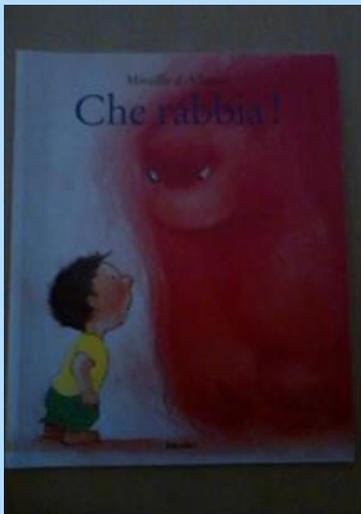
Per la festa a scuola abbiamo indossato le mascherine realizzate da noi!



- **La rabbia**



Lettura del libro di Mireille D'Allance "Che rabbia!"





Che rabbia!

Roberto ha passato una bruttissima giornata.

<<Ehi tu levati quelle scarpaccie>> gli dice papà.

<<Ecco fatto>> gli risponde Roberto.

Per cena ci sono gli spinaci.

<<Piuttosto non mangio>> esclama Roberto.

<<Sali in camera tua e scendi solo quando ti sarai calmato>> dice papà.

<<Non ci penso neanche>> risponde Roberto.

Lassù nella sua camera Roberto sente una cosa terribile che sale.... sale, sale fino a quando..... RRRRRRRHAA esce fuori all'improvviso.

<<Ciao>> gli dice la COSA<< che facciamo?>>

<<Ttt...tutto quello che vuoi >>risponde Roberto.

<<Bene>> dice la Cosa<< cominciamo da lì >>

e hop! la coperta vola via con tutti i cuscini,
crac! il comodino,

adesso tocca agli scaffali con tutti i libri,
poi la Cosa si avvicina al baule dei giocattoli

<<Aspetta, quella no!!!>> urla Roberto <<Hai capito smettila stupido!>>

<<Il mio camion preferito...che cosa ti ha fatto quel brutto bestione? Non ti preoccupare, ti aggiusterò io... e tu vattene via cattivo!>>

<<Oh la mia lampada! aspetta ti rimetto a posto,
e il mio cuscino tutto ammaccato,
e il mio libro preferito ti ha sciupato tutto poverino
ecco così va meglio>>

<< Ah se qui tu? Vieni che ti prendo... forza su dentro la scatola e non muoverti più!>>

<<Papà è rimasto un po' di dolce?>>.



Scheda individuale: colora con la tempera rossa la faccia della rabbia



Coloro il mostro della rabbia!





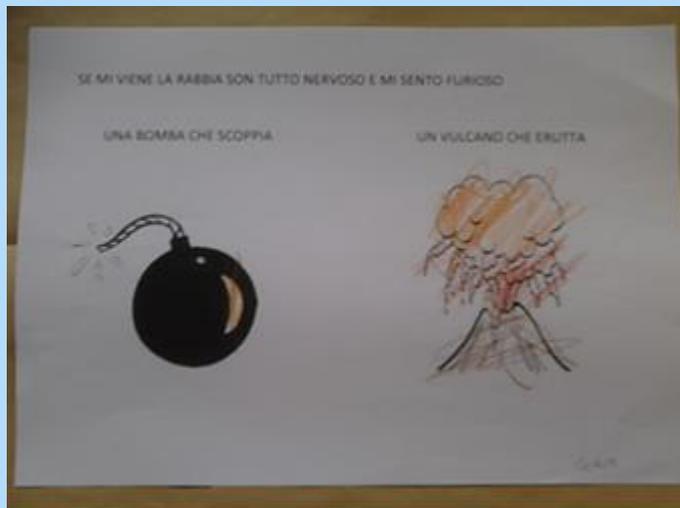
Scheda individuale foglio A3: colora con la tempera rossa la "Cosa" della rabbia



FOGLIO A3: incollando la carta velina rossa esprime una rabbia grande ed una rabbia piccola



Scheda individuale: al camion di Roberto si sono staccate le ruote ,incollale al posto giusto e colora con le matite a cera



**SE MI VIENE LA RABBIA SONO TUTTO NERVOSO E MI SENTO FURIOSO
UNA BOMBA CHE SCOPPIA UN VULCANO CHE ERUTTA
MAMMA ASPETTA CHE MI SGONFI COME UN PALLONCINO POI MI STRINGE A SE' VICINO**



Scheda individuale: traccia il percorso, colora e verbalizza



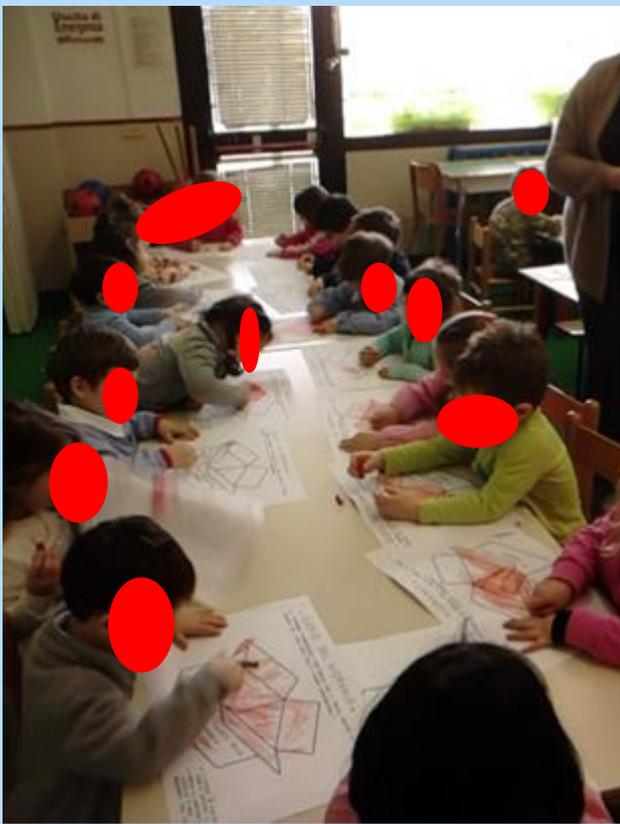
Scheda individuale: riconoscere l'emozione della rabbia

Gioco: La scatola delle rabbie con questo gioco si permette all'aggressività di esprimersi, si posano i fogli di giornale per terra l'insegnante prende uno di questi fogli lo mostra a tutti e spiega che il giornale rappresenta tutto quello che ci fa arrabbiare, ci aggredisce, ci irrita al foglio gli facciamo subire tutto ciò che ci va di fargli subire si spiegazza, si strappa, si torce si pesticcia una volta terminato l'esercizio si va a cercare la scatola a piccoli gruppi i bambini vi gettano i fogli lacerati









Scheda individuale formato A3 : rielaborazione dell'esperienza

Verbalizzazioni dei bambini «Mi arrabbio quando...»

Aurora : <<mi arrabbio quando la mamma mi sgrida>>

Gaia : <<io mi arrabbio quando vo a scuola>>

Lorenzo M: <<sono impegnato>>

Lorenzo D.M. :<<quando la mamma io voglio andare giù a giocare con i miei giochi la mamma dice di no devi andare a letto>>

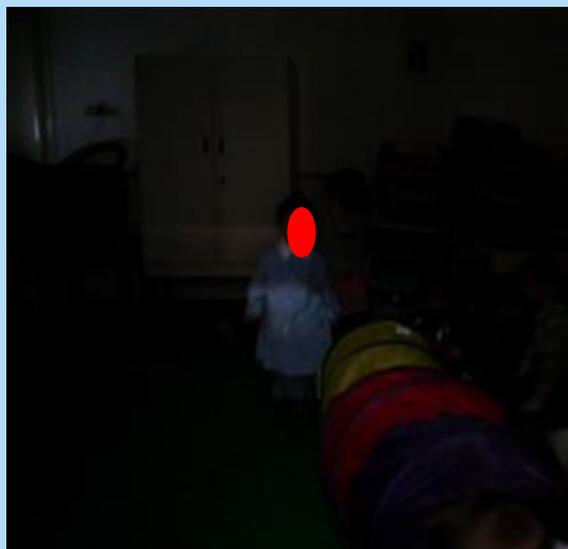
Lavinia : <<quando la mia sorella mi fa i dispetti>>

Giulio :<< la scuola!>>

- **La paura**



PREDISPONIAMO UN'ATMOSFERA HORROR! Al buio ascoltiamo una musica paurosa sono permessi gli urli e gli abbracci , poi facciamo una prova di coraggio: passaggio nel tunnel!!!!!!
Che paura!!!!!!



Adesso trasformiamoci in zombie,



ma che spavento è apparso un fantasma è il fantasma della maestra Debora ! Aiuto!!!!!!

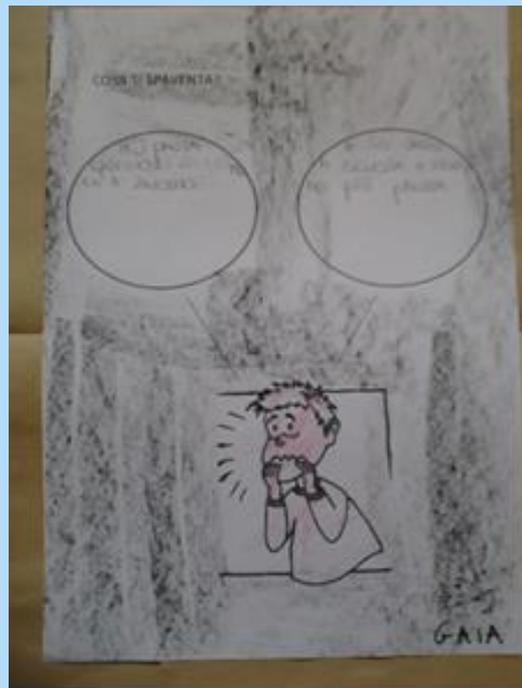




Scheda individuale: colora con la matita a cera nera la paletta della paura



Elaborato individuale: mi disegno allo specchio quando ho paura



Schede individuali : colora e racconta cosa ti fa paura

Verbalizzazioni di alcuni bambini racconta quando hai paura

Lorenzo D. Mella : << Ho paura quando vedo i mostri sotto la tenda e mi nascondo >>

Pietro : <<Quando vedo un fantasma io scappo e mi nascondo sotto il letto e poi ho visto altri fantasmi tanti e anche una casa infestata con un uomo malvagio e sono andato dalla mamma e ho dormito con lei poi mi nascondo sotto le coperte e poi non li ritrovo più >>

Gaia : << Quando entro in camera mia ci sono i mostri e poi chiamo la mamma e mi porta con sé nel lettone >>

Asia : <<lo un giorno di notte l'Emma gli è caduto un dentino di sopra e poi arriva una fatina che si chiama trilli e poi non la vedevo solo negli orecchi la sentivo e poi gli ha portato una scatolina poi gli ha portato un altro dentino e poi i soldini e poi basta, quando sento qualcosa di strano e lo vedo e vo nel lettone del babbo e della mamma >>

Luigi :<< Quando vedo i mostri, quando vado a dormire con il babbo e con la mamma se ne è andato via>>

Brando : <<Quando vedo i mostri in camera mia>>



Scheda individuale formato A3: colora con i pennarelli la scheda e recita la sua breve filastrocca

**SE LA NOTTE HAI UN PO' PAURA
C'E' SEMPRE UN' ISOLA CHE E' SICURA
PER TUTTI I BIMBI ALTI UNA SPANNA O GIU' DI LA'
L'ISOLA E' IL LETTONE GRANDE DI MAMMA O PAPA'**

- **La meraviglia**



Per l'emozione della meraviglia sono stati proposti due giochi:

il gioco delle scatoline : le maestre dentro delle scatoline portagioie hanno nascosto diversi oggetti : un sasso, una piuma, un anello, un soldino, un batuffolo di cotone morbido morbido , un carillon ecc... che emozione di meraviglia aprire le scatoline e che bello condividere con gli amici la scoperta!





Sceda individuale: colora con la tempera verde la paletta della meraviglia

Il gioco dell'anello:

I giocatori si dispongono seduti e a mani giunte, tranne uno che sta in piedi che custodisce l'anello fra le mani giunte.

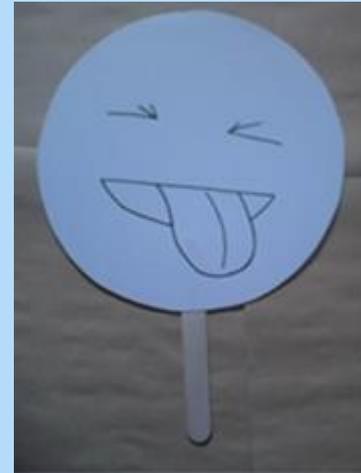
Quello che sta in piedi si avvicina alle mani di ogni giocatore e consegna l'anello ad uno di essi cercando di non farsi vedere, mentre agli altri finge di consegnarlo per non fare sapere a chi lo ha dato. Un altro giocatore che sta al di fuori del cerchio deve indovinare a chi è stato dato l'anello.



Scheda individuale: la meraviglia della primavera



- **Il disgusto**



Il gioco delle sorprese disgustose

Sotto dei bicchieri di plastica sono stati nascosti tanti animaletti disgustosi, ci vuole molto coraggio per sollevare il bicchiere e che impressione di disgusto poi guardarli e tenerli in mano!







Elaborato individuale: mi disegno allo specchio quando sono disgustato



Elaborato individuale: disegna una cosa disgustosa per es. il moccico e la cacca!

- **Tante emozioni**



Scheda individuale: colora con il colore giusto le emozioni che conosci e racconta come ti senti oggi



Scheda individuale: colora con i pennarelli l'albero e incolla le varie emozioni



Scheda individuale: verbalizza le emozioni dei bambini e cerchia ogni bambino con il colore corretto



Scheda individuale: incolla l'emozione corretta alla situazione che la suscita

A conclusione del nostro progetto abbiamo proposto questi giochi:

INDOVINA L'EMOZIONE : le maestre con una frase semplice raccontano una breve storia e i bambini a turno devono abbinare alla situazione detta l'emozione corrispondente indicando la paletta corretta.

Esempi di frasi proposte:

- A Carlo si è rotto il suo gioco preferito
- Gioele e Rachele andranno insieme al circo
- Donatella non si aspettava di ricevere un regalo
- Samuele è solo davanti ad un cane che non conosce...L'orsacchiotto di Martina ha perso una zampina
- A Stefano piace essere consolato dalla nonna
- Sandro e Clotilde non vogliono più giocare insieme.
- ecc.....





GIOCO DEL TESTAPIEDI TRA LE ONDE

Questo esercizio inizia a rendere consapevole il bambino che una sensazione corporea piacevole o spiacevole non è permanente ma provvisoria: chiudiamo gli occhi e respiriamo, siamo al mare

(rumore del mare in sottofondo) sdraiati sulla riva e ci sono le onde che vengono e che vanno, dolcemente queste onde sono lunghe e corte e bagnano diverse parti del mio corpo ,sento cosa mi succede, l'onda bagna dietro la mia testa che è appoggiata sulla sabbia passa e va via..... l'onda passa dietro il mio collo passa e va via ecc.....



Scheda individuale: traccia con il ditino intinto nella tempera blu le onde del mare

Infine realizziamo il **librino individuale «Emozioni in pezzettini»** abbinando ad ogni emozione pezzettini colorati di carta velina

