



Io e le mie emozioni

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



ETÀ



VALORI



Etici e Sociali

LUOGO



All'aperto, in aula

NUMERO DI PARTECIPANTI
CONSIGLIATI



5-10

DURATA
CONSIGLIATA



90-120 minuti

ARGOMENTO	Empatia
RIASSUNTO	Questa attività è strutturata in tre parti, che aiutano i bambini a riconoscere, accettare e vivere le proprie emozioni attraverso un'attività ludica basata anche sul rapporto con gli animali.
OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	<ul style="list-style-type: none">• Dare ai bambini l'opportunità di sentire, riconoscere, esprimere ed elaborare le proprie emozioni.• Stimolare la comprensione delle proprie reazioni, di quelle degli altri e di quelle degli animali.• Sperimentare un comportamento altruistico nei confronti di altre persone e animali.• Stimolare la cooperazione e il lavoro di squadra.
OBIETTIVI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE	<ul style="list-style-type: none">• Abilità cognitive: la relazione con se stessi e con gli altri.• Competenze trasversali: capacità di lavorare in gruppo.• Abilità motorie e linguistiche.
METODOLOGIE DIDATTICHE	<ul style="list-style-type: none">• Lavoro di gruppo. Si consiglia di utilizzare solo le sei emozioni primarie: felicità, tristezza, rabbia, paura, sorpresa, disgusto.
MATERIALI	<ul style="list-style-type: none">• Barattolo in vetro o plastica trasparente con un tappo,• Materiali riciclati,• Carta,• Forbici,• Colla,• Spago.
ISTRUZIONI	<p>Le seguenti attività sono interconnesse. Si prega di iniziare sempre con l'attività 1 prima di passare all'attività 2 e poi alla 3. In base alle classe o al gruppo di bambini con cui si sta lavorando, si può suddividere l'attività in più giornate.</p> <p>Attività 1: La zuppa delle emozioni</p> <p>Fate sedere i bambini in cerchio e mettete al centro la "zuppa delle emozioni" (vedi i materiali aggiuntivi). Tutti possono mimare il gesto di mescolare la zuppa. Proponete quindi che ogni bambino, a sua volta, estragga una delle carte delle emozioni dalla zuppa (vedi i materiali aggiuntivi) e parli dell'emozione disegnata sulla carta, fornendo degli esempi (mi sento felice giocando con mamma e papà, oppure mi sento triste quando una bella gita viene cancellata a causa del maltempo).</p>

Tutti insieme poi mimano il gesto di mangiare un po' della zuppa. A seconda dell'emozione con cui hanno a che fare, i bambini cercano di provare a esprimerla con espressioni facciali o di tutto il corpo (camminare a capo chino, saltare di gioia, battere i pugni per rabbia). L'attività continua così per tutte le sei emozioni primarie, finché tutti i bambini non hanno giocato almeno una volta.

Per aiutare i bambini, potete stimolare la riflessione attraverso domande dirette: "Quando sei felice?", "Quando sei triste?", "Quando non posso giocare con il mio amico perché piove", ecc...

Attività 2: L'insetto nel barattolo

Quest'attività aiuta i bambini a riflettere sugli effetti positivi o negativi che le loro azioni hanno sul mondo animale, entrando in empatia con le creature più piccole e indifese. Uscite nel giardino della scuola per osservare gli insetti. Mettete una formica in un barattolo, e chiedete ai bambini di pensare quale emozione può provare la formica. È felice o triste di essere nel barattolo? Ha paura? Lasciate quindi libero l'insetto. Che cosa sente ora? Ha meno paura? La risposta attesa è: "Sì, è meno spaventato, perché è libero, integro e in grado di tornare nella sua comunità, con altri animali e può continuare a esplorare il mondo".

È ovvio che per un entomologo "sensazione" non è una denominazione adeguata per una reazione degli insetti, ma tenete presente che questo è qualcosa che i bambini impareranno in biologia quando saranno pronti a comprendere contenuti più astratti.

Attività 3: Ognuno ha la propria casa

Quest'attività mira a rendere i bambini maggiormente responsabili e li invita ad adottare gesti di cura nei confronti dell'ambiente. Una volta rientrati in classe, spiegate ai bambini che tutti, compresi i più piccoli, possono prendersi cura dell'ambiente e degli animali che lo abitano. La cura è qui intesa come un insieme di azioni di attenzione e rispetto, che contribuiscono a migliorare il benessere degli animali, facendoli sentire amati dall'uomo.

Aiutate i bambini a capire questo concetto facendo degli esempi: nutrire, cambiare l'acqua nella ciotola di un pesce rosso, portare a spasso il cane, sono tutte azioni di cura.

Per esempio, potete far costruire piccole case dove gli insetti possano vivere, ripararsi dalla pioggia o riposarsi dopo un lungo viaggio. I bambini, in gruppi di quattro, costruiscono le case con il materiale di riciclo che avete preparato in precedenza. Le case saranno poi collocate nel giardino della scuola.

In alternativa, se il tempo e lo spazio lo consentono, i bambini possono costruire le casette direttamente in giardino.

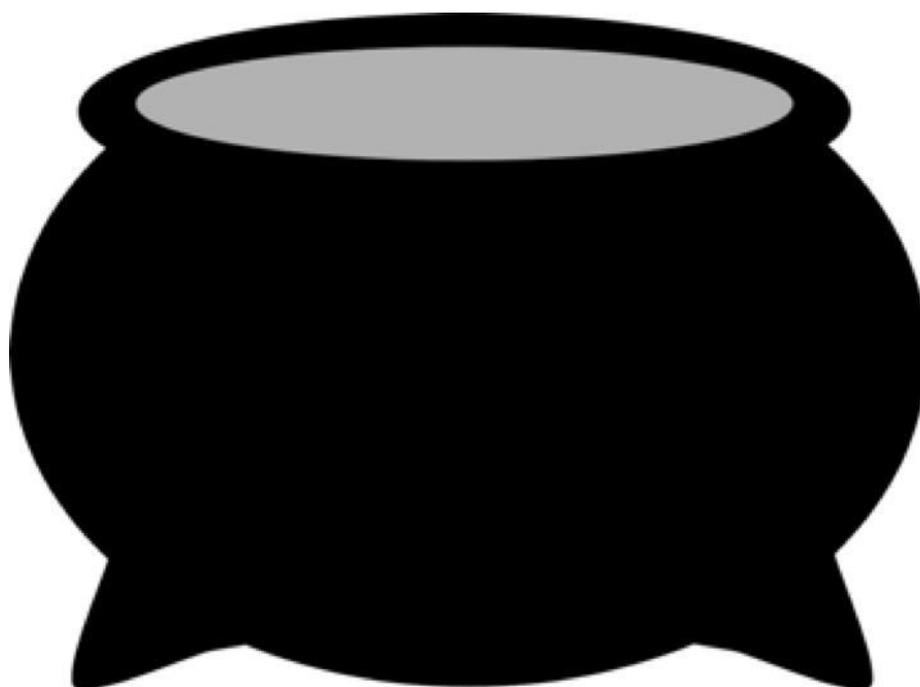
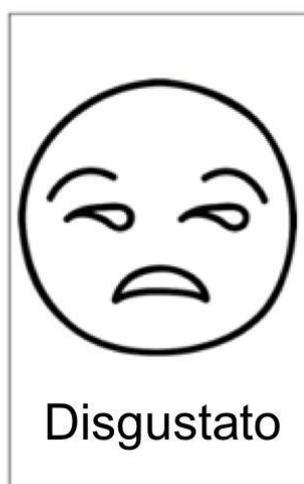
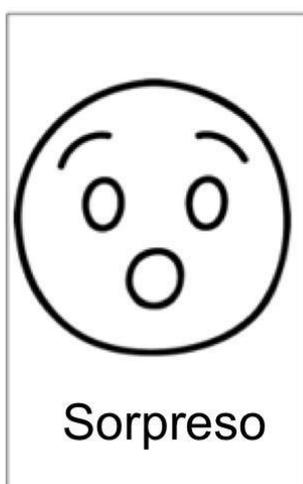
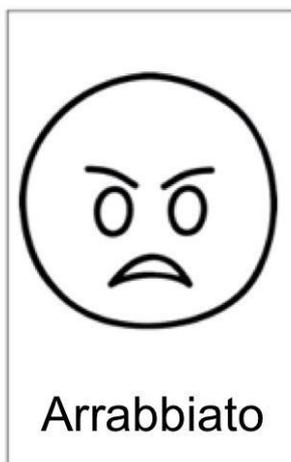
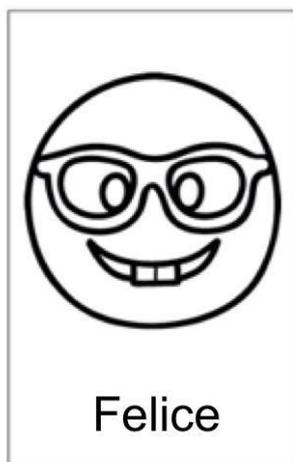
CONSIGLI

A casa, i bambini possono continuare a rendere più felici i nostri amici animali dando loro da mangiare, sia che si tratti di animali domestici (cane, gatto, tartaruga) o quelli che troviamo nel parco (anatre, uccelli). Attraverso l'azione dell'alimentazione, i bambini sviluppano un senso di altruismo e cura per gli animali.

Attenzione: in famiglia, pensate a quale cibo dare agli animali. Il cioccolato fa bene ai bambini, ma fa male alla pancia dei nostri amici animali! Bisogna chiedere a mamma e papà che cosa possono mangiare.

	<p>I seguenti video possono essere utilizzati per aiutare i bambini a riconoscere le emozioni, sia a casa che a scuola:</p> <p>Italiano: https://www.youtube.com/watch?v=IVrhdc4D7is&ab_channel=MelaMusicTV</p> <p>Inglese: https://www.youtube.com/watch?v=ZHS7vCdBeus&ab_channel=TheKiboomers-KidsMusicChannelTheKiboomers-KidsMusicChannel</p> <p>Per esempi per la casa degli insetti cliccate qui: https://www.pianetadonne.blog/come-realizzare-delle-mini-cassette-con-vari-materiali-video-schemi-e-ispirazioni/.</p> <p>La zuppa di emozioni In alternativa alla versione stampata della zuppiera, potete naturalmente usarne una vera.</p>
AUTORI	Noemi Marchiotto e Svenja Pokorny

Materiali aggiuntivi ¹



¹ Immagini tratte da Pixabay
(https://pixabay.com/it/users/clker-free-vector-images-3736/?utm_source=link-attribution&utm_medium=referral&utm_campaign=image&utm_content=34355)