

4+



LABORATORIO DIDATTICO

a cura di
Fulvia Degl'Innocenti



IL PUZZLE DELLE EMOZIONI

Che cos'è il **puzzle delle emozioni**? Lo possono fare tutti? La maestra Valeria e i suoi giovanissimi studenti stanno per scoprirlo. In classe qualcosa non funziona: Mattia e Pietro litigano. Qualcuno è arrabbiato, qualcun altro triste. E poi c'è chi è spaventato. Ma cosa sono quelle cose strane che ogni tanto senti dentro? *Il puzzle delle emozioni* è un racconto per bambini dai 4 ai 6 anni.



PUNTI DI PARTENZA E DI ARRIVO

Le **emozioni** sono una componente fondamentale per la vita di adulti e bambini. Imparare a riconoscerle è il primo passo per essere consapevoli di se stessi e riuscire a non farsi dominare dalle emozioni negative che possono poi sfociare in disagio, sofferenza, ansia, insicurezza. C'è sempre più **richiesta** da parte di genitori e insegnanti **di strumenti per facilitare nei bambini una crescita nella consapevolezza del proprio stato emotivo**. Questo racconto prende spunto

da una situazione ricorrente nella vita dei bambini, in particolare in situazioni di gruppo, come la classe: il litigio che nasce da invidia e gelosia e poi sfocia in atteggiamenti aggressivi.

Il gioco proposto nel libro mira a far comprendere ai bambini la ricchezza dei loro **stati d'animo** attraverso il ricordo di **esperienze concrete** e a rassicurarli tramite piccoli accorgimenti, quando vivono situazioni di disagio.

Naturalmente si tratta semplicemente di una storia, e non ha nessuna pretese di sostituirsi all'intervento di esperti qualora un bambino si trovi ad affrontare un disagio molto forte. Ma può essere un **punto di partenza per conoscersi e dare un nome a ciò che si prova**.



TEMATICHE DA AFFRONTARE CON I RAGAZZI

- Alfabetizzazione emotiva ● Consapevolezza di sé ●
- Imparare giocando ● Sicurezza in se stessi ●
- Gestione delle emozioni negative ●



ATTIVITÀ DIDATTICHE

La lettura del libro può essere accompagnata da confronti e attività, come suggerito in queste proposte di laboratorio.

Attività n. 1

GIOCHIAMO CON I COLORI

Partendo dalle tessere del puzzle della storia invitiamo i bambini ad **abbinare un colore a ogni emozione**. Chiediamogli anche di spiegare il perché.



Attività n. 2

TUTTI IN CERCHIO!

Anche nella nostra classe capita che i bambini litighino? Che qualcuno si metta a piangere? O che qualche notizia possa aver creato turbamento? **È importante verbalizzare!** Usiamo la tecnica del cerchio! Facciamo disporre tutte le bambine e i bambini in cerchio, seduti a terra o sulle sedie, in modo che possano guardarsi. L'insegnante fa partire il confronto in modo che tutti possano esprimersi, provando a raccontare che cosa hanno provato in una particolare situazione. Può essere un'attività da farsi dopo un'esperienza comune alla classe o dopo una particolare situazione avvenuta anche nel territorio.



Attività n. 3

EMOZIONI DA DISEGNARE

I pittori hanno realizzato le loro **opere d'arte** spesso partendo da un'emozione che traspare dalla loro tela. Mostriamo alle bambine e ai bambini quadri di pittori di diverse epoche (da Botticelli a van Gogh, da Monet a Mirò) e lasciamo che guardando queste opere (senza nessun commento o spiegazione) esprimano ciò che provano, le emozioni che suscitano in loro. Poi invitiamo tutti, con una tecnica già sperimentata o con quella che preferiscono, a realizzare un disegno che racconti un'emozione.

Attività n. 4

OCCHIO ALLO SCHERMO

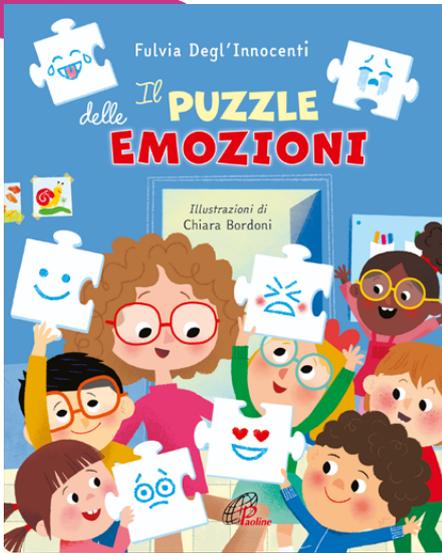
Inside out è un interessantissimo film della Pixar a tema emozioni. Perché non vederlo insieme? Provate poi, tutti insieme, a **realizzare un piccolo fumetto** con gli stessi personaggi del film di animazione. Potrebbe anche essere lo spunto per realizzare una piccola drammatizzazione.

Attività n. 5

AIUTOOOOOO

Una delle emozioni più ricorrenti nei bambini è la paura: del buio, dei cani, del dottore, dei temporali... **Troviamo uno spazio per condividere le paure...** Tutti ne abbiamo (anche la maestra!). Raccontandole sarà più facile capire che non devono spaventarci o farci vergognare. Possiamo trovare soluzioni per tenerle a bada. **Qualche bambino ha trovato un antidoto funzionante? Può suggerirlo al suo compagno?** E per alimentare anche la dimensione del coraggio, invitiamo bambini a raccontare un episodio in cui si sono sentiti coraggiosi.

4+



Il puzzle delle emozioni

FULVIA DEGL'INNOCENTI

Illustrazioni di Chiara Bordini

Paoline



Un litigio tra due compagni di classe è l'occasione per la maestra Valeria di proporre ai bambini un gioco: il puzzle delle emozioni. Individuare le diverse emozioni, positive e negative, e raccontare in che occasione le hanno provate (dalla gioia alla felicità, dalla tristezza alla noia, dallo stupore alla delusione).

Per ogni emozione negativa, come rabbia e paura, esiste un antidoto e la maestra Valeria lo conosce e svela il segreto alla classe. Ma funzioneranno? L'occasione per metterli in pratica arriva quando Pietro deve andare dalla dentista. Funzionano!

