

Scuola dell'Infanzia "Maria Bambina" Ist.Canossiano  
Laboratorio: Libera l'emozione  
UNITA' D' APPRENDIMENTO  
esperienza realizzata con i bambini di 4 anni

# Libera l'emozione



dal 7 febbraio al 6 aprile 2017  
anno scolastico 2016-2017

**MOTIVAZIONE:**

Le emozioni sono sentimenti che pervadono la vita di ciascuno e trovano espressione nel corpo attraverso la tensione tonica, il movimento, lo sguardo, il pianto, il riso e le parole. Esse sono reazioni psicofisiche che consentono la conoscenza di sé, dell'ambiente, degli altri e favoriscono l'adattabilità e la capacità di pensare. Le emozioni sono una forma di difesa, un comportamento sociale, un linguaggio che viene prima della parola.

Questo laboratorio, costituito da racconti, attività e giochi, vuole aiutare i bambini a riconoscere le principali emozioni quali la paura, la gioia, la tristezza e la rabbia. I bambini saranno aiutati dall'insegnante a riconoscere le situazioni o i luoghi, le azioni, le espressioni e le parole che caratterizzano queste emozioni al fine di riconoscerle come parte importante della loro vita e della vita dei compagni.

### **CULTURA DEL GRUPPO:**

- Gobbi G.-Boscai F.- Malesani P.G. "Il corpo in gioco", 2002, Verona ReS Edizioni
- Metzmeier C. "Che notte!" ed. Piemme
- Agostini S. "Le sei storie delle emozioni" ed. la Feltrinelli
- Indicazioni per il curricolo 2012

### **TEMPI**

- nei giorni di martedì e giovedì per gruppi di intersezione ( Scoiattoli e Cerbiatti)
- dalle ore 14.00 alle ore 15.00
- dal 7 febbraio al 6 aprile 2017

### **SPAZI E MATERIALI:**

- Palestra della scuola.
- Scatola delle emozioni: una scatola contenete le faccette delle emozioni ( cartoncini colorati con raffigurata l'espressione tipica delle emozioni prese in esame)
- Materassi e cuscini, tappeti, palloni, palline, cerchi, bastoni, birilli, corde, foulard, gonghe, fogli di carta, cannuce, pennarelli, colori a cera, colori a tempera. Materiali di riciclo quali giornali, scatoloni e teli.
- Racconti, lettore cd e cd musicali, alcuni strumenti musicali.

### **PERSONE COINVOLTE:**

- L'insegnante e psicomotricista Giacomelli Simonetta
- I bambini di 4 anni divisi per gruppi di intersezione (Scoiattoli e Cerbiatti)

### **RUOLO DELL'INSEGNANTE:**

- Predisporre un ambiente sereno e accogliente mettendo a disposizione i vari materiali sopracitati per creare di volta in volta situazioni di gioco, di ascolto e dialogo che rendano partecipi i bambini in modo attivo e creativo .
- Stimola la partecipazione e il coinvolgimento di tutti i bambini sostenendo e accompagnando soprattutto i bambini più insicuri o inibiti.
- Stimola l'interesse e sostiene il dialogo dei bambini.
- Si lascia coinvolgere direttamente nel gioco con il proprio corpo.
- Osserva i bambini nelle loro espressioni corporee, emotivo-relazionali, grafiche e verbali.

## CAMPO D'ESPERIENZA PREDOMINANTE:

**Il corpo e il movimento** "Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo...sa leggere e interpretare i messaggi provenienti dal corpo proprio e altrui"

CAMPO D'ESPERIENZA	TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE <i>(Indicazioni Ministeriali per il Curricolo)</i>	OBIETTIVI D'APPRENDIMENTO
<b>Il corpo e il movimento</b>	Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo...sa leggere e interpretare i messaggi provenienti dal corpo proprio e altrui	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio corpo</li><li>• Sviluppare il controllo dei propri gesti</li><li>• Saper raccontare in modo semplice l'esperienza vissuta.</li><li>• Facilitare l'espressione di sé con immaginazione e creatività</li></ul>
<b>Il sé e l'altro</b>	...gioca in modo costruttivo e creativo con gli altri...cerca di dare un nome agli stati d'animo, sperimenta il piacere, il divertimento...si imbatte nelle difficoltà della condivisione e nei primi conflitti...sviluppa il senso dell'identità personale.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Consolidare una positiva immagine di sé</li><li>• Sviluppare la capacità di collaborare e condividere</li></ul>

## METODOLOGIA

Si inizia l'incontro con un breve momento di saluto e dialogo dove l'insegnante presenta l'emozione. In seguito l'insegnante propone le attività e i giochi inerenti lasciando spazio anche alla libera espressione dei bambini che possono introdurre delle proposte personali. Le attività sono mediate dai vari materiali combinati tra loro. Segue un momento di dialogo dove i bambini esprimono i loro vissuti emotivi provati nell'incontro. Si conclude con il saluto fatto in cerchio, in piedi. Tenendoci per mano diciamo insieme: "Uno, due, tre, ciao".

## DESCRIZIONE DELLE ESPERIENZE:

### 1° incontro

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio. Lettura della storia: "**Che notte!**"

**Attività:** Costruiamo insieme un percorso con materiali che richiamino l'esperienza fatta dalla bambina della storia. Passiamo in mezzo al percorso.

**Attività:** i bambini si posizionano a coppie, a turno uno dei due bambini viene bendato mentre l'altro lo accompagna per mano.

**Gioco mosca cieca:** un bambino viene bendato e aiutato dall'insegnante a toccare uno dei compagni che passano e corrono davanti a lui e che poi prenderà il suo posto.

**Gioco palla avvelenata:** mentre c'è la musica i bambini seduti in cerchio si passano una palla al compagno seduto vicino cercando di non farla cadere. Quando la musica si ferma il bambino che ha in mano la palla deve fare un esercizio ( saltare, camminare all'indietro,..) per togliersi il veleno.

Concludiamo con i bambini tutti in cerchio, ci teniamo per mano ad occhi chiusi e muoviamo lentamente le braccia dondolandoci. In seguito apriamo gli occhi e chiediamo ai bambini di esprimere il loro vissuto emotivo durante l'incontro.

## **2° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio con presentazione della faccetta dell'emozione della paura. Ogni bambino è invitato a dire in quale situazione o momento ha provato o prova paura, cosa per lui fa paura.

**Attività: Costruiamo il nostro riparo nel bosco.** L' insegnante mette a disposizione dei bambini vari materiali e loro divisi in gruppi, devono costruirsi la casa come fossero dei cuccioli di animali.

**Gioco degli animali paurosi:** Tutti in cerchio balliamo al ritmo della **canzone:** "Siamo tutti agnellini, agnellini, agnellini. Siamo tutti agnellini, agnellini, agnellini : Aiuto!, Aiuto! Il lupo noi scappiamo!" Alla fine della canzone tutti si nascondono nelle casette precedentemente costruite. Si può continuare trasformandoci di volta in volta in altri animali quali conigli, topolini, galline,...che scappano da altri tipi di animali quali volpi, gatti...

**Gioco: Lupo mangia frutta.** Ad ogni bambino viene assegnato, in segreto un nome di frutta. Il bambino che imita il lupo, ad una certa distanza dice: "Toc, toc, sono il lupo mangia frutta" gli altri bambini rispondono: " Che frutta vuoi?" Il bambino che imita il lupo dice un tipo di frutta e i bambini interpellati devono scappare per non farsi prendere e venire mangiati dal lupo. Il bambino-frutta catturato si trasforma a sua volta in lupo.

**Gioco della bambola di pezza:** a turno i bambini si pongono di fronte all'insegnante a braccia aperte e si lasciano andare sulle braccia dell'adulto senza muovere i piedi e senza piegare le ginocchia, poi fanno lo stesso gesto girando la schiena all'insegnante e poi a occhi chiusi.

Concludiamo con i bambini tutti in cerchio e chiediamo di esprimere il vissuto emotivo di ciascuno durante l'incontro.

## **3° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio con presentazione della faccetta dell'emozione della gioia. Ogni bambino è invitato a dire in quale situazione o momento ha provato o prova gioia, felicità, cosa lo rende felice, gli provoca gioia.

**Attività di ballo:** Attraverso vari tipi di musica vengono invitati i bambini a ballare in gruppo e in coppia.

**Gioco del ballo col giornale:** Ad ogni bambino viene data una pagina di quotidiano da tenere sotto il braccio mentre balla al ritmo di musica, quando la musica si ferma ogni bambino deve aprire la pagina velocemente e fermarsi in piedi sul giornale. Chi arriva per ultimo sul giornale deve fare una penitenza ( 10 salti, camminare all'indietro,...)

**Attività:** Giochiamo in coppia a farci il solletico. I bambini in coppia a turno si solleticano le mani, il collo, i piedi, le ascelle, la pancia.

Concludiamo cantando insieme la canzone "**Se sei felice**" accompagnando le parole con gesti del corpo. Infine chiediamo ai bambini di esprimere il loro vissuto emotivo provato durante l'incontro.

## **4° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio, ogni bambino è invitato a esprimere con il corpo e il viso l'atteggiamento legato all'emozione della gioia.

Proponiamo la canzone "**Le ranocchie**" accompagnando le parole ai gesti.

**Attività:** mettiamo a disposizione dei bambini alcuni materiali psicomotori (materassi, cerchi, palle, palline, stoffe...) e con una musica vivace di sottofondo lasciamo spazio al gioco libero, lasciamo che insieme si costruiscano un gioco e si divertano a sperimentare il proprio corpo.

**Gioco: Chi ride per primo?** A coppie ogni bambino a turno cerca di far ridere il compagno che ha di fronte senza toccare il corpo.

Viene proposto in seguito di disegnare su fogli grandi appesi alle pareti della palestra alcune situazioni di gioia utilizzando vari colori.

Concludiamo con tutti i bambini in cerchio, chiediamo di esprimere il loro vissuto durante l'incontro, cosa gli è piaciuto di più.

### **5° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio. Lettura della storia della tristezza tratta dal libro **"Le sei storie delle emozioni"**. Presentazione della faccetta della tristezza. Chiediamo ai bambini se qualche volta provano questa emozione, come si sentono e cosa fanno quando provano questa emozione.

**Attività:** Proponiamo **"La canzone della felicità"**, accompagniamo alle parole del testo i movimenti del corpo.

### **Bans: Ciccio Pasticcio**

Con varie musiche di sottofondo proponiamo di ballare liberamente anche a coppie.

Riproponiamo l'attività dell'incontro precedente di gioco libero con vari materiali psicomotori.

**Attività: Coccolo terapia.** A coppie, stesi su dei materassini, i bambini si fanno dei massaggi a vicenda. Si conclude con i bambini tutti in cerchio, si chiede come si sono sentiti durante l'incontro e ci si saluta facendosi dei grandi abbracci e sorrisi.

### **6° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio con presentazione della faccetta dell'emozione della rabbia. Ogni bambino è invitato a dire in quale situazione o momento ha provato o prova rabbia, cosa gli provoca rabbia.

**Gioco degli animali arrabbiati:** I bambini sono dentro ad un cerchio al comando dell'insegnante escono di volta in volta cagnolini, orsi, gatti... Proviamo ad imitare animali che sono arrabbiati...come si muovono, che rumori-suoni emettono, che comportamenti assumono.

**Gioco delle palle di neve:** Stendiamo sul pavimento tanti fogli di giornale, al via dell'insegnante i bambini devono costruirsi delle palline con i fogli di giornale e facendo finta che siano palle di neve, le lanciano ai compagni.

**Gioco del bowling:** i bambini divisi in due squadre cercano di totalizzare più punti possibili facendo cadere i birilli. Ogni bambino ha due possibilità di tiro.

Si esegue il rilassamento con musica di sottofondo, in seguito ci si racconta il vissuto emotivo provato nelle attività e giochi svolti.

### **7° incontro**

Breve momento di accoglienza e saluto in cerchio, ogni bambino è invitato a imitare con il corpo e l'espressione del viso una persona arrabbiata.

**Attività:** Con la scatola degli strumenti musicali ogni bambino riproduce un suono attraverso uno strumento che assomiglia ad un'esplosione di rabbia che possiamo provare.

**Attività:** Al comando dell'insegnante i bambini gridano insieme, una alla volta, le vocali dell'alfabeto.

**Gioco: Costruiamo e distruggiamo le gabbie delle tigri.** A turno alcuni bambini imitano le tigri che stanno dormendo. Altri bambini costruiscono attorno dei recinti con materiali psicomotori per ingabbiare le tigri. In seguito quando le tigri si svegliano cercano di distruggere i recinti costruiti per liberarsi attraverso movimenti del corpo.

**Attività: Disegno soffiato.** Su un foglio bianco A4 mettiamo macchie di colore a tempera sui quali i bambini soffieranno attraverso una cannuccia creando vari schizzi e composizioni.

cadere i birilli.

Si esegue il rilassamento con musica di sottofondo, in seguito ci si racconta il vissuto emotivo provato nelle attività e giochi svolti.

## **VERIFICA E VALUTAZIONE**

L'insegnante avrà cura di fare in modo che tutti i bambini siano coinvolti e partecipi, capaci di esprimere piacere nel gioco e nel gruppo, accoglierà le proposte suggerite dai bambini e adatterà ogni seduta al gruppo di bambini presenti apportando eventuali modifiche anche sull'uso di determinati ausili. Si cercherà di ascoltare i vissuti dei bambini alla fine di ogni seduta aiutandoli a superare eventuali frustrazioni o stati emotivi particolarmente evocativi.

## **IMPLEMENTAZIONE**

Il laboratorio proposto vuole essere uno spazio dove il bambino sperimenta con il corpo e nel gruppo, attraverso le varie proposte, come si manifestano nella quotidianità le emozioni e i sentimenti per riconoscerli in modo sereno e parlarne con i compagni e gli adulti di riferimento. Il progetto si integra con le altre attività curricolari.

## **DOCUMENTAZIONE**

Verranno eseguite delle foto ai gruppi di bambini durante l'attività.

*A cura di :*

*Giacomelli Simonetta*