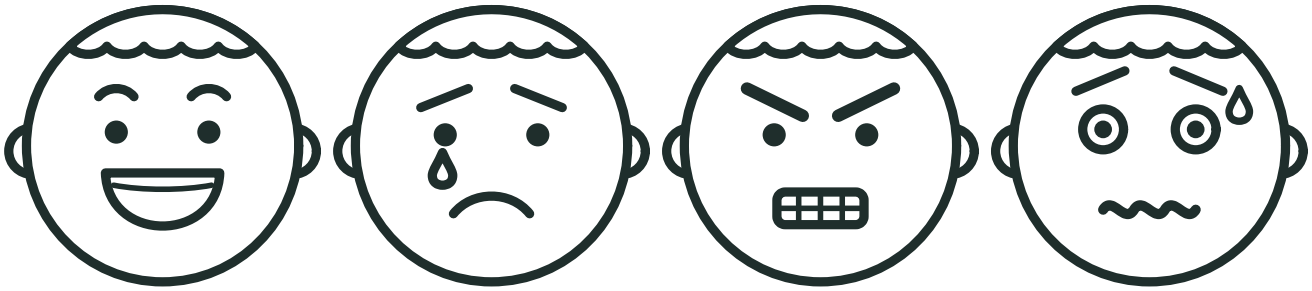
Le emozioni

Scuola dell'infanzia, 3, 4 e 5 anni

Quattro storie da leggere ad alta voce, cinque schede su gioia, tristezza, rabbia e paura, quattro schede facilitate per il sostegno, le carte delle emozioni da ritagliare, la griglia di osservazione e le soluzioni. Testi e disegni originali.



Che cosa c'è nel fascicolo

PER I BAMBINI

Quattro storie 3
1. Facce uguali 4
2. Come si sente? 5
3. Che cosa succede? 6
4. Disegno le facce 7
5. Che cosa mi fa... 8
Le carte delle emozioni 13

PER L'INSEGNANTE E PER IL SOSTEGNO

Per l'insegnante 2
Schede facilitate 9–12
Griglia di osservazione 14
Soluzioni 15
Come usare il fascicolo 16

Parlare di emozioni con i più piccoli

Per l'insegnante

A tre, quattro e cinque anni i bambini provano emozioni fortissime, ma hanno ancora poche parole per dirle. Il compito dell'adulto è dare un nome a quello che vede, con calma e senza fretta. Il fascicolo lavora su quattro emozioni di base, **gioia, tristezza, rabbia e paura**, con la stessa faccia disegnata in tutte le schede: cambiano soltanto gli occhi, le sopracciglia e la bocca. Le consegne sono per l'adulto, che le legge ad alta voce mostrando il simbolo.

Come si parla di emozioni in classe

Si parte da quello che succede davvero: «Ti vedo con i pugni stretti. Sei arrabbiato perché la torre è caduta?». Si descrivono la faccia e il corpo, si propone un nome e si lascia al bambino la possibilità di correggerlo. Si parla in prima persona anche dell'adulto: «Anche io ieri ero triste, perché…».

Le storie di pagina 3 si leggono facendo le facce tutti insieme, meglio se davanti allo specchio della sezione: chi fa la faccia di Gaia quando il palloncino vola via?

Il cerchio del mattino

Ogni mattina, seduti in cerchio, ognuno sceglie una carta delle emozioni (pagina 13) e la mette davanti a sé: «Oggi mi sento…». Chi vuole dice perché, chi non vuole passa la parola. L'adulto comincia per primo e sceglie una carta vera, non sempre la gioia. Bastano due o tre minuti: il gruppo impara le parole e l'adulto vede chi ha bisogno di attenzione.

Che cosa evitare

Non dividiamo le emozioni in «buone» e «cattive»: ogni emozione si può provare, conta che cosa se ne fa. La rabbia si accoglie («capisco che sei arrabbiato»), i comportamenti si regolano («però i cubi non si tirano»). Evitiamo frasi come «non piangere» o «non è niente» e non usiamo le schede come premio o castigo. I colori li sceglie il bambino: nessuna emozione ha un colore fisso.

Per il sostegno e l'autismo

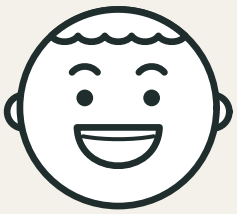
Con bambini con autismo o difficoltà di comunicazione conviene lavorare un'emozione alla volta, partendo dalla faccia e dal nome, poi dalla situazione. Le carte da ritagliare si possono plastificare e usare ogni giorno; le schede facilitate si adattano agli obiettivi del PEI.

Le schede facilitate (pagine 9–12) hanno una sola emozione per pagina, la faccia grande, due scelte e la consegna con il simbolo. Le schede non sostituiscono un percorso con gli specialisti, quando serve: se un bambino mostra spesso paure o rabbie molto forti, se ne parla con la famiglia e con chi lo segue.

Quattro storie da leggere ad alta voce

Da leggere

Si leggono piano, facendo le voci e le facce. Alla fine si fa insieme la faccia del protagonista e si risponde alla domanda.



La festa di Ciro

Oggi è il compleanno di Ciro. In sezione arriva una torta con quattro candeline. Tutti cantano «Tanti auguri» e battono le mani, e Ciro ride così forte che gli viene il singhiozzo. Soffia: fffff! Le candeline si spengono tutte insieme. Ciro salta, abbraccia l'amico Nilo e poi anche la maestra. «Sono felice!» dice. «Mi sento leggero come una bolla di sapone.»

Facciamo tutti la faccia di Ciro quando soffia sulle candeline?



Il palloncino di Gaia

Al parco il nonno compra a Gaia un palloncino tondo, legato a un filo lungo. Gaia corre e il palloncino corre con lei. Poi arriva un colpo di vento: il filo scivola dalle dita e il palloncino sale, sale, più su degli alberi. Gaia lo guarda diventare piccolo piccolo e le scende una lacrima. Il nonno si siede vicino a lei e la abbraccia: «Sei triste, lo so. Restiamo un po' qui insieme.» Dopo un po' Gaia dice piano: «Chissà se arriva fino alla luna.»

Che cosa fa il nonno quando Gaia è triste?



La torre di Nilo

Nilo costruisce una torre altissima con i cubi, un piano sopra l'altro. Dafne passa di corsa e, senza volerlo, la urta. Patapum! La torre cade. Nilo stringe i pugni, pesta i piedi e grida: «Nooo!». La maestra si mette vicino a lui: «Sei arrabbiato, ti capisco. Respiriamo insieme: annusa il fiore, soffia sulla candelina.» Nilo respira tre volte, piano. Poi Dafne gli porta un cubo: «Scusa. La rifacciamo insieme?»

Che cosa fa Nilo con le mani e con i piedi quando è arrabbiato?



Il tuono

È notte e Dafne dorme. All'improvviso, BUM! Un tuono fortissimo. La finestra si illumina di bianco e Dafne si nasconde sotto la coperta: il cuore le batte forte forte. «Papà!» chiama. Il papà arriva, accende la lucina e si siede sul letto: «Hai paura del temporale? Ti tengo la mano.» Insieme contano piano: uno, due, tre… Il temporale si allontana e Dafne si addormenta con la mano nella mano del papà.

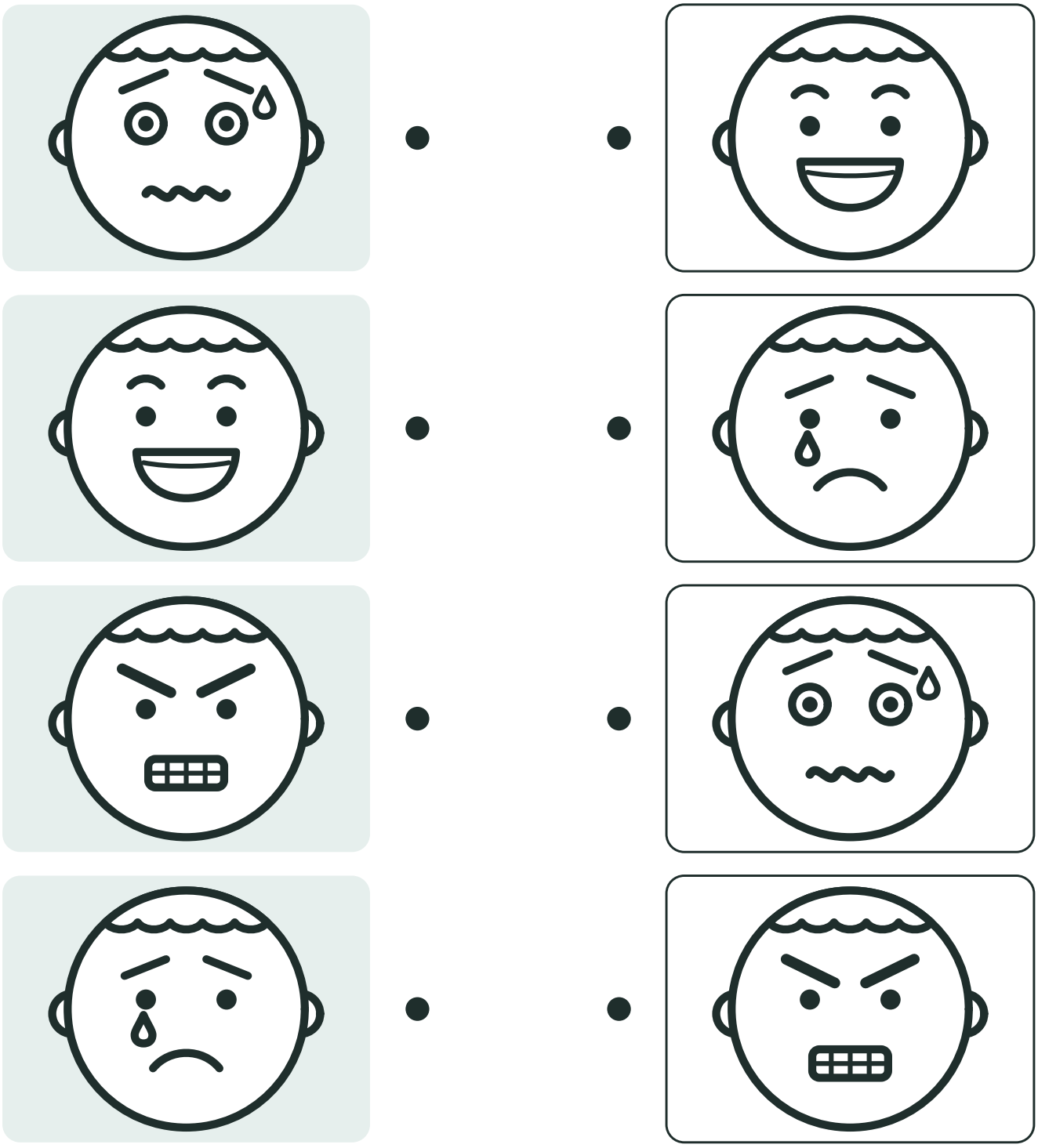
Che cosa aiuta Dafne a non avere più paura?

Facce uguali

Scheda 1

Nome _____ Data _____

Guarda bene le facce. **COLLEGA** con una riga ogni faccia a quella uguale.

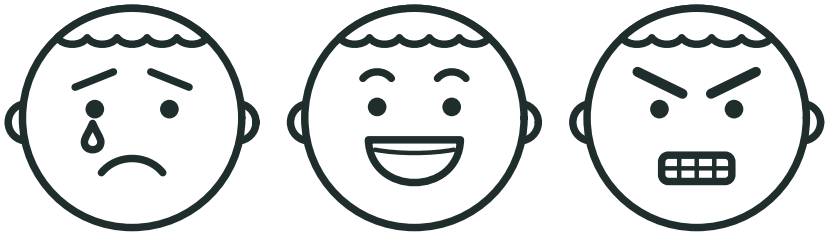


Come si sente?

Scheda 2

Nome _____ Data _____

Leggi la parola della riga. Il bambino **CERCHIA** la faccia giusta.

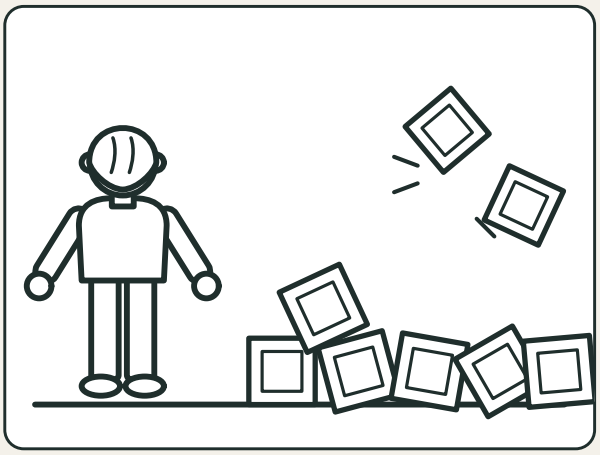
TRISTEZZA	
GIOIA	
RABBIA	
PAURA	

Che cosa succede?

Scheda 3

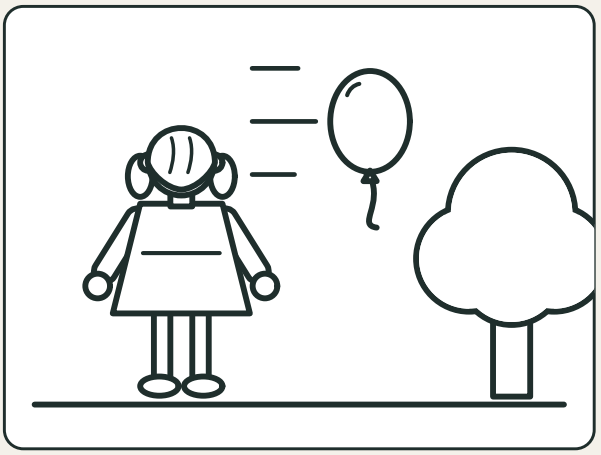
Nome _____ Data _____

Leggi la frase sotto il disegno. Come si sente il bambino? **CERCHIA** la faccia.



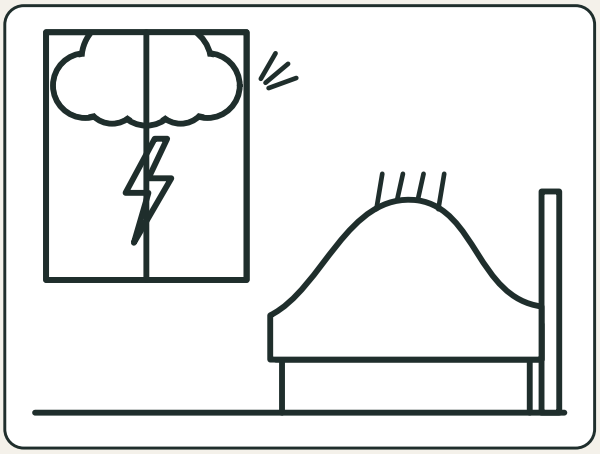
Dafne urta la torre di Nilo: patapum! Come si sente Nilo?





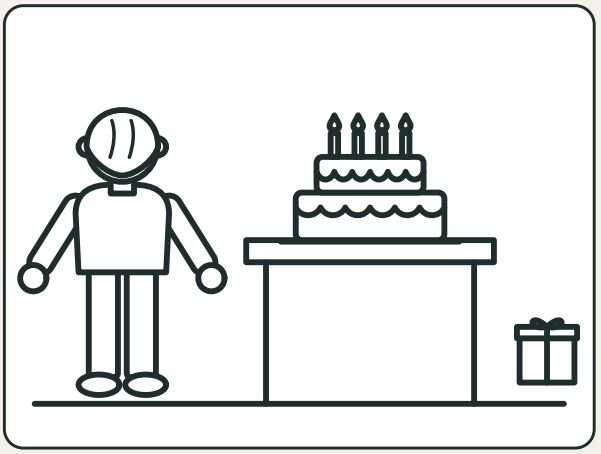
Gaia ha perso il palloncino: vola via.





BUM! Il tuono. Dafne si nasconde sotto la coperta.





È la festa di Ciro: la torta con le candeline!

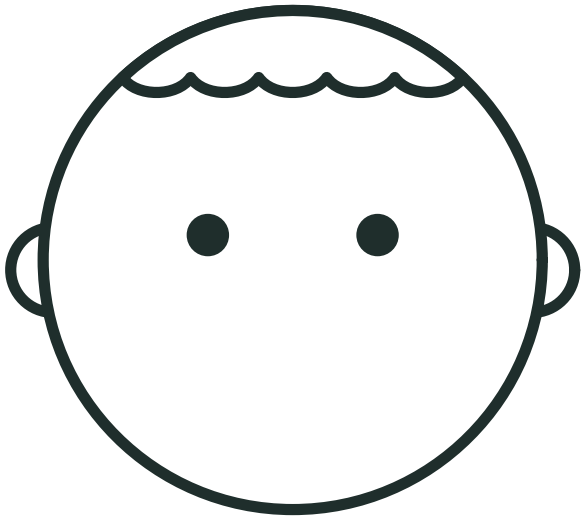


Disegno le facce

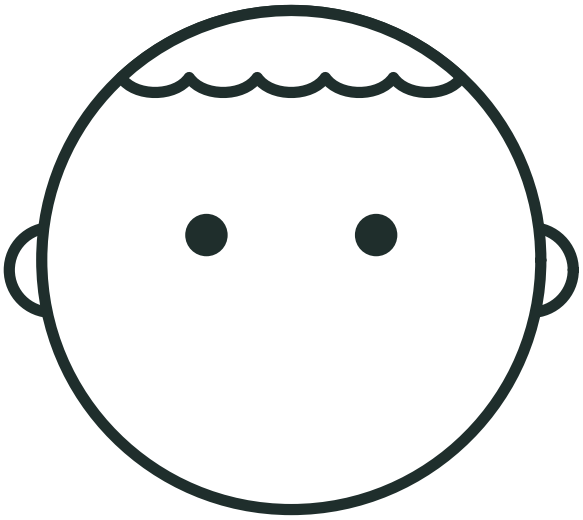
Scheda 4

Nome _____ Data _____

Alle facce manca la bocca. Il bambino la **DISEGNA**.

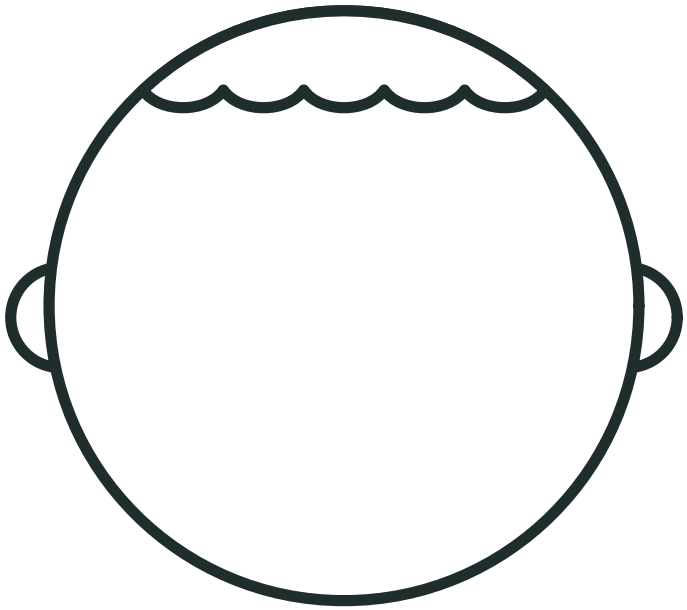


Ciro è **FELICE**.



Gaia è **TRISTE**.

Come ti senti oggi? **DISEGNA** la tua faccia: gli occhi, il naso, la bocca.



Che cosa mi fa...

Scheda 5

Nome _____ Data _____

Il bambino **DISEGNA** una cosa per ogni riquadro. L'adulto scrive sotto le sue parole.



Mi fa **FELICE**

_____

_____



Mi fa **PAURA**

_____

_____



Mi fa **ARRABBIARE**

_____

_____



Mi fa sentire **TRISTE**

_____

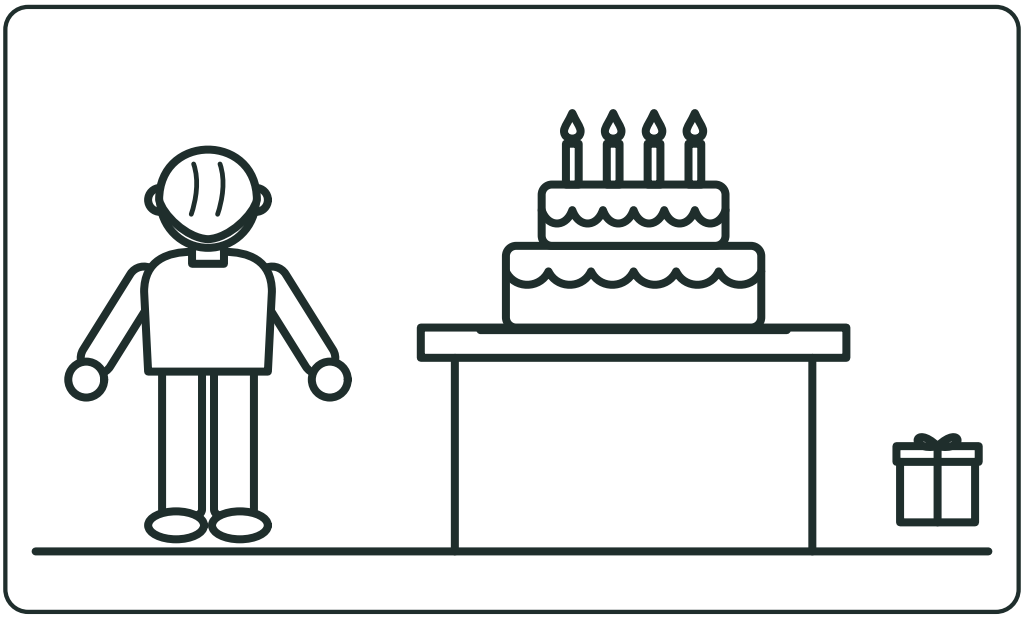
_____

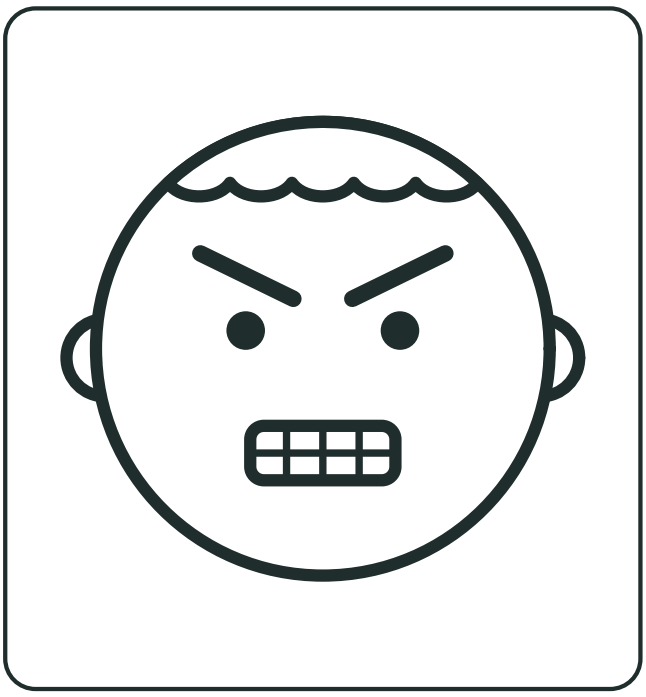
Gioia

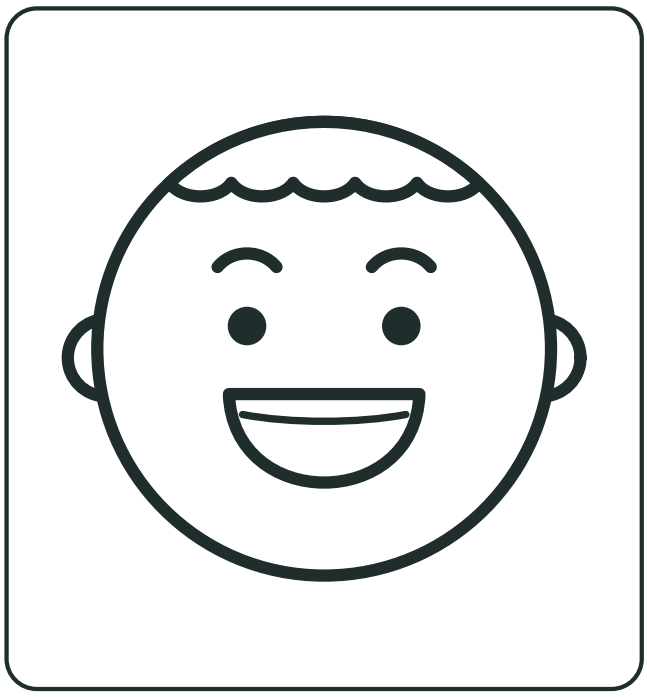
Facilitata 1

Nome _____ Data _____

Ciro è **FELICE**. Cerchia la faccia felice.







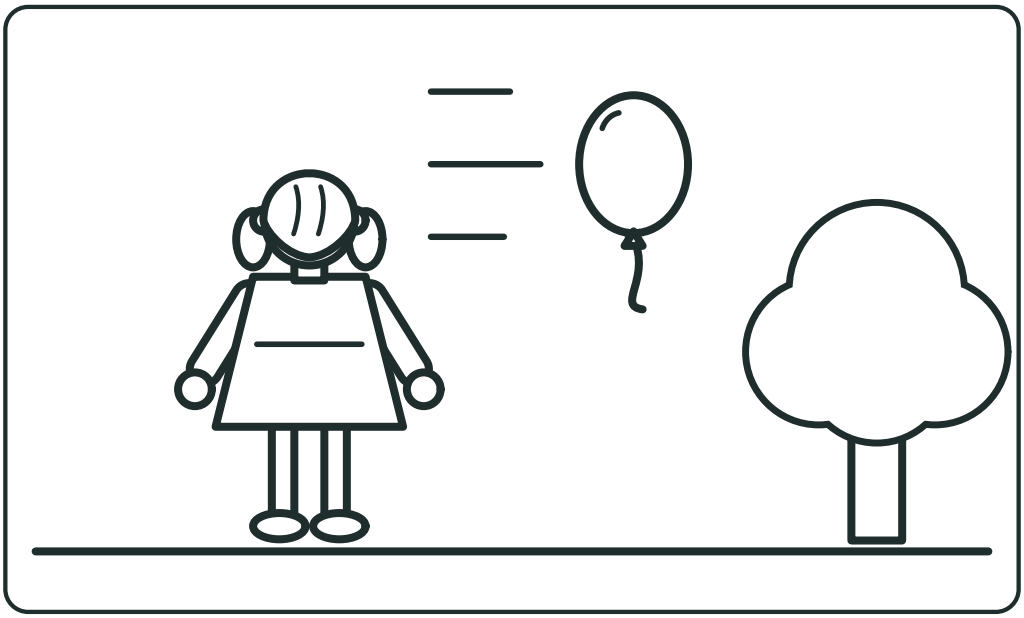
Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia insieme allo specchio, poi si cerca quella uguale sul foglio. Se il bambino indica invece di cerchiare, va bene lo stesso.

Tristezza

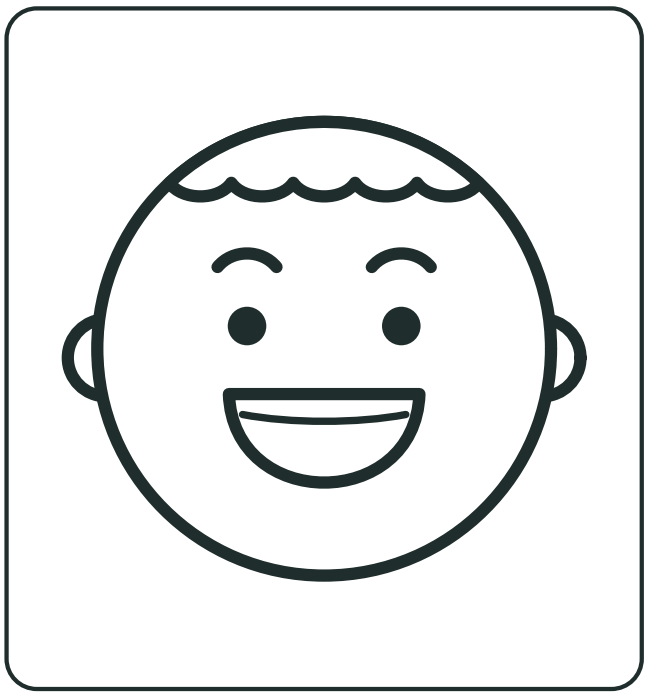
Facilitata 2

Nome _____ Data _____

Gaia è **TRISTE**. Cerchia la faccia triste.







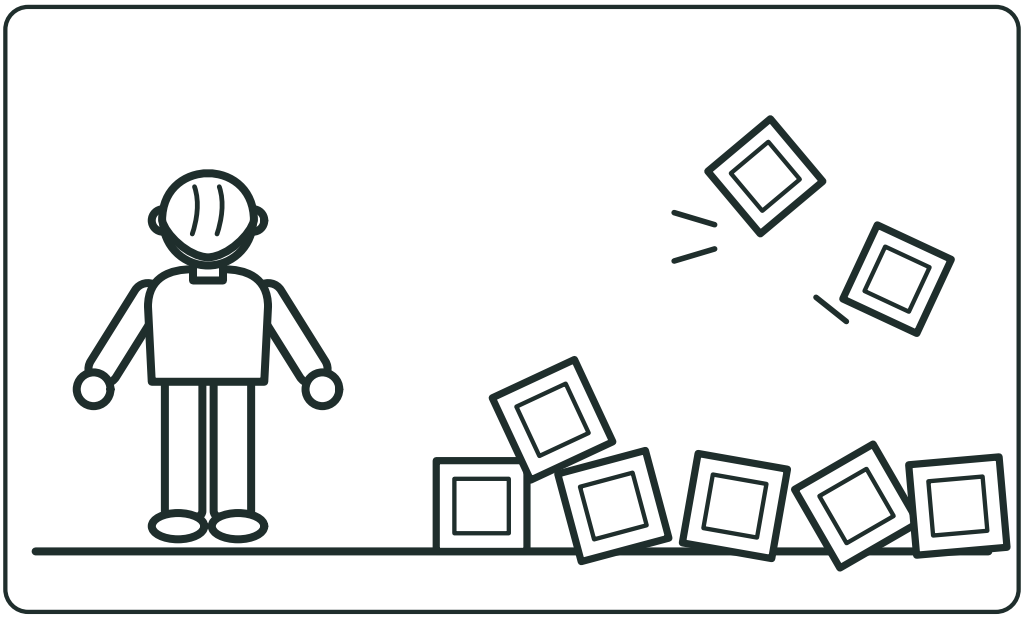
Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia insieme allo specchio, poi si cerca quella uguale sul foglio. Se il bambino indica invece di cerchiare, va bene lo stesso.

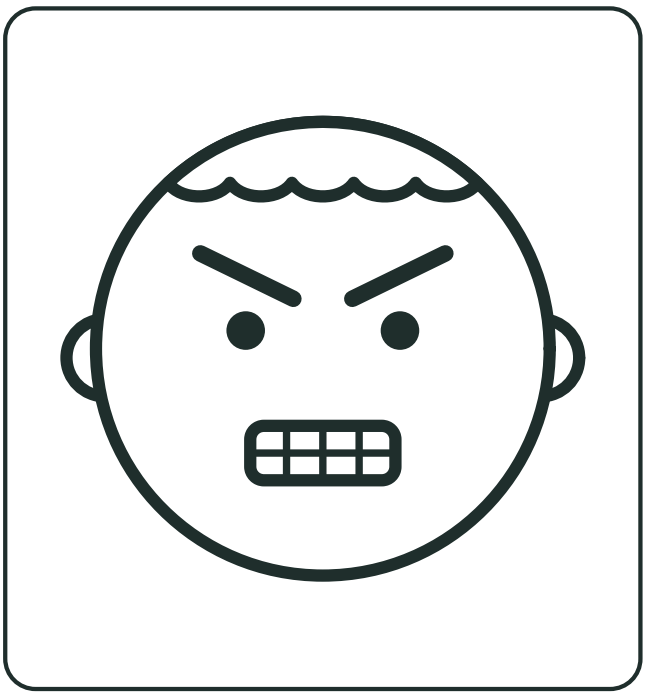
Rabbia

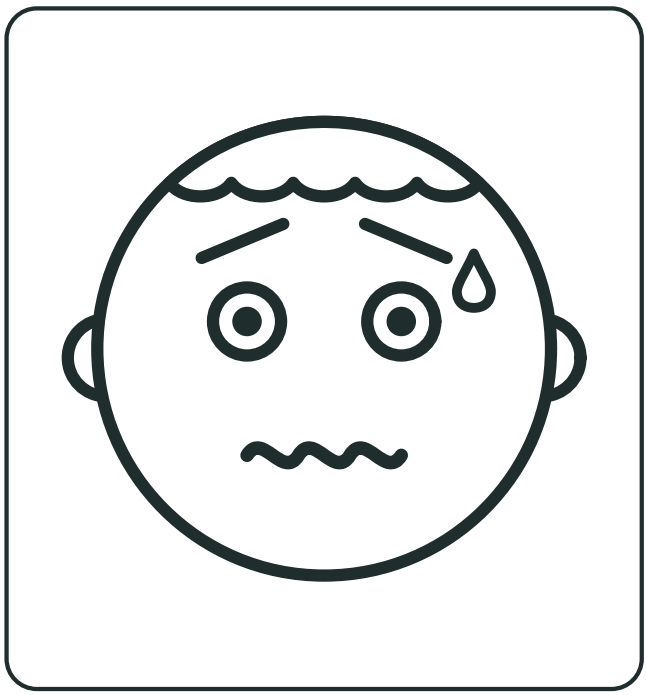
Facilitata 3

Nome _____ Data _____

Nilo è **ARRABBIATO**. Cerchia la faccia arrabbiata.







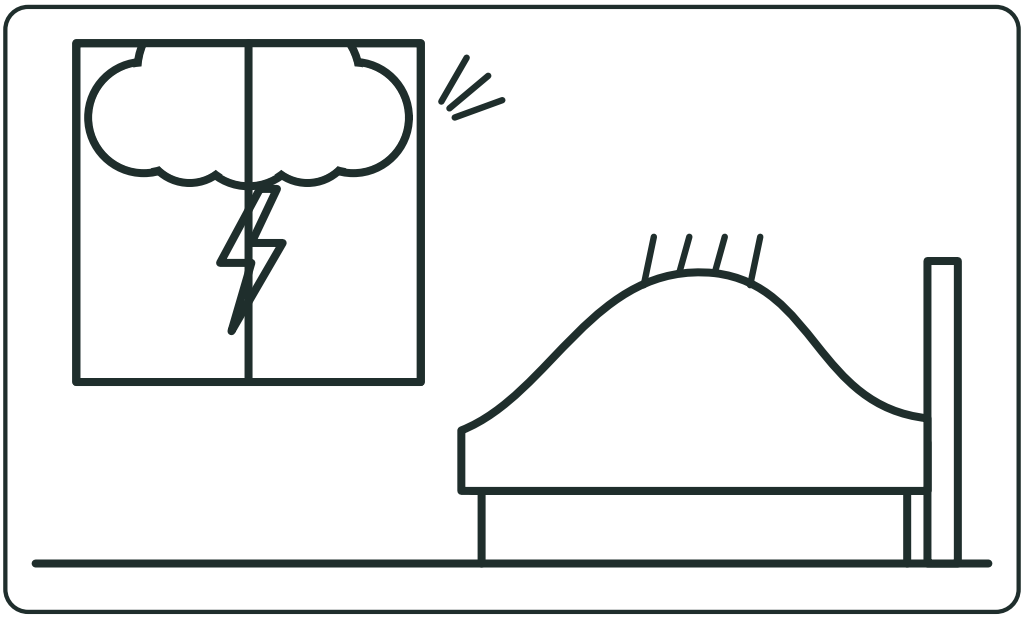
Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia insieme allo specchio, poi si cerca quella uguale sul foglio. Se il bambino indica invece di cerchiare, va bene lo stesso.

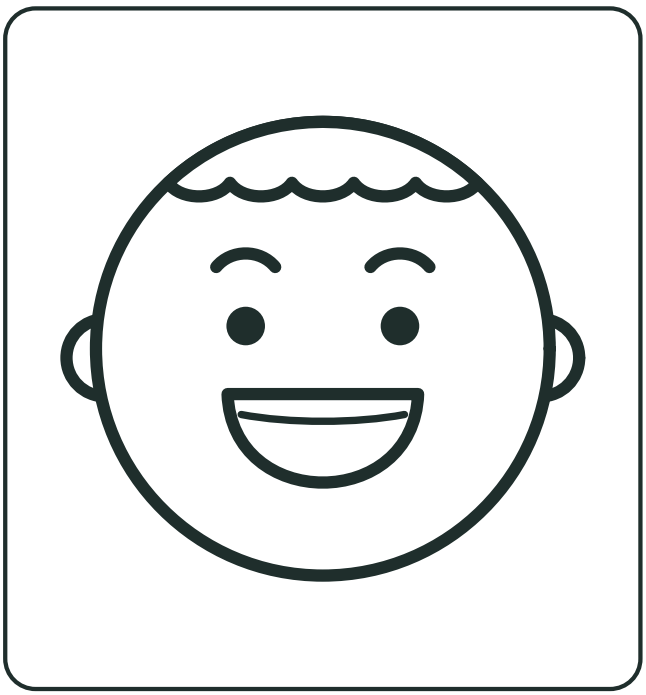
Paura

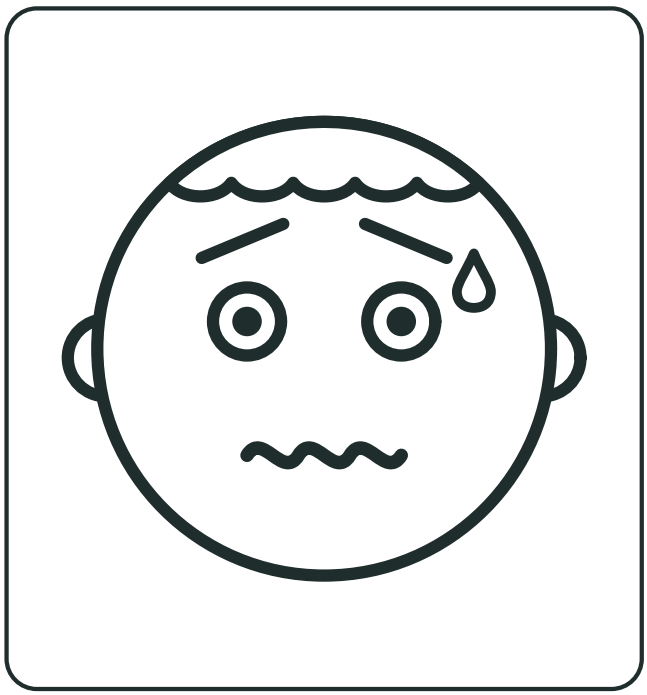
Facilitata 4

Nome _____ Data _____

Dafne ha **PAURA**. Cerchia la faccia della paura.





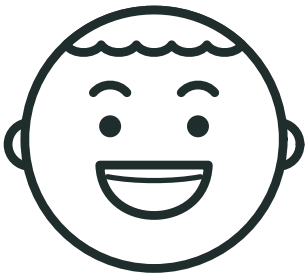


Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia insieme allo specchio, poi si cerca quella uguale sul foglio. Se il bambino indica invece di cerchiare, va bene lo stesso.

Le carte delle emozioni

Da ritagliare

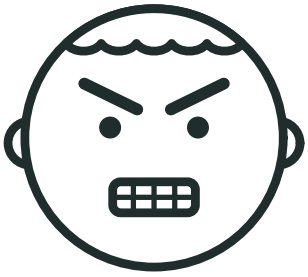
Le carte si **RITAGLIANO** lungo il tratteggio e si usano nel cerchio del mattino.



GIOIA



TRISTEZZA



RABBIA



PAURA



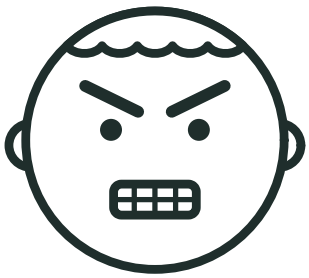
PAURA



GIOIA



TRISTEZZA



RABBIA

Griglia di osservazione

Per l'insegnante

Una griglia per ogni bambino. Si osserva durante il cerchio del mattino, le storie e le schede, e si segna una crocetta: **sì** se lo fa da solo, **in parte** se ci riesce con un aiuto, **non ancora** se non ci riesce. Non ci sono voti, perché le emozioni non si valutano.

Bambina o bambino _____ Periodo _____

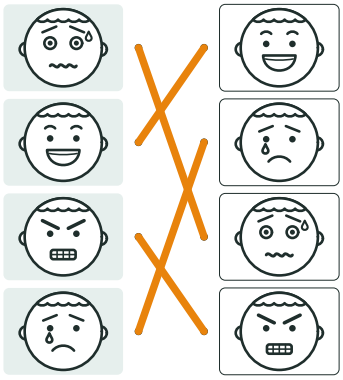
La bambina o il bambino…	sì	in parte	non ancora	Note
 riconosce la faccia della gioia	☐	☐	☐	
 riconosce la faccia della tristezza	☐	☐	☐	
 riconosce la faccia della rabbia	☐	☐	☐	
 riconosce la faccia della paura	☐	☐	☐	
dice come si sente un personaggio delle storie	☐	☐	☐	
collega la faccia alla situazione disegnata	☐	☐	☐	
fa con la sua faccia l'emozione che sente nominare	☐	☐	☐	
racconta o disegna che cosa lo fa felice e che cosa gli fa paura	☐	☐	☐	
nel cerchio sceglie una carta per dire come si sente	☐	☐	☐	
quando è arrabbiato o ha paura accetta l'aiuto dell'adulto (respiro, mano, parole)	☐	☐	☐	

Si può ricompilare dopo qualche settimana, con un'altra penna e la data nelle note. Per i bambini con un PEI si scelgono le voci che corrispondono agli obiettivi del piano.

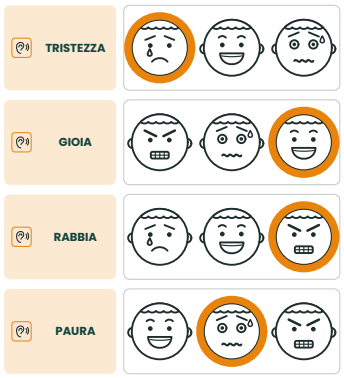
Soluzioni

Per l'insegnante

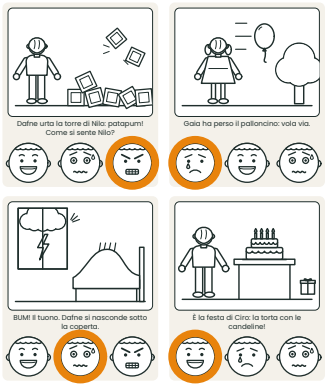
Le schede con una risposta sono riprodotte in piccolo, con la risposta segnata da un cerchio o da una riga.



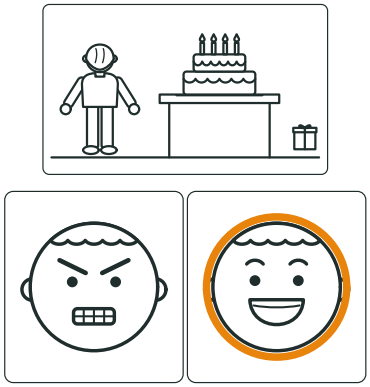
1 paura con paura; gioia con gioia; rabbia con rabbia; tristezza con tristezza.



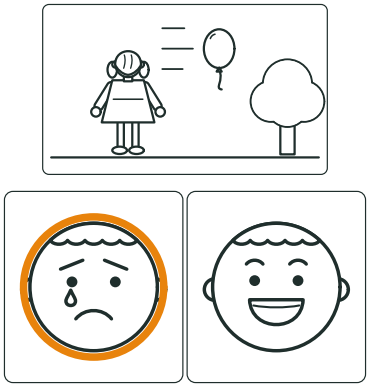
2 tristezza: la prima; gioia: l'ultima; rabbia: l'ultima; paura: quella in mezzo.



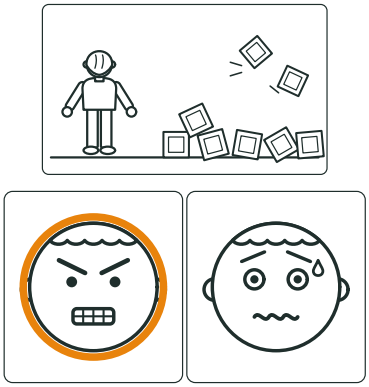
3 la torre: rabbia; il palloncino: tristezza; il tuono: paura; la festa: gioia.



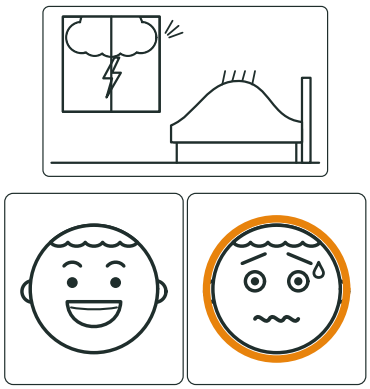
F1 la faccia della gioia, a destra.



F2 la faccia della tristezza, a sinistra.



F3 la faccia della rabbia, a sinistra.



F4 la faccia della paura, a destra.

Scheda 4. Ciro ha la bocca che sorride, all'insù; Gaia ha la bocca all'ingiù. Va bene ogni bocca che mostra l'emozione. La faccia di oggi è libera: risposta personale.

Scheda 5. Risposta personale: ognuno disegna che cosa lo fa sentire felice, spaventato, arrabbiato o triste. Tutti i disegni vanno bene; se ne parla insieme.

Come usare il fascicolo

Per l'insegnante

Che cosa stampare

Per ogni bambino: le schede 1–5 (pagine 4–8) e, per chi ne ha bisogno, le schede facilitate (pagine 9–12). Per la sezione: le carte delle emozioni (pagina 13), meglio su cartoncino. Per l'insegnante: la griglia (pagina 14) e le soluzioni (pagina 15). Tutto si stampa bene anche in bianco e nero.

L'ordine consigliato

Prima le storie e le facce allo specchio, poi le carte nel cerchio del mattino, infine le schede, una al giorno o due alla settimana. Le schede vanno dalla più facile alla più difficile: trovare la faccia uguale (1), trovare la faccia che l'adulto nomina (2), capire come si sente un bambino in una scena (3), disegnare le facce (4) e raccontare con un disegno che cosa ci fa felici, arrabbiati, tristi o spaventati (5).

Per i bambini di tre anni bastano le schede 1, 2 e 4; a cinque anni si fanno tutte.

Le carte delle emozioni

Le otto carte (due per ogni emozione) servono per il cerchio del mattino, per il gioco del memory e per «Indovina la faccia»: un bambino pesca una carta, fa la faccia e gli altri indovinano. Nella scheda 5 il bambino può incollare vicino al suo disegno una carta stampata a parte.

Quando usare le schede facilitate

Le quattro schede facilitate si usano con chi si confonde con le schede normali, prima della scheda 2 o al suo posto, e si possono ripetere più volte. Si lavora un'emozione alla volta: prima la faccia allo specchio, poi la scena, poi la scelta fra le due facce. La facilitata 3 (rabbia o paura) è la più difficile: si propone per ultima.

Come compilare la griglia di osservazione

Una griglia per ogni bambino. Si osserva durante il cerchio, le storie e le schede, e si segna una crocetta: **sì** se lo fa da solo, **in parte** se ci riesce con un aiuto, **non ancora** se non ci riesce. Non ci sono voti né punteggi, perché le emozioni non si valutano: la griglia serve a decidere che cosa riproporre.

Le soluzioni

A pagina 15 le schede con una risposta sono riprodotte in piccolo, con la risposta segnata. Nelle schede 4 e 5 la risposta è personale: va bene ogni disegno.