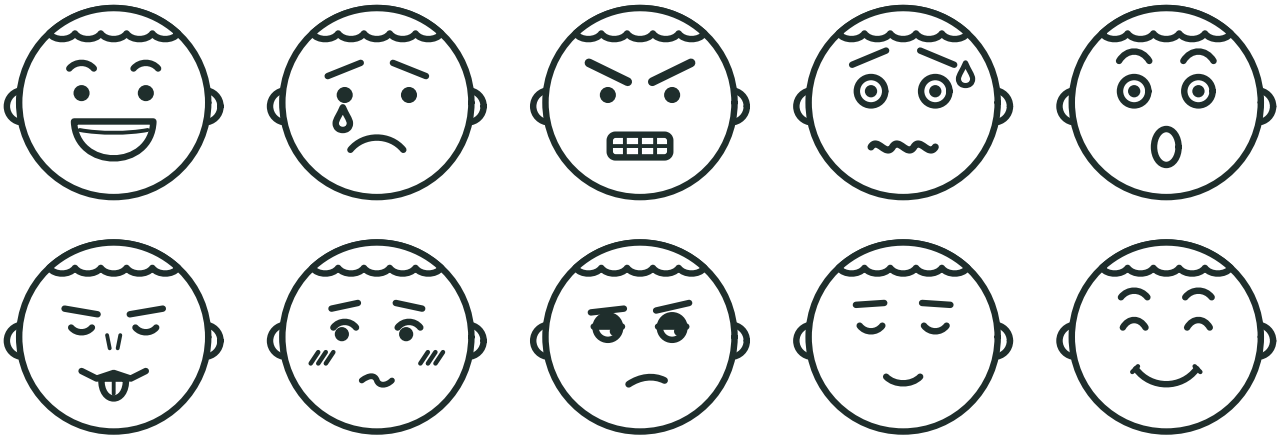
Le emozioni

Classi prima, seconda e terza

Dieci racconti inediti con le domande, sei schede su dieci emozioni (le sei di base e vergogna, gelosia, calma, orgoglio), il termometro e le carte delle emozioni da ritagliare, tre schede facilitate per il sostegno, la griglia di osservazione e le soluzioni. Testi e disegni originali.



Che cosa c'è nel fascicolo

PER LE BAMBINE E I BAMBINI

Dieci racconti 3–6
1. Le facce e i nomi 7
2. Situazioni ed emozioni 8
3. Dal corpo all'emozione 9
4. Quanto è forte? 10
5. Che cosa posso fare quando… 11
6. Il mio diario delle emozioni 12
Termometro e carte 16

PER L'INSEGNANTE E PER IL SOSTEGNO

Per l'insegnante 2
Schede facilitate 13–15
Griglia di osservazione 17
Soluzioni 18
Come usare il fascicolo 19

Parlare di emozioni in classe

Per l'insegnante

Nella scuola primaria i bambini sanno già riconoscere le emozioni più forti; il lavoro è dare a ognuna un nome preciso, accorgersi dei segnali del corpo, capire quanto è forte e scegliere che cosa farne. Il fascicolo parte da sei emozioni di base (gioia, tristezza, rabbia, paura, sorpresa, disgusto) e ne aggiunge quattro più fini, con esempi quotidiani: vergogna, gelosia, calma, orgoglio. La faccia disegnata è sempre la stessa: cambiano soltanto occhi, sopracciglia e bocca.

Come si parla di emozioni in classe

Si comincia dai racconti (pagine 3–6): si leggono ad alta voce, si fanno le facce dei protagonisti e si risponde alle domande a voce (quelle che cominciano con «E tu» sono personali). In prima l'insegnante legge e i bambini ascoltano; in seconda e in terza possono leggere da soli. Si nomina l'emozione e la si collega a un fatto: «Diego è arrabbiato perché…». Le schede vengono dopo.

Il cerchio del mattino

Ogni mattina, prima di cominciare, ognuno mostra la carta della sua emozione (pagina 16) e segna con la freccia sul termometro quanto è forte. Chi vuole dice perché, chi non vuole passa. Anche l'insegnante partecipa, con la sua carta. In cinque minuti la classe impara le parole, e chi ha bisogno di attenzione si vede subito.

Che cosa evitare

Non dividiamo le emozioni in «buone» e «cattive», «positive» e «negative»: ogni emozione si può provare, conta che cosa se ne fa. La rabbia si accoglie, i comportamenti si regolano: «Capisco che sei arrabbiato; però il quaderno non si strappa». Non chiediamo a nessuno di raccontare davanti a tutti ciò che non vuole e non correggiamo le risposte personali. Il disgusto si prova per le cose, non per le persone: non si dice «che schifo» del cibo o del corpo di un compagno. Le emozioni non hanno un colore fisso: se si colora, sceglie il bambino.

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 13–15) hanno un'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 vive spesso emozioni molto forti o difficili da gestire, se ne parla con la famiglia e con chi lo segue.

Racconti: gioia, tristezza, rabbia

Racconti

La prima neve

Quando Iacopo apre la finestra, il cortile è tutto bianco. «Mamma, è nevicato!» grida, e corre a mettersi gli stivali senza nemmeno finire il latte. Giù ci sono già Ilario e la sua sorellina. Fanno le palle di neve, poi si buttano a pancia in su e muovono braccia e gambe: sulla neve restano tre angeli. Costruiscono un pupazzo con due sassi per gli occhi e un rametto per il naso. Iacopo ride così tanto che gli fa male la pancia. Ha le guance fredde, ma dentro si sente caldo e leggero, come se avesse un palloncino nel petto. «È la giornata più bella dell'inverno» pensa, e vorrebbe che non finisse mai.



GIOIA

1. Che cosa vede Iacopo dalla finestra?

2. Che cosa costruiscono i bambini?

3. E tu, quando hai provato tanta gioia?

Il banco vuoto

Agata è la compagna di banco di Selene dalla prima. Un giorno la maestra annuncia: «Da lunedì Agata andrà in un'altra scuola, perché la sua famiglia si trasferisce in un'altra città». Selene non dice niente. Per tutto il giorno ha un nodo in gola e non ha voglia di giocare, neanche a ricreazione. Il lunedì la sedia accanto alla sua è vuota, e a Selene scendono le lacrime. La maestra se ne accorge e si siede vicino a lei: «Sei triste perché Agata ti manca. È giusto: vuol dire che le vuoi bene». Insieme scrivono una lettera, e Selene ci disegna il loro gioco preferito. Una settimana dopo arriva la risposta di Agata, con un disegno uguale.



TRISTEZZA

1. Perché Agata cambia scuola?

2. Che cosa fanno Selene e la maestra?

3. E tu, che cosa fai quando sei triste?

I pennarelli

Diego ha una scatola di pennarelli nuovi, trentasei colori. Torna da scuola e la trova aperta sul tavolo: il fratello Ermes li ha usati tutti e ha lasciato i tappi in giro. Due sono già secchi. Diego sente la faccia diventare calda, stringe i pugni e il cuore batte veloce. Vorrebbe urlare e buttare tutto per terra. Invece si ricorda il trucco del papà: va in camera, si siede sul letto e conta fino a dieci, piano, respirando con la pancia. Quando la rabbia è diventata più piccola, torna in cucina e dice: «Sono arrabbiato perché hai usato i miei pennarelli senza chiedere». Ermes abbassa gli occhi: «Scusa. Ti do i miei».



RABBIA

1. Perché Diego è arrabbiato?

2. Che cosa sente Diego nel corpo?

3. Che cosa fa per calmarsi?

Racconti: paura, sorpresa, disgusto

Racconti

Rumori in soffitta

Lapo dorme dalla nonna, nella stanza sotto la soffitta. È buio, e la casa della nonna fa rumori che lui non conosce. A un tratto, sopra il soffitto: tump, tump, crrr. Lapo si tira la coperta fino agli occhi. Il cuore gli batte fortissimo, le gambe tremano e ha la bocca secca. Vorrebbe chiamare la nonna, ma la voce non esce. Allora prende la torcia sul comodino e la accende: con la luce si sente un po' meglio. «Nonna!» chiama alla fine, forte. La nonna arriva in pigiama, ascolta e sorride: «È Ruggine, il mio gatto. Di notte va a caccia di gomitoli». Lapo ride. Ha ancora le gambe molli, ma la paura sta andando via.



PAURA

1. Che cosa sente Lapo nel corpo?

2. Chi fa i rumori in soffitta?

3. Che cosa fa Lapo per stare meglio?

Il barattolo del bruco

In classe c'è un barattolo con dentro un bruco verde e qualche foglia. Fiamma ha il compito di cambiare le foglie ogni mattina. Un giorno il bruco non si muove più: si è chiuso in una specie di sacchetto marrone, appeso a un rametto. «È una crisalide» spiega la maestra. «Aspettiamo». Passano giorni e giorni, e Fiamma quasi se ne dimentica. Poi una mattina apre il barattolo e resta a bocca aperta, con gli occhi spalancati e le sopracciglia in su: non riesce a dire una parola. Sul rametto c'è una farfalla che apre e chiude le ali, piano. «Ooooh!» fa tutta la classe insieme. Poi la portano in giardino e la guardano volare via.



SORPRESA

1. In che cosa si trasforma il bruco?

2. Com'è la faccia di Fiamma quando vede la farfalla?

3. E tu, che sorpresa hai avuto?

La panchina

Al parco Cosimo si siede sulla panchina per mangiare la merenda. Appoggia la mano sul bordo e sotto le dita sente una cosa molle e appiccicosa: una gomma da masticare! «Che schifo!» dice. Arriccia il naso, tira fuori la lingua e scuote la mano come se scottasse. Lo stomaco gli si chiude e la merenda, per un momento, non la vuole più. La mamma gli passa una salvietta e lo accompagna alla fontanella, dove Cosimo si lava bene le mani. «Il disgusto serve» gli dice la mamma, «ci tiene lontani dalle cose sporche». Poi Cosimo controlla bene la panchina, si siede dall'altra parte e finalmente mangia il suo panino.



DISGUSTO

1. Che cosa tocca Cosimo?

2. A che cosa serve il disgusto, secondo la mamma?

3. E tu, che cosa ti fa provare disgusto?

Racconti: vergogna e gelosia

Racconti

La recita

È il giorno della recita di fine anno. Clelia fa la parte della luna e deve dire tre frasi. Le ha provate tante volte, a casa e a scuola. Ma quando sale sul palco e vede tutte quelle persone, le frasi le spariscono dalla testa. Silenzio. In fondo qualcuno ridacchia. Clelia sente le guance diventare rosse e calde, abbassa gli occhi e vorrebbe sparire sotto il palco: è la vergogna. Allora Rachele, che fa la parte di una stella, le sussurra la prima parola: «Stanotte…». Clelia la ripete, e le altre frasi tornano una dopo l'altra. Alla fine tutti applaudono. Dietro le quinte la maestra le dice: «Dimenticare le parole succede anche agli attori veri. Sei stata coraggiosa a continuare». Clelia sorride: la vergogna è passata, e l'anno prossimo vuole rifarlo.



VERGOGNA

1. Che cosa succede a Clelia sul palco?

2. Che cosa sente Clelia quando prova vergogna?

3. Chi la aiuta, e come?

La sorellina

Da quando è nata la sorellina Zita, a casa di Enea tutti parlano solo di lei. I nonni le portano regali, gli zii fanno la fila per prenderla in braccio, la mamma la culla anche di notte. Quando Enea mostra il suo disegno, il papà dice: «Bello, dopo lo guardo», ma intanto cambia il pannolino a Zita. Enea sente come un pizzico nella pancia: per un momento vorrebbe che tutti si dimenticassero di lei, e subito dopo gli dispiace di averlo pensato. È la gelosia. La sera ne parla con la mamma, che lo abbraccia forte: «Non è sbagliato sentirsi così: capita a tanti fratelli grandi. Io ti voglio bene come prima». Da quel giorno, ogni sera, la mamma ed Enea hanno dieci minuti tutti per loro e leggono un libro insieme. E qualche volta Enea fa il solletico ai piedini di Zita, che ride.



GELOSIA

1. Perché Enea si sente geloso?

2. Con chi ne parla Enea?

3. Che cosa fanno ogni sera la mamma ed Enea?

Racconti: calma e orgoglio

Racconti

Il respiro della pancia

È stata una giornata piena: la scuola, la piscina, i compiti, il fratello che urlava. Tamara ha la testa piena di rumore. Dopo cena il papà le dice: «Vieni, andiamo un momento in giardino». Si sdraiano sull'erba, ancora tiepida di sole. Il cielo diventa arancione, poi viola. Si sentono i grilli e, lontano, un cane che abbaia. «Facciamo il respiro della pancia» propone il papà. Tamara appoggia una mano sulla pancia: quando prende l'aria, la pancia si gonfia come un palloncino; quando la butta fuori, si sgonfia. Una, due, tre… cinque volte. Le spalle diventano morbide, il cuore va piano, i pensieri rallentano come le nuvole. Tamara si sente calma. «Possiamo farlo anche domani?» chiede. «Anche tutti i giorni» risponde il papà.



CALMA

1. Com'è stata la giornata di Tamara?

2. Come si fa il respiro della pancia?

3. E tu, dove ti senti calmo o calma?

Senza rotelle

Per tutta l'estate Guido ha provato ad andare in bicicletta senza le rotelle. La prima volta è caduto dopo due metri. La seconda si è sbucciato un ginocchio. Allora ha chiesto al nonno di tenergli la sella, e ogni giorno ha riprovato: pedala, guarda avanti, frena, riparti. Un pomeriggio, a metà del vialetto, si gira per dire qualcosa al nonno e lo vede in fondo, lontano, con le mani in tasca. Guido sta andando da solo! Arriva al cancello, frena e alza le braccia. Ha il petto gonfio, la testa alta e un sorriso enorme. «Ce l'ho fatta!» grida. È orgoglioso, non perché è il più bravo di tutti, ma perché non si è arreso. La sera lo racconta a tutta la famiglia, e anche al gatto.



ORGOGLIO

1. Chi aiuta Guido?

2. Perché Guido è orgoglioso?

3. E tu, di che cosa sei orgoglioso o orgogliosa?

Le facce e i nomi

Scheda 1

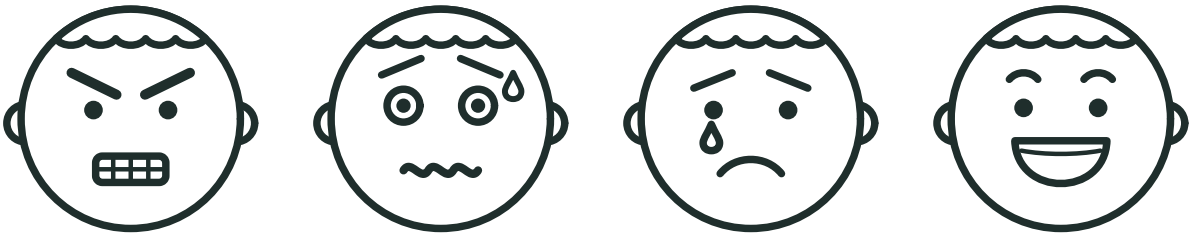
Nome _____ Data _____

IMPARA

Ogni emozione ha un nome. Per riconoscerla sulla faccia guardiamo **gli occhi**, **le sopracciglia** e **la bocca**. Prova a fare ogni faccia allo specchio!

1 Scrivi sotto ogni faccia il nome dell'emozione.

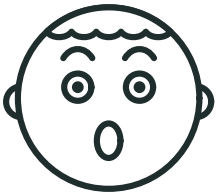
Parole: paura | gioia | rabbia | tristezza



_____ _____ _____ _____

2 Guarda la faccia e cerchia il suo nome.

1. 
   tristezza | disgusto | calma

2. 
   sorpresa | tristezza | rabbia

3. 
   calma | gioia | paura

4. 
   rabbia | tristezza | sorpresa

Situazioni ed emozioni

Scheda 2

Nome _____ Data _____

1 Collega ogni situazione all'emozione che fa provare.

1. Il mio amico del cuore va ad abitare in un'altra città.
2. Entro in classe e il mio compagno ha i capelli cortissimi: ieri erano lunghi!
3. Nella minestra galleggia un capello lungo.
4. Di notte sento un rumore strano e la stanza è tutta buia.
5. Sabato vado al parco con gli amici e giochiamo tutto il pomeriggio.



paura



gioia



tristezza



disgusto



sorpresa

2 Come si sente? Leggi e cerchia l'emozione.

1. Ilario impara ad allacciarsi le scarpe da solo, dopo tanti tentativi. — orgoglio / vergogna / gelosia
2. Rachele inciampa davanti a tutta la classe e tutti si girano a guardarla. — vergogna / calma / orgoglio
3. Brando sta vincendo a carte, ma la sorella butta all'aria il mazzo. — calma / orgoglio / rabbia
4. Il nonno gioca sempre con il cugino e mai con Ermes. — calma / gelosia / orgoglio
5. Prima di dormire Velia ascolta la pioggia sul tetto, al caldo sotto la coperta. — rabbia / gelosia / calma

Dal corpo all'emozione

Scheda 3

Nome _____ Data _____

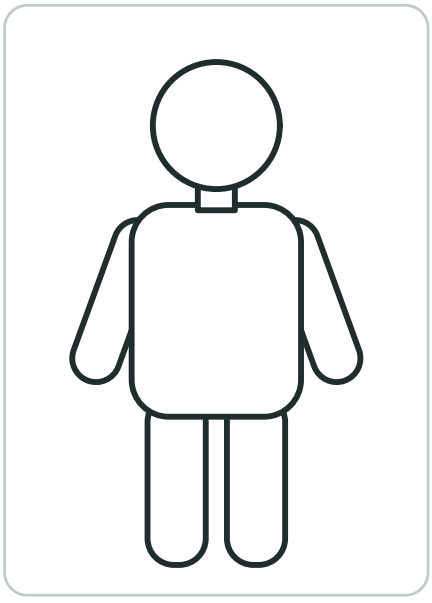
IMPARA

Le emozioni si sentono anche nel corpo. Il cuore che batte forte, i pugni stretti, un nodo in gola sono **segnali**: ci dicono che cosa stiamo provando, anche prima delle parole.

1 Collega ogni segnale del corpo all'emozione.

1.	Il cuore batte forte, le gambe tremano, vorrei scappare.	●	● tristezza 
2.	Stringo i pugni e i denti, la faccia diventa calda.	●	● paura 
3.	Ho un nodo in gola e mi vengono le lacrime.	●	● vergogna 
4.	Il respiro è lento e le spalle sono morbide.	●	● rabbia 
5.	Le guance diventano rosse, abbasso gli occhi, vorrei nascondermi.	●	● calma 

2 E tu? Dove senti le emozioni? Fai una crocetta sulla sagoma, poi completa.



Quando ho paura, nel corpo sento...

_____

_____

Quando provo gioia, nel corpo sento...

_____

_____

Quanto è forte?

Scheda 4

Nome _____ Data _____

IMPARA

Un'emozione può essere **poco**, **abbastanza** o **tanto** forte, come la temperatura su un termometro. Per dirlo meglio ci sono parole diverse: se sono un po' felice sono **contento**, se sono felicissimo sono **entusiasta** (e al femminile: contenta, arrabbiata, spaventata…).

1 Ogni riga dice la stessa emozione, più o meno forte. Scrivi le parole al posto giusto.



felice · entusiasta · contento

poco _____ abbastanza _____ tanto _____



arrabbiato · infastidito · furioso

poco _____ abbastanza _____ tanto _____



terrorizzato · preoccupato · spaventato

poco _____ abbastanza _____ tanto _____



dispiaciuto · disperato · triste

poco _____ abbastanza _____ tanto _____

2 Quanto è forte per te? Colora il termometro fin dove arriva.

Ho perso la mia matita preferita.

Provo _____



Domani si va in gita!

Provo _____



Devo leggere ad alta voce davanti a tutti.

Provo _____



Che cosa posso fare quando…

Scheda 5

Nome _____ Data _____

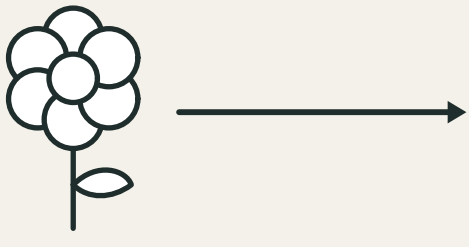
IMPARA

Tutte le emozioni si possono provare: quello che conta è che cosa ne facciamo. Quando un'emozione è troppo forte ci sono modi sicuri per farla tornare piccola: **respirare piano**, **contare fino a dieci**, **parlare con un adulto**, **allontanarsi un momento**.

1 Brando è arrabbiato: la sorella gli ha rovinato il gioco. Cerchia le idee che lo aiutano.

- respirare piano, con la pancia
- allontanarsi un momento
- lanciare le carte per terra
- dirlo a un adulto
- gridare più forte di lei
- rompere un gioco della sorella

2 Prova il respiro del fiore e della candelina.



annusa il fiore — soffia piano

Prendi l'aria dal naso, piano, come per annusare un fiore. Poi soffiala fuori dalla bocca, piano piano, come per far tremare una candelina senza spegnerla. Fallo tre volte.

3 Il mio piano. Completa con le idee che aiutano te.

Quando ho paura io posso _____

_____

Quando provo rabbia io posso _____

_____

Quando sono triste io posso _____

_____

Il mio diario delle emozioni

Scheda 6

Nome _____ Data _____

1 **Per una settimana, ogni sera: disegna la tua faccia, scrivi il nome dell'emozione e che cosa è successo.**

Giorno	La mia faccia	Mi sento…	Perché?
lunedì			
martedì			
mercoledì			
giovedì			
venerdì			
sabato			
domenica			

2 **Per la classe terza. Completa le frasi su di te.**

Mi sento felice quando _____

_____

Una cosa che so fare bene è _____

_____

Quando provo rabbia mi aiuta _____

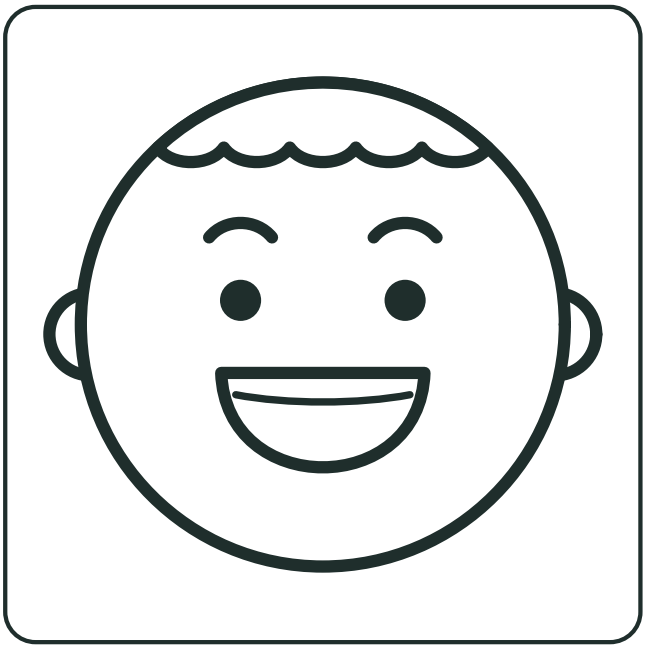
_____

Gioia

Facilitata 1

Nome _____ Data _____

Iacopo gioca nella neve: prova **GIOIA**.
Cerchia la faccia della gioia.





DISEGNA una cosa che ti fa provare gioia.

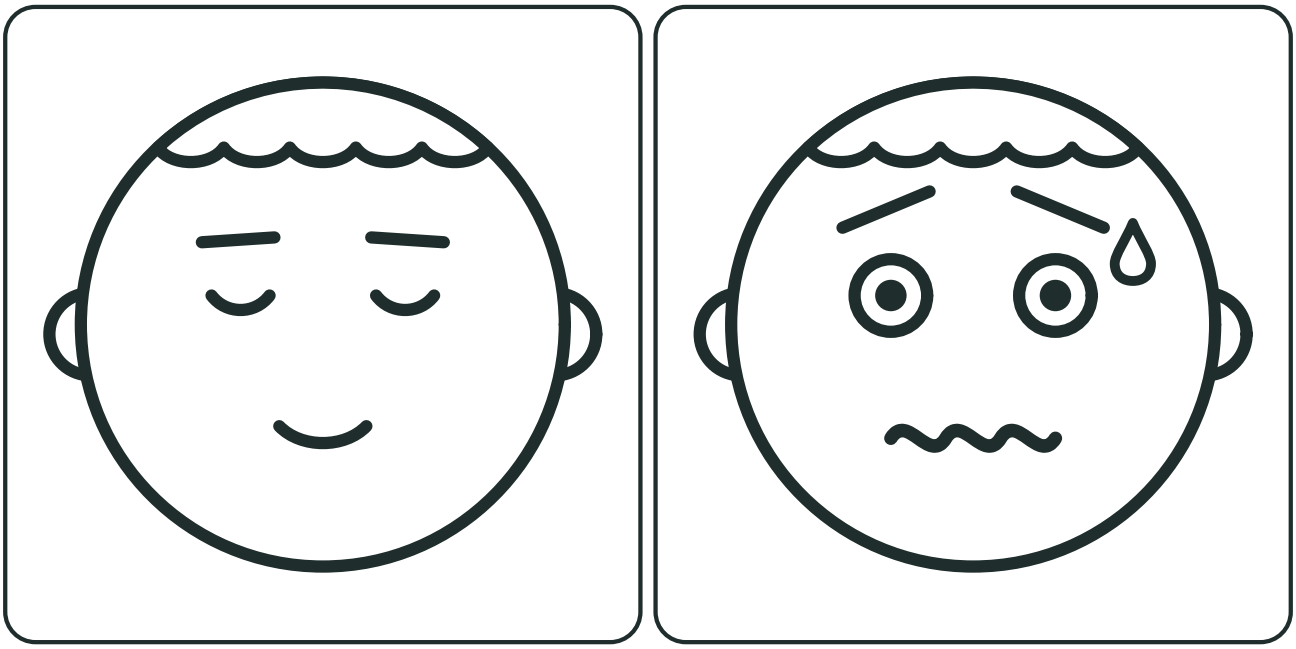
Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia allo specchio e si ripete il nome dell'emozione. Il disegno si può sostituire con una parola, una foto o un ritaglio.

Paura

Facilitata 2

Nome _____ Data _____

Lapo sente un rumore nel buio: ha **PAURA**.
Cerchia la faccia della paura.



DISEGNA una cosa che ti fa paura.

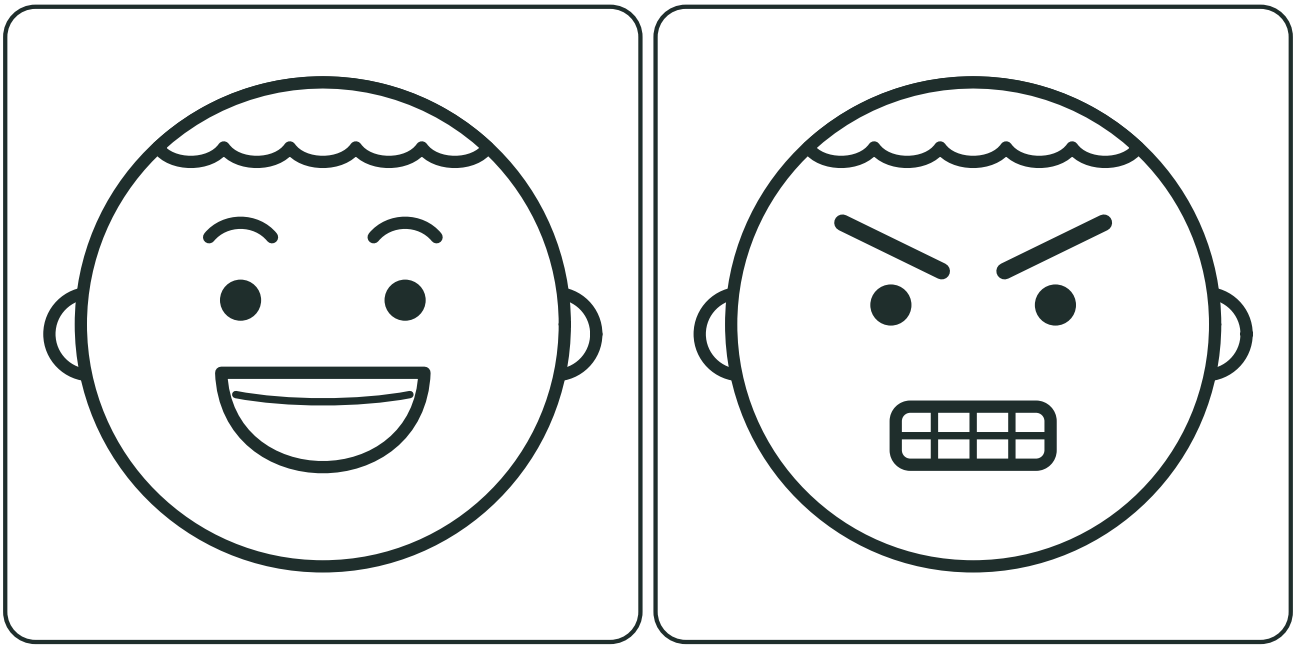
Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia allo specchio e si ripete il nome dell'emozione. Il disegno si può sostituire con una parola, una foto o un ritaglio.

Rabbia

Facilitata 3

Nome _____ Data _____

Ermes ha rovinato i pennarelli di Diego: Diego prova **RABBIA**. Cerchia la faccia della rabbia.



DISEGNA una cosa che ti fa arrabbiare.

Si mostra il simbolo, si legge la frase e si aspetta la risposta senza suggerire. Prima della scheda si fa la faccia allo specchio e si ripete il nome dell'emozione. Il disegno si può sostituire con una parola, una foto o un ritaglio.

Il termometro e le carte delle emozioni

Da ritagliare

Ritaglia lungo il tratteggio il termometro, la freccia e le carte. Ogni mattina scegli la carta di come ti senti e sposta la freccia: **poco**, **abbastanza** o **tanto**.

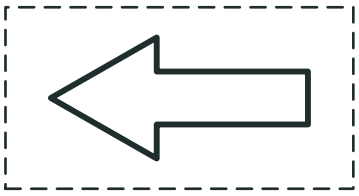
Quanto è forte?



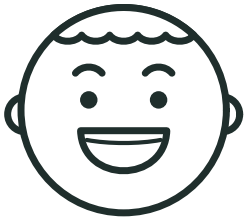
tanto

abbastanza

poco



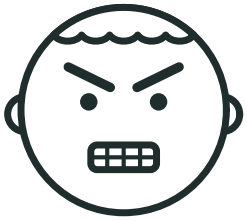
la freccia



GIOIA



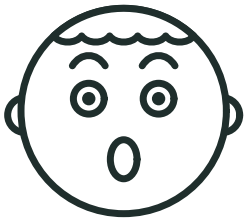
TRISTEZZA



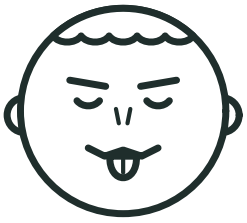
RABBIA



PAURA



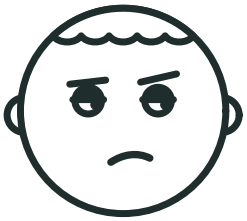
SORPRESA



DISGUSTO



VERGOGNA



GELOSIA



CALMA



ORGOGLIO

Griglia di osservazione

Per l'insegnante

Una griglia per ogni bambino. Si osserva durante i racconti, il cerchio del mattino 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 dalla faccia gioia, tristezza, rabbia e paura	☐	☐	☐	
riconosce dalla faccia sorpresa e disgusto	☐	☐	☐	
dà il nome giusto alle emozioni	☐	☐	☐	
collega una situazione all'emozione che fa provare	☐	☐	☐	
riconosce i segnali del corpo (il cuore, i pugni, il respiro)	☐	☐	☐	
dice quanto è forte un'emozione con il termometro	☐	☐	☐	
usa parole diverse per dirla meglio (contento, felice, entusiasta)	☐	☐	☐	
sceglie un modo sicuro per calmarsi: respirare, contare, parlare, allontanarsi	☐	☐	☐	
racconta un'emozione provata e dice perché	☐	☐	☐	
si accorge delle emozioni degli altri e le rispetta	☐	☐	☐	
scrive una breve frase su di sé (classe terza)	☐	☐	☐	

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 risposte ci sono solo dove una risposta esiste. Nelle domande personali e nei disegni va bene ogni risposta sincera: non si corregge.

Racconti

La prima neve – 1. il cortile tutto bianco: è nevicato; 2. un pupazzo di neve (e tre angeli sulla neve); 3. risposta personale.

Il banco vuoto – 1. la sua famiglia si trasferisce in un'altra città; 2. scrivono una lettera ad Agata; 3. risposta personale.

I pennarelli – 1. Ermes ha usato i suoi pennarelli senza chiedere; 2. la faccia calda, i pugni stretti, il cuore veloce; 3. va in camera e conta fino a dieci respirando piano.

Rumori in soffitta – 1. il cuore che batte fortissimo, le gambe che tremano, la bocca secca; 2. Ruggine, il gatto della nonna; 3. accende la torcia e chiama la nonna.

Il barattolo del bruco – 1. prima in una crisalide, poi in una farfalla; 2. la bocca aperta, gli occhi spalancati, le sopracciglia in su; 3. risposta personale.

La panchina – 1. una gomma da masticare attaccata alla panchina; 2. a tenerci lontani dalle cose sporche; 3. risposta personale.

La recita – 1. dimentica le frasi; 2. le guance rosse e calde, abbassa gli occhi, vorrebbe sparire; 3. Rachele, che le sussurra la prima parola.

La sorellina – 1. tutti si occupano della sorellina Zita; 2. con la mamma; 3. dieci minuti solo per loro: leggono un libro.

Il respiro della pancia – 1. piena e rumorosa: scuola, piscina, compiti, il fratello che urlava; 2. si prende l'aria e la pancia si gonfia, si butta fuori e si sgonfia; 3. risposta personale.

Senza rotelle – 1. il nonno, che gli tiene la sella; 2. perché non si è arreso e ce l'ha fatta da solo; 3. risposta personale.

Scheda 1 – Le facce e i nomi

1. Da sinistra: rabbia, paura, tristezza, gioia.

2. riga 1 disgusto; riga 2 sorpresa; riga 3 paura; riga 4 tristezza.

Scheda 2 – Situazioni ed emozioni

1. frase 1 con tristezza; frase 2 con sorpresa; frase 3 con disgusto; frase 4 con paura; frase 5 con gioia.

2. riga 1 orgoglio; riga 2 vergogna; riga 3 rabbia; riga 4 gelosia; riga 5 calma.

Scheda 3 – Dal corpo all'emozione

1. frase 1 con paura; frase 2 con rabbia; frase 3 con tristezza; frase 4 con calma; frase 5 con vergogna.

2. Risposta personale.

Scheda 4 – Quanto è forte?

1. contento, felice, entusiasta; infastidito, arrabbiato, furioso; preoccupato, spaventato, terrorizzato; dispiaciuto, triste, disperato (poco, abbastanza, tanto). *Disperato*: quando si piange forte e non si riesce a smettere.

2. Risposta personale.

Scheda 5 – Che cosa posso fare quando…

1. Si cerchiano: respirare piano, con la pancia; allontanarsi un momento; dirlo a un adulto.

2. Si fa insieme: non c'è una risposta da scrivere.

3. Risposta personale.

Scheda 6 – Il mio diario delle emozioni

1. Risposta personale.

2. Risposta personale.

Schede facilitate

F1 la faccia della gioia, a sinistra.

F2 la faccia della paura, a destra.

F3 la faccia della rabbia, a destra.

Il disegno è personale.

Come usare il fascicolo

Per l'insegnante

Che cosa stampare

Per ogni bambino: le schede 1–6 (pagine 7–12), il termometro e le carte (pagina 16) e, per chi ne ha bisogno, le schede facilitate (pagine 13–15). I racconti (pagine 3–6) si possono stampare una copia a testa oppure proiettare. Per l'insegnante: la griglia (pagina 17) e le soluzioni (pagina 18). Tutto si stampa bene anche in bianco e nero.

L'ordine consigliato

Un'emozione alla volta: si legge il racconto, si fa la faccia, si cerca la carta. Poi le schede, che vanno dalla più facile alla più difficile: dare il nome alle facce (1), collegare situazioni ed emozioni (2), riconoscere i segnali del corpo (3), dire quanto è forte un'emozione e trovare la parola giusta (4), scegliere che cosa fare (5) e tenere il diario (6).

In prima si lavora soprattutto sulle sei emozioni di base e sulle schede 1, 2 (es. 1) e 5, con la lettura dell'adulto; in seconda si aggiungono le schede 3 e 4; in terza tutte, comprese le frasi su di sé della scheda 6.

Il termometro e le carte

Il termometro misura quanto è forte un'emozione: poco, abbastanza, tanto. Si ritaglia con la freccia, che si sposta a mano o si fissa con una molletta. Le dieci carte hanno la faccia e il nome: servono per il cerchio del mattino, per il memory delle emozioni (stampate due volte) e per il gioco «Indovina che cosa provo», in cui un bambino mima e gli altri indovinano.

Quando usare le schede facilitate

Le tre schede facilitate si usano con chi fatica a leggere o si confonde con le schede normali, prima della scheda 1 o al suo posto. Si ripetono più volte, anche a distanza di giorni.

Come compilare la griglia di osservazione

Una griglia per ogni bambino. Si osserva durante i racconti, il cerchio e le schede e si segna **sì**, **in parte** o **non ancora**. Non ci sono voti né punteggi, perché le emozioni non si valutano: la griglia serve a decidere che cosa riproporre.

Le soluzioni

A pagina 18 ci sono le risposte dove una risposta esiste: riconoscere le facce, collegare, mettere in ordine le parole, le domande sui racconti. Dove la risposta è personale, le soluzioni lo dicono.