

# KIT DIDATTICO

## LA VALIGIA DELLE EMOZIONI

Di Marta Tropeano



Abbiamo pensato di creare un **Kit di Didattica delle Emozioni**, per poter costruire a scuola il nostro **Alfabeto del Cuore**.

Oggi le competenze empatiche e di rispecchiamento emotivo devono essere favorite e apprese fin da piccoli, per potenziare il nostro linguaggio emotivo e per saper gestire le nostre emozioni.

**“Buon viaggio sulla via delle emozioni”!**

Obiettivi educativi.

- Autoconsapevolezza emotiva ossia cosa provo e perché?
- Auto-gestione, esamino i miei strumenti interiori.
- Nascita dell'empatia, capire cosa provano gli altri.
- Acquisizione delle abilità sociali per sviluppare relazioni armoniose e per prendere buone decisioni nella vita.

## IL KIT DIDATTICO

### Il Pannello emotivo

Il pannello raffigurante le sei emozioni primarie aiuta bambini e bambine nel riconoscimento dell'emozione e nel rispecchiamento, attraverso il gioco **“Palla-Emozione”** composto da sei dischi in legno-carta raffiguranti emozioni diverse. Un appello da ricreare in classe, fatto di: «Come stai oggi?». Se oggi sono felice condivido lo smile del sorriso (felicità) e lo passo a un altro mio compagno, che oggi si sente felice come me. È un gioco emotivo semplice ma di grande risonanza: associare a ogni colore un'emozione e spiegare quando ci si sente in un certo modo e perché è un momento di condivisione emotiva, per percepire le proprie emozioni collocandole visivamente.



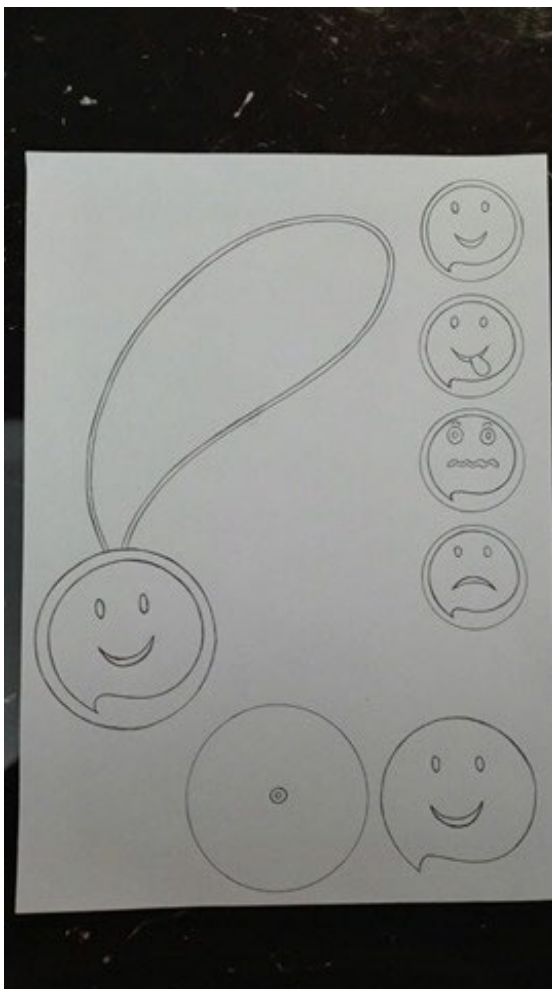
## La Collana delle Emozioni

La collana può essere usata per il riconoscimento delle emozioni primarie, perché aiuta bambine e bambini a potenziare il linguaggio emotivo, chiedendo loro di riconoscere le espressioni facciali corrispondenti all'emozione provata.

Le emozioni base per apprendere “**l'ABC delle emozioni**” come la felicità/tristezza/paura/meraviglia rappresentano un percorso di auto-consapevolezza emotiva: come mi sento oggi?

In base all'emozione provata si indossa la Collana delle Emozioni. Indossare le emozioni significa saperle riconoscere e imparare anche a gestirle fin da piccoli.

Le faccine diventano anche dei personaggi ossia degli **Inventa-Favola** e con il coinvolgimento di un adulto di riferimento (genitore, insegnante, educatore, educatrice) si possono creare delle **favole** o meglio dei **Dialoghi del Cuore** per volare sulle ali della fantasia!



# La collana emozionata

di Marta Tropeano

Buongiorno Collana Emozionata,  
ti indosso di prima mattina e mi stai sempre vicina...  
sei la mia magica protezione al cambiar del mio umore...  
Imbrociata quando sto da solo/a un'intera giornata!  
Sorridente quando a scuola o a casa  
facciamo un gioco divertente...  
Meravigliata quando guardiamo affacciati la natura rinata!  
Ogni tanto indosso anche il pianto  
e se le tue carezze non vedo,  
un po' di paura intravedo.  
La Collana Emozionata ogni tanto diventa arrabbiata  
il segreto è non dimenticar di conservare  
la Collana Biricchina che ci ricorda  
che non siamo mai uguali a quelli di prima!  
Ho Diritto ad esprimere me stesso/a  
e conosco solo un modo per farlo  
che è quello di esprimere le mie emozioni con il viso,  
con gli occhi e con il mio sorriso.

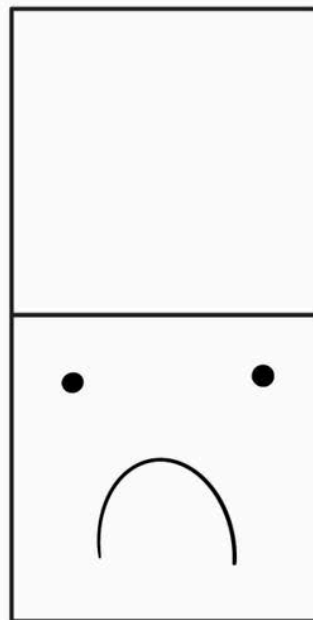
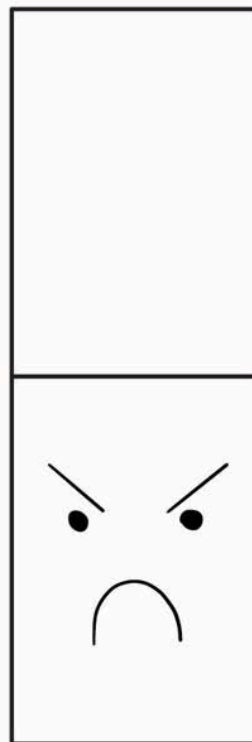
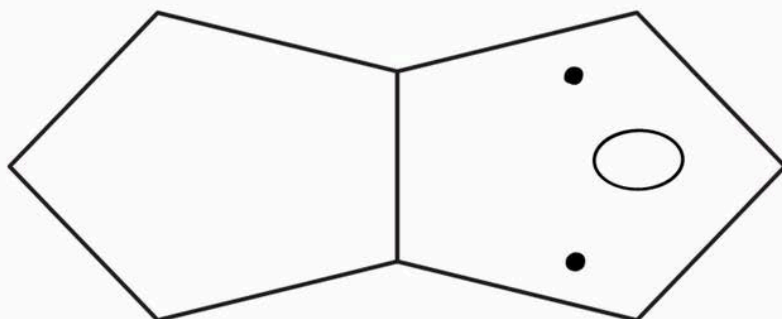
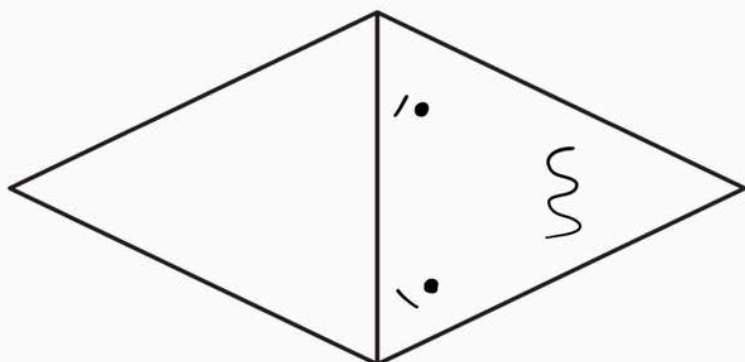
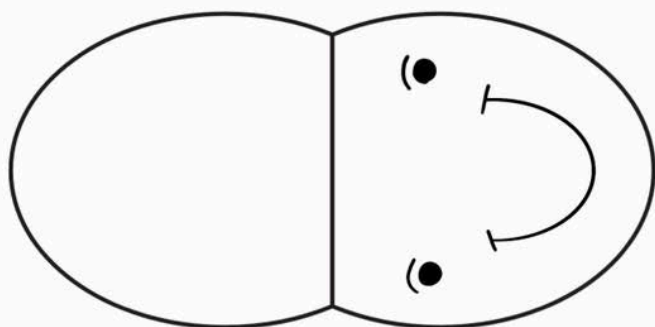


[portalebambini.it](http://portalebambini.it)

# La collana emozionata

di Marta Tropeano

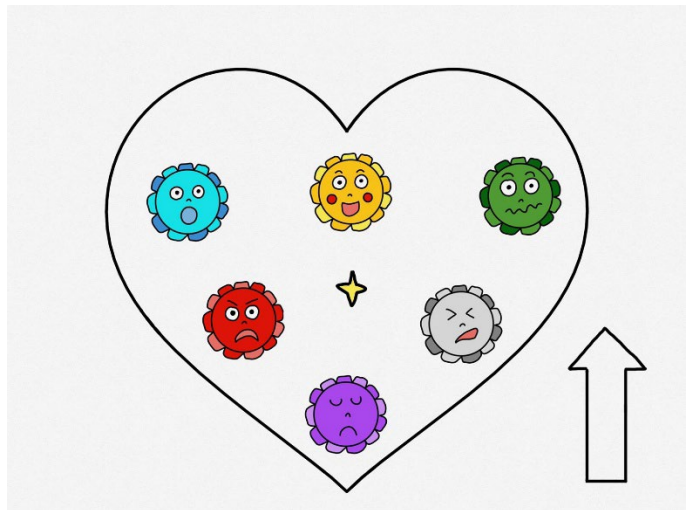
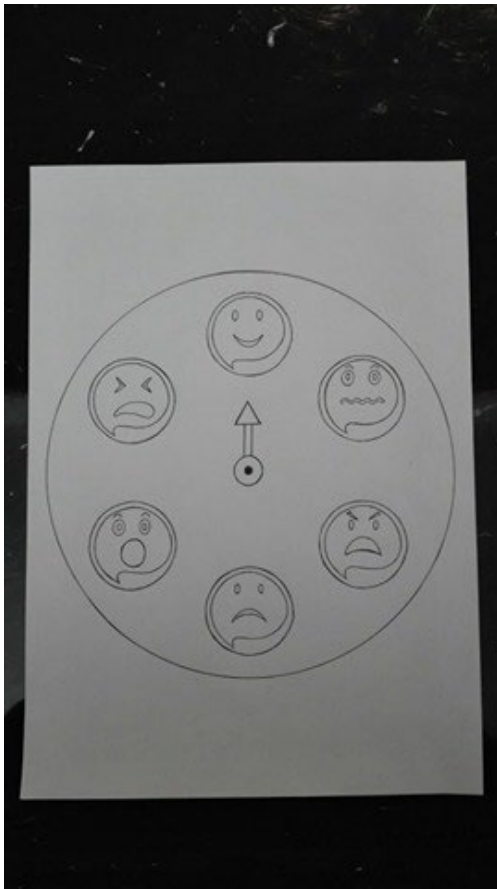
Realizza la tua Collana Emozionata colorando i ciondoli, ritagliandoli e piegandoli a metà. Poi fai passare una corda sottile all'interno della piega e infine incolla le due facce interne di ogni ciondolo.



© portalebambini.it

## L'orologio delle emozioni

Si può ritagliare questa ruota-orologio per giocare a riconoscere le emozioni, sia quelle provate in prima persona sia quelle dei personaggi di un libro appena letto o di un film. L'orologio delle emozioni si può fissare alla parete e ogni bambino o bambina della classe può mettere una piccola calamita sull'emozione che prova in quel momento, per capire l'ambivalenza delle nostre emozioni e la variabilità nel tempo, con un primo momento di riflessione la mattina durante l'accoglienza e poi come momento finale per salutarsi.



## Il Guanto Inventa –Favola



Il Guanto Inventa-Favola è un viaggio di fantasia, in cui ci accompagnano le nostre emozioni. Le dita delle mano si possono trasformare in personaggi fantastici creati dalla nostra immaginazione e poi si può iniziare un dialogo a “Tu per Tu” con le emozioni.



*La mia mano ha cinque dita*

LA MIA MANO HA 5 DITA:  
DITO POLLICE È SORRIDENTE  
DITO INDICE È TRISTINO  
DITO MEDIO È SORPRESO  
L'ANULARE FA ARRABBIARE  
MIGNOLINO, CHE DI TUTTI È IL PIÙ PICCINO...  
CHE EMOZIONE PROVERÀ?  
INVENTALA TU!

*di Marta Tropeano*



# *Il guanto inventa favole*

Il guanto inventa favole si trasforma  
in un appello emotivo utilizzando  
le dita della mano.

Inoltre ogni dito può diventare un personaggio  
e creare dei dialoghi del cuore.

Ci proviamo insieme?

*di Marta Tropeano*



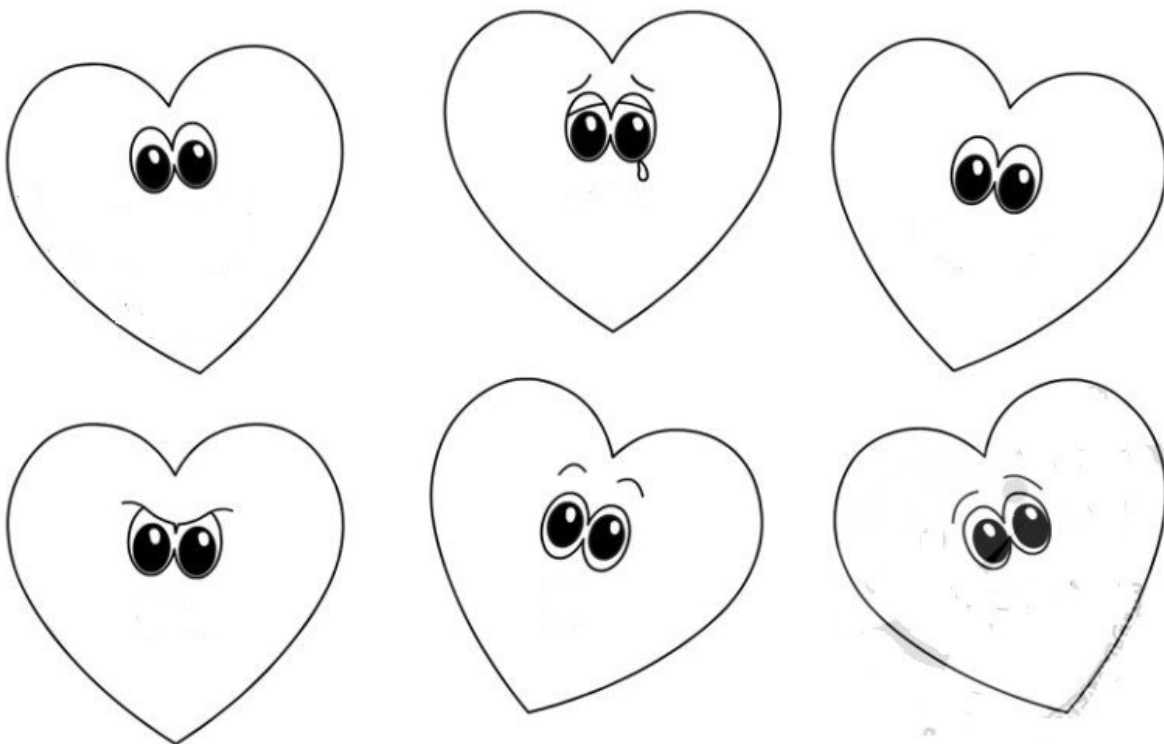
## La Famiglia del Cuore

Con la realizzazione della famiglia del cuore, il bambino o la bambina impara a disegnare le emozioni e a saper riconoscere l'espressione mimica facciale che caratterizza la nascita delle emozioni.

Inoltre la Famiglia Cuore è composta da sei cuori, ad ogni cuore va abbinato un nome di fantasia o anche reale (il nome di mamma, papà, sorella-fratello, oppure il nome dei compagni e delle compagne di classe).

Quando abbiamo realizzato la nostra Famiglia del cuore possiamo costruire il nostro teatrino abbinando anche le carte tematiche di ambienti naturali o urbani (al mare, in montagna, a scuola, in città) queste carte tematiche serviranno da sfondo del nostro piccolo teatro.

Adesso siamo pronti coinvolgendo un adulto di riferimento a dare sfogo alla nostra immaginazione attraverso l'inventare un canovaccio libero dove ognuno diventa protagonista della propria emozione!



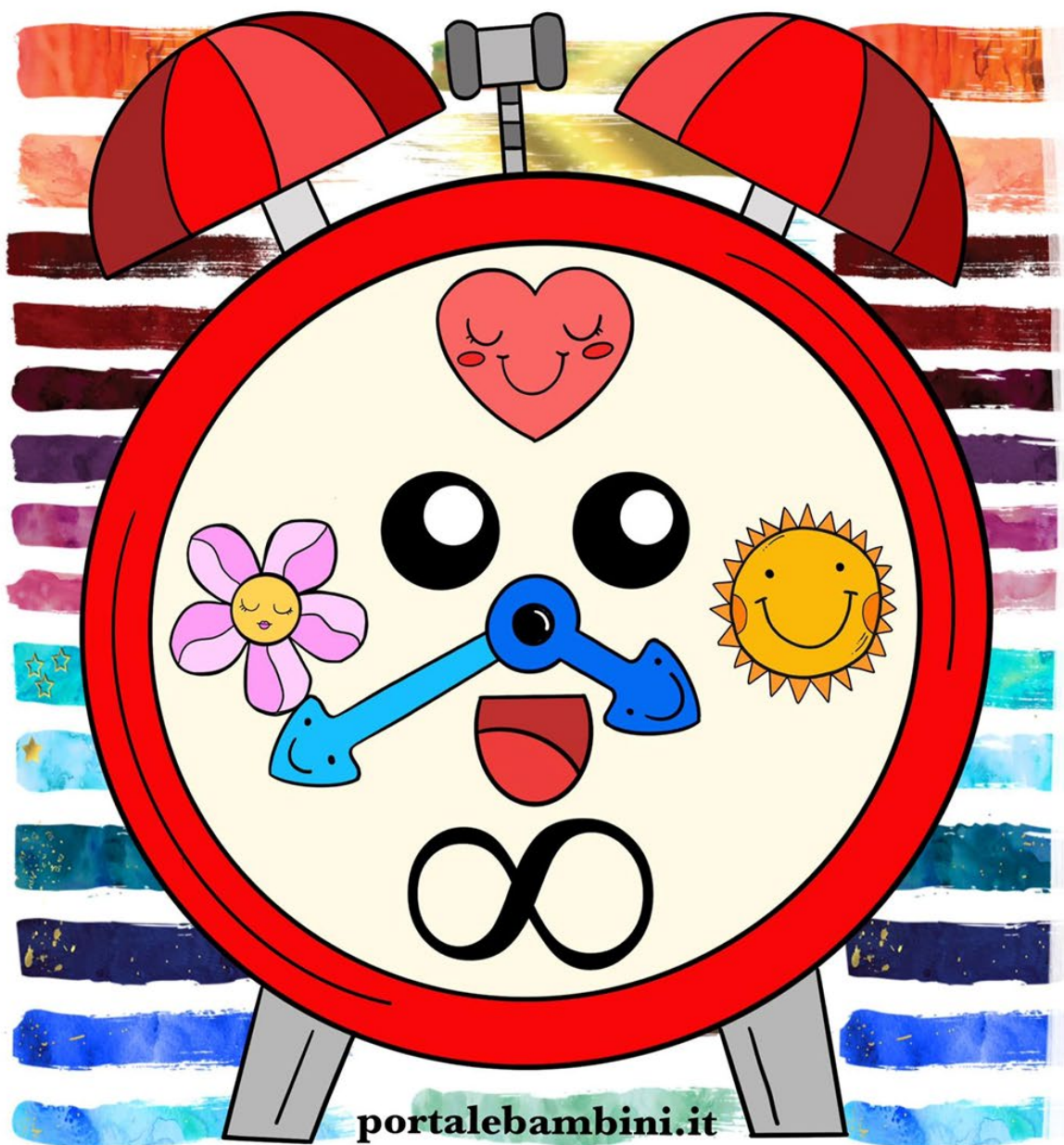
LA FAMIGLIA DEL CUORE

A Scuola di Empatia: l'orologio dell'empatia

# L'orologio dell'empatia

di Marta Tropeano

Costruisci il tuo orologio dell'empatia,  
ritagliando ed assemblando i pezzi.

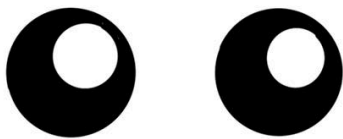
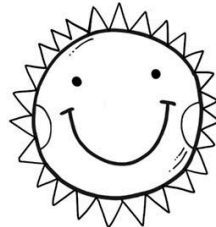
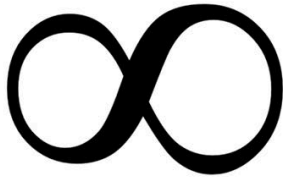
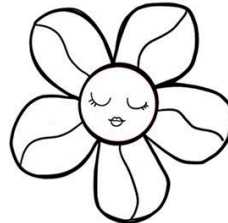
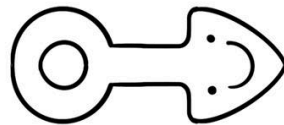


Contenuto pubblicato da Dire Fare Insegare

# L'orologio dell'empatia

di Marta Tropeano

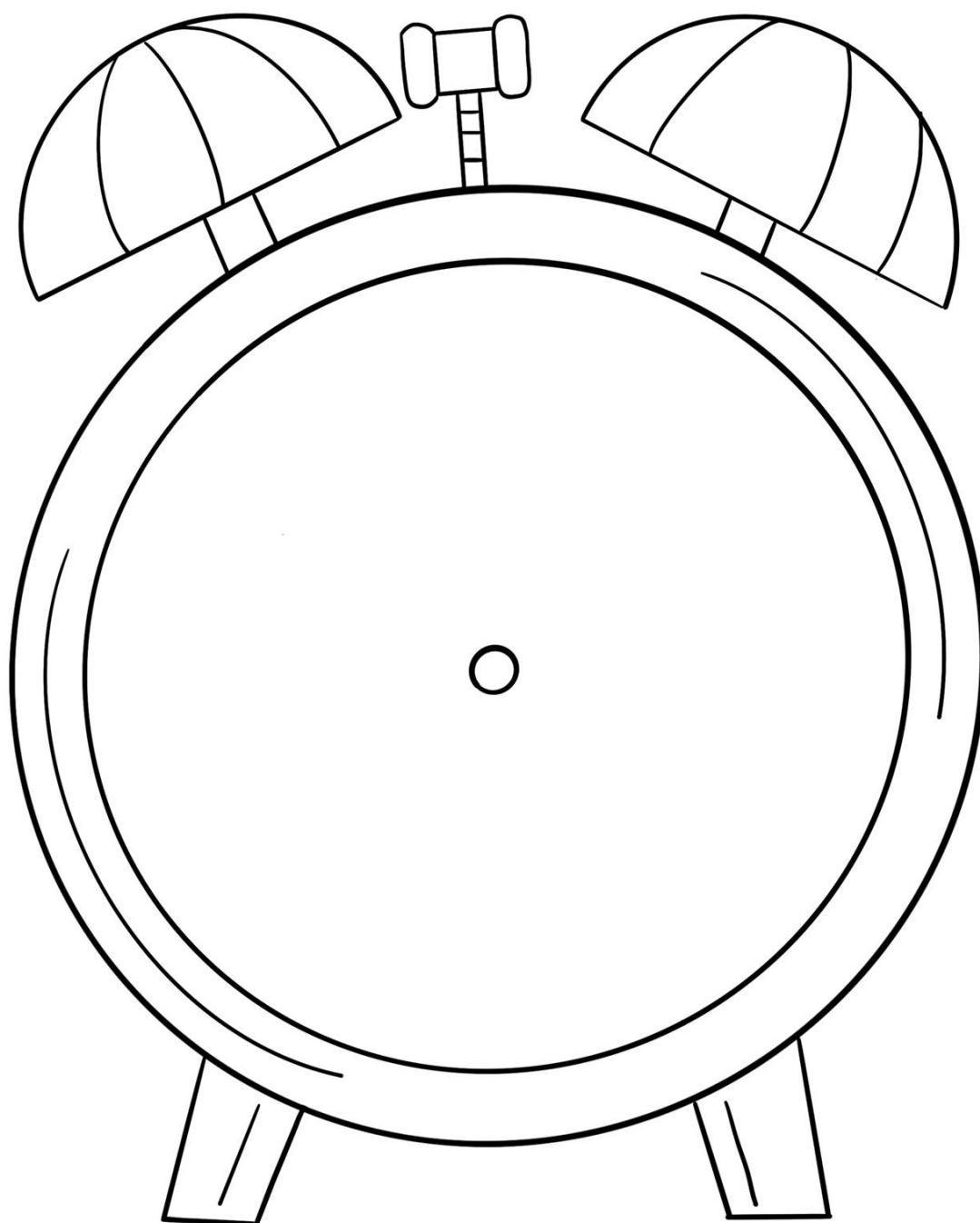
Ritaglia le lancette e i simboli dell'empatia.  
Poi fissa le lancette con un ferma campione.  
Su che simbolo è posizionato il tuo cuore?



# L'orologio dell'empatia

di Marta Tropeano

Costruisci il tuo orologio dell'empatia,  
ritagliando ed assemblando i pezzi.



portalebambini.it

## L'orologio dell'empatia

L'orologio misura il nostro tempo interiore.

- Il fiore è il tempo dell'IO dove stare da sola-o con le mie emozioni per prendere consapevolezza.
- L'infinito è l'incontro dell'IO con Il TU, con l'altro ho imparato a leggere le mie emozioni adesso posso ascoltare e leggere quelle altrui.
- Il cuore rappresenta il Tempo dell'Amicizia dove il mio IO diventa più piccolo e può creare un legame d'amicizia con l'altro
- Infine il Sole il tempo del NOI rappresenta tutte le attività che possiamo fare insieme.