

EMOZIONI O SENTIMENTI?

Introduzione

- Iniziare con una domanda aperta: "Come vi sentite oggi?"
- Mostrare immagini di volti con diverse espressioni (felice, triste, arrabbiato, spaventato, ecc.) e chiedere ai bambini di indovinare l'emozione.
- Spiegare la differenza tra emozioni (veloci e intense, come un lampo) e sentimenti (più duraturi, come una nuvola nel cielo).

Racconto e Discussione

- Leggere una breve storia o fiaba che contenga diverse emozioni e sentimenti (es. "Il mostro dei colori" di Anna Llenas).
- Dopo la lettura, fare domande ai bambini: "Cosa ha provato il personaggio in questo momento? Era un'emozione o un sentimento?"

Possibili attività da fare finita la lezione

- La maestra propone delle situazioni (es. "Hai perso il tuo giocattolo preferito", "Hai ricevuto un regalo bellissimo").
- I bambini mimano l'emozione corrispondente senza parlare.
- Gli altri devono indovinare e spiegare perché si prova quell'emozione.
- Far vedere in classe il film "Inside out", parte 1
- Disegnare "Il mio cuore di emozioni": ogni bambino disegna un grande cuore e lo divide in sezioni colorate per rappresentare le emozioni e i sentimenti che ha provato durante la giornata.
- Condividere le esperienze con il gruppo.

- Cantare insieme una canzone sulle emozioni (es. "Se sei felice e tu lo sai batti le mani").

Materiali Necessari:

- Immagini di espressioni facciali
- Libri per bambini sulle emozioni
- Fogli e matite colorate
- Forbici e colla

Obiettivo finale: Alla fine della lezione, i bambini saranno in grado di riconoscere ed esprimere meglio le loro emozioni e sentimenti, sviluppando empatia e consapevolezza emotiva.