

LABORATORIO SULLE EMOZIONI

“NON C’É’ CORAGGIO SENZA PAURA”

Le emozioni sono stati affettivi innati e automatici che si manifestano attraverso cambiamenti fisiologici, cognitivi e comportamentali.

Servono per renderci più adattabili all’ambiente in cui ci troviamo.

Provare emozioni è un privilegio, imparare ad esprimerle ci aiuta ad avvicinarci a coloro che amiamo.

L’idea di questo laboratorio nasce dalla riflessione che le emozioni, gli affetti ad i sentimenti sono il costante sottofondo delle nostre esperienze quotidiane che condizionano il nostro agire.

L’intento principale è offrire ai bambini l’opportunità di approfondire la conoscenza e la consapevolezza di se stessi, partendo dalla più tenera infanzia, aiutandoli a conoscere le loro emozioni e parlando dei loro sentimenti, sviluppando e stimolando la loro intelligenza emotiva, che sarà la chiave di uno sviluppo psico evolutivo sano.

Scoprire, identificare e differenziare le emozioni è un sistema per educare i piccoli a scoprire ed accettare se stessi senza turbamenti affinché possano diventare adulti in grado di affrontare le sfide della vita.

1. TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- **IL SÉ E L’ALTRO:**

Il bambino sviluppa il senso dell’identità personale, percepisce le proprie esigenze ed i propri sentimenti e sa esprimerli in modo sempre più adeguato.

Si orienta nelle prime generalizzazioni di passato, presente, futuro e si muove con crescente sicurezza e autonomia negli spazi che gli sono famigliari, modulando progressivamente voce e movimento anche in rapporto con gli altri e con le regole condivise.

- **IL CORPO E IL MOVIMENTO:**

Il bambino vive a pieno la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressiva, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nel gestire la giornata a scuola.

- **IMMAGINI, SUONI, COLORI:**

Il bambino comunica, esprime emozioni, racconta utilizzando le varie possibilità che il linguaggio del corpo consente.

- **I DISCORSI E LE PAROLE:**

Il bambino usa la lingua italiana, arricchisce e precisa il proprio lessico, comprende parole e discorsi, fa ipotesi sui significati.

Sa esprimere e comunicare agli altri emozioni, sentimenti, argomentazioni attraverso il linguaggio verbale che utilizza in differenti situazioni comunicative.

- **LA CONOSCENZA DEL MONDO:**

Il bambino riferisce correttamente eventi del passato recente, sa dire cosa potrà succedere in un futuro immediato e prossimo.

2. OBIETTIVI E FINALITA'

Riconoscere e discriminare le diverse emozioni.

Imparare a conoscersi meglio e aprirsi a gli altri.

Consolidare la fiducia e la sicurezza di sé e dei propri sentimenti.

Favorire l'integrazione e l'aiuto reciproco all'interno di un gruppo.

Sviluppare l'empatia.

Confrontarsi sulle paure e sulle proprie difficoltà emotive che possono emergere in alcune situazione.

3. CONTENUTI E ATTIVITA'

Attraverso giochi, conversazioni, disegni e lavori di gruppo il laboratorio permetterà ai bambini di scoprire le proprie emozioni e i propri sentimenti, anche quelli negativi per conoscerli, comprenderli ed accettarli senza aver timore.

4. TEMPI

Il laboratorio inizierà ad ottobre con frequenza settimanale, riservandoci di valutarne la durata tenendo conto dell'interesse e dei tempi dei bambini

5. STRUMENTI E MATERIALI

Il progetto prevede l'utilizzo di libri illustrati, giochi, cd musicali, forbici, cartoncini, colori e materiali di recupero di vario tipo.

6. DESTINATARI DEL PROGETTO DI LABORATORIO

I bambini di cinque anni della scuola dell'infanzia.