

Una Regione in Movimento  
Progetto Regionale di attività ludico-motorie

Emozioni in gioco  
Où  
scuola dell'infanzia



MIUR  
U.U.S.S.R.R. Calabria  
Lazio - Puglia - Basilicata

# EMOZIONI IN GIOCO

4-5

anni

life  
skills

star bene  
a scuola

Innovazione

Docenti

Ricerca

nelle attività  
ludico-motorie  
scolastiche

Integrazione  
Inclusione

Costruzione di un  
Progetto  
ludico-motorio  
nella

Scuola

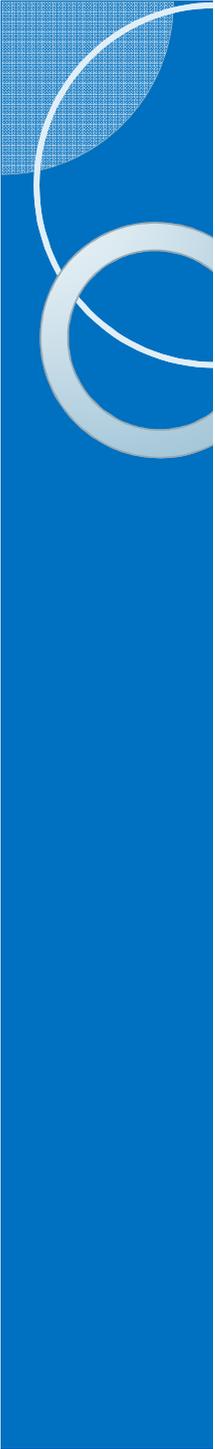
dell'Infanzia

continuità

qualità

quantità,

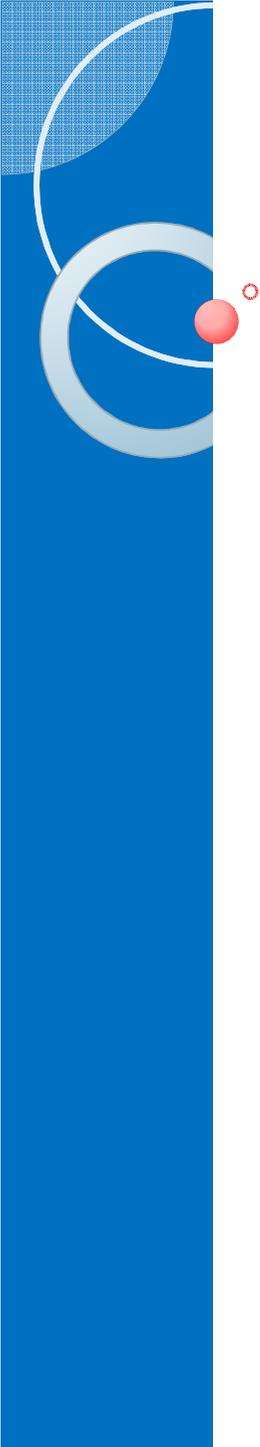
Formazione  
in servizio



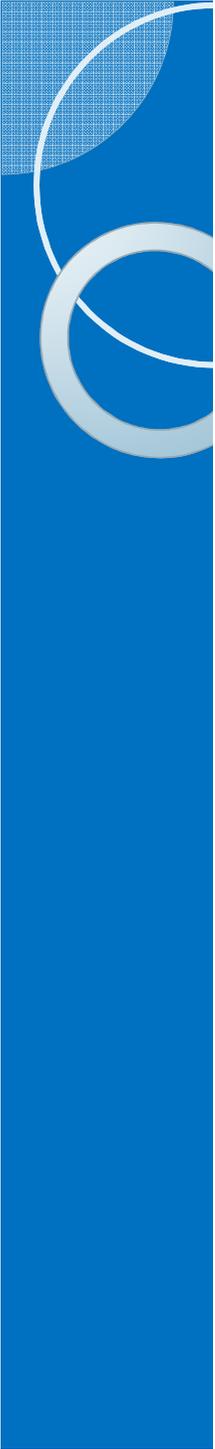
La stretta interazione tra linguaggio, concetti e sistema motorio è alla base di una visione dell'organizzazione della conoscenza come “embodied”, legata cioè al corpo e alle esperienze senso-motorie: le espressioni del **linguaggio** naturale sono comprese anche grazie alla **riattivazione di aree cerebrali** dedicate principalmente alla **percezione**, ai movimenti e alle emozioni.

Questo giovane campo di ricerca ha messo in rilievo **l'importanza giocata dal corpo fisico nei processi cognitivi** e la profonda unitarietà tra **percezione**, **azione** e **cognizione** (Thelen e Smith, 1994) rende impossibile studiare separatamente questi processi.

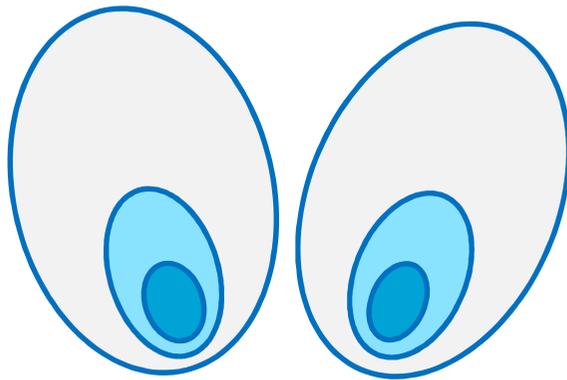
Il corpo umano da “**accessorio**” diventa strumento di azione, conoscenza, espressione, comunicazione e relazione e le emozioni meccanismo centrale di mediazione fra la motivazione, la cognizione e il comportamento.



**Gesticolare serve ad esprimersi meglio, ad imparare, a fare più spazio nella memoria e ad acquisire nuove nozioni e capacità con un notevole impatto sullo sviluppo cognitivo.**

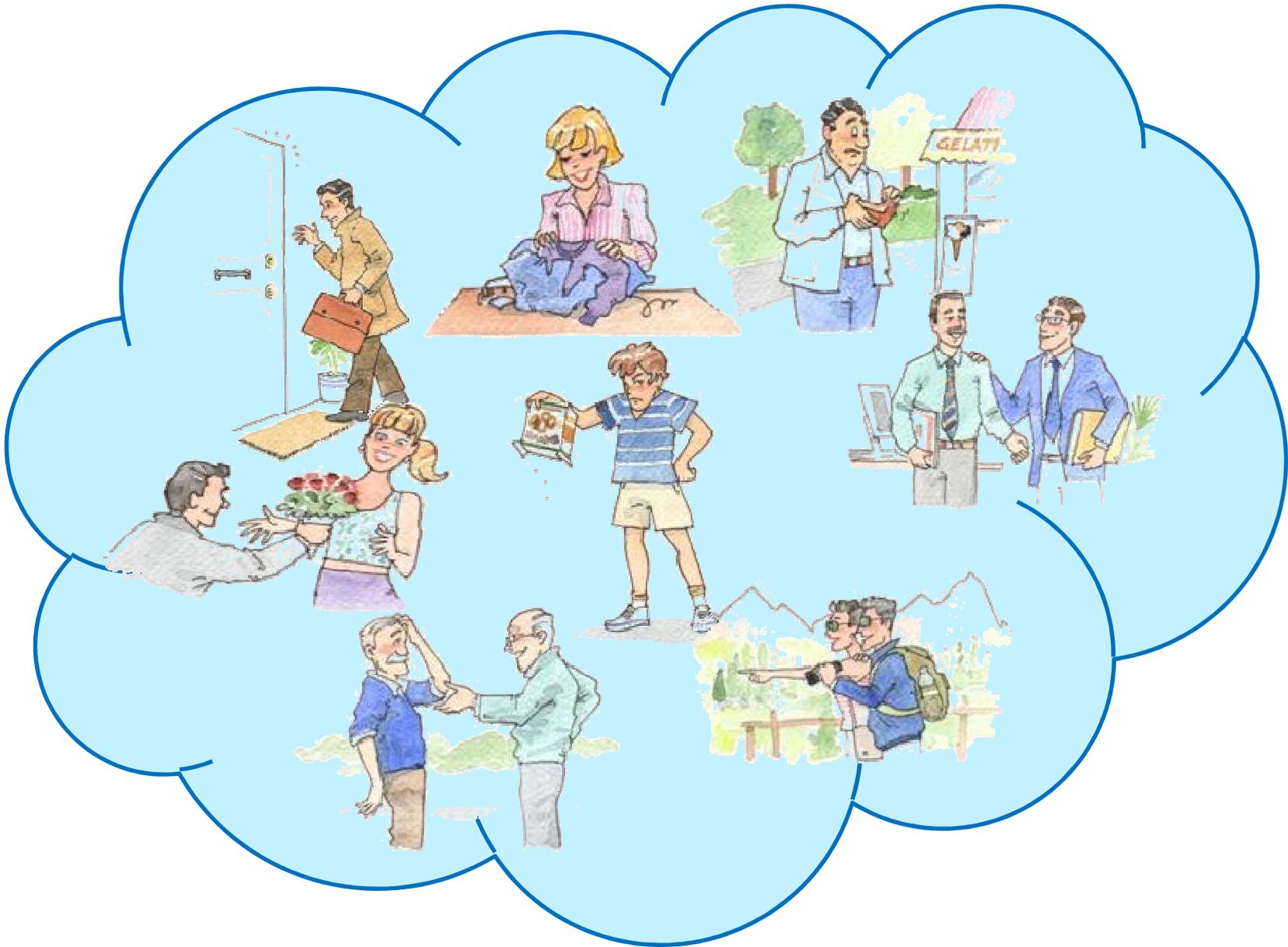
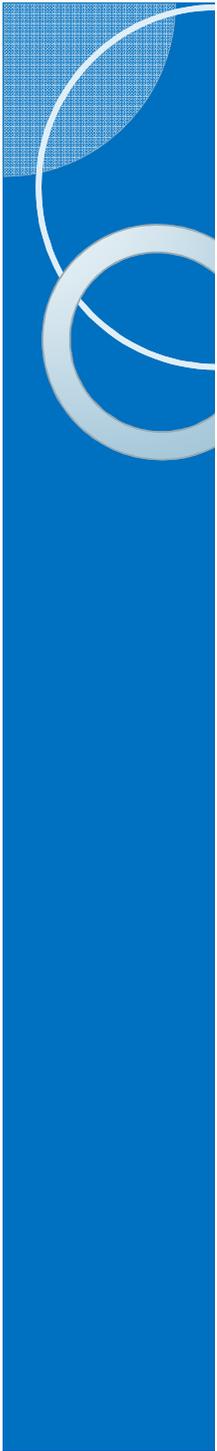


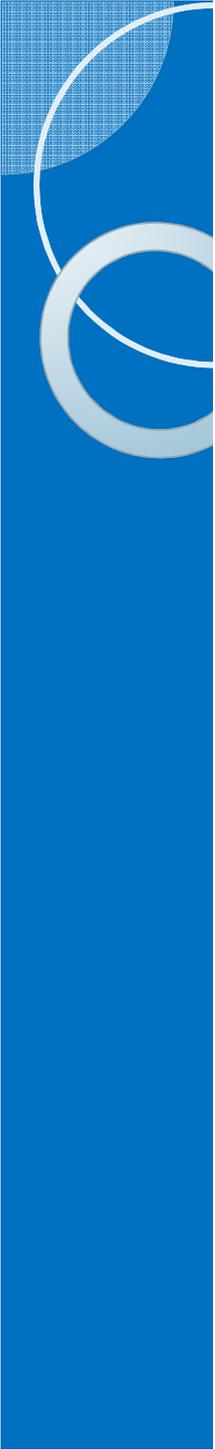
**Il corpo parla più delle parole: solo il 7% della comunicazione tra persone avviene attraverso le parole e, mentre il 38% viene attribuito al tono della voce, oltre la metà, il 55%, al linguaggio del corpo.**



**“Le mani sono per gli esseri umani ciò che la bacchetta è per un direttore d'orchestra”.**  
*(Desmond Morris)*

**Il corpo, quindi, agisce, reagisce e comunica costantemente; imparare ad interpretarne il linguaggio “segreto”, concentrare la attenzione su di esso significa migliorare la conoscenza reciproca ed interagire con maggiore comprensione.**





Se con le braccia e con le mani, si sottolineano e si danno diverse sfumature e più enfasi a ciò che si propone, anche le espressioni del viso contribuiscono a catturare l'attenzione e ad arricchire la comunicazione verbale e gestuale.

L'espressione corporea è:

## **comunicazione**

poiché molto spesso, attraverso il linguaggio del corpo, ci esprimiamo più chiaramente che con le parole;

## **azione**

poiché bisogna conoscere e saper utilizzare questo linguaggio;

## **creatività**

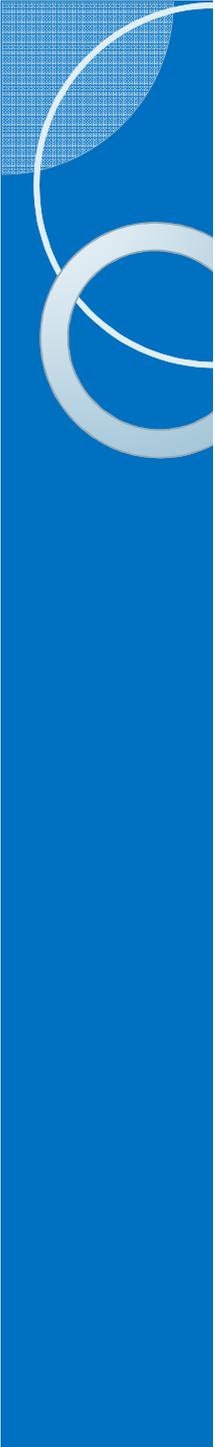
poiché si può sperimentare, scoprire nuovi contesti comunicativi attraverso il corpo ed attraverso i gesti, esplorando e mettendo in gioco le potenzialità corporee.

**Il nostro volto: una macchina complessa programmata per comunicare emozioni.**



**Il primo studioso che ha posto l'accento sul valore emotivo delle espressioni facciali è stato Charles Darwin, l'ideatore della teoria dell'evoluzione.**



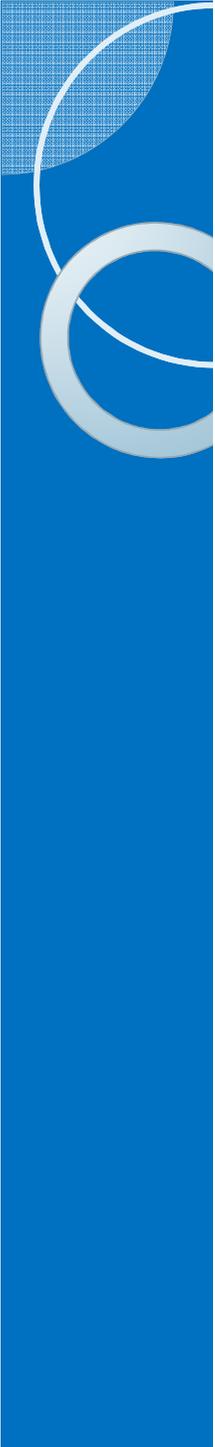


**Le capacità emozionali hanno la caratteristica di attribuire qualità ed efficacia alla vita condizionando il concentrarsi nel lavoro, il pensare, il riflettere produttivamente.**

**Il benessere può essere promosso fin dalla scuola dell'infanzia indirizzando ogni bambino a fronteggiare le situazioni in maniera produttiva, a sviluppare capacità creative, assertive, la propria intelligenza emotiva.**

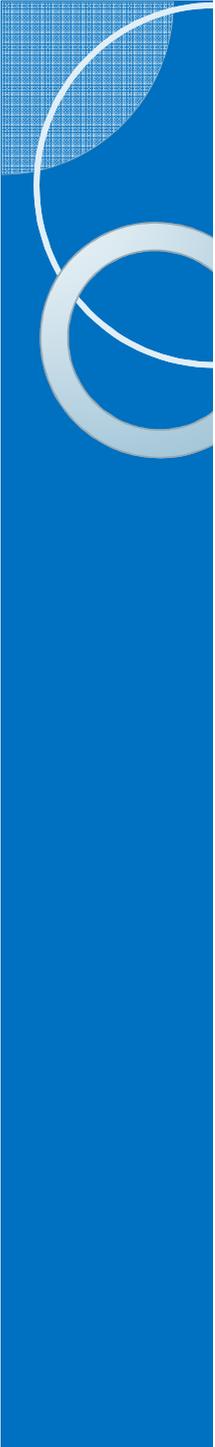
**Una mente impegnata da una preoccupazione, da una emozione, è una mente distratta, poco attenta che, di conseguenza, può dedicare poca attenzione all'ambiente scolastico, alle attività didattiche.**

**Se, fin dalla scuola dell'infanzia, attraverso il gioco ed il movimento, aiuteremo ogni bambino ad entrare in contatto con le proprie emozioni e con quelle degli altri, lo aiuteremo ad imparare a tenerle maggiormente sotto controllo facilitando così gli apprendimenti e sperimentando, giorno dopo giorno, lo star bene a scuola.**



**Daniel Goleman**, è uno degli esperti più conosciuti nel campo dell'intelligenza emotiva ed è stato proprio grazie ai suoi studi che in molti prestano interesse alla sua importanza nella crescita, al suo ruolo nello sviluppo del benessere personale e agli strumenti utili per favorirla e potenziarla.

L'intelligenza emotiva permette di spiegare il successo di persone caratterizzate da forti potenzialità emotive nel trascinare le masse.



Per Goleman **l'intelligenza emotiva** è “la capacità di riconoscere e gestire le emozioni proprie ed altrui e di saperle indirizzare nella direzione più favorevole e vantaggiosa”.

Essa è considerata una meta-capacità, una capacità che ci permette di usarne altre più complesse.

L'intelligenza emotiva è composta da 5 abilità:

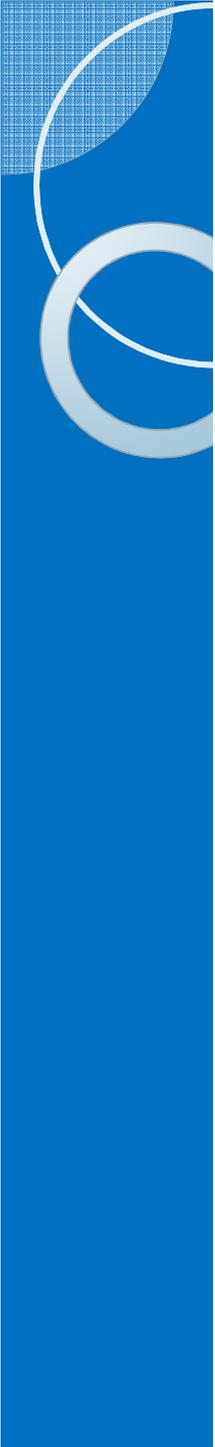
**la consapevolezza emotiva**, la capacità di produrre risultati riconoscendo le proprie emozioni;

**il controllo emotivo**, la capacità di utilizzare i propri sentimenti per un fine;

**la motivazione**, la capacità di scoprire il vero e profondo motivo che spinge all'azione;

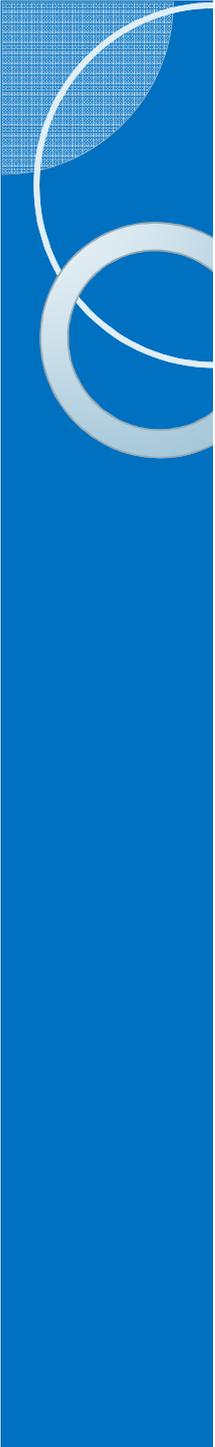
**l'empatia** la capacità di sentire gli altri

**e le competenze sociali** la capacità di stare insieme agli altri cercando di capire i movimenti che accadono tra le persone.



Lavorare su queste abilità, favorendone lo sviluppo, vuol dire migliorare la nostra intelligenza emotiva e di conseguenza favorire il nostro benessere personale.

L'utilizzo di questa forma di intelligenza si fonda sulla capacità di intuire i sentimenti, le aspirazioni delle persone che ci circondano ed avere una piena cognizione del proprio stato d'animo. Questo consente di orientare opportunamente i comportamenti a favore di obiettivi individuali o comuni.



E' consigliabile comunque iniziare da subito, quando i bambini sono ancora molto piccoli;

sviluppare questa “**meta-abilità**” (e tutte le capacità correlate) significa fare in modo che per il bambino diventi naturale farne uso.



**obiettivo**



**acquisire in modo divertente e coinvolgente una  
maggiore competenza nella gestione delle  
proprie emozioni**





## obiettivo

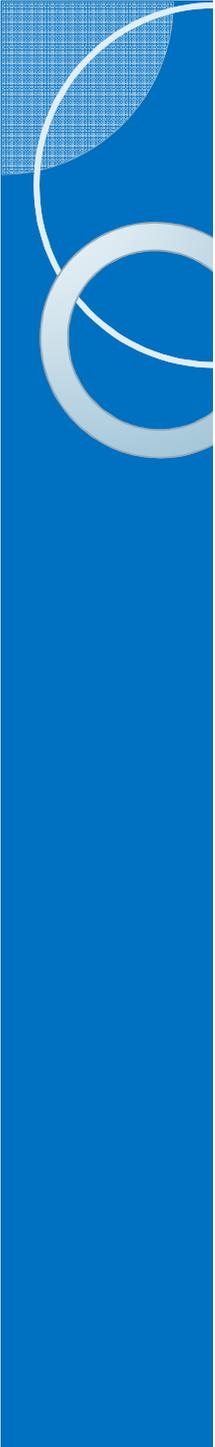
riconoscere le emozioni, su se stessi e  
nell'espressione degli altri;



esprimere le proprie emozioni, soprattutto attraverso il  
viso;

contestualizzare le emozioni, cioè mettere in relazione  
l'emozione con la situazione.

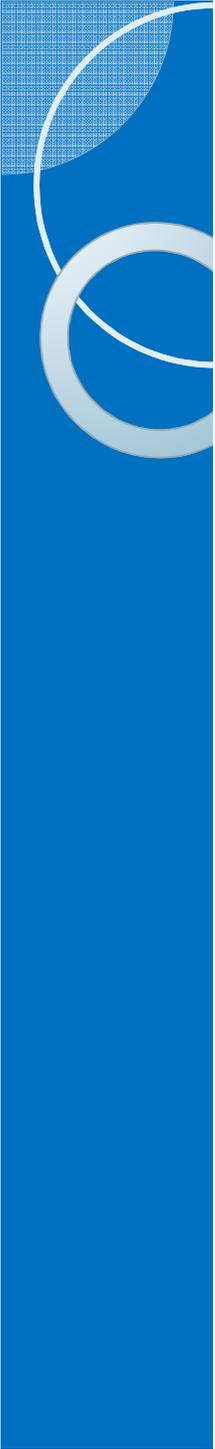




**aumentare e sviluppare la consapevolezza  
emozionale  
(riconoscere l'emozione)**

**accrescere il proprio vocabolario emotivo  
(dare un nome all'emozione )**

**stimolare lo sviluppo dell'empatia  
(riconoscere l'emozione che sta provando  
un'altra persona)**



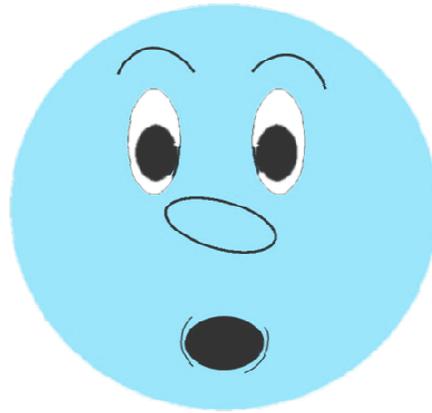
**Le emozioni ritenute principali sono quattro:**

- **gioia**
- **rabbia**
- **paura**
- **tristezza**

**a cui alcuni studiosi aggiungono  
disgusto e sorpresa.**



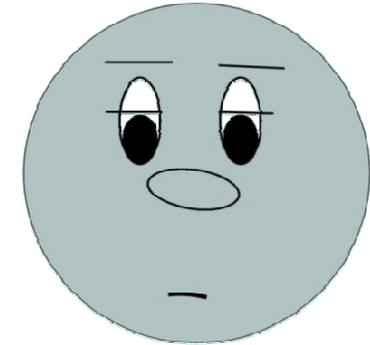
**perplexità**



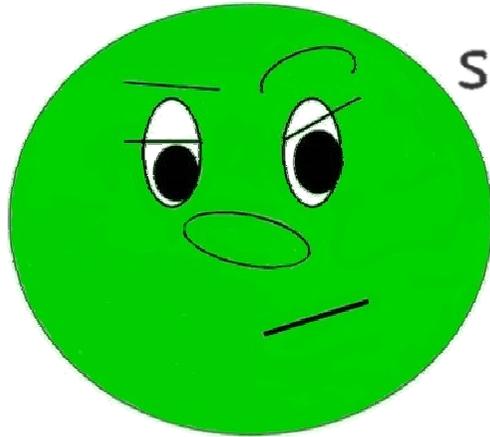
**sorpresa**



**paura**



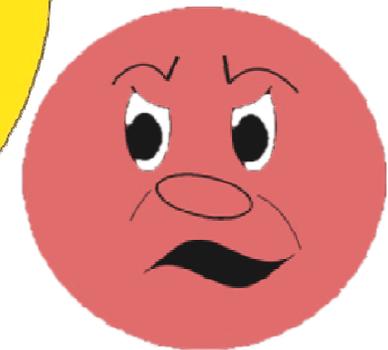
**tristezza**



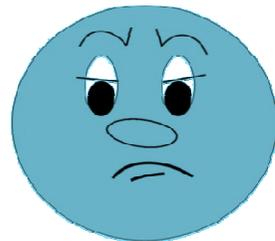
**curiosità**



**allegria**



**rabbia**



**disgusto**

I disegni sono stati realizzati dal Prof. Felice Izzi

## 1. suscitare l'interesse dei bambini



**La maestra ai bambini: “Oggi sono arrabbiata!  
Qualcuno è come me?”.**

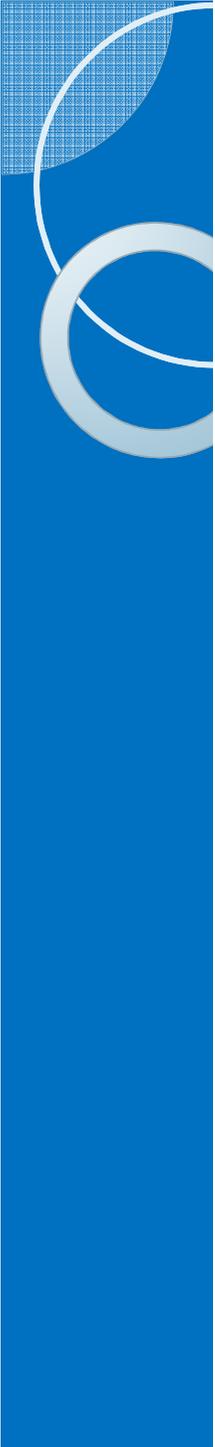
**I bambini proveranno ad imitarla.**

**Ogni giorno ci si “emozionerà” anche attraverso i racconti e  
le esperienze di vita vissuta dei bambini.**



**Essi saranno, ben presto, capaci di definire le emozioni,  
anche in base alla conoscenza  
diretta del loro contrario.**

**Avremo la  
capacità di  
ascoltarli quando  
si metteranno in  
gioco per  
raccontarsi?**



**I bambini sono bravissimi nel captare il non verbale, per cui la maestra ha la responsabilità nel trasmettere entusiasmo o svogliatezza anche soltanto con lo sguardo. L'insegnante deve giocare con loro ... ed anche divertirsi!**

**Proveremo a fare in modo che i bambini mandino fuori, con energia, un contenuto sensato, che esprimano emozioni e contenuti immaginati.**

**Una emozione più interiorizzata valorizza la sensibilità, l'intuizione, la creatività del bambino molto di più di una imitazione di movimenti.**

**I bambini dell'ultimo anno della scuola dell'infanzia, sono fantasiosi e, attraverso situazioni simboliche di favole e racconti, possono essere creativi, atto che è il presupposto di risolvere in maniera innovativa problemi motori, variando, ristrutturando e creando nuove forme di movimento.**

## 1. suscitare l'interesse dei bambini



ascoltare  
dall'insegnante un  
racconto, una emozione  
vissuta da piccoli,  
tranquillizza i bambini

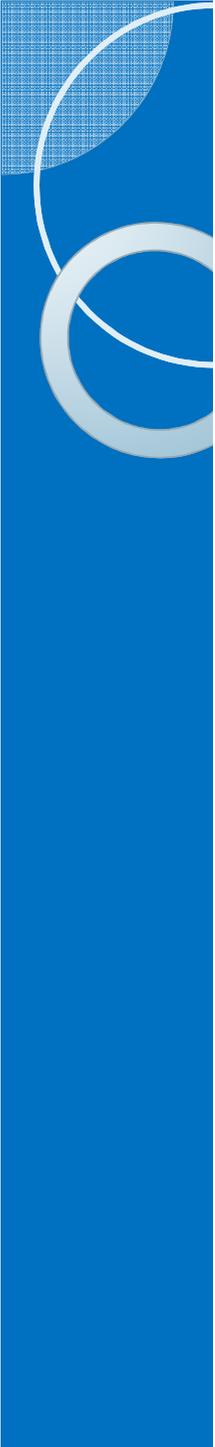
**Tutto si apprende più facilmente quando ci si diverte, quando si è profondamente immersi in quello che si sta facendo, se si condivide con una persona con cui si sta molto volentieri.**



## 2. realizzare un'attività pratica (grafica, manipolativa, creativa) a tema con l'argomento

La **fase laboratoriale**, per tutta la durata del progetto, prevede la realizzazione di un grande **cerchio di stoffa**, di un diametro tale da far trovare posto, sulla circonferenza, a tutti i bambini della sezione, del plesso o dell'intero circolo.

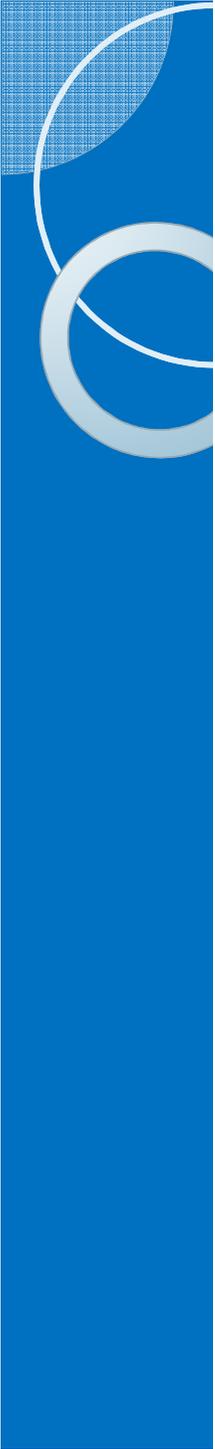
Su di questo i bambini, giorno dopo giorno, emozione dopo emozione, anoteranno, disegneranno, applicheranno una traccia di questo percorso progettuale rendendo concreta e personalizzando l'esperienza vissuta.



### **3. sviluppare l'argomento quotidianamente sostenendo quei concetti/esperienza che vanno conosciuti e verificati di giorno in giorno**

**I bambini, poco alla volta, impareranno a dare un nome alle emozioni vissute nel quotidiano: gioia, rabbia, paura, tristezza, riconoscendole su se stessi e poi anche sugli altri.**

**Giochi di ruolo e drammatizzazioni possono aiutare i bambini a comprendere certe reazioni emotive attraverso la recita di parti stabilite e ricavate dalle scene dei film, anche organizzando la classe in coppie per favorire lo scambio dei ruoli.**



#### **4. tradurre quanto proposto con linguaggi diversi (dal verbale al musicale, al mimico-gestuale)**

**trovare le emozioni in un brano e/o in uno strumento musicale;**

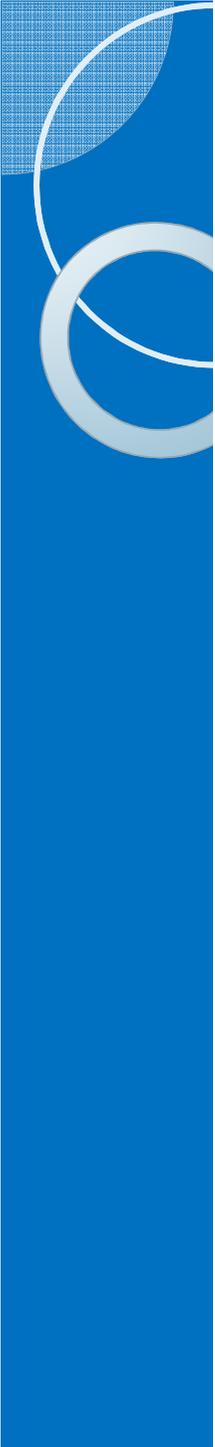
**scoprirle sul proprio corpo, ricordando le sensazioni in varie situazioni e descrivendo quelle provate dopo l'ascolto di una melodia;**

**cercare le emozioni nelle faccine da disegnare giocando con elementi della mimica facciale (sopracciglia, occhi, bocca) grazie a cartoni e fumetti.**



**5. è la proposta del gioco motorio per verificare quanto appreso e quanto ancora da apprendere**

**Trasformare le emozioni in movimento.....**

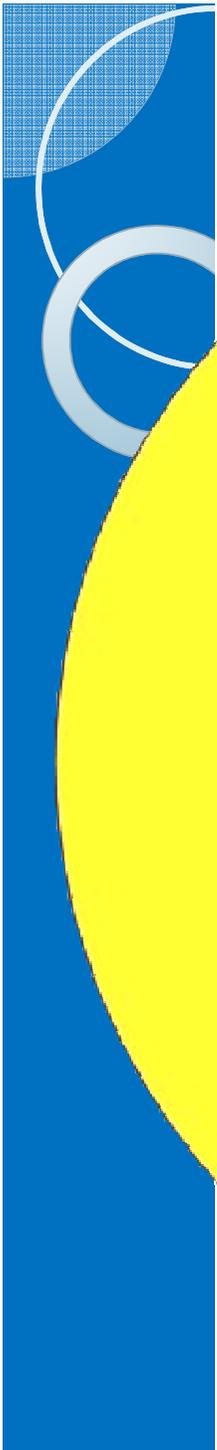


## Esprimere le emozioni attraverso l' *abc* del movimento

Con l'uso di forme, attrezzi occasionali, riciclati o codificati, i bambini diventeranno capaci di costruire percorsi dove utilizzare le condotte motorie di base nelle forme più variate di ritmo, direzione, velocità e coordinazione associate alle emozioni.

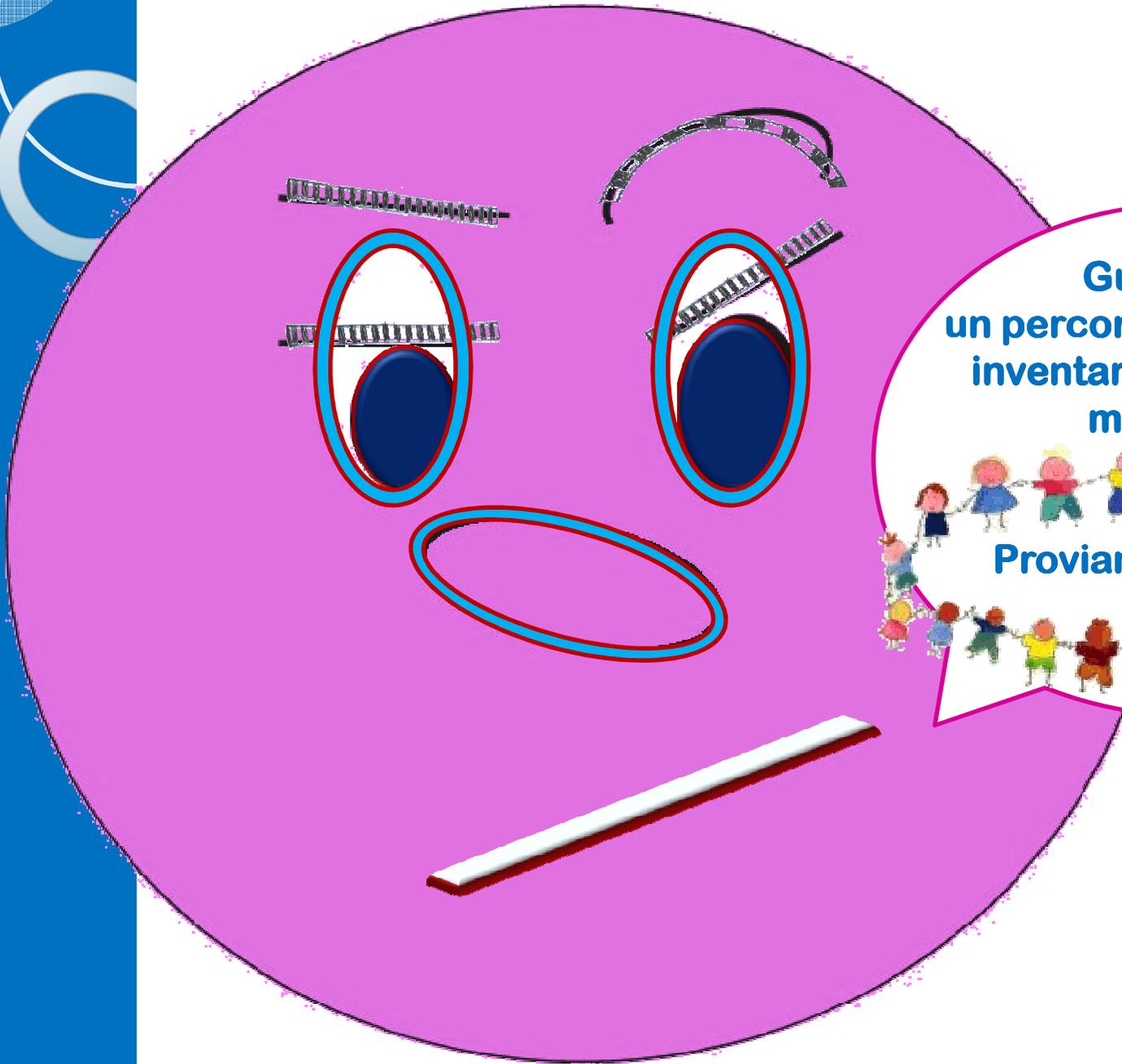
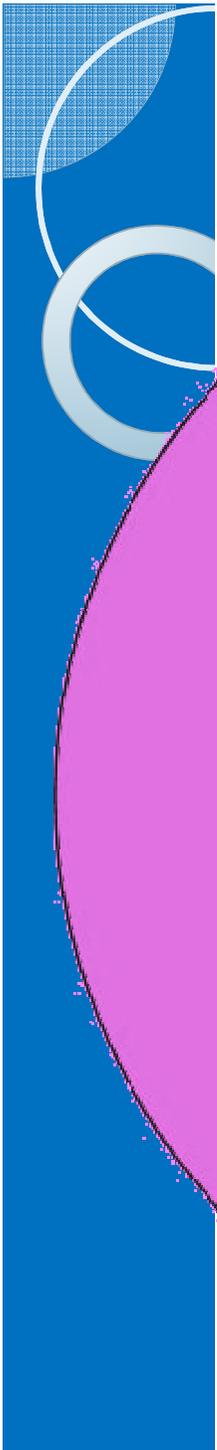
Percorsi motori sempre più grandi, da realizzare con creatività sfruttando tutte le possibilità del corpo in movimento o di gruppi sempre più numerosi di bambini.

Camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, ma anche manualità, velocità, mobilità, equilibrio, rapporti non abituali fra il corpo e lo spazio, aumentando le capacità del gioco simbolico: un percorso "sprint", un percorso "di guerra", un percorso di equilibrio, un percorso di attenzione, un percorso di coraggio, un percorso "difficile", ecc.



**Uhhh..... sono...perplesso!!!  
E' un percorso dove camminare  
con attenzione, in equilibrio!**



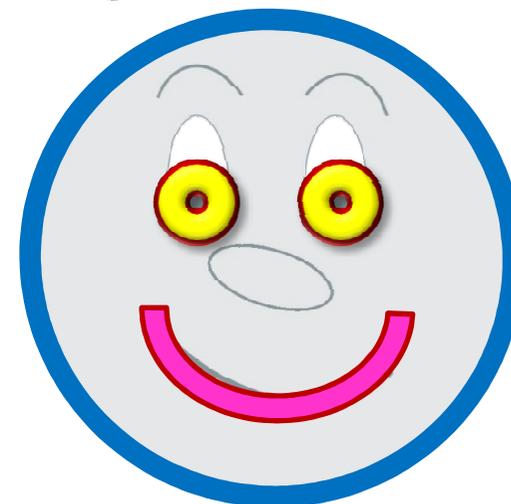
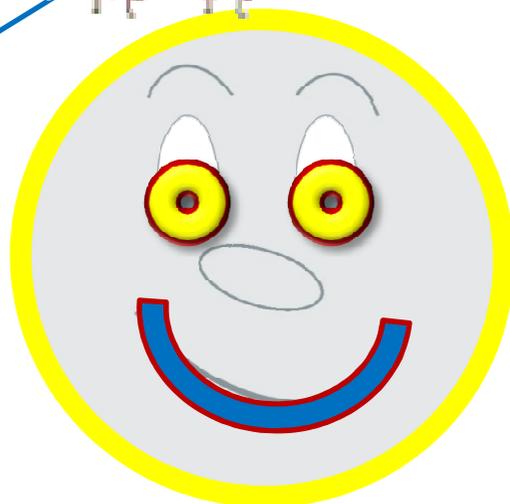


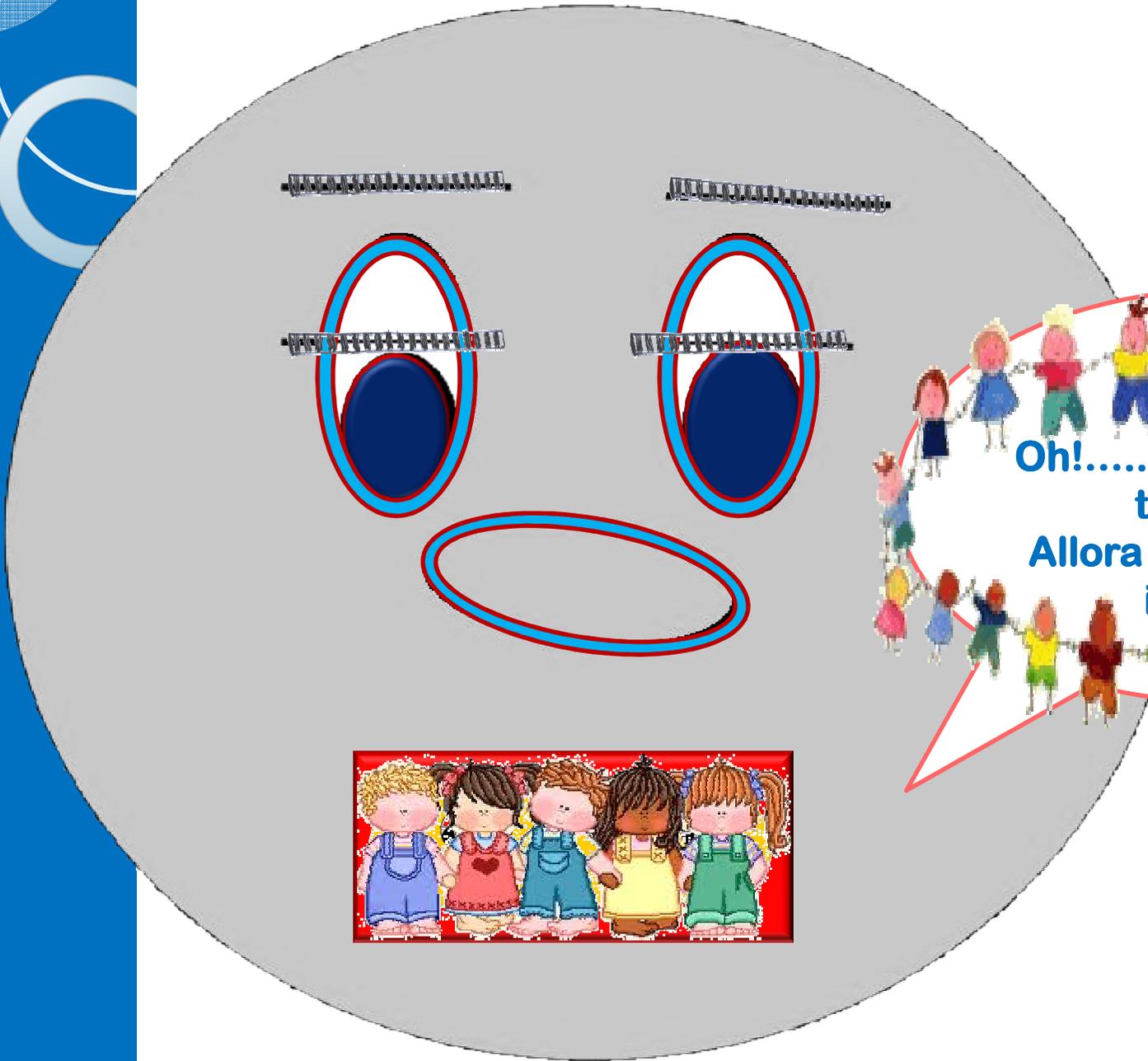
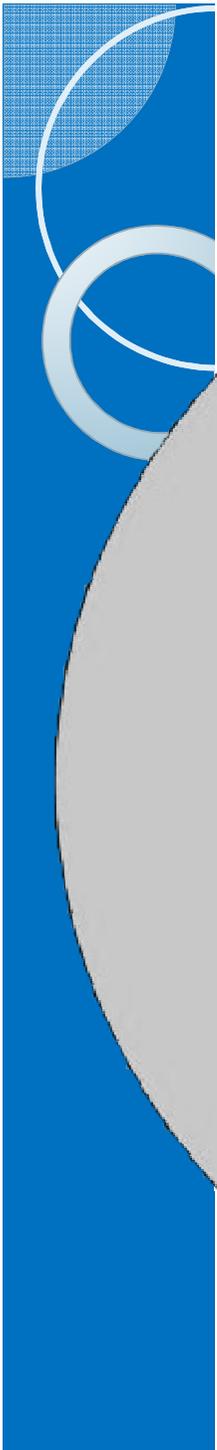
**Guarda!.....  
un percorso...curioso per  
inventare sempre nuovi  
movimenti.**

**Proviamolo a coppie!**

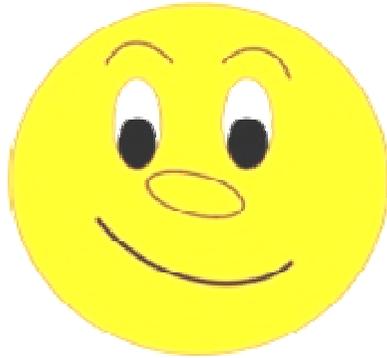


**Evviva!**  
**tanti percorsi allegri!!!**  
**Strisciare e saltare**  
**ridendo!**



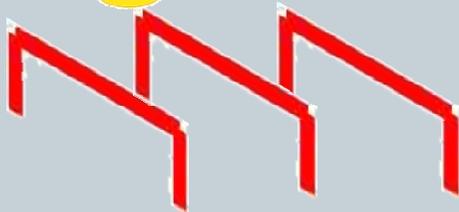
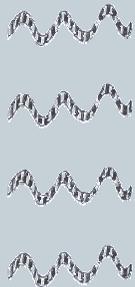
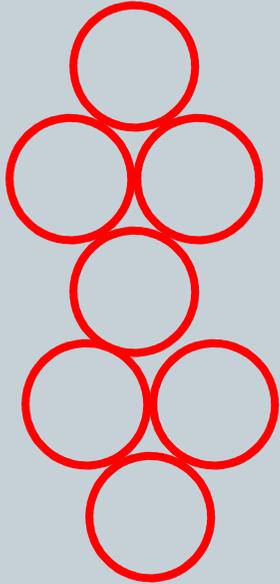
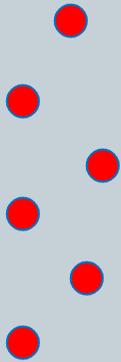
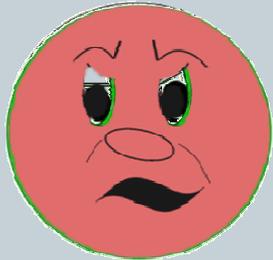
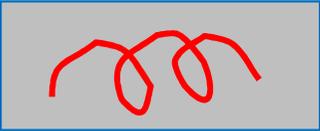
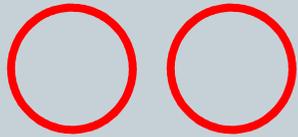


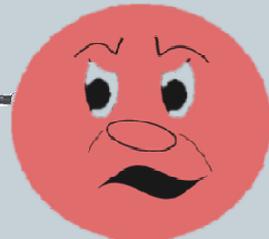
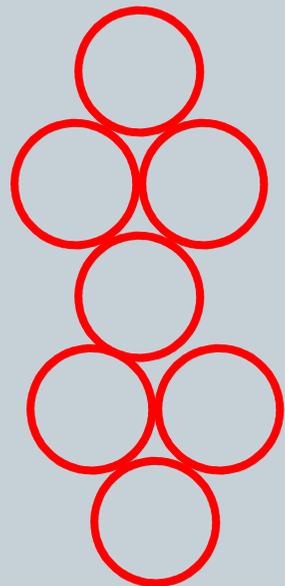
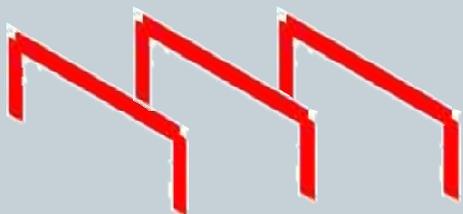
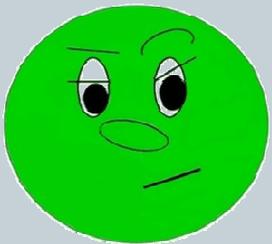
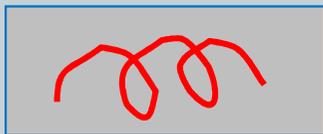
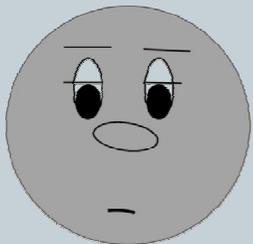
**Oh!..... Sembra un po' triste...!!!  
Allora è meglio stare insieme!**

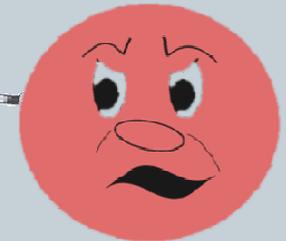
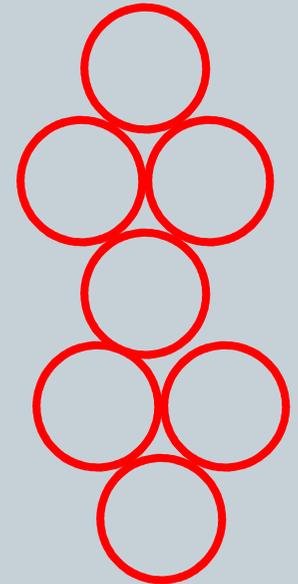
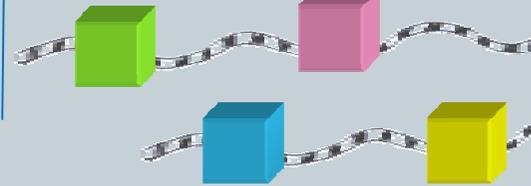
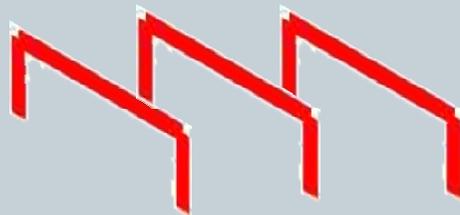
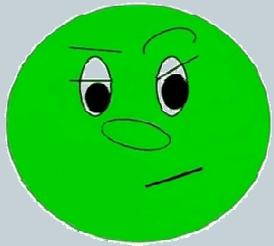
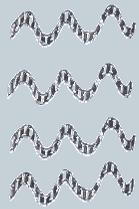
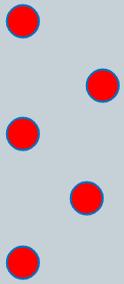
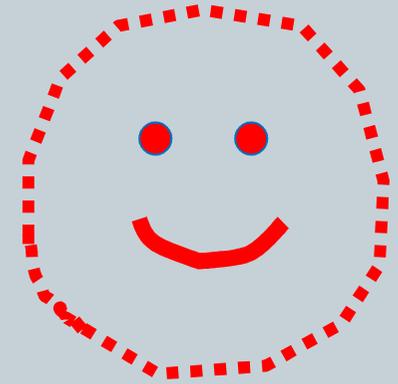
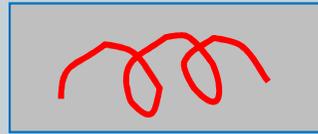
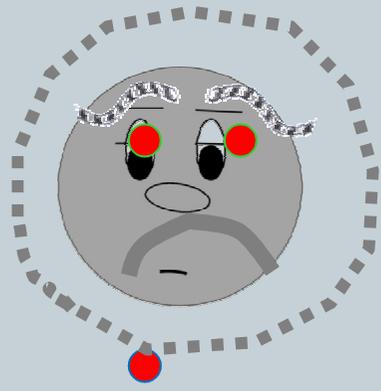


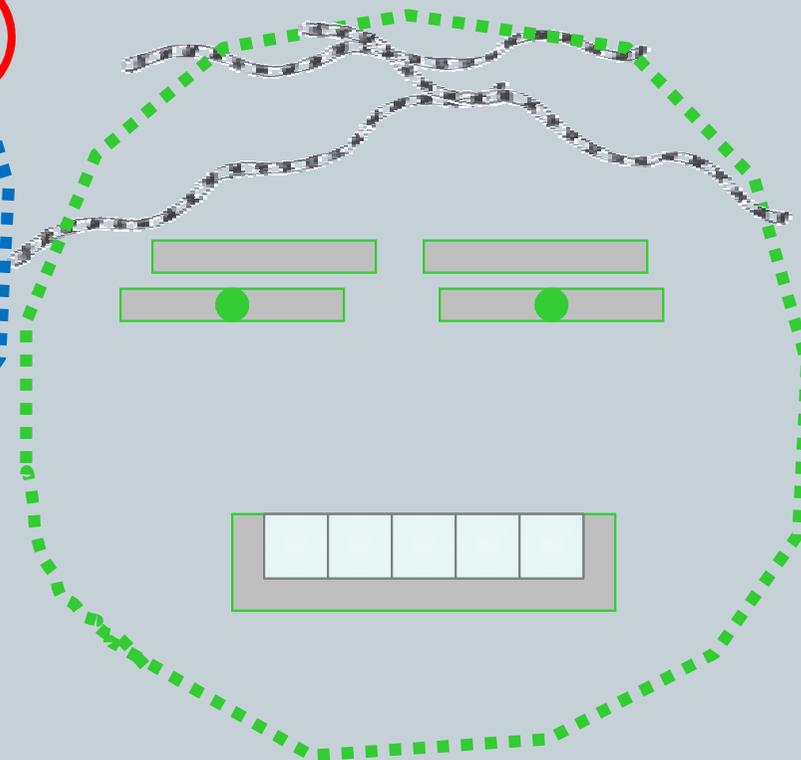
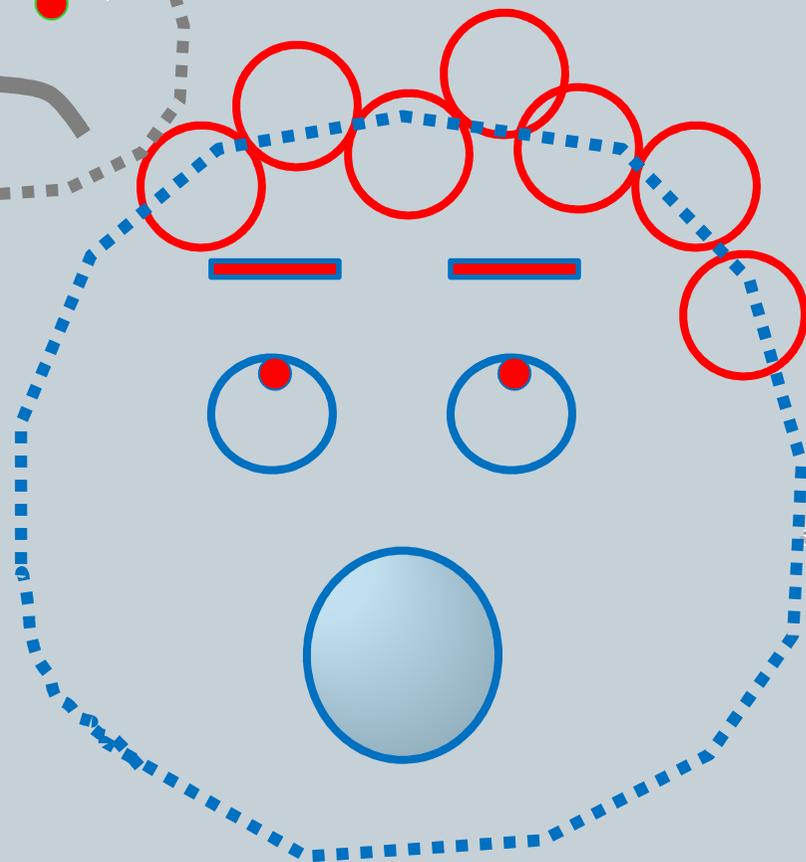
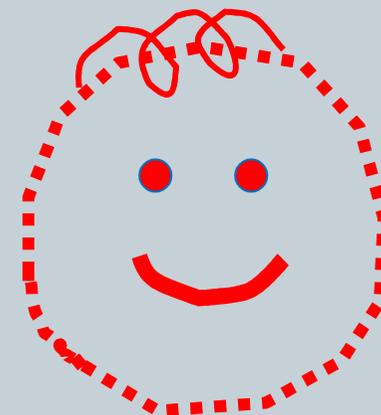
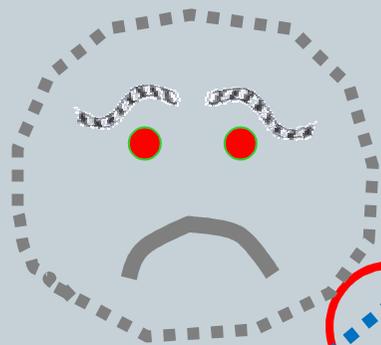
**Con un po' di fantasia  
il nostro corpo,  
da solo o insieme agli altri,  
può inventare  
dando forma alle emozioni.**

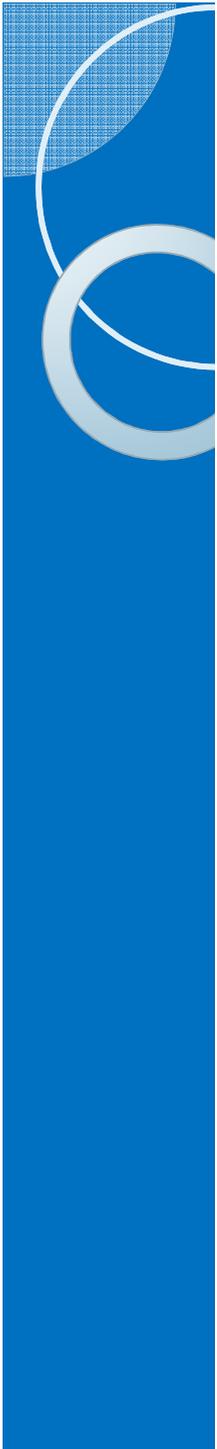
**La sfida  
è un coinvolgente gioco  
di percezione e  
rappresentazione  
per apprendere  
attraverso il movimento.**

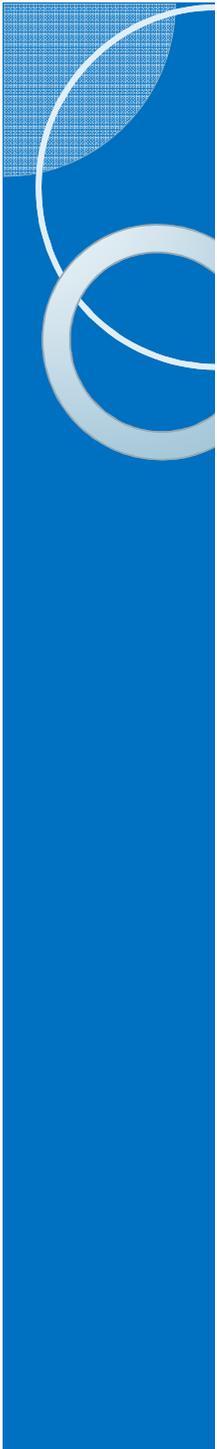


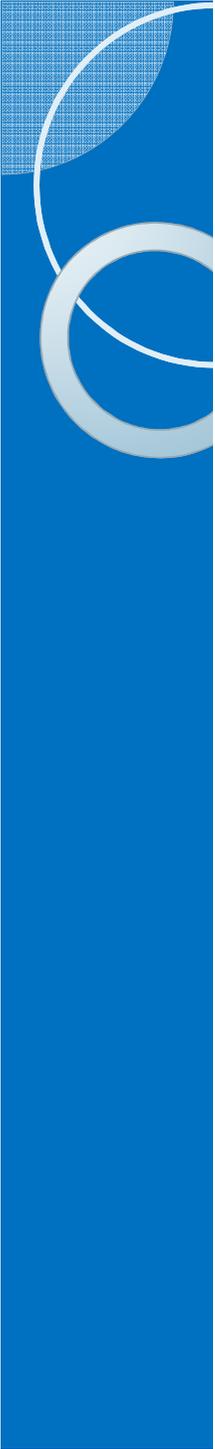












*A fine anno ogni sezione avrà completato, giorno dopo giorno, il proprio "diario" speciale che racconterà e ricorderà, emozione dopo emozione, del tempo trascorso intensamente insieme.*

*Un grande cerchio di stoffa da maneggiare come un attrezzo, un elemento magico che permette il passaggio dell'energia senza che questa si disperda.*

*I bambini, uniti in cerchio, imparano che possono escludere o essere esclusi ma agiscono e si divertono, sono complici e custodi di un grande tesoro: l'amicizia.*

*Un cerchio per scoprire come ognuno associ, in maniera personale ed unica, un colore all'emozione.*

*Un cerchio colorato dove far crescere una buona relazione con se stessi per migliorare la relazione con gli altri.*

*Questo contribuisce a far star bene ogni bambino nel gruppo classe e influenza direttamente il clima scolastico di apprendimento.*

*I bambini sono pronti ad entrare nella scuola primaria e a continuare ad apprendere, più attenti, più concentrati, più coraggiosi.*

*E questo può cambiare la società.*