



GIOCARE CON LE EMOZIONI: LA RUOTA DELLE EMOZIONI

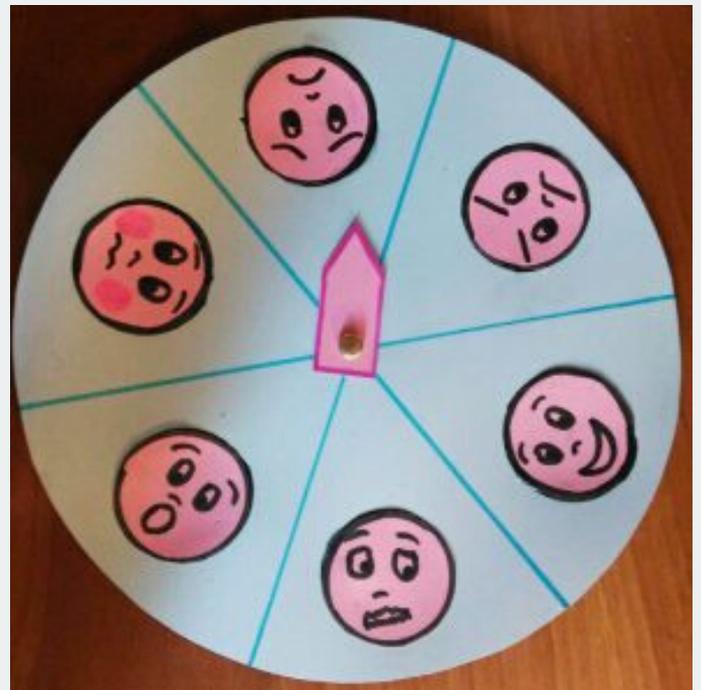
GENITORI CONSAPEVOLI - MINDFUL PARENTS

QUESTA È UN'ATTIVITÀ CHE PUOI FARE CON I BAMBINI PER AIUTARLI A IMPARARE IL LINGUAGGIO DELLE EMOZIONI

IL LAVORO DI CREAZIONE DELLA RUOTA PUÒ ESSERE PROPOSTO AI BAMBINI COME UN GIOCO IN SE'

COME COSTRUIRE LA RUOTA
DELLE EMOZIONI:

- 1) RITAGLIATE UN CERCHIO DI CARTONCINO DI CIRCA 30 CM DI DIAMETRO
- 2) DISEGNATE CON UN PENNARELLO SEI SPICCHI UGUALI.
- 3) DISEGNATE (O INCOLLATE) ALL'INTERNO DI OGNI SPICCHIO, UN CERCHIO DI CIRCA 5 CM DI DIAMETRO.
- 4) DISEGNARE ALL'INTERNO DEI 6 CERCHIETTI LA FACCINA CORRISPONDENTE AD UN'EMOZIONE.



IL MIO CONSIGLIO È QUELLO DI UTILIZZARE: **FELICITÀ, PAURA, RABBIA, IMBARAZZO, SORPRESA, TRISTEZZA**. RITAGLIARE UNA PICCOLA FRECCIA DI CARTONCINO E FISSARLA ALLA "RUOTA" CON UN FERMACAMPIONE.



GIOCARE CON LE EMOZIONI LA RUOTA DELLE EMOZIONI ATTIVITÀ SUGGERITE

GENITORI CONSAPEVOLI - MINDFUL PARENTS

SUGGERISCO I SEGUENTI GIOCHI PER BAMBINI DI ETÀ COMPRESA TRA I 5 E I 10 ANNI E CONSIGLIO AGLI ADULTI DI PARTECIPARE, NON SOLO PER AIUTARE I PIÙ PICCOLI, MA ANCHE PER DIVERTIRSI CON LORO!

DURANTE I GIOCHI È IMPORTANTE **FARE SEMPRE RIFERIMENTO ALLE FACCINE DISEGNATE**, PONENDO DOMANDE SU DI ESSE, IN MODO CHE CIASCUN BAMBINO SI SENTA LIBERO DI ESPRIMERE O MENO CIRCOSTANZE EMOTIVE PERSONALI.

LE PRIME DUE PRIME ATTIVITÀ AIUTANO IL BAMBINO A SVILUPPARE LA CAPACITÀ NON SOLO DI ESPRIMERE LE EMOZIONI ATTRAVERSO IL CORPO, MA ANCHE DI RICONOSCERLE NELLE ALTRE PERSONE.

IL **PRIMO PASSO** DI OGNI GIOCO È QUELLO DI **FAR GIRARE LA RUOTA DELLE EMOZIONI** E CHIEDERE A OGNI BAMBINO COME SI SENTA LA FACCINA SECONDO LUI. SE NE HA BISOGNO, AIUTATELO CON PICCOLI SUGGERIMENTI, DOPODICHÉ POTETE PROSEGUIRE SCEGLIENDO TRA LE SEGUENTI ATTIVITÀ, ELENcate PER ORDINE DI DIFFICOLTÀ.

1. MIMARE CON IL VISO: INVITATE OGNI BAMBINO A MIMARE L'EMOZIONE INDOVINATA ATTRAVERSO L'ESPRESSIONE FACCIALE.

2. MIMARE CON IL CORPO: PROPONETE AI BAMBINI DI MIMARE L'EMOZIONE INDOVINATA ATTRAVERSO IL CORPO (ES. POSTURA, LA CAMMINATA E LA GESTUALITÀ)



GIOCARE CON LE EMOZIONI LA RUOTA DELLE EMOZIONI ATTIVITÀ SUGGERITE

GENITORI CONSAPEVOLI - MINDFUL PARENTS

QUESTE ULTIME TRE ATTIVITÀ PROMUOVONO NEI BAMBINI L'ACCRESIMENTO DELLA CAPACITÀ EMPATICA, OVVERO IL SAPERSI METTERE "NEI PANNI DELL'ALTRO".

3. RIFLETTERE SUL "PRIMA": DOMANDARE AI BAMBINI COSA POTREBBE ESSERE ACCADUTO ALLA FACCINA, SOTTOLINEANDO COME CIASCUNO ATTRIBUISCA CAUSE DIFFERENTI ALLA MEDESIMA EMOZIONE E SPIEGANDO L'IMPORTANZA DI RISPETTARE TALI DIFFERENZE.

4. COME TORNARE FELICI: CHIEDERE AD OGNI BAMBINO COSA FAREBBE O DIREBBE PER AIUTARE LA FACCINA A TORNARE FELICE.

5. EMOZIONI A TEATRO: LASCIAR DECIDERE ALLA RUOTA L'EMOZIONE CHE OGNI BAMBINO DOVRÀ INTERPRETARE IN UNA SCENETTA INVENTATA DAL GRUPPO, IN CUI NEL FINALE TUTTI I PROTAGONISTI SIANO FELICI.

