

Il mio corpo e le mie emozioni



© Can Stock Photo



Attività: osserva le foto. Che cosa stanno facendo i bambini? Quali sono i bambini felici? E quelli arrabbiati?

LE EMOZIONI

SE MI ARRABBIO E PESTO I PIEDI
IL MIO VISO TU LO VEDI.
SE SONO SOLO ED HO PAURA
CHIUDO GLI OCCHI FINCHE' DURA.
SE SONO ALLEGRO E SON FELICE
LA MIA BOCCA TE LO DICE.
QUANDO PIANGO E SONO TRISTE
LE LACRIME LE HAI VISTE?



Il Sé e l'altro

Attività: colora i bambini e ascolta la filastrocca



Attività: ascolta la filastrocca poi indica il viso del bambino triste, del bambino felice, del bambino arrabbiato e del bambino impaurito.

FILASTROCCHHE SULLE EMOZIONI

La settimana delle emozioni

Siamo in sette e siamo carini ma anche parecchio birichini.

LUNEDÌ: sono triste perché quel che volevo non ho avuto e il sorriso ho perduto.

MARTEDÌ: sono contento perché mi consoli un pochino con un bacio e a me viene un sorrisino.

MERCOLEDÌ: mi fanno un dispetto, mi arrabbio e perdo il rispetto.

GIOVEDÌ: ho paura allora chiudo gli occhi fin che dura.

VENERDÌ: perdo la gioia e rimane solo la noia.

SABATO: mi batte il cuore quante emozioni, mi sono venute le palpitazioni.

DOMENICA: spalanco gli occhi se sono sorpreso mi sento e poi gioco con gli amici allegro e contento.

E per concludere la filastrocca, fare un saluto ora mi tocca. Batto le mani mando un bacio e qui concludo con un inchino.



Filastrocca della felicità (Felice - HAPPY)

Basta poco per esser felici
un gattino, un gioco, gli amici
un gelato, o un giro in bici.

La merenda nello zainetto
i nonni, i colori nel cassetto
la TV, la palla sotto il letto.

Anche quando non è tutto bello
per esser contenti basta volerlo
e col sorriso di mamma e papà
subito torna la felicità!



Filastrocca della Tristezza (Triste - SAD)

È normale a volte essere tristi, non si è affatto sempre allegri, forti e vispi.

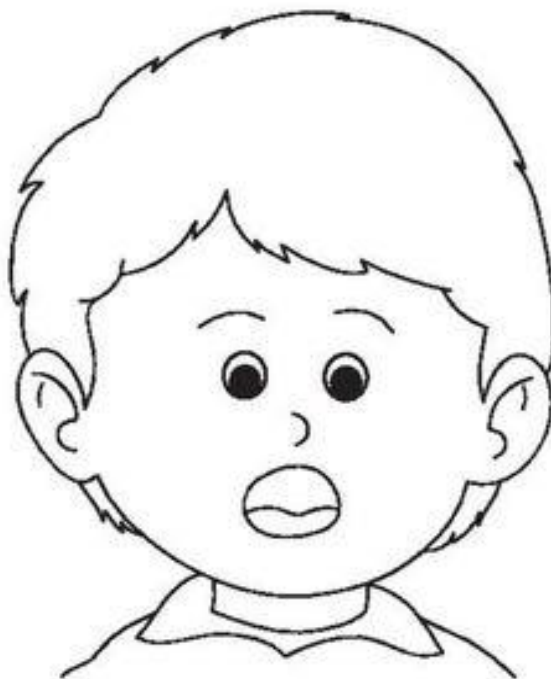
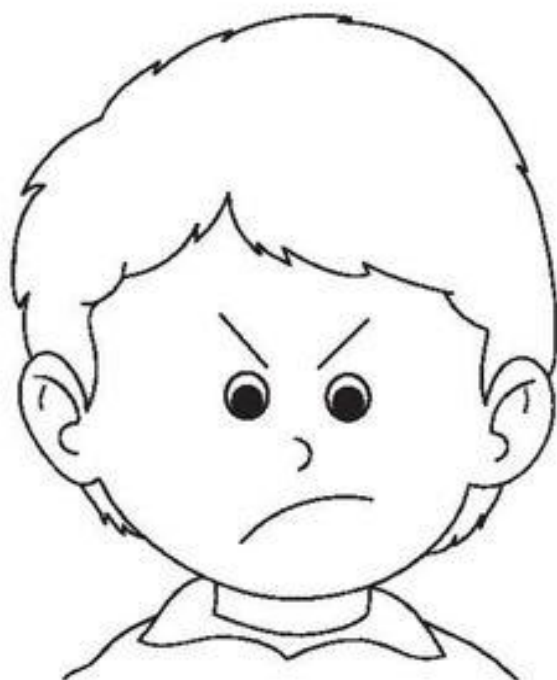
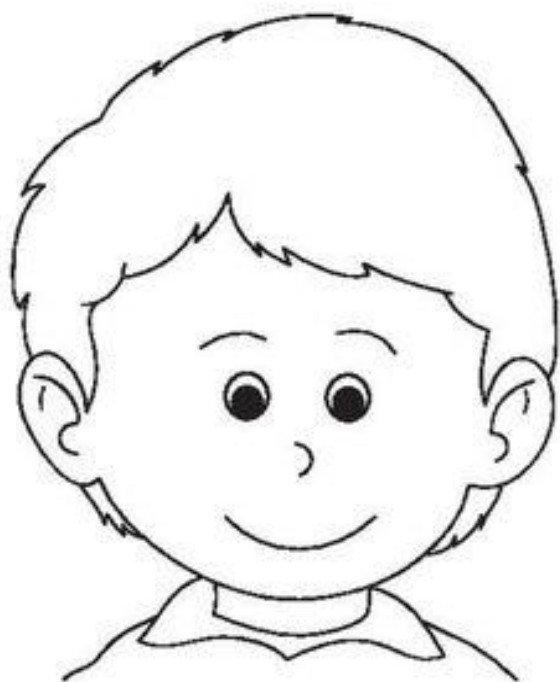
Un'offesa, un sorriso mancato ci possono lasciare senza fiato.

Magari sentiamo le lacrime arrivare mentre un boccone amaro è da ingoiare.

Ma dopo aver provato l'amarezza,

ecco una mano che ci fa una carezza.

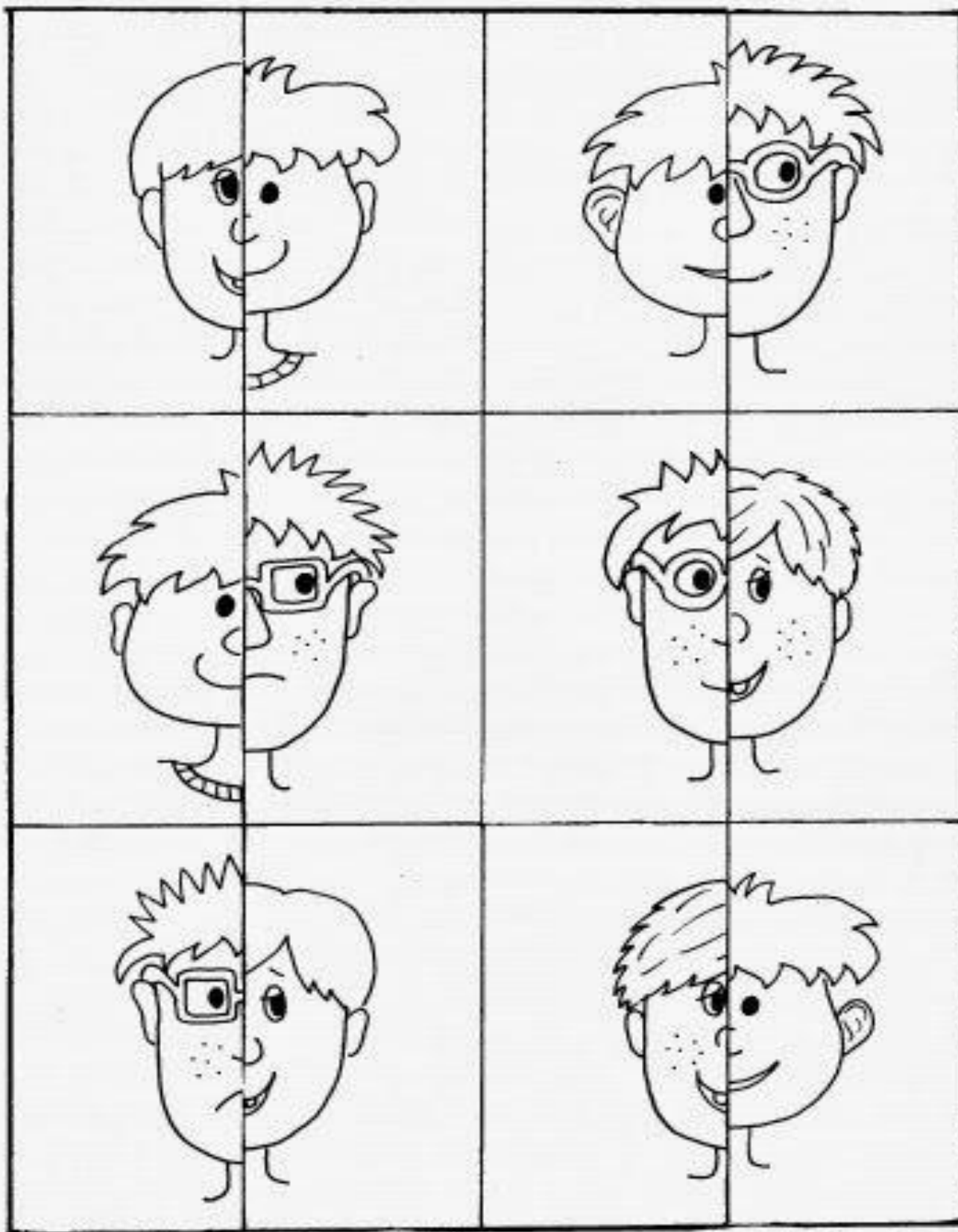
Allora giunge di nuovo il sereno e si torna a sorridere in un battibaleno.



Colora i visi. Sai dire che emozioni esprimono?

Riconoscere le emozioni.

LE EMOZIONI. Ritaglia e cerca di ricomporre i visi. Osserva bene i particolari!



51. A vonalak mentén vágd szét a képet, és illeszd össze az egymáshoz illő félcukákat!

Ulteriori spunti di attività

❖ Quando ti senti felice? Fai un bel disegno in cui ti rappresenti in un momento felice della tua giornata.

❖ Osserva il video della storia “Il colore delle emozioni”. Prova a disegnare il mostro delle emozioni.

https://www.youtube.com/watch?v=n_kGfBYzCAs

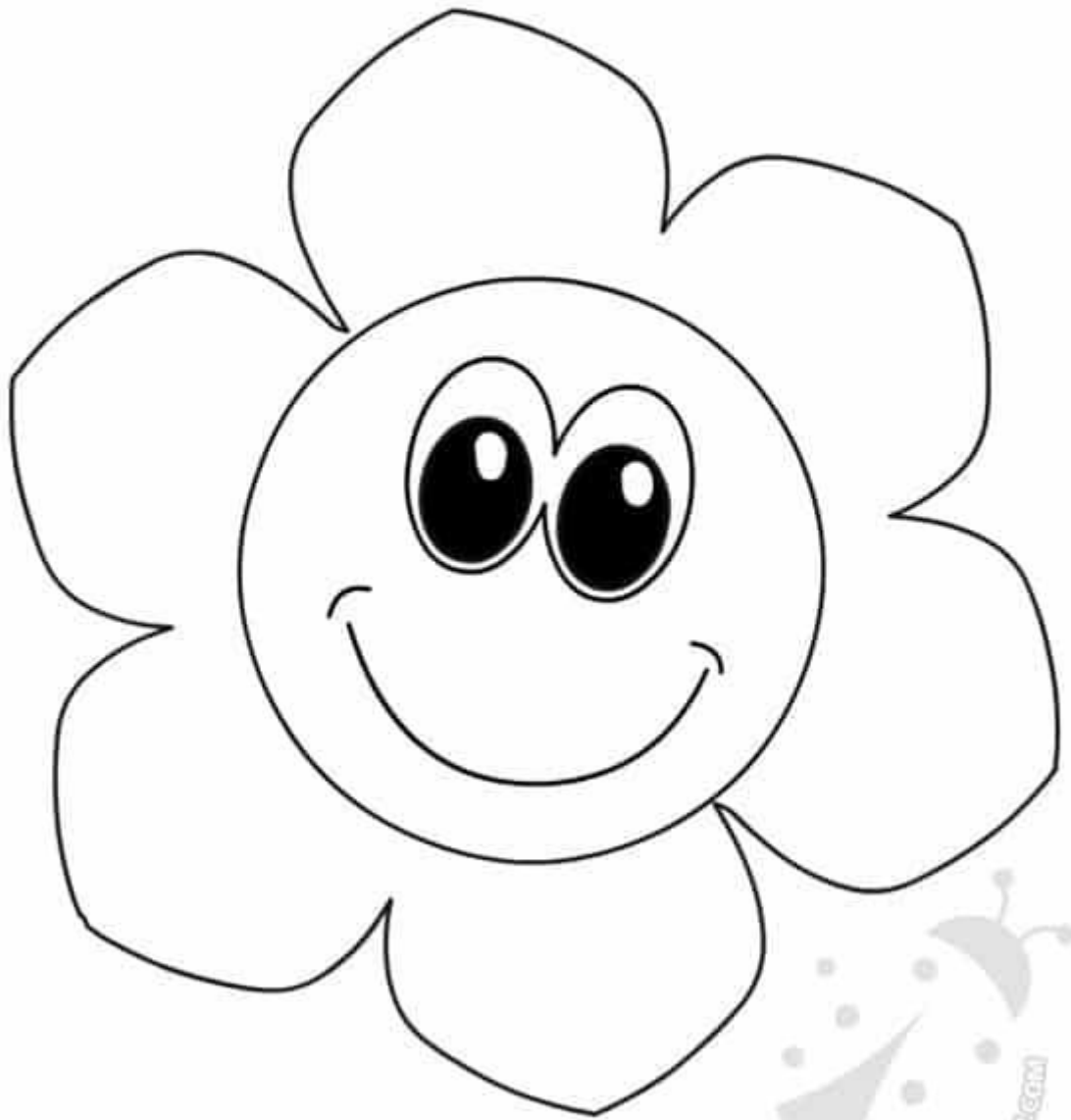
❖ Ora ascolta queste canzoni sulle emozioni. “La canzone della felicità” la ballavamo e cantavamo spesso a scuola. Buon divertimento!

<https://www.youtube.com/watch?v=AbJx7twLNgM>

<https://www.youtube.com/watch?v=sOnktbkssUk>

❖ Ritaglia il contorno del fiore della felicità (vedi pagina successiva), coloralo poi attaccalo ad una cannuccia verde o ad un cartoncino verde a forma di gambo. Oppure disegna tu un fiore della felicità. Buon divertimento!

FELICITA'



www.lavoretticreativi.com

