

Una Regione in Movimento Progetto Regionale di attività ludico-motorie



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

EMOZIONI IN GIOCO

4-5

anni

star bene
a scuola

life
skills

Innovazione

Docenti

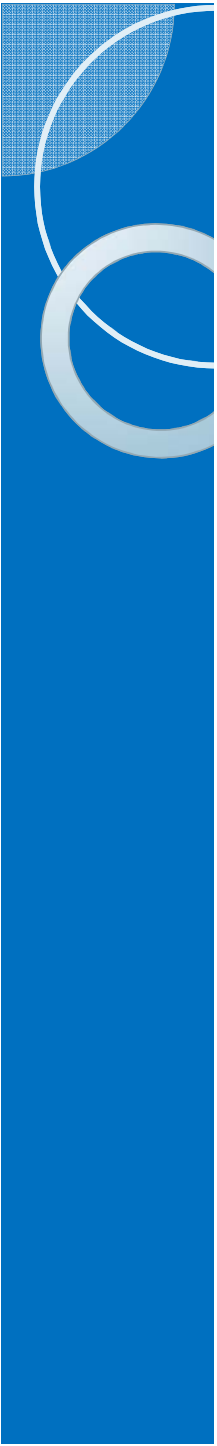
Ricerca

Costruzione di un
Progetto
ludico-motorio
nella
Scuola
dell'Infanzia
continuità

qualità
quantità,
nelle attività
ludico-motorie
scolastiche

Formazione
in servizio

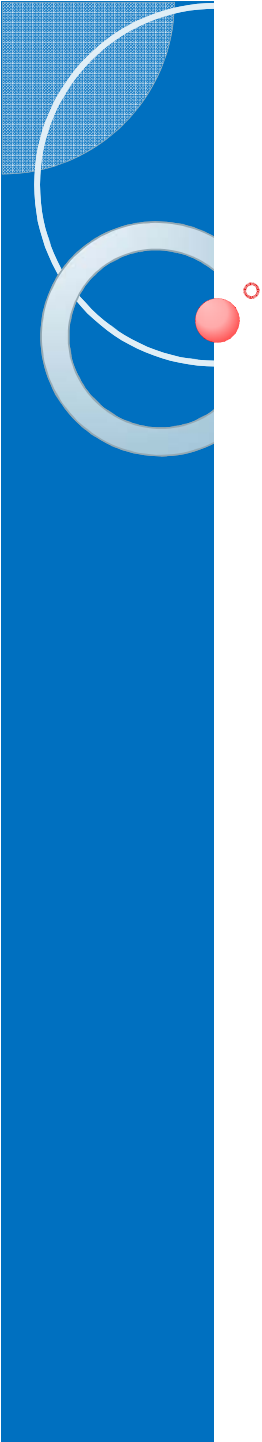
Integrazione
Inclusione



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.

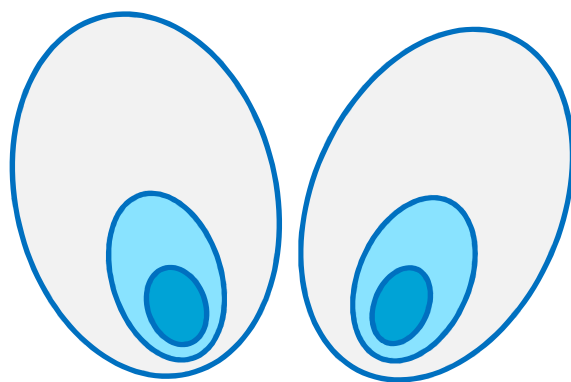
Questo giovane campo di ricerca ha messo in rilievo **l'importanza giocata dal corpo fisico nei processi cognitivi** e la profonda unitarietà tra **percezione, azione e cognizione** (Thelen e Smith, 1994) rende impossibile studiare separatamente questi processi.

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.



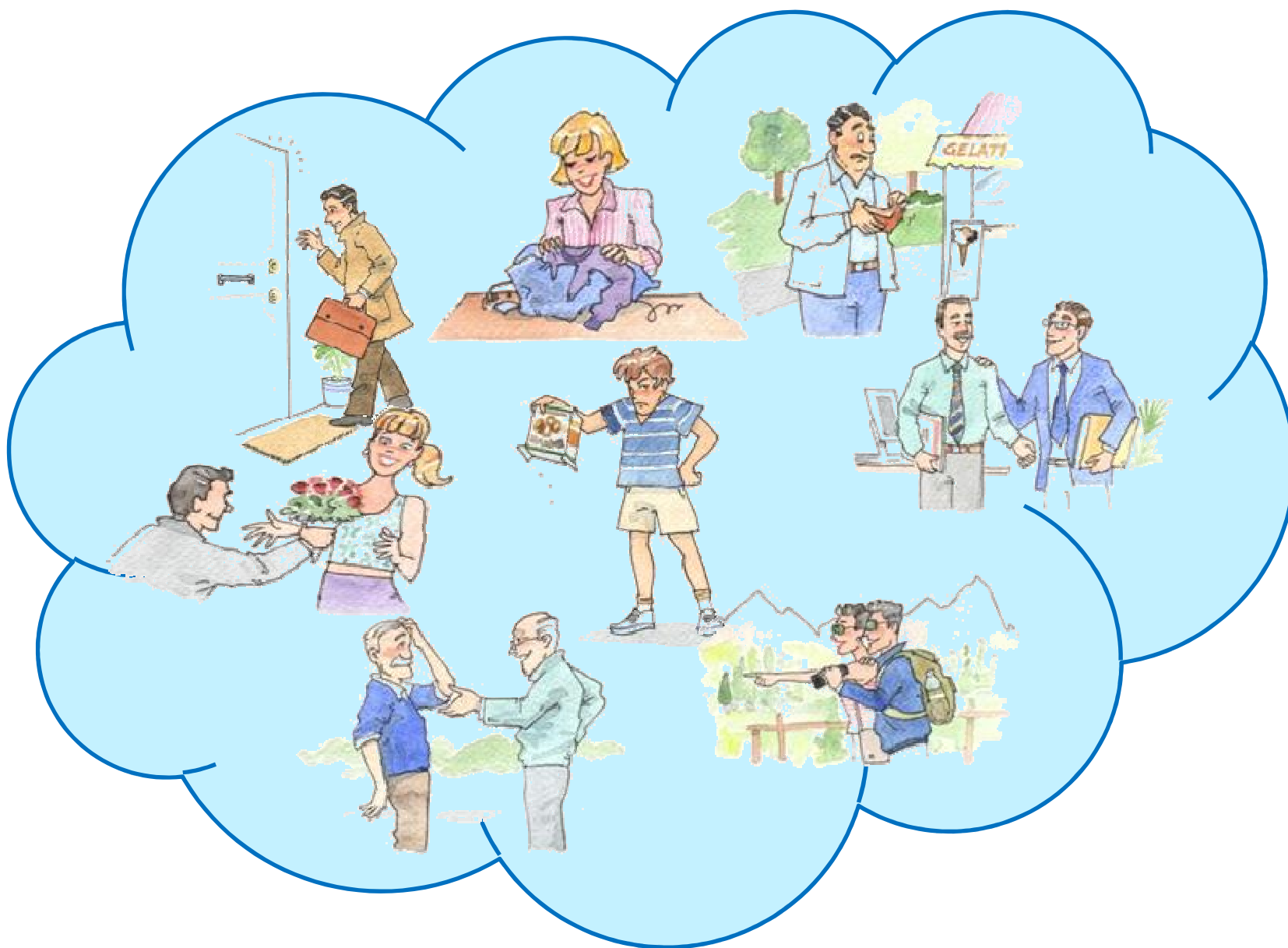
Gesticolare serve ad esprimersi meglio, ad imparare, a fare più spazio nella memoria e ad acquisire nuove nozioni e capacità con un notevole impatto sullo sviluppo cognitivo.

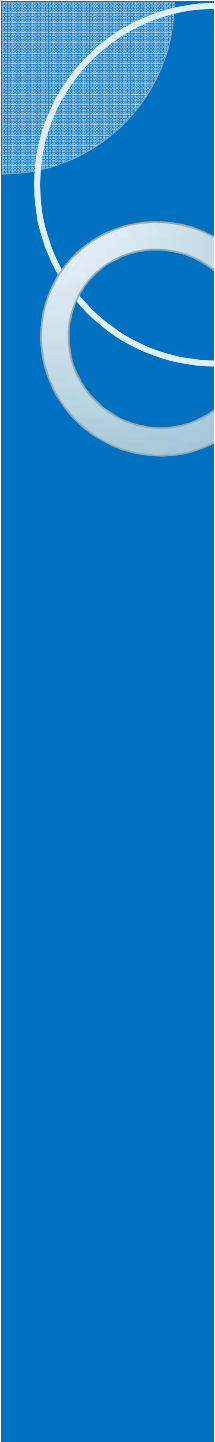
Il corpo parla più delle parole: solo il 7% della comunicazione tra persone avviene attraverso le parole e, mentre il 38% viene attribuito al tono della voce, oltre la metà, il 55%, al linguaggio del corpo.



**“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;

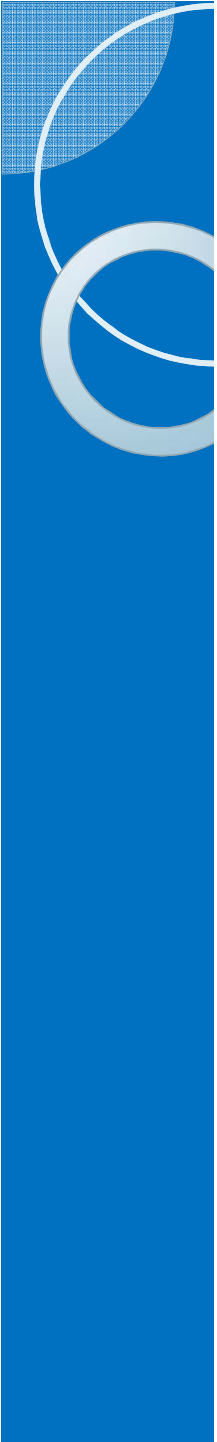
creatività

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.



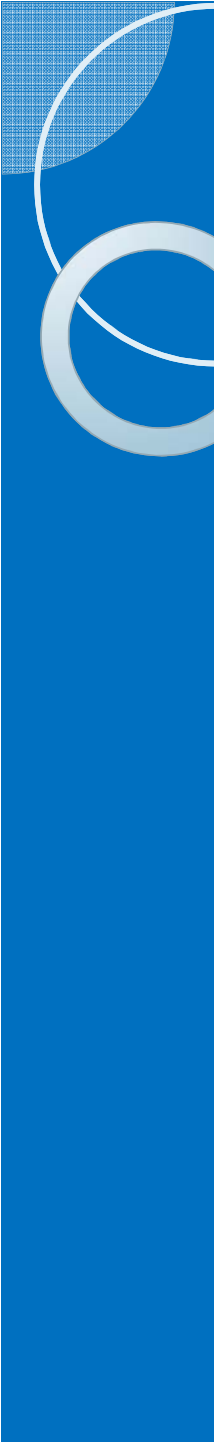


Le capacità emozionali hanno la caratteristica di attribuire qualità ed efficacia alla vita condizionando il concentrarsi nel lavoro, il pensare, il riflettere produttivamente.

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.

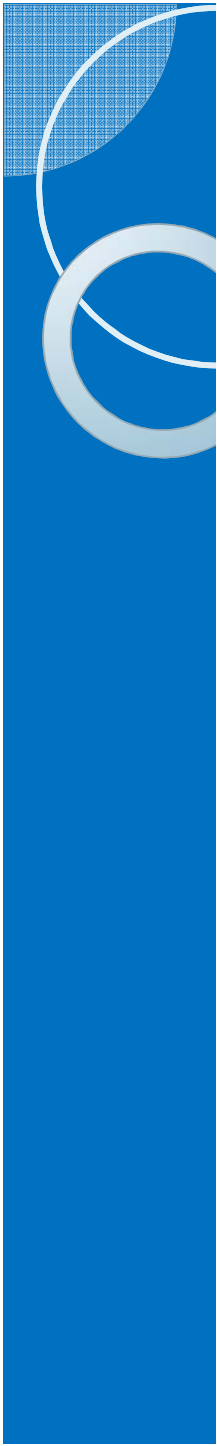
Una mente impegnata da una preoccupazione, da una emozione, è una mente distratta, poco attenta che, di conseguenza, può dedicare poca attenzione all'ambiente scolastico, alle attività didattiche.

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:

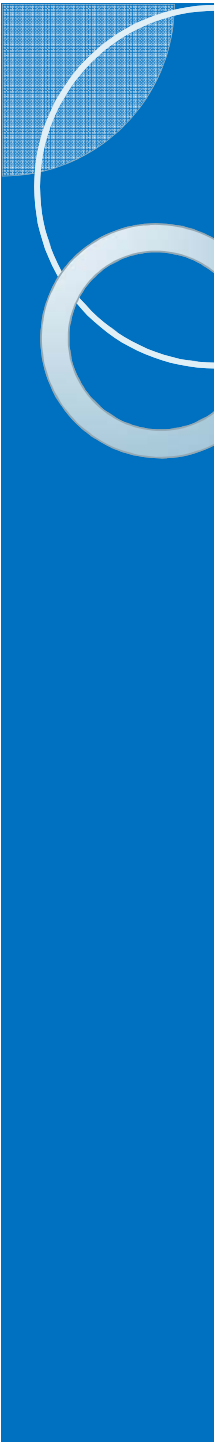
la consapevolezza emotiva, la capacità di produrre risultati riconoscendo le proprie emozioni;

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.**



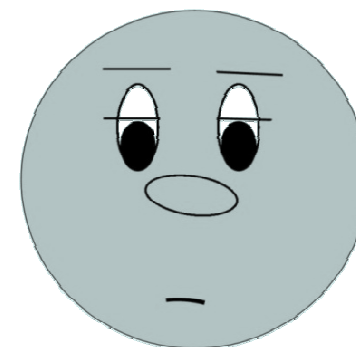
perplexità



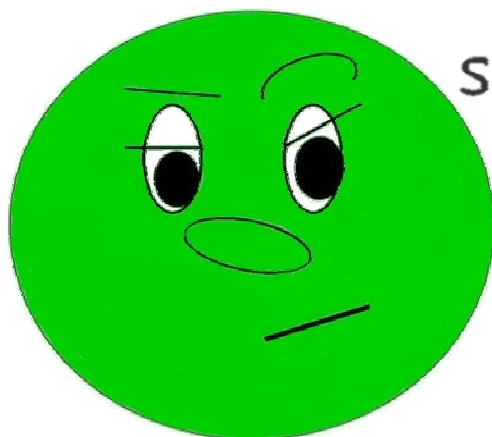
sorpresa



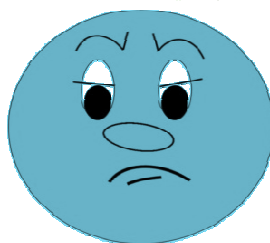
paura



tristezza



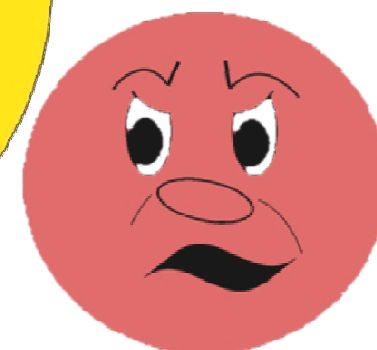
curiosità



disgusto

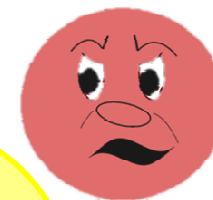


allegria



rabbia

1. suscitare l'interesse dei bambini



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

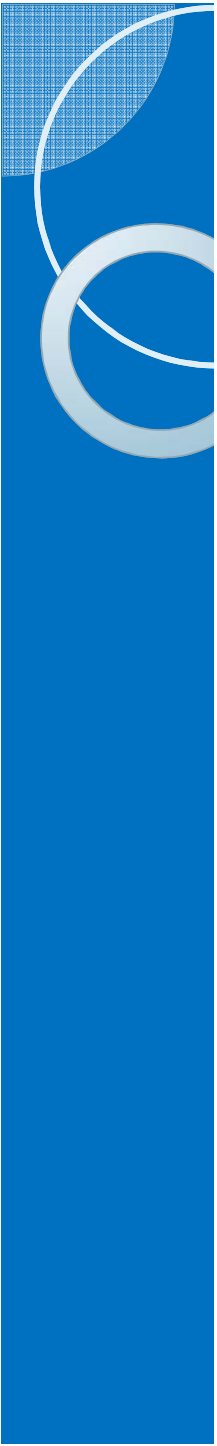
I bambini proveranno ad imitarla.

**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?**



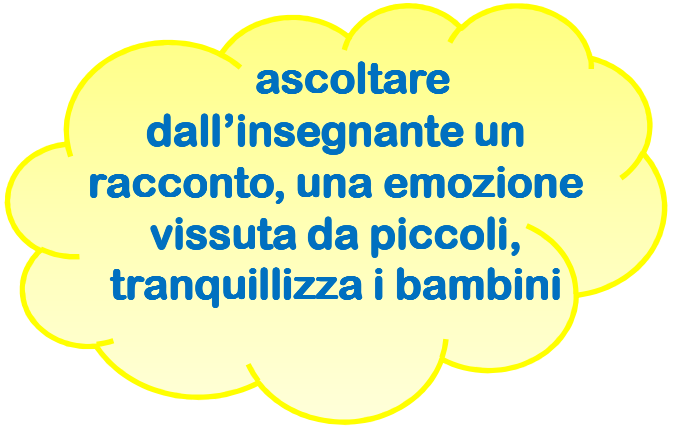
I bambini sono bravissimi nel captare il non verbale, per cui la maestra ha la responsabilità nel trasmettere entusiasmo o svogliatezza anche soltanto con lo sguardo. L'insegnante deve giocare con loro ... ed anche divertirsi!

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

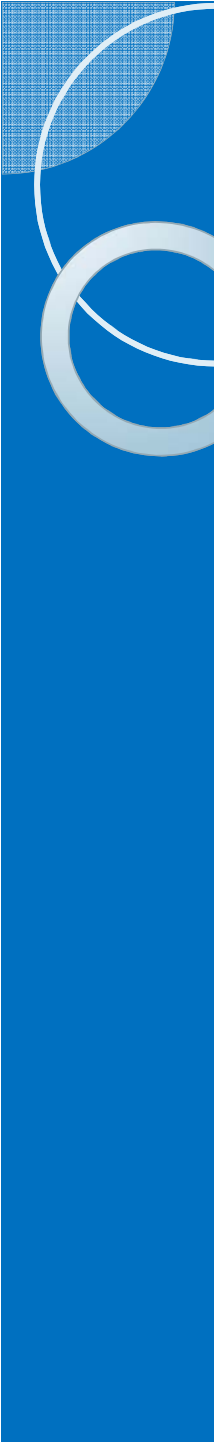
Tutto si apprende più facilmente quando ci si diverte, quando si è profondamente immersi in quello che si sta facendo, se si condivide con una persona con cui si sta molto volentieri.



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.....

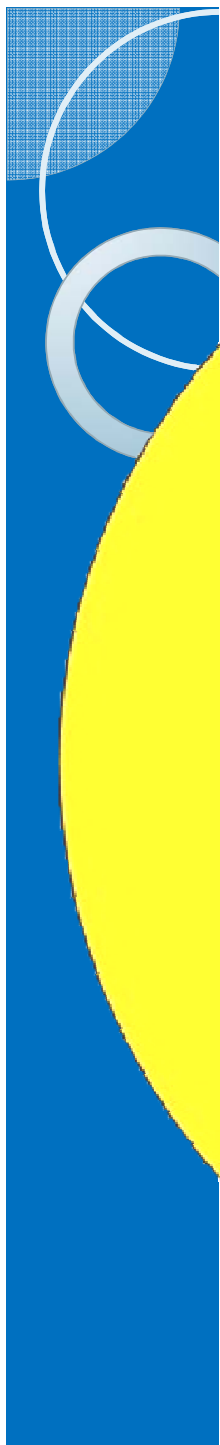


Esprimere le emozioni attraverso l' *abc* del movimento

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.

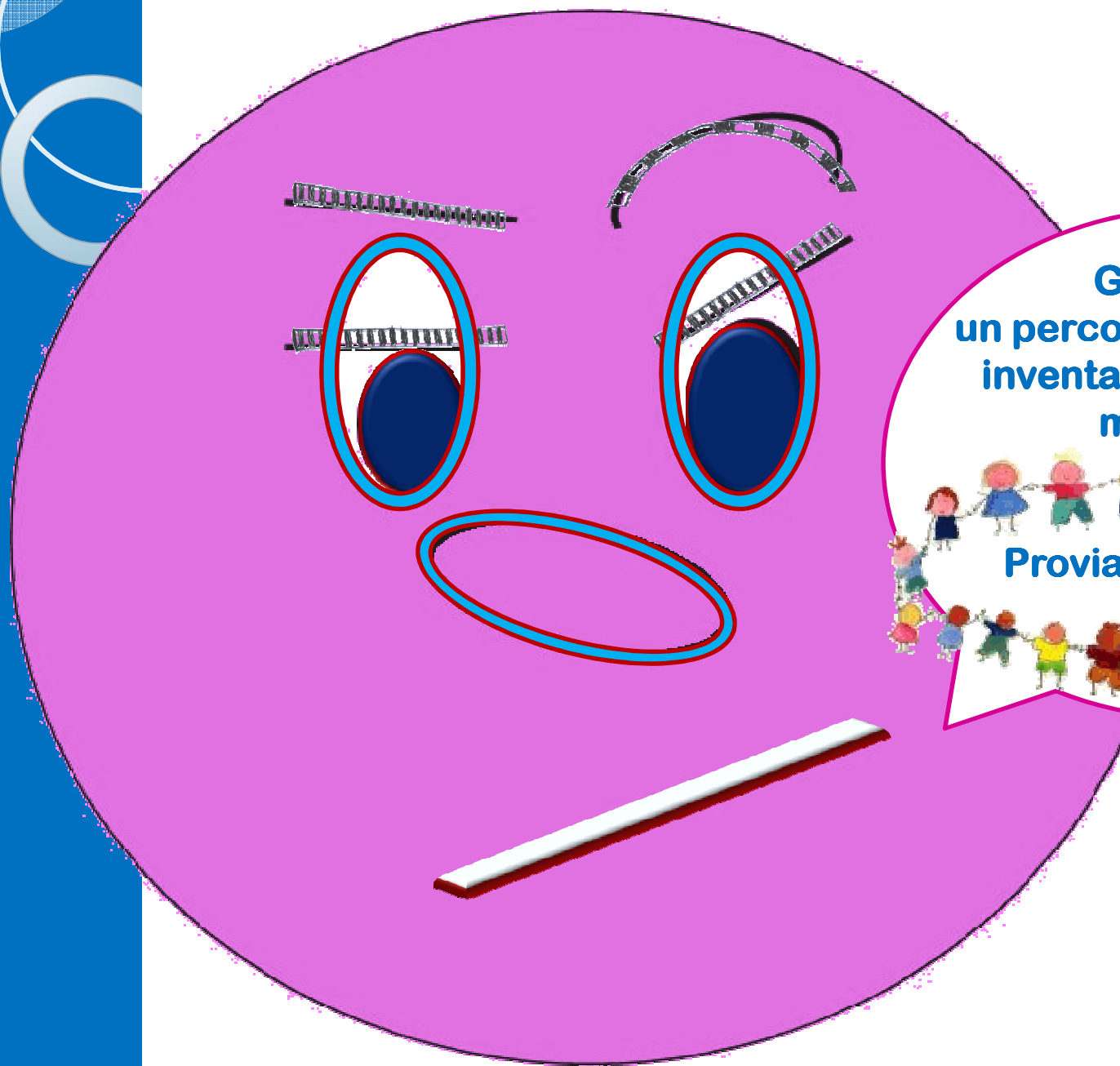
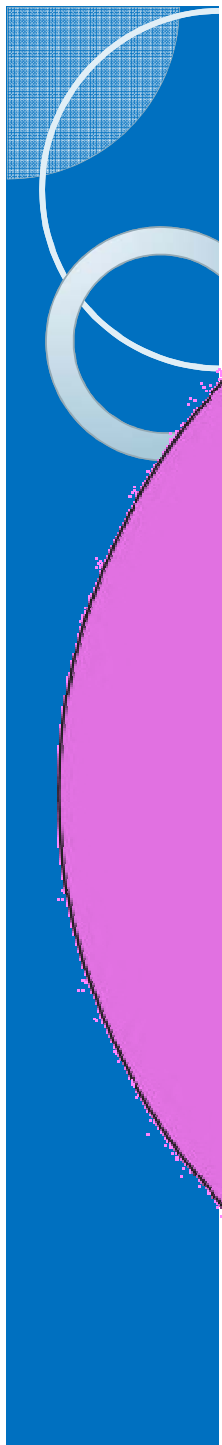
Percorsi motori sempre più grandi, da realizzare con creatività sfruttando tutte le possibilità del corpo in movimento o di gruppi sempre più numerosi di bambini.

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!

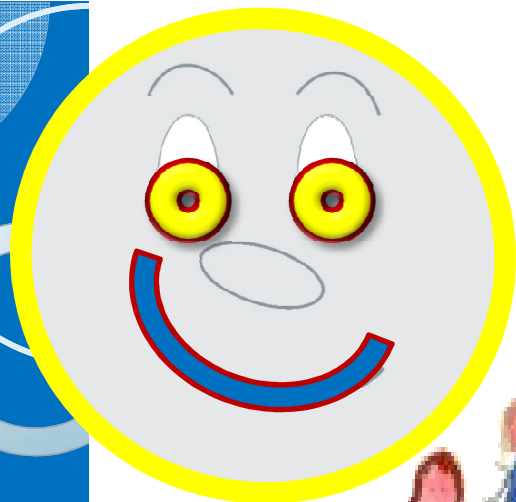




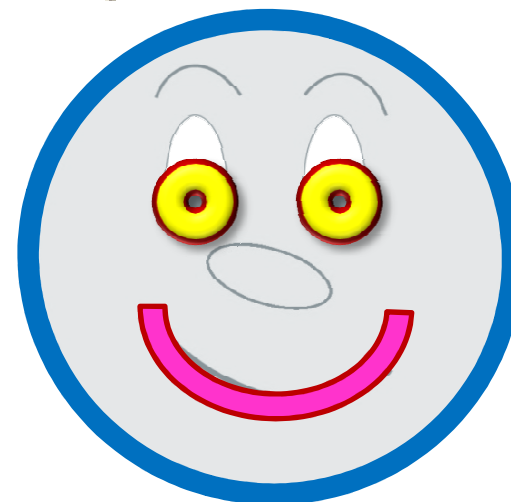
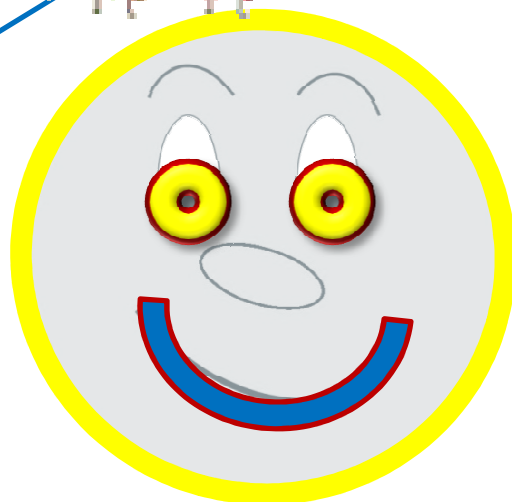
**Guarda!.....
un percorso...curioso per
inventare sempre nuovi
movimenti.**

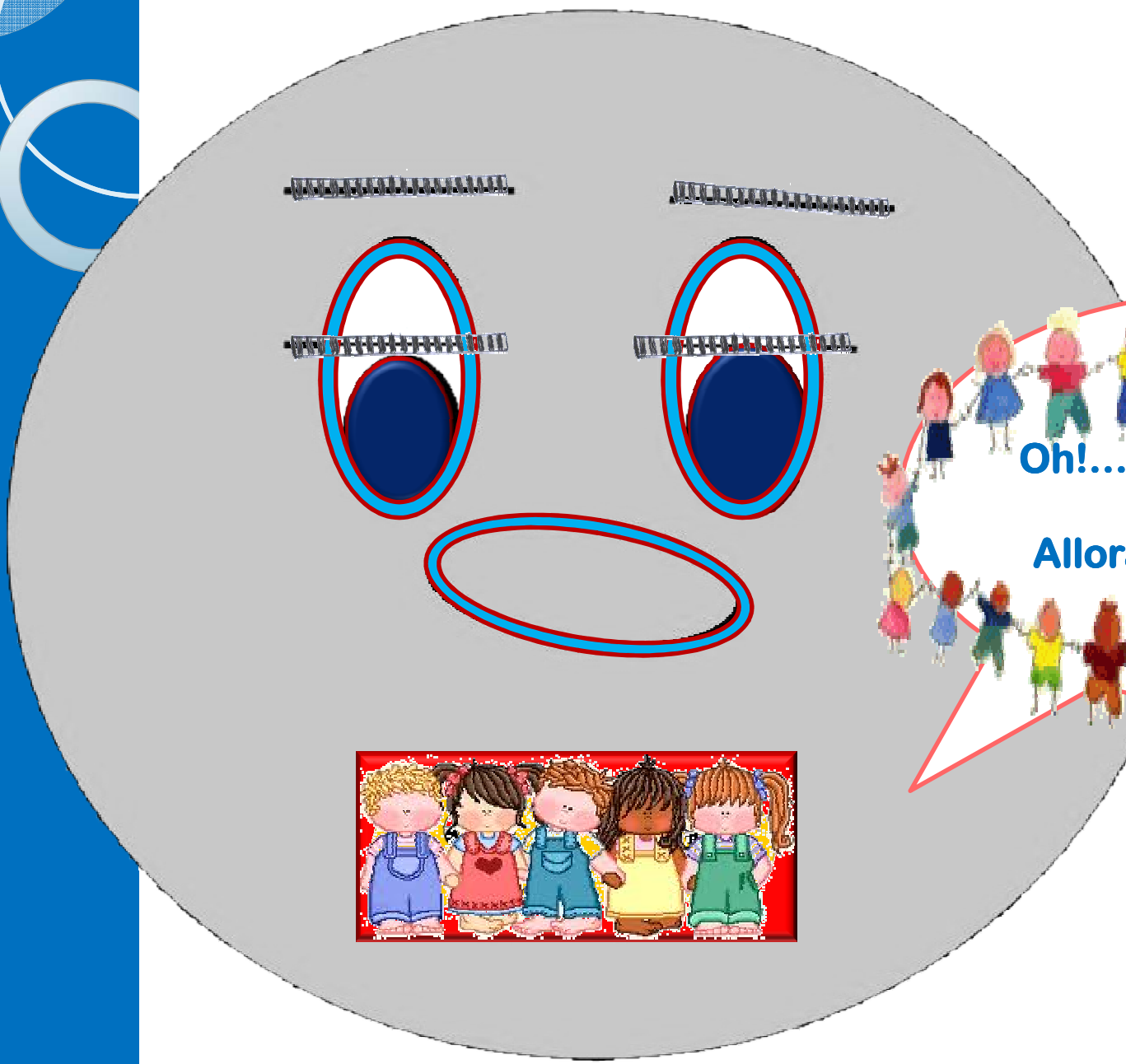
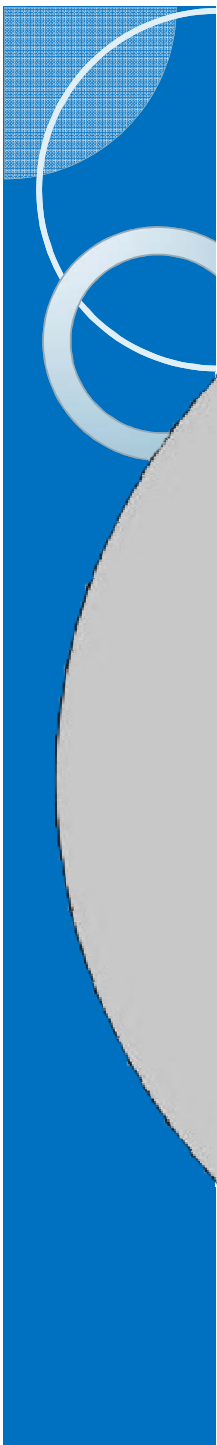


Proviamolo a coppie!

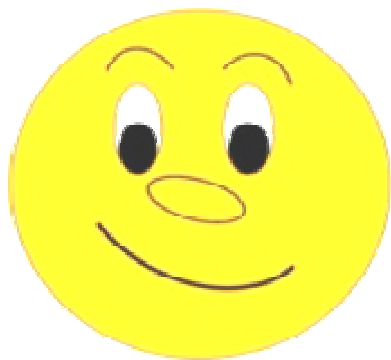


Evviva!
tanti percorsi allegri!!!
Strisciare e saltare
ridendo!



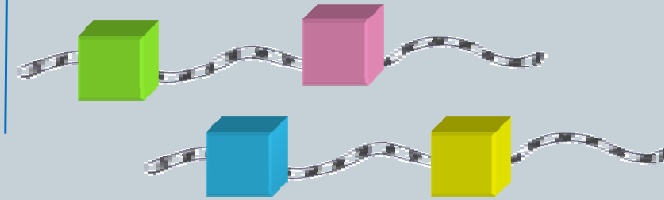
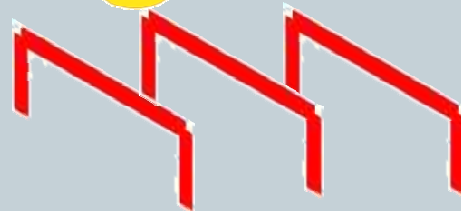
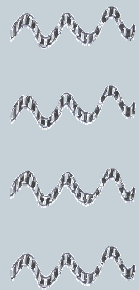
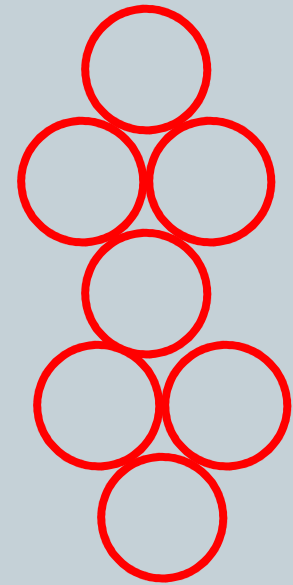
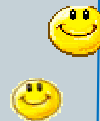
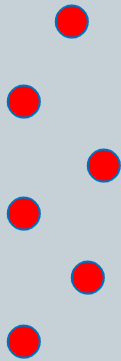
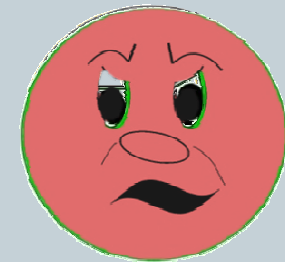
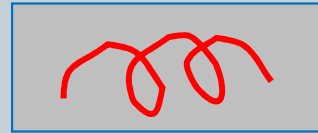
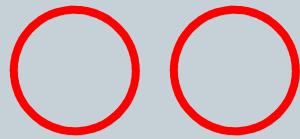


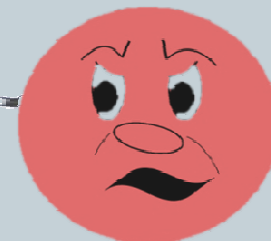
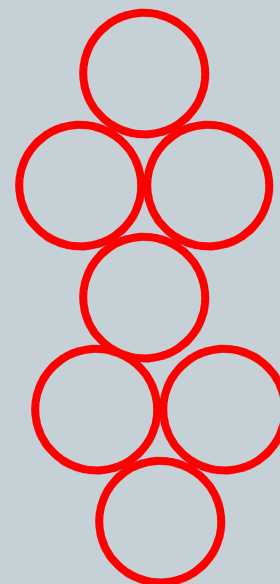
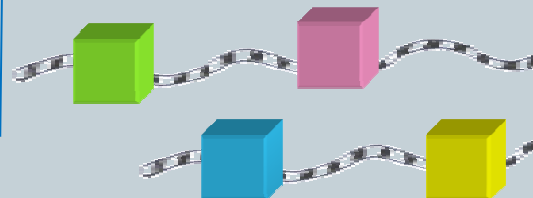
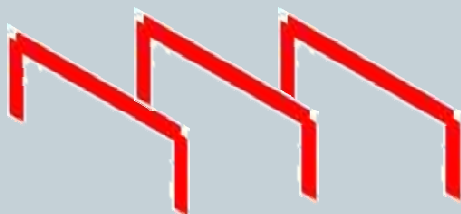
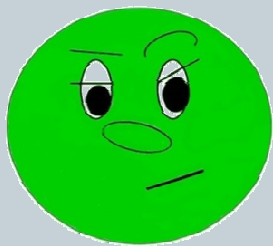
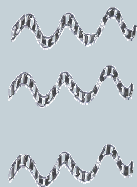
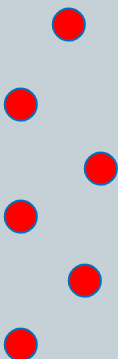
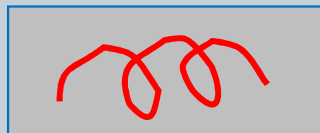
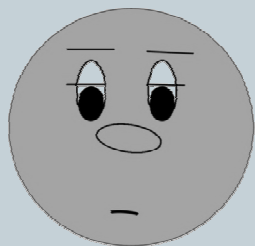
**Oh!..... Sembra un po'
triste...!!!
Allora è meglio stare
insieme!**

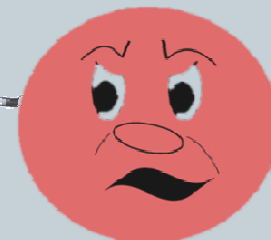
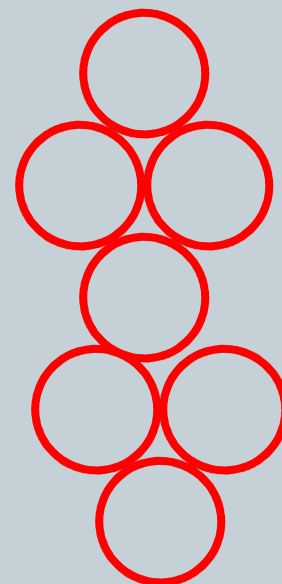
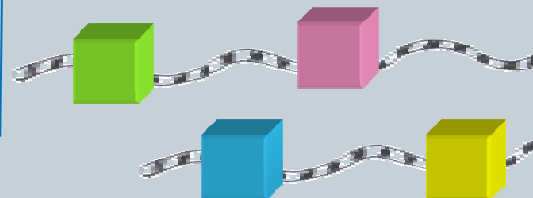
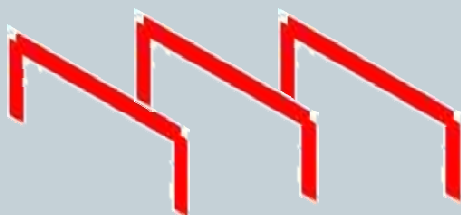
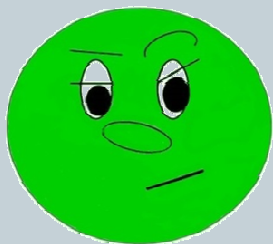
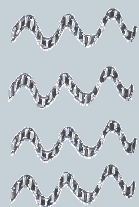
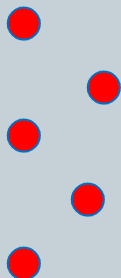
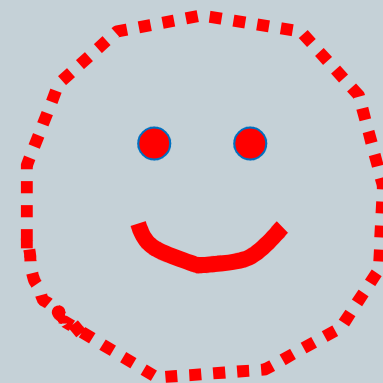
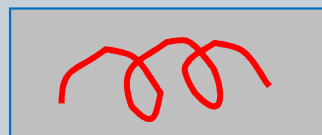
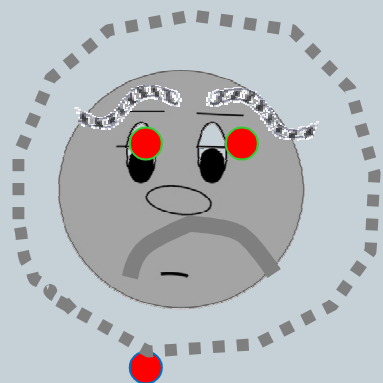


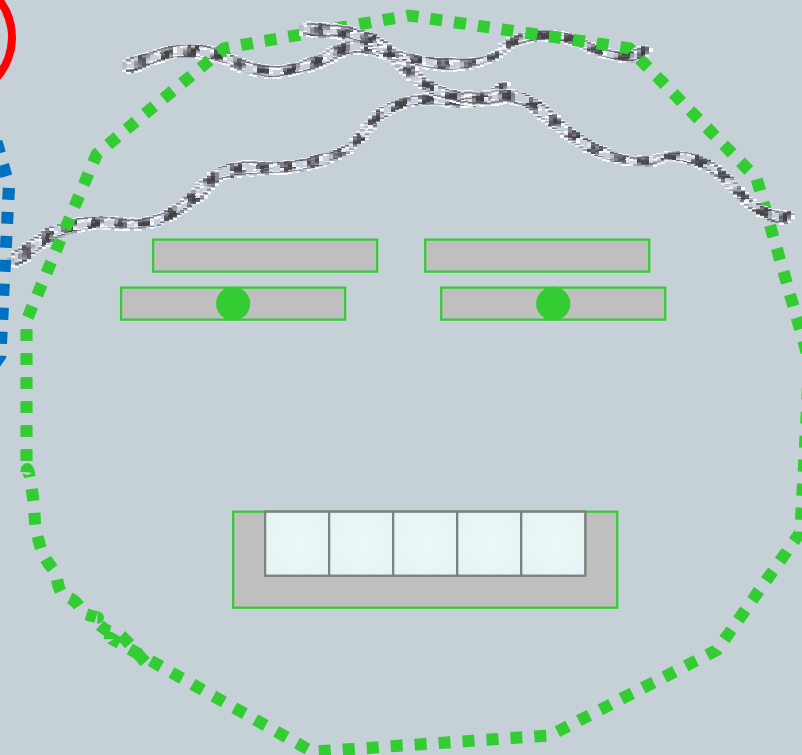
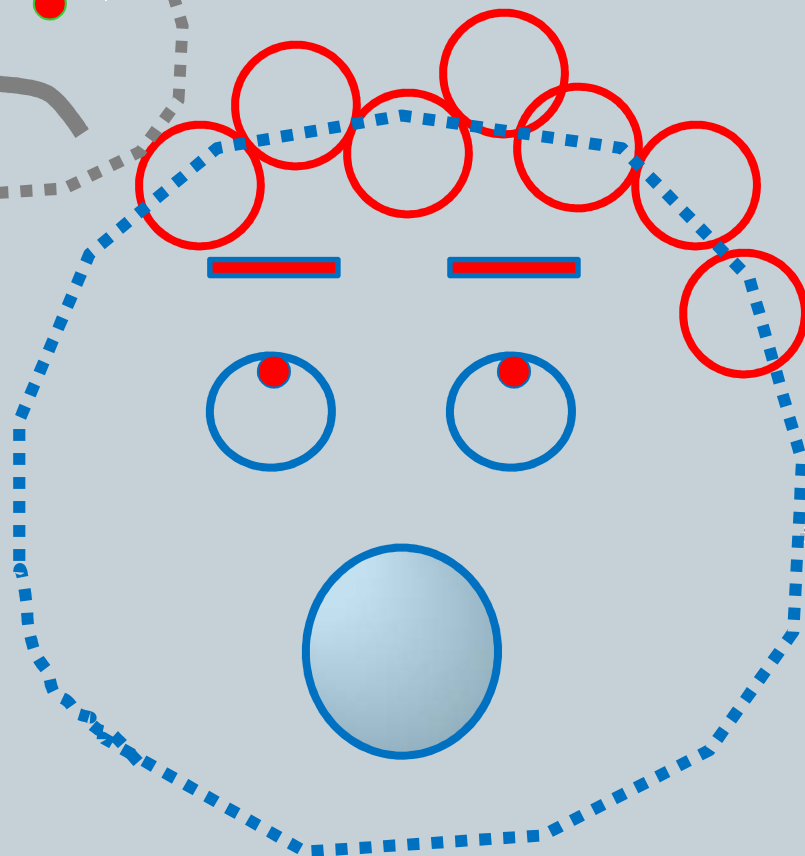
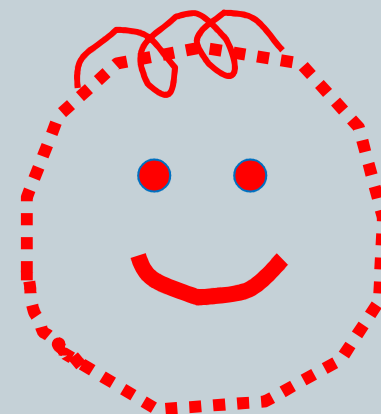
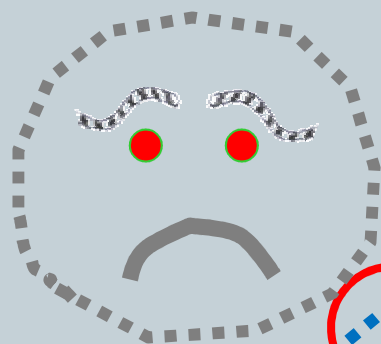
**Con un po' di fantasia
il nostro corpo,
da solo o insieme agli altri,
può inventare
dando forma alle emozioni.**

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

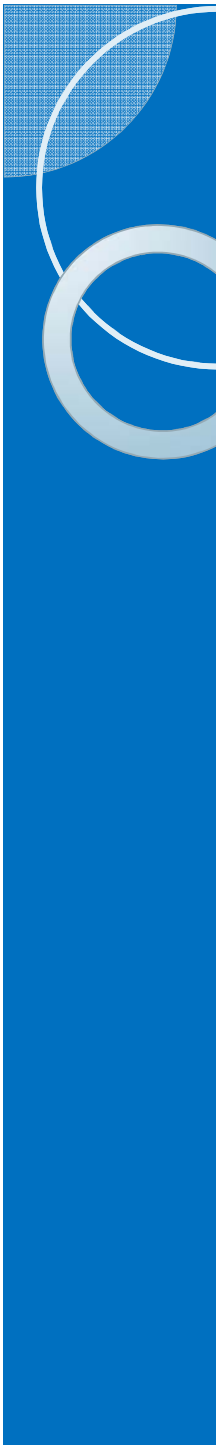














A fine anno ogni sezione avrà completato, giorno dopo giorno, il proprio "diario" speciale che racconterà e ricorderà, emozione dopo emozione, del tempo trascorso intensamente insieme.

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.