

UN ANNO DI EMOZIONI

CON L'UNICORNO BANÙ



Fondazione Regina Margherita
A.s. 2024/2025

DESTINATARI: bambini di 4 e 5 anni

DURATA DEL PROGETTO: annuale

FINALITÀ: promuovere la consapevolezza emotiva nei bambini e sviluppare capacità di riconoscere, esprimere e gestire le emozioni in modo sano e costruttivo.

INTRODUZIONE

Nel percorso di crescita, la comprensione e la gestione delle emozioni sono tappe fondamentali per lo sviluppo del bambino. Attraverso il progetto "Un anno di emozioni", la scuola dell'infanzia si propone di accompagnare i bambini in un viaggio alla scoperta del proprio mondo interiore, esplorando sentimenti come gioia, tristezza, rabbia, paura e sorpresa. Questo progetto è pensato per aiutare i bambini a riconoscere le proprie emozioni, imparare a esprimerle in modo adeguato e comprendere quelle degli altri, favorendo così lo sviluppo dell'empatia e delle competenze sociali.

OBIETTIVI FORMATIVI

1. Riconoscere e denominare le emozioni principali: aiutare i bambini a identificare le diverse emozioni attraverso giochi, racconti e momenti di riflessione.
2. Favorire l'espressione emotiva: creare spazi sicuri e creativi dove i bambini possano esprimere liberamente le proprie emozioni attraverso il disegno, la musica, il movimento e il gioco simbolico.
3. Sviluppare strategie di gestione emotiva: insegnare ai bambini come gestire emozioni intense come la rabbia e la paura attraverso attività di rilassamento e tecniche di respirazione.
4. Promuovere l'empatia: sensibilizzare i bambini all'importanza di riconoscere e rispettare le emozioni degli altri, promuovendo l'ascolto e il rispetto reciproco.

METODOLOGIA

Il progetto si basa su una metodologia attiva e partecipativa, che pone il bambino al centro del processo di apprendimento. Attraverso l'utilizzo di strumenti educativi diversificati, come giochi di ruolo, letture animate, attività artistiche e momenti di discussione, i bambini saranno incoraggiati a esplorare le proprie emozioni in un ambiente sicuro e accogliente.

STRUMENTI e ATTIVITÀ

Lettura di albi illustrati: ogni settimana verrà introdotto un nuovo libro illustrato che tratta di emozioni. Storie semplici e coinvolgenti aiuteranno i bambini a identificarsi con i personaggi e a riflettere sulle proprie emozioni.

Giochi di ruolo e drammatizzazione: attraverso il teatro e il gioco simbolico, i bambini metteranno in scena diverse situazioni emotive, imparando a esprimere e comprendere meglio i propri sentimenti e quelli altrui.

Laboratori artistici: la creatività sarà uno strumento chiave per esplorare le emozioni. I bambini utilizzeranno materiali vari (tempere, collage, argilla) per rappresentare le emozioni in forma artistica.

Attività corporee: attraverso la danza e il movimento libero, i bambini esprimeranno le emozioni anche a livello fisico, sviluppando una consapevolezza corporea in relazione ai loro stati emotivi.

Momenti di rilassamento: tecniche di respirazione e piccoli momenti di mindfulness saranno proposti per aiutare i bambini a calmarsi in situazioni di forte eccitazione o frustrazione, fornendo strumenti utili per la gestione dello stress.

Il gioco delle emozioni: un'attività strutturata in cui i bambini, attraverso carte o immagini, potranno descrivere come si sentono o raccontare storie basate su esperienze personali o di fantasia, favorendo l'espressione verbale delle emozioni.

COINVOLGIMENTO DELLE FAMIGLIE

Il coinvolgimento delle famiglie è fondamentale per sostenere il percorso emotivo dei bambini. Durante i colloqui verranno condivisi con i genitori i progressi dei bambini e verranno forniti suggerimenti su come supportare la consapevolezza emotiva anche a casa. Inoltre, i genitori riceveranno materiali informativi e spunti di attività da svolgere in famiglia per rafforzare il dialogo sulle emozioni.

CONCLUSIONE

Il progetto "Un anno di emozioni" rappresenta un'opportunità preziosa per accompagnare i bambini in un percorso di crescita personale e sociale. Attraverso attività ludico-educative, mirate a stimolare la consapevolezza emotiva, i bambini potranno sviluppare competenze che li aiuteranno non solo nell'ambito scolastico, ma anche nelle loro relazioni future. Il nostro obiettivo è quello di creare un ambiente accogliente, dove ogni bambino possa sentirsi ascoltato, compreso e sostenuto nel suo percorso di esplorazione delle emozioni.

