

## Scuola Infanzia e Scuola Primaria

---

*Programma di attività di promozione alla salute e al benessere - Centro Famiglie del Comune di Vercelli*



## "VIAGGIO TRA LE EMOZIONI"

### Destinatari:

Il percorso si rivolge ai bambini di 5 anni della scuola dell'infanzia ed alle classi terze della scuola primaria di Vercelli e dei Comuni convenzionati.

### Premessa:

Il Centro Famiglie "Villa Cingoli" è un servizio del Comune di Vercelli dedicato alle famiglie per affiancarle nel loro ruolo educativo, sociale e di cura, in tutti i passaggi evolutivi del ciclo di vita, offrendo in particolar modo sostegno alla genitorialità quando ci si trova ad affrontare un momento di criticità.

Realizzare un progetto di educazione alle emozioni all'interno della scuola materna vuol dire offrire esperienze di apprendimento che favoriscano l'acquisizione da parte dei bambini di una consapevolezza dei propri stati emotivi e migliorare la relazione nel contesto classe.

Il progetto all'interno della scuola primaria consente ai bambini di comprendere meglio le emozioni provate, soprattutto nella classe al fine di incrementare la conoscenza personale e reciproca, per migliorare le relazioni tra i compagni e costruire rapporti positivi nel contesto scolastico.

La nostra attenzione è rivolta alla scuola primaria per favorire lo sviluppo dell'empatia, capacità fondamentale per la costruzione di relazioni positive tra i bambini, in cui il mettersi nei panni dei compagni permette di comprendere le emozioni provate.

Il laboratorio è un'occasione per toccare tematiche quotidiane, per confrontarsi su argomenti che possono essere ripresi ogni giorno, con il desiderio di diffondere una cultura delle emozioni e l'obiettivo di ridurre l'insorgenza di episodi di bullismo che sempre più tocca anche bambini al di sotto dei 10 anni.

### Obiettivo generale:

Il progetto si pone obiettivi generali a livello individuale e di gruppo.

Partendo da situazioni concrete che i singoli bambini vivono quotidianamente si intende aiutarli ad analizzare le emozioni e sensazioni percepite fisicamente e dare loro un nome, a conoscere le emozioni associate e riconoscerle in sé e negli altri.

L'obiettivo è fornire ai bambini strategie e strumenti che permettano loro di riconoscere ed esprimere in modo efficace ciò che sentono, per conoscere e riconoscere il linguaggio delle emozioni e favorire l'acquisizione di una maggiore consapevolezza dei propri stati emotivi.

Riconoscendo le emozioni i bambini possono controllare o gestire meglio le reazioni da esse determinate, armonizzando vissuti e comportamenti. I bambini vengono resi protagonisti e responsabilizzati ad ascoltarsi e a valutare o scegliere le proprie reazioni.

Parlare con i bambini di ciò che provano loro e di ciò che proviamo noi adulti, consente di normalizzare e validare tutto lo spettro delle emozioni, facilitandone inoltre l'espressione senza paure, imbarazzo e vergogna, costruire legami positivi con le altre persone.

Il "viaggio" proposto al gruppo classe consente inoltre di favorire il dialogo tra pari e la condivisione delle esperienze: l'acquisizione di una buona competenza emotiva risulta fondamentale per la crescita individuale del bambino e per migliorare le abilità sociali utili per riuscire a relazionarsi in modo positivo e soddisfacente. Obiettivo del progetto è favorire la relazione tra i compagni, sviluppando l'empatia ed il rispetto degli altri. L'acquisizione delle competenze emotive aiuta a migliorare la gestione di emozioni più complesse come la rabbia, limitare i litigi, favorire il sopporto dei compagni più fragili.

#### Obiettivi specifici:

- **Il se' e l'altro:** prendere coscienza di sé e delle proprie emozioni; esprimere e comunicare sentimenti ed emozioni; riconoscere i sentimenti degli altri ed associarli ai propri; insegnare il rapporto tra pensieri, emozioni e comportamento; aiutare ad accettare anche le emozioni spiacevoli e trovare strategie per esprimerle in modo costruttivo; favorire lo sviluppo di relazioni interpersonali equilibrate e positive con i coetanei e gli adulti, riuscendo a gestire i conflitti; sviluppare abilità sociali positive come empatia e gentilezza.
- **Il corpo e il movimento:** conoscere e riconoscere le forme espressive delle emozioni; vivere pienamente la propria corporeità, percependone il potenziale comunicativo, espressivo ed emozionale, maturando condotte che consentano una buona autonomia nella gestione delle emozioni durante la giornata scolastica; riconoscere i segnali e i ritmi del proprio corpo in momenti che suscitano emozione.
- **Immagini, suoni e colori:** sperimentare diverse forme di espressione artistica come riproduzione delle emozioni provate; esprimere iconicamente contenuti emozionali.
- **I discorsi e le parole:** riconoscere ed esprimere verbalmente le emozioni.
- **La conoscenza del mondo:** riconoscere situazioni ed eventi che suscitano le varie emozioni; rielaborare episodi vissuti che hanno suscitato emozioni.

#### Metodologia di lavoro:

Il progetto si articolerà per l'anno scolastico 2024/2025 da ottobre a maggio secondo il seguente programma:

- 1 incontro preliminare di presentazione e coordinamento con le insegnanti e calendarizzazione delle attività in classe;
- 1 ciclo di attività in ogni classe aderente composto da 3 incontri da 2 ore ciascuno. Ogni incontro prevede un momento iniziale in circle time, coinvolgendo anche gli insegnanti, per facilitare la conoscenza reciproca e la comunicazione, condividere le regole, stabilire un clima di classe favorevole, lavorando sulle capacità di espressione, ascolto, empatia e cooperazione. E' previsto l'utilizzo di materiale musicale, video, letture, attività ludiche e grafico-pittoriche.
- 2 incontri presso il Centro Famiglie "Villa Cingoli" dedicati ai bambini con attività ludiche sul tema delle emozioni; gli operatori sono a disposizione di insegnanti e genitori per eventuali consulenze.

### Valutazione:

La verifica delle abilità e delle competenze raggiunte dai bambini si effettua in itinere attraverso l'osservazione diretta dei comportamenti dei bambini durante le attività e la loro partecipazione alle attività proposte, la somministrazione di questionari finali.

A conclusione di ogni singolo incontro viene stesa dall'operatore una breve scheda di osservazione dell'incontro, che raccoglie osservazioni riguardo al clima di classe, alla partecipazione, alle modalità di comunicazione e alle dinamiche relazionali rilevate.

Il numero di genitori partecipanti agli incontri presso il Centro Famiglie ed eventuali richieste di consulenze educative sono indicatori di risultato rispetto alla creazione di una cultura emotiva che permetta di favorire la rete scuola-famiglie.

### Impegno di lavoro:

Il progetto prevede:

- 1 incontro preliminare di presentazione e coordinamento con le insegnanti e calendarizzazione delle attività in classe;
- 1 ciclo di attività in ogni classe aderente composto da 3 incontri da 2 ore ciascuno (da svolgersi durante il normale orario scolastico);
- 2 incontri facoltativi presso il Centro Famiglie "Villa Cingoli" rivolto ai genitori e agli insegnanti dei minori che hanno svolto il laboratorio: gli operatori raccontano quanto emerso durante gli incontri e sono a disposizione per eventuali consulenze educative.

### Criteri di realizzazione:

Il progetto si rivolge alle scuole della Città di Vercelli e dei Comuni convenzionati. Sarà attivato anche con una singola classe o scuola dei vari Istituti Comprensivi che intendono aderire, compatibilmente con le risorse personali del Centro Famiglie. In caso di numerose adesioni, si darà precedenza alla data di presentazione della domanda di iscrizione.



**Modalità di iscrizione:**

E' necessario contattare il Centro Famiglie "Villa Cingoli", Via Ariosto n. 2 Vercelli  
Tel. +39 334 311 4096 oppure 0161 649 630  
Email:centrofamiglie@comune.vercelli.it Pec:protocollo@cert.comune.vercelli.it

**Responsabile:**

Comune di Vercelli – Settore Politiche Sociali - Centro Famiglie "Villa Cingoli"  
Dott.ssa Elena Gianetto, Educatrice Professionale