

La maestra Marilena e il libretto delle Emozioni



Dott.ssa Marilena Cestari

Introduzione

Benvenuti nel mondo delle emozioni !

Nel mondo della scuola dell'infanzia, è essenziale aiutare i bambini a riconoscere e comprendere le loro emozioni.

Il libretto "La Maestra Marilena e le emozioni" è stato ideato proprio con questo scopo.

Ogni emozione è importante e ci aiuta a capire meglio noi stessi e gli altri. In questo libretto, esploreremo le emozioni principali: gioia, tristezza, rabbia, paura, sorpresa e disgusto. Queste emozioni non solo ci aiutano a comprendere il nostro mondo interiore, ma sono fondamentali anche per costruire relazioni positive e armoniose con gli altri, in particolare tra i compagni di classe.

Promuovere una conoscenza delle emozioni permette ai bambini di sviluppare empatia e rispetto, creando un ambiente di classe più inclusivo e accogliente. Le emozioni diventano così uno strumento prezioso per favorire la crescita personale e sociale, aiutandoci a instaurare legami che ci accompagnano nel nostro percorso di vita.



Gioia

La felicità è quando ci sentiamo contenti e gioiosi.

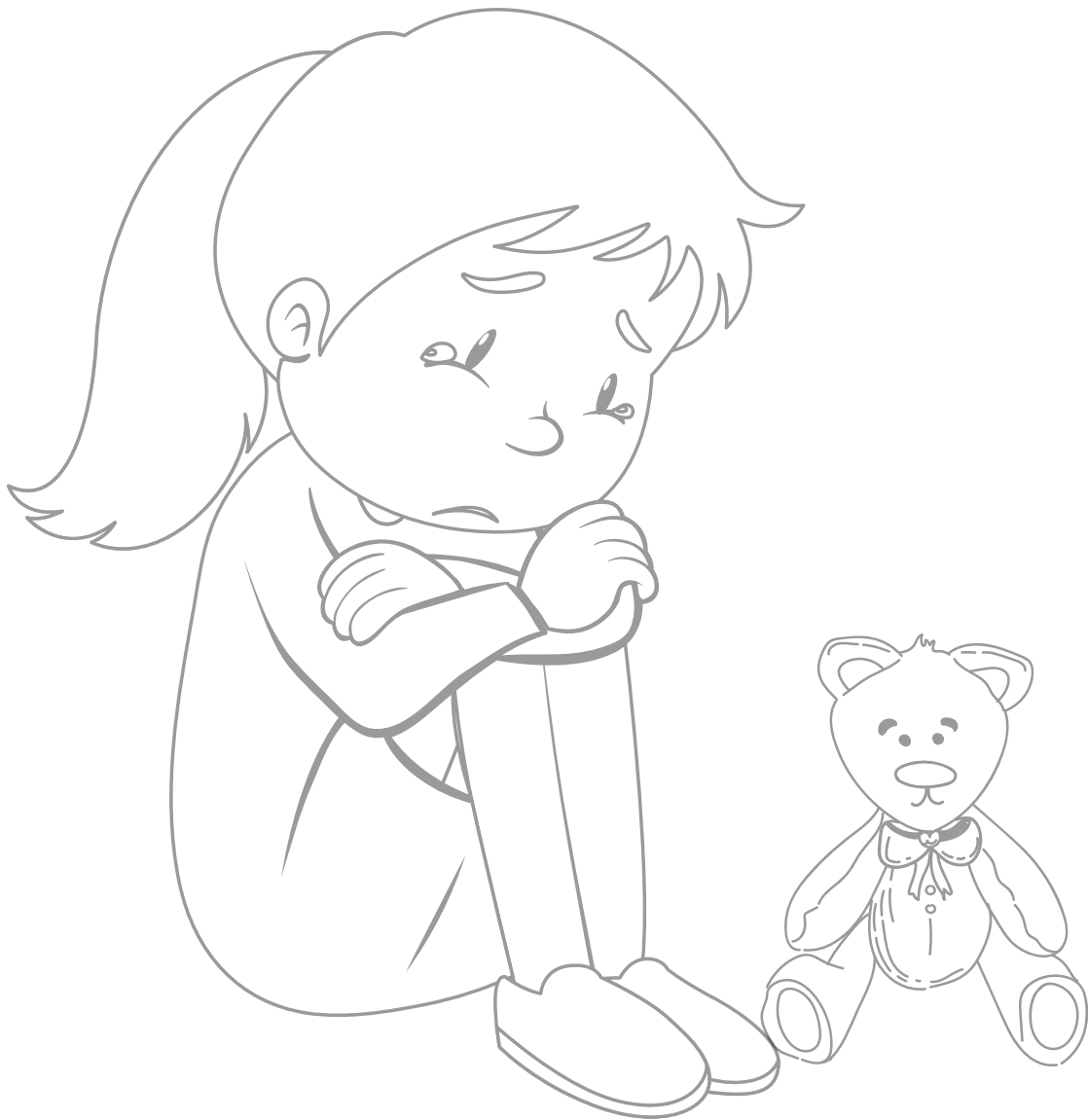
" Mi sento felice quando gioco con i miei amici."



Tristezza

La tristezza è quando ci sentiamo giù e vogliamo piangere.

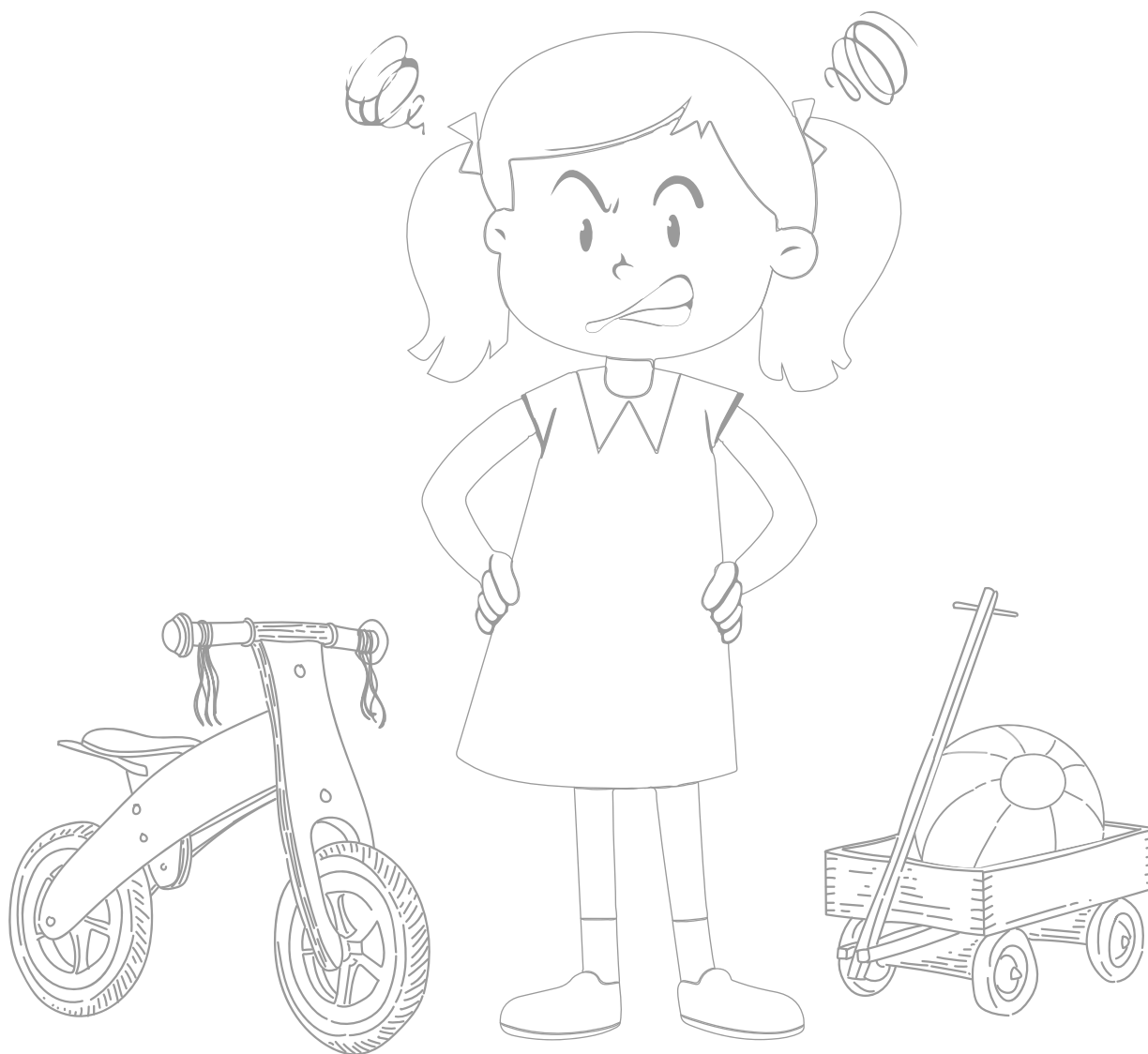
" Mi sento triste quando il mio giocattolo preferito si rompe."



Rabbia

La rabbia è quando ci sentiamo arrabbiati.

"Mi sento arrabbiato quando qualcuno prende i miei giochi senza chiedere."



Paura

La paura è quando ci sentiamo spaventati.

"Mi sento spaventato quando c'è un temporale."



Sorpresa

La sorpresa è quando ci sentiamo stupiti e meravigliati.

"Mi sento sorpreso quando ricevo un regalo inaspettato."



Disgusto

Il disgusto è quella sensazione che proviamo quando qualcosa non ci piace per niente! Ci aiuta a stare attenti a cose che potrebbero farci male o darci fastidio.

" Mi sento male, strano... "



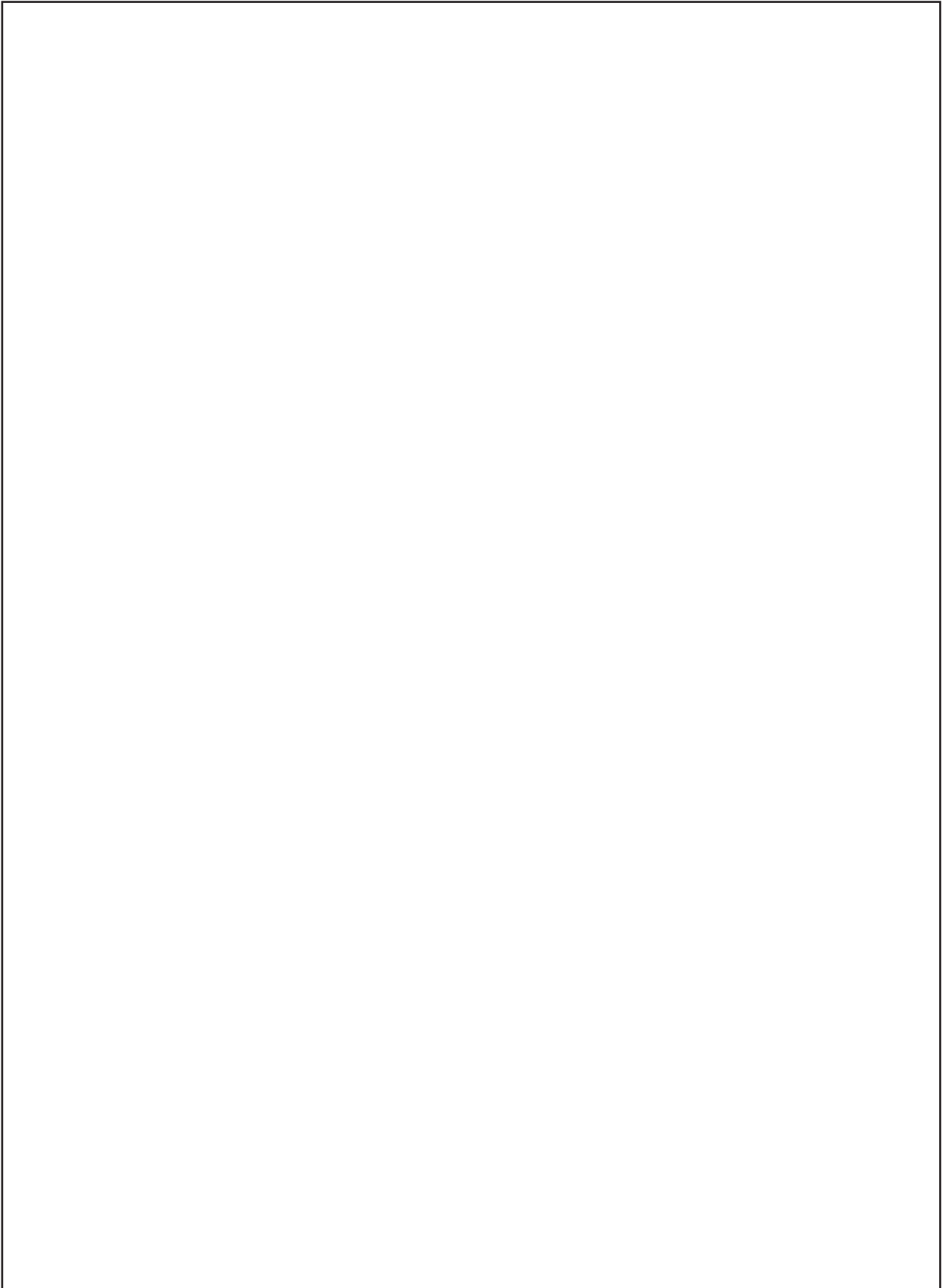


Diploma di Esperto in Emozioni

Conferito a



Ora disegna come ti senti

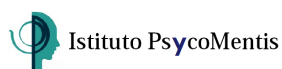


Conclusione

Le emozioni sono una parte importante di noi.

Imparare a riconoscerle e a parlarne ci aiuta a crescere felici e sicuri.

Ricorda, ogni emozione è importante e ci aiuta a capire meglio noi stessi e gli altri.



Disegni tratti da Freepik.com

TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Tutti i diritti letterari e artistici sono riservati. È vietata ogni riproduzione, anche parziale, di quest'opera. Qualsiasi copia o riproduzione effettuata con qualunque procedimento (fotocopia, fotografia, microfilm, nastro magnetico, altro) costituisce una contraffazione passabile delle pene previste dalla legge 22 aprile 1941 n. 633 E successive modifiche sulla tutela dei diritti d'autore.

