

## "EMOZIONI IN NATURA"

Conoscere, vivere e raccontare le emozioni  
attraverso la scoperta del mondo naturale



## PREMESSA

Le emozioni rappresentano una componente fondamentale dell'esperienza del bambino e costituiscono uno dei primi strumenti attraverso i quali egli entra in relazione con sé stesso, con gli altri e con il mondo che lo circonda.

Il progetto "Emozioni in Natura" nasce dall'idea di intrecciare **educazione emotiva ed esperienza nella Natura**, affinché l'ambiente naturale diventi uno spazio privilegiato nel quale i bambini possano osservare, esplorare, sperimentare e, nello stesso tempo, riconoscere e dare un nome a ciò che provano.



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

La Natura, con i suoi colori, profumi, suoni, trasformazioni e ritmi, offre numerosi stimoli per parlare di emozioni. Un fiore che sboccia può suscitare meraviglia, il rumore della pioggia può trasmettere tranquillità o paura, il vento può evocare energia e movimento, una foglia che cade può diventare occasione per parlare di cambiamento e separazione.

Come evidenziato nel progetto di educazione alle emozioni di riferimento, il bambino piccolo può incontrare difficoltà nel riconoscere e verbalizzare ciò che sente; per questo è importante accompagnarlo in un percorso di **alfabetizzazione emotiva**, aiutandolo a riconoscere, accettare ed esprimere le proprie emozioni.

L'esperienza diretta nella Natura permette di coinvolgere il bambino attraverso tutti i sensi e di trasformare ciò che osserva in occasione di conoscenza, relazione e rielaborazione emotiva. Il progetto vuole quindi accompagnare i bambini alla scoperta delle principali emozioni attraverso un percorso nel quale **Natura ed emozioni si incontrano**, favorendo consapevolezza di sé, autonomia, empatia, rispetto dell'ambiente e capacità di stare con gli altri.

## FINALITÀ

La finalità del progetto è offrire ai bambini opportunità concrete di esplorazione e conoscenza del proprio mondo emotivo attraverso il contatto diretto con la Natura.

In particolare il percorso intende:

- favorire la conoscenza e il riconoscimento delle emozioni;
- aiutare il bambino ad attribuire un nome a ciò che prova;
- sviluppare la capacità di esprimere le proprie emozioni attraverso diversi linguaggi;
- promuovere la consapevolezza di sé e delle proprie capacità;
- favorire l'ascolto e il rispetto delle emozioni degli altri;
- sviluppare empatia e capacità relazionali;
- favorire la capacità di affrontare e gestire situazioni di conflitto;
- stimolare curiosità, osservazione e rispetto verso l'ambiente naturale;
- promuovere un rapporto positivo e rispettoso con la Natura;
- valorizzare l'esperienza sensoriale e corporea come strumento di conoscenza.

Il percorso mantiene la prospettiva inclusiva del progetto di riferimento, offrendo a ciascun bambino la possibilità di partecipare secondo le proprie capacità, potenzialità, tempi e modalità di espressione.



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

## DESTINATARI

Il progetto è rivolto a **tutti i bambini della scuola dell'infanzia**, organizzando le proposte in relazione alle diverse fasce d'età:

- Piccoli
- Mezzani
- Grandi

Le esperienze potranno essere realizzate individualmente, in piccolo gruppo, per sezione o coinvolgendo più sezioni.

## OBIETTIVI EDUCATIVI E DIDATTICI

### Per tutti i bambini

- Riconoscere alcune emozioni fondamentali.
- Attribuire un nome alle proprie emozioni.<sup>1</sup>
- Riconoscere le emozioni attraverso il volto, il corpo e il comportamento.
- Osservare la Natura utilizzando i cinque sensi.
- Esprimere preferenze, sensazioni e stati d'animo.
- Sviluppare curiosità verso l'ambiente naturale.
- Imparare a rispettare piante, animali e materiali naturali.
- Sperimentare il piacere della scoperta.
- Condividere esperienze e rispettare i turni.
- Rafforzare la fiducia in sé stessi e negli altri.

### Per i Mezzani e i Grandi

- Comprendere il linguaggio non verbale delle emozioni.
- Utilizzare il corpo per rappresentare emozioni e stati d'animo.
- Comunicare le proprie emozioni attraverso linguaggi diversi: verbale; grafico-pittorico; manipolativo; motorio; musicale.
- Associare colori, suoni, movimenti, elementi naturali ed emozioni.
- Osservare i cambiamenti della Natura e collegarli alle proprie esperienze.
- Sviluppare capacità di ascolto e di confronto.

### Per i Grandi

- Riconoscere e approfondire le emozioni di **felicità, meraviglia, tristezza, rabbia e paura**.



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

- Individuare possibili cause e conseguenze delle emozioni.
- Distinguere l'emozione dall'azione.
- Riconoscere semplici rapporti di causa-effetto.
- Rielaborare esperienze e vissuti personali.
- Comprendere che ogni persona può vivere la stessa situazione provando emozioni differenti.
- Imparare strategie semplici per esprimere e gestire le proprie emozioni.
- Sviluppare comportamenti di rispetto, cura e responsabilità verso la Natura.

Gli obiettivi relativi al riconoscimento delle emozioni, alla comunicazione attraverso diversi linguaggi, alla consapevolezza dei sentimenti e alla gestione dei conflitti riprendono quelli già individuati nel progetto emozioni della scuola.

## LE EMOZIONI INCONTRANO LA NATURA

Il percorso potrà svilupparsi attraverso alcune emozioni principali, associate a elementi ed esperienze naturali.

### FELICITÀ - "Il sole che scalda"

Il sole, la luce, i colori dell'estate e i momenti di gioco all'aperto diventano occasioni per parlare della felicità.

#### **Esperienze:**

- osservazione dei colori della Natura;
- ricerca di elementi che "fanno stare bene";
- disegno del proprio momento felice;
- giochi di movimento all'aperto;
- realizzazione del "giardino della felicità".

### TRISTEZZA - "La foglia che cade"

La caduta delle foglie può diventare una metafora delicata per parlare di cambiamenti, distacco e nostalgia.

#### **Esperienze:**

- osservazione delle foglie;
- raccolta e classificazione;
- ascolto di storie;
- conversazioni guidate;



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

- collage con foglie naturali;
- verbalizzazione: "Quando mi sento triste..."

## RABBIA - "Il temporale"

Il temporale, il vento forte e il movimento della Natura possono rappresentare l'intensità della rabbia.

### Esperienze:

- ascolto dei suoni della pioggia e del temporale;
- giochi motori;
- rappresentazione corporea della rabbia;
- sperimentazione di tecniche per calmarsi;
- pittura libera con colori e materiali naturali;
- costruzione del "barattolo della calma".

## PAURA - "Il bosco misterioso"

Gli ambienti naturali meno conosciuti possono suscitare curiosità ma anche paura.

### Esperienze:

- esplorazioni guidate;
- gioco simbolico;
- storie ambientate nel bosco;
- teatro e drammatizzazione;
- costruzione di un "rifugio sicuro";
- conversazione sulle paure e sulle strategie per affrontarle.

## MERAVIGLIA - "La Natura che sorprende"

La scoperta di un fiore, di un insetto, di una foglia particolare o di un piccolo animale permette di sperimentare stupore e meraviglia.

### Esperienze:

- uscite esplorative;
- lente d'ingrandimento;
- osservazione di piccoli elementi naturali;
- raccolta fotografica;
- atelier creativo;
- diario delle meraviglie.



## CONTENUTI E ATTIVITÀ

Il progetto sarà caratterizzato da esperienze concrete, ludiche e multisensoriali.

I bambini potranno:

- esplorare giardino, cortile e spazi verdi;
- osservare i cambiamenti stagionali;
- raccogliere elementi naturali;
- annusare, toccare, ascoltare e osservare;
- creare tavolozze di colori della Natura;
- ascoltare i suoni dell'ambiente;
- imitare attraverso il corpo i movimenti della Natura;
- inventare storie ambientate nel bosco;
- realizzare disegni e dipinti ispirati alle emozioni;
- manipolare terra, foglie, sassi, rametti e altri materiali naturali;
- realizzare mandala e composizioni con elementi naturali;
- costruire piccoli manufatti;
- giocare con luci, ombre, suoni e colori;
- fotografare elementi naturali significativi;
- creare un diario o libro collettivo delle emozioni;



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

- partecipare a conversazioni di gruppo.

Il gioco continuerà ad essere la modalità privilegiata attraverso cui il bambino può conoscere sé stesso, sperimentare le proprie capacità e relazionarsi con gli altri, in continuità con la metodologia del progetto originario.

## METODOLOGIA

La metodologia sarà prevalentemente **esperienziale, laboratoriale, ludica e multisensoriale**. Saranno utilizzati:

- circle time;
- conversazioni guidate;
- letture di storie;
- osservazione diretta;
- esplorazioni in Natura;
- attività manipolative;
- giochi motori;
- drammatizzazione;
- gioco simbolico;
- attività musicali;
- attività grafico-pittoriche;
- esperienze sensoriali;
- cooperative learning e attività di piccolo gruppo.

Particolare importanza sarà data all'esperienza diretta: **osservare, toccare, ascoltare, annusare, muoversi, creare e raccontare**.

L'insegnante avrà il ruolo di accompagnare il bambino nell'osservazione e nella verbalizzazione, senza sostituirsi alla sua esperienza, favorendo domande quali:

- "Che cosa hai visto?"
- "Che cosa hai sentito?"
- "Che emozione ti fa provare?"
- "Secondo te perché ti senti così?"
- "Come possiamo aiutare un amico che prova questa emozione?"
- "La Natura oggi che cosa ci racconta?"



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

## STRUMENTI E MATERIALI

Saranno utilizzati:

- libri illustrati e albi;
- immagini e fotografie;
- specchi;
- colori e tempere;
- cartoncini e carta;
- colla e forbici;
- materiali di recupero;
- materiali naturali;
- foglie, fiori, sassi, rametti, terra;
- contenitori e vassoi sensoriali;
- strumenti musicali;
- riproduttore audio;
- macchina fotografica/tablet;
- lenti d'ingrandimento;
- schede operative;
- materiali per la drammatizzazione.

Come nel progetto di riferimento, saranno valorizzati libri illustrati, schede, materiali manipolativi, strumenti musicali e materiali grafico-pittorici.

## ORGANIZZAZIONE DEL PERCORSO

Il progetto potrà accompagnare i bambini durante l'intero anno scolastico, seguendo il ritmo delle stagioni.

### AUTUNNO

**"Le emozioni cambiano colore"** Foglie, colori, vento e cambiamenti della Natura.

### INVERNO

**"Dentro di me, un piccolo calore"** Freddo, silenzio, pioggia, riparo, paura e tranquillità.

### PRIMAVERA

**"La meraviglia di rinascere"** Fiori, germogli, insetti, colori, scoperta e meraviglia.



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

## ESTATE

**"La gioia di stare insieme"** Sole, acqua, giochi all'aperto, movimento e condivisione.

## DOCUMENTAZIONE

Il percorso sarà documentato attraverso:

- fotografie delle esperienze;
- produzioni individuali;
- elaborati di gruppo;
- cartelloni;
- raccolte di elementi naturali;
- registrazioni delle verbalizzazioni;
- documentazione fotografica delle esplorazioni;
- fascicolo personale del bambino;
- libro collettivo "Le nostre emozioni in Natura".

La documentazione permetterà di rendere visibile il percorso di crescita dei bambini e di condividere con le famiglie le esperienze vissute.

Anche il progetto di riferimento prevede fotografie, fascicoletti personali e cartelloni murali come strumenti di documentazione.

## VERIFICA E OSSERVAZIONE

La verifica avverrà principalmente attraverso l'osservazione sistematica dei bambini durante le esperienze.

Saranno osservati in particolare:

- capacità di riconoscere alcune emozioni;
- capacità di nominare ciò che provano;
- capacità di comunicare attraverso diversi linguaggi;
- partecipazione alle attività;
- capacità di ascolto;
- capacità di rispettare turni e regole;
- capacità di collaborare con i compagni;
- capacità di affrontare semplici situazioni conflittuali;
- capacità di osservare e rispettare la Natura;
- progressiva autonomia nell'espressione dei propri vissuti.



# SCUOLA DELL'INFANZIA CAPPELLINI

---

Per i bambini più grandi sarà possibile raccogliere verbalizzazioni e rielaborazioni personali relative alle esperienze vissute.

## COMPITO DELL'INSEGNANTE

L'insegnante accompagnerà il bambino nel percorso di scoperta, creando un clima sereno e accogliente nel quale ogni emozione possa essere riconosciuta e accettata.

Sarà importante:

- ascoltare senza giudicare;
- dare un nome alle emozioni;
- valorizzare le differenze individuali;
- favorire il dialogo;
- aiutare il bambino a trovare modalità adeguate di espressione;
- proporre esperienze concrete;
- stimolare curiosità e domande;
- sostenere le relazioni positive tra bambini;
- promuovere rispetto e cura dell'ambiente.

## PRODOTTO FINALE

A conclusione del percorso potrà essere realizzato un grande **"ALBERO DELLE EMOZIONI"**.

Ogni bambino contribuirà alla costruzione dell'albero attraverso:

- foglie colorate;
- fotografie;
- disegni;
- parole;
- piccoli elementi naturali;
- rappresentazioni delle emozioni.

L'albero diventerà una rappresentazione simbolica del percorso: **come una pianta cresce se viene curata, anche le emozioni hanno bisogno di essere riconosciute, ascoltate e accolte per permettere al bambino di crescere nella consapevolezza di sé e nella relazione con gli altri.**

Il progetto si conclude così con un messaggio centrale: **"La Natura ci insegna che ogni emozione ha un colore, un suono, un movimento e un tempo. Imparare ad ascoltarla significa imparare ad ascoltare noi stessi."**