

SCHEDA ATTIVITÀ: Il mimo delle emozioni

A cura di EaSlab

Obiettivo: introdurre il tema delle emozioni legate a specifici momenti della quotidianità. L'attività intende creare un ambiente favorevole alla condivisione di sentimenti ed emozioni attraverso il gioco.

Attività in semplici passi

Preparazione:

Stampa dell'Allegato carte- emozioni;
creazione di carte-situazione, relative al percorso scolastico o all'ambito individuato.

A. (Apertura):

Lettura di "I colori delle emozioni" di Anna Llenas, edizioni Gribaudo.

Si consiglia di far sedere il gruppo in cerchio e di introdurre l'attività: spiegare che verranno condivise delle situazioni e ciascun partecipante dovrà ricordare l'emozione provata in quella determinata occasione (momenti dell'anno scolastico, situazioni difficili, notizie dal mondo, materie affrontate, situazioni ipotetiche per affrontare vari temi come l'amicizia, l'inclusione e molto altro).

Si può giocare singolarmente o a squadre. (15')

B. (Attività centrale)

Fase I:

Si mostrano le carte-emozioni (allegato), dando cinque minuti per confrontarsi sul loro significato. Successivamente si posizionano, capovolte, le carte-situazione. La prima squadra ne pescherà una e, guardando le carte-emozioni, sceglierà quale emozione ha scatenato/scatena quella situazione. A questo punto la squadra ha 3 minuti per mimare l'emozione individuata. La squadra che indovina gioca il turno successivo e così via. (30')

C. (Chiusura): Al termine dell'attività si prevede un momento di confronto partendo dai seguenti spunti: come vi siete sentiti a mimare le emozioni? Ci sono state emozioni che sono risultate più difficili da mimare? Sapreste dire perché? Ci sono state situazioni che hanno fatto provare emozioni diverse? Quali? (15').

Suggerimenti per i docenti e i formatori

Punti di forza:

- Sviluppare il linguaggio dell'affettività e l'intelligenza emotiva;
- favorire forme espressive in grado di sviluppare le intelligenze multiple, permettendo a tutti di accedere al proprio personale bagaglio emotivo con il filtro dell'attività ludica.

Consigli:

- realizzare l'attività in un gruppo già formato;
- è possibile utilizzare la seguente variante: in base alle competenze del gruppo si può scegliere di far mimare la situazione e non solo l'emozione, così da semplificare il gioco;
- è possibile utilizzarla per condividere emozioni provate in più ambiti situazionali.

Tempo: 60 minuti

Materiale: carte-emozioni (allegato), carte-situazioni