

# PRIMARIA

*live*



The page features decorative floral illustrations on both the left and right sides. On the left, there are yellow and white flowers with blue stems and green leaves. On the right, there are blue and orange flowers with yellow centers and blue stems. The background is a light yellow color.

**PRIMARIA***live*

**Sei folletti nel mio cuore:  
il valore delle emozioni**

**Rosalba Corallo**

# Cosa sono le emozioni?

Sono reazioni psico-fisiche involontarie ad eventi esterni o interni ritenuti soggettivamente significativi in quanto correlati alla soddisfazione o alla frustrazione dei propri bisogni

## Perchè sono importanti?

- Danno “colore” alla nostra vita
- Influenzano il comportamento
- Influiscono sui processi di apprendimento



# Le emozioni primarie



**Gioia**



**Tristezza**



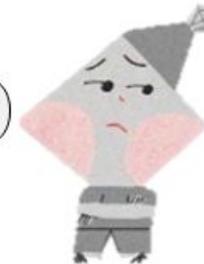
**Rabbia**



**Paura**



**Sorpresa**



**Disgusto**

# Gioia



<b>Origine</b>	Soddisfazione di un bisogno
<b>Funzione</b>	Assimilazione e accettazione di un vantaggio
<b>Equilibrio</b>	Entusiasmo Ottimismo Partecipazione
<b>Disequilibrio</b>	Esaltazione Edonismo Egoismo

# Tristezza



<b>Origine</b>	Perdita
<b>Funzione</b>	Ritiro dal mondo esterno e dall'oggetto che l'ha provocata Reintegrazione
<b>Equilibrio</b>	Ascolto interiore, compassione, empatia, visione critica degli errori
<b>Disequilibrio</b>	Angoscia Depressione Disperazione Pessimismo

# Rabbia



<b>Origine</b>	Frustrazione per la mancata soddisfazione di un bisogno
<b>Funzione</b>	Distruttiva (reale o simbolica) nei confronti di ciò che ostacola la soddisfazione di un bisogno
<b>Equilibrio</b>	Determinazione Motivazione ad agire Capacità di far valere i propri diritti
<b>Disequilibrio</b>	Aggressività Impulsività Condotte antisociali

# Paura



<b>Origine</b>	Situazione percepita come minacciosa
<b>Funzione</b>	Protettiva – allontanamento dallo stimolo percepito come pericoloso
<b>Equilibrio</b>	Prudenza – riconoscimento dei pericoli – senso dei propri limiti
<b>Disequilibrio</b>	Allarmismo – Stress - Inibizione – Fuga

# Sorpresa



<b>Origine</b>	Evento o esperienza improvvisa inattesa
<b>Funzione</b>	Orientamento dell'attenzione -sospensione dell'attività -analisi della novità
<b>Equilibrio</b>	Interesse curiosità propensione ad apprendere
<b>Disequilibrio</b>	Distrazione - ingenuità

# Disgusto



<b>Origine</b>	Esposizione ad un'esperienza potenzialmente dannosa o sgradevole
<b>Funzione</b>	Preventiva di un'esperienza percepita come dannosa o spiacevole
<b>Equilibrio</b>	Attenzione all'alimentazione, igiene rispetto per l'ambiente
<b>Disequilibrio</b>	Disprezzo Ostilità Sarcasmo Rifiuto Snobismo

# Perchè per le bambine e i bambini è più difficile gestire le emozioni?

**Le bambine e i bambini non parlano con facilità delle emozioni che li tormentano se non tramite espressioni standard come “non vale!”, “uffa”, oppure tenendo il broncio, lanciando degli oggetti, o attraverso comportamenti di chiusura, isolamento, sfida, aggressività fisica o verbale**

**Il linguaggio verbale utilizzato nella comunicazione razionale per il bambino è insufficiente o troppo freddo per definire il tumulto interiore che prova al sopraggiungere di un'emozione**



# Come reagisce l'adulto di fronte alle manifestazioni emotive infantili?

Spesso l'adulto (a fin di bene) tende a scoraggiare le manifestazioni correlate all'espressione delle emozioni spiacevoli (tristezza- rabbia-paura)...

**Non piangere, ormai sei grande!**

**Calmati! Non c'è motivo di arrabbiarsi così**

**Non devi aver paura...**

# Come si gestiscono le emozioni spiacevoli?

**Per gestire adeguatamente le emozioni disturbanti occorre riuscire ad elaborarle cioè sentirle completamente e pensarle, invece che evitare di provarle.**

**Le bambine e i bambini non possiedono le risorse interne per essere in grado, autonomamente, di elaborare le proprie emozioni. Hanno bisogno di aiuto...**



# Come aiutarli?



## L'ascolto emotivo

1. Riconoscimento dell'emozione
2. Comunicazione della comprensione dello stato emotivo e rassicurazione sulla sua transitorietà
3. Indicazione di una modalità costruttiva di gestire l'emozione spiacevole

## I mediatori simbolici

Forme artistiche e creative o personaggi di fantasia che permettono:

- L'identificazione
- L'elaborazione indiretta
- L'espressione
- La soluzione attraverso l'esempio

# Il percorso Sei Folletti...



**SEI FOLLETTI DENTRO UN CUORE**  
SCOPRO E IMPARO A CONOSCERE LE MIE EMOZIONI  
di Rosalba Corallo

**LEGGO O ASCOLTO** ... E SCOPRO IL FANTASTICO MONDO DELLE EMOZIONI

**RIFLETO** ... SUI PERSONAGGI E LI CONFRONTO CON ME

**GIOCO** ... E IMPARO DIVERTENDOMI

**CONDIVIDO**

**CREO** ... DISEGNI O FIGURE E SEGUO LA MIA FANTASIA

**SCRIVO** ... PER RACCONTARE ESPERIENZE VISSUTE O IMMAGINATE

... LE MIE IDEE CON I COMPAGNI E LE COMPAGNE E SCOPRO IL VALORE DELLE NOSTRE DIFFERENZE

147



**SEI FOLLETTI IN OGNI CUORE**  
IMPARO A RICONOSCERE LE EMOZIONI DEGLI ALTRI  
E SVILUPPO L'EMPATIA  
di Rosalba Corallo

**LEGGO O ASCOLTO** ... E SCOPRO IL FANTASTICO MONDO DELLE EMOZIONI

**RIFLETO** ... SUI PERSONAGGI E LI CONFRONTO CON ME

**GIOCO** ... E IMPARO DIVERTENDOMI

**CONDIVIDO**

**CREO** ... DISEGNI O FIGURE E SEGUO LA MIA FANTASIA

**SCRIVO** ... PER RACCONTARE ESPERIENZE VISSUTE O IMMAGINATE

... LE MIE IDEE CON I COMPAGNI E LE COMPAGNE E SCOPRO IL VALORE DELLE NOSTRE DIFFERENZE

131



**SEI FOLLETTI TRA PREGI E DIFETTI**  
IMPARO AD ACCETTARE E A GESTIRE LE EMOZIONI  
di Rosalba Corallo

**LEGGO O ASCOLTO** ... E SCOPRO IL FANTASTICO MONDO DELLE EMOZIONI

**RIFLETO** ... SUI PERSONAGGI E LI CONFRONTO CON ME

**GIOCO** ... E IMPARO DIVERTENDOMI

**CONDIVIDO**

**CREO** ... DISEGNI O FIGURE E SEGUO LA MIA FANTASIA

**SCRIVO** ... PER RACCONTARE ESPERIENZE VISSUTE O IMMAGINATE

... LE MIE IDEE CON I COMPAGNI E LE COMPAGNE E SCOPRO IL VALORE DELLE NOSTRE DIFFERENZE

179

# Tipologie di attività

**LEGGO O  
ASCOLTO**

... E SCOPRO IL  
FANTASTICO MONDO  
DELLE EMOZIONI

**RIFLETTO**

... SUI PERSONAGGI  
E LI CONFRONTO  
CON ME

**GIOCO**

... E IMPARO  
DIVERTENDOMI

**CONDIVIDO**

... LE MIE IDEE CON  
I COMPAGNI E LE  
COMPAGNE E SCOPRO  
IL VALORE DELLE  
NOSTRE DIFFERENZE

**CREO**

... DISEGNI O  
FIGURE E SEGUO  
LA MIA FANTASIA

**SCRIVO**

... PER RACCONTARE  
ESPERIENZE VISSUTE  
O IMMAGINATE



## IL SEGRETO DI FATA SERENELLA

LEGGO O ASCOLTO



MI CHIAMO **SERENELLA**, SONO UNA FATA E ABITO IN UNA CASSETTA ROSSA, INSIEME A SEI PICCOLI FOLLETTI.

**GAIETTO** È IL FOLLETTO PIÙ ALLEGRO DI TUTTI E SI VESTE DI GIALLO, IL COLORE DEL SOLE. È L'UNICO CHE CONOSCE IL SEGRETO DELLA FELICITÀ.



**TREMOLINO** È UN GRAN FIFONE E VEDE PERICOLI OVUNQUE. QUANDO HA PAURA, SI NASCONDE GRAZIE AL SUO VESTITO VERDE CHE PUÒ CAMBIARE COLORE.

**LACRIMOSO** PIANGE E SI LAMENTA PERCHÉ È SEMPRE MOLTO TRISTE. AMA I VESTITI BLU COME LA NOTTE.



**STUPORELLO** È UN SOGNATORE. SI VESTE DI AZZURRO COME IL CIELO E AMA LA NATURA: SI STUPISCE SEMPRE QUANDO GUARDA I FIORI, LE FARFALLE, I TRAMONTI E GLI ARCOBALENI.

108



**SCATTO** È UN TIPO MOLTO NERVOSO. SPESSO SI ARRABBIA E ALLORA URLA, SBATTE I PIEDI E STRINGE I PUGNI. IL SUO VISO DIVENTA ROSSO COME IL SUO VESTITO.

INFINE C'È SPUTACCHIONE, UN FOLLETTO CHE PENSA DI ESSERE MIGLIORE DEGLI ALTRI. SE QUALCOSA LO DISGUSTA, FA LE SMORFIE.



VI SVELO UN SEGRETO... I FOLLETTI SONO LE EMOZIONI DI TOMMY. LA NOSTRA CASSETTA ROSSA È IL SUO CUORE.



RIFLETTO

▶ SECONDO TE, I FOLLETTI VANNO D'ACCORDO TRA LORO? SEGNA CON UNA X LA RISPOSTA.  SÌ.  NO.

CONDIVIDO

▶ QUALE FOLLETTO VORRESTI ESSERE? PERCHÉ? PARLANE CON LA TUA CLASSE.

109

Esempi  
classe  
prima



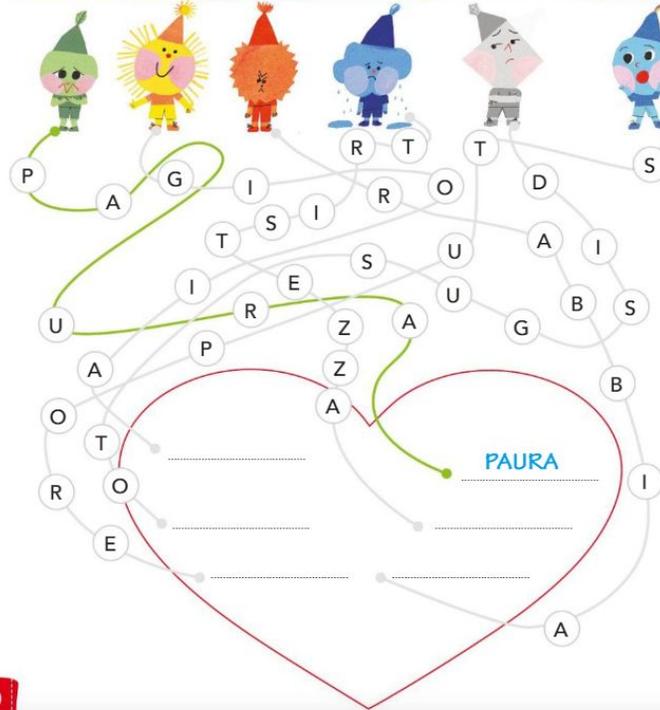
Esempi  
classe  
prima

## SCOPRI LE EMOZIONI

### GIOCO

▶ SCOPRI LE EMOZIONI DI TOMMY. COLORA IL PERCORSO DI OGNI FOLLETO, POI SCRIVI UNA DOPO L'ALTRA LE LETTERE, COME NELL'ESEMPIO.

TREMOLINO GAETTO SCATTO LACRIMOSO SPUTACCHIONE STUPORELLO



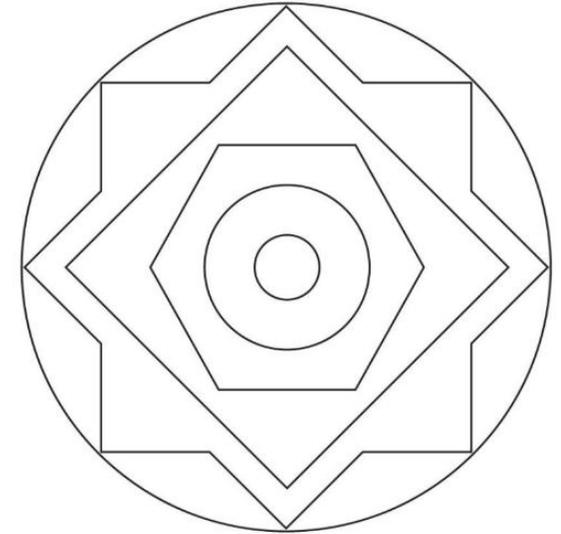
110

## IL MANDALA DELLE MIE EMOZIONI

### CREO

▶ Colora il mandala delle tue emozioni. Inizia dal centro con il colore dell'emozione che nascondi di più. Poi procedi verso l'esterno con i colori delle emozioni che esprimi di più.

-  gioia
-  tristezza
-  rabbia
-  paura
-  stupore
-  disgusto



### CONDIVIDO

▶ Confronta il tuo mandala con quello di un compagno o di una compagna. Quali emozioni nascondete? E quali, invece, esprimete? Parlatene insieme all'insegnante.

119



## BATTICUORE... DI UN PRESENTATORE

LEGGI O ASCOLTO

Tommy è pensieroso.  
 – C'è qualcosa che non va?  
 – gli domanda la mamma.  
 – La maestra mi ha chiesto di presentare lo spettacolo di fine anno – risponde preoccupato.  
 – Che bello! – esclama la mamma.  
 – Quel giorno saremo in prima fila a guardarti – dice il papà.  
 – E vai! Mio fratello diventerà una star! – scherza Martina.  
 – Perché nessuno mi capisce?  
 – sbuffa Tommy.  
 Intanto nel suo cuore i folletti iniziano a discutere.  
 – Non è giusto costringere un bambino a fare qualcosa che non vuole – dice **Scatto**.  
 – Ma la maestra sa che Tommy ce la farà! – risponde subito **Gaietto**.  
 – Eh già! Il sipario, le luci, gli applausi... sarà meraviglioso – sospira **Stuporello** con gli occhi sognanti.

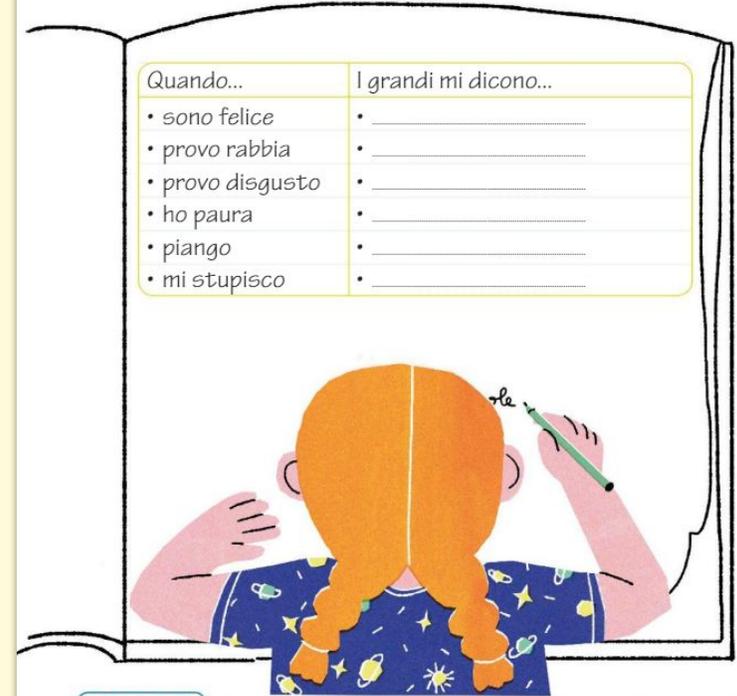


114

SCRIVO

► Anche a te i grandi hanno detto le stesse cose che hanno detto a Tommy? Completa il tuo diario.

Quando...	I grandi mi dicono...
• sono felice	• _____
• provo rabbia	• _____
• provo disgusto	• _____
• ho paura	• _____
• piango	• _____
• mi stupisco	• _____



CONDIVIDO

► I grandi capiscono sempre le tue emozioni? Con l'aiuto dell'insegnante, confrontati con i tuoi compagni e le tue compagne.

118

Esempi  
 classe  
 prima



## LA NUVOLA E IL SOLE

### LEGGO O ASCOLTO

- ▶ Che cosa succede quando non capiamo le emozioni degli altri? Leggi il brano in cui Tommy lo scopre e capisce quanto è importante chiedere scusa.

– Mamma, eccole, arrivano! – esclama Tommy appena vede Chiara con sua madre all'entrata del parco.  
È una fortuna che le mamme di Tommy e Chiara siano amiche, così i due bambini possono giocare insieme. I due amici iniziano sempre dall'area giochi: amano andare sulle altalene e giù veloci dagli scivoli.  
– Oh no! – esclama Chiara a un tratto.  
– Ho perso il mio ciondolo!  
– Il ciondolo a forma di nuvola che porti sempre al collo? – chiede Tommy.  
– Sì – risponde la bambina – era fatto a mano da mia cugina. Me lo ha regalato prima di andare ad abitare in un Paese lontano – aggiunge con gli occhi lucidi.  
– Ma dai, non prendertela così! Tanto quel ciondolo non vale nulla! – dice Tommy che vuole continuare a giocare.  
– Per me vale moltissimo! – risponde Chiara offesa e arrabbiata. – Non voglio giocare più!



### RIFLETO

- ▶ Leggi le domande e segna con una **X** la risposta.
  - Che cosa prova Tommy quando si accorge di aver offeso Chiara?
    - Tommy prova tristezza.
    - Tommy prova rabbia.
    - Tommy non prova nulla.
  - Perché? Rispondi a voce.
  - Secondo te, che cosa prova Chiara quando riceve il dono di Tommy?
    - Gioia, infatti apprezza molto il pensiero del suo amico.
    - Rabbia, infatti non accetta il regalo perché non vuole fare pace con lui.
    - Stupore, perché non si aspettava un dono da lui.
    - Tristezza, perché il dono le ricorda il ciondolo che ha perso.
- ▶ Fata **Serenella** ha un compito molto importante: quando i folletti litigano, deve riportare tra loro la pace, infatti solo così Tommy può essere sereno. Leggi il fumetto. A quali folletti si rivolge fata **Serenella**?
  - A **Scatto** e **Tremolino**.
  - A **Lacrimoso** e **Gaietto**.
  - A **Sputacchione** e **Stuporello**.



Questo è davvero un dono fatto con il cuore!

Esempi  
classe  
seconda



Esempi  
 classe  
 seconda

## UN MESSAGGIO DI... AMICIZIA

### SCRIVO

► Tommy ha donato a Chiara il nuovo ciondolo, allora lei gli scrive un biglietto per ringraziarlo. Completa il biglietto che Chiara scrive a Tommy. Aiutati con le domande a lato.

Ciao Tommy! Volevo dirti che il tuo regalo .....

Come si è sentita Chiara quando ha ricevuto il regalo di Tommy?

Al parco mi sono offesa con te. Quando ho perso il ciondolo da te mi aspettavo .....

Che cosa si aspettava Chiara da Tommy?

E invece tu .....

Invece che cosa ha detto Tommy?

Ripensando a tutto, ho capito che forse .....

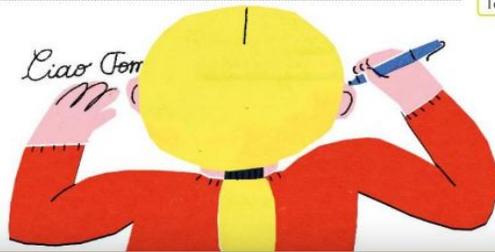
Chiara ha capito che Tommy non voleva farla arrabbiare, ma solo continuare a giocare con lei?

Dunque mi dispiace di essermi arrabbiata con te.

Ti chiedo scusa e ti ringrazio per il bel regalo.

Ho capito che tu sei .....

Che cosa pensa ora Chiara di Tommy?



## LA PAROLA MISTERIOSA

### GIOCO

► Qual è la capacità che ti permette di capire e di sentire le emozioni degli altri? Per saperlo, scopri la parola misteriosa. Segna con una X se ogni frase è vera o falsa.

- Sbadigliare significa sempre annoiarsi.  Vero [B]  Falso [E]
- Si può tremare per la paura.  Vero [M]  Falso [E]
- Arrossire può indicare vergogna.  Vero [P]  Falso [D]
- Si fa l'occholino per offendere qualcuno.  Vero [O]  Falso [A]
- Chi si sente calmo e rilassato stringe i pugni.  Vero [U]  Falso [T]
- Storcere il naso può significare sentirsi disgustati.  Vero [I]  Falso [Z]
- Spalancare la bocca può indicare stupore.  Vero [A]  Falso [G]



► Scrivi le lettere corrispondenti a ciascuna risposta e scopri la parola misteriosa.

1	2	3	4	5	6	7
E						



Esempio  
classe  
seconda

## DIMMELO CON UN EMOJI

### CONDIVIDO

- ▶ Nei due brani che hai letto, Tommy ha imparato a riconoscere le emozioni degli altri attraverso le loro parole e i loro gesti. Ma ci sono altri modi per esprimere che cosa proviamo. Gli emoji, per esempio, sono le "faccine" che servono a dire come ci sentiamo senza usare le parole.



- ▶ Chiedi ad alcuni tuoi compagni di disegnare negli spazi in basso un emoji per farti sapere:
  - o l'emozione che stanno provando in questo momento;
  - o un'emozione che hanno provato in passato quando gli è successo qualcosa di bello o di brutto.
- ▶ Cerca di capire che cosa provano e scrivilo accanto a ogni disegno. Tu fai lo stesso nei libri degli altri e delle altre.

	Nome: ..... Prova/Ha provato: .....		Nome: ..... Prova/Ha provato: .....
--	--	--	--

Nome: ..... Prova/Ha provato: .....		Nome: ..... Prova/Ha provato: .....	
--	--	--	--

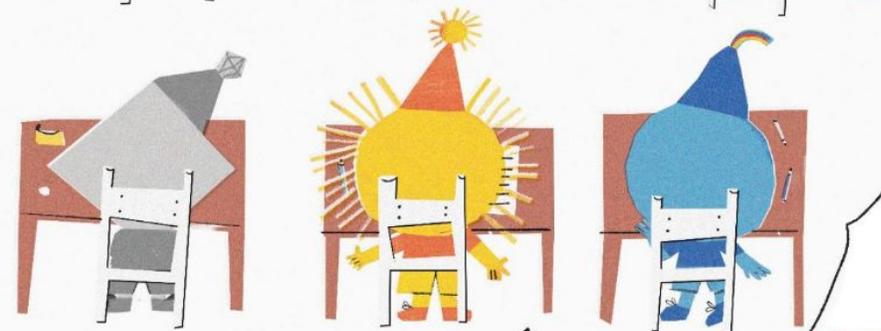
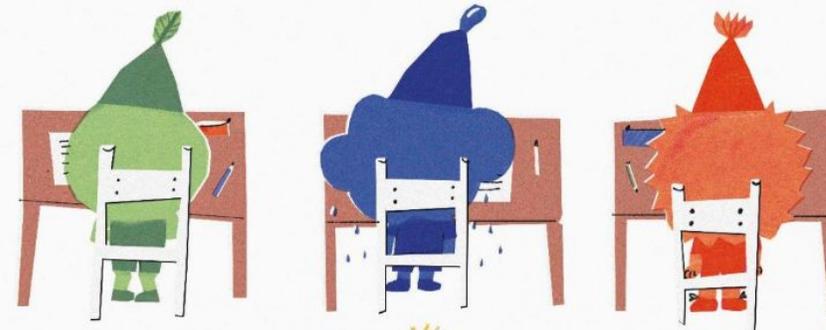
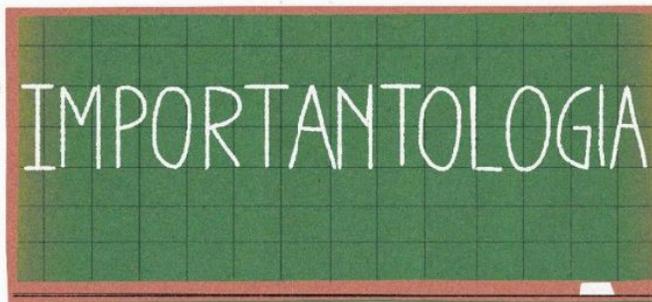


## LA SCUOLA DEI FOLLETTI

### LEGGI O ASCOLTO

► Chi l'avrebbe mai detto... anche i folletti devono andare a scuola! Leggi il brano in cui fata **Serenella** fa lezione ai folletti e gli insegna quanto sono importanti per Tommy.

– Non ce la faccio più! – sbuffa **Serenella**.  
I folletti, che vivono con lei nel cuore di Tommy, sono molto capricciosi e litigano spesso. Più che una fata, ai folletti servirebbe una maestra...  
“Ecco di che cosa hanno bisogno quei birichini...” pensa **Serenella**. “Trasformerò la nostra casetta in una scuola.”  
Detto fatto: in piena notte, mentre Tommy dorme, con un colpo di bacchetta magica il suo cuore diventa una scuola.  
– Dobbiamo andare a scuola? Ma è assurdo!  
– protesta **Scatto**. – Non ci serve la scuola!  
– Ti sbagli, caro mio, – ribatte **Serenella** – non si finisce mai di imparare! Le nostre lezioni fanno parte dei sogni di Tommy e, ti assicuro, saranno utili anche a lui.



– Insieme studierete due materie – annuncia  
– “Importantologia” e “Controllogia”.  
I folletti scoppiano a ridere, quelle materie hanno dei nomi così buffi... chissà se esistono nella realtà.  
– Adesso basta ridere! Cominciamo con l’“Importantologia”. Chi di voi pensa di essere importante nella vita di Tommy?  
– domanda **Serenella**.  
– lo! lo! lo! – **Gaietto**, **Stuporello** e **Sputacchione** alzano la mano e, a turno, iniziano a spiegarsi.



Esempio  
classe  
terza

180

181



## EMOZIONI D'AUTORE

### SCRIVO

- ▶ Tommy ha scoperto che disegnare o dipingere mentre ascolta la musica lo aiuta a esprimere ciò che prova. Fai come lui e, con l'aiuto dell'insegnante, ascolta i seguenti brani musicali. Poi scrivi accanto a ciascun brano l'emozione che provi ascoltandolo.



Il brano musicale che ascolto	L'emozione che provo
Vivaldi, <i>La primavera</i>	.....
Chopin, <i>Notturmo Op. 9 n. 2</i>	.....
Mozart, <i>Marcia turca</i>	.....
Beethoven, <i>Per Elisa</i>	.....

### CREO

- ▶ Ora scegli uno dei brani e fai un disegno per esprimere la tua emozione. Infine completa le frasi.

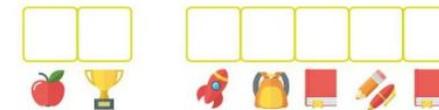
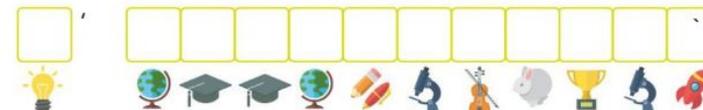
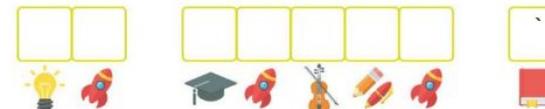
Il disegno è ispirato dal brano .....

L'emozione che provo .....

## UN MESSAGGIO SEGRETO

### GIOCO

- ▶ Scopri il messaggio segreto che fata *Serenella* ha scritto a Tommy per aiutarlo ad affrontare un'emozione spiacevole. A ogni simbolo corrisponde una lettera.



Esempio  
classe  
terza



Esempio  
classe  
terza

## EMOZIONI IN ALTO MARE

### CONDIVIDO

- ▶ Insieme a Tommy hai imparato che quando provi un'emozione, anche spiacevole, puoi decidere come comportarti. Osserva i disegni: su ogni barca c'è un folletto che ti spinge ad agire in modo sbagliato. Scrivi, per ognuno, un comportamento corretto e uno sbagliato.

Quando provo  
rabbia, posso

.....  
.....  
.....  
invece di .....



Quando provo  
tristezza, posso

.....  
.....  
.....  
invece di .....



Quando provo  
disgusto, posso

.....  
.....  
.....  
invece di .....



Quando provo  
paura, posso

.....  
.....  
.....  
invece di .....

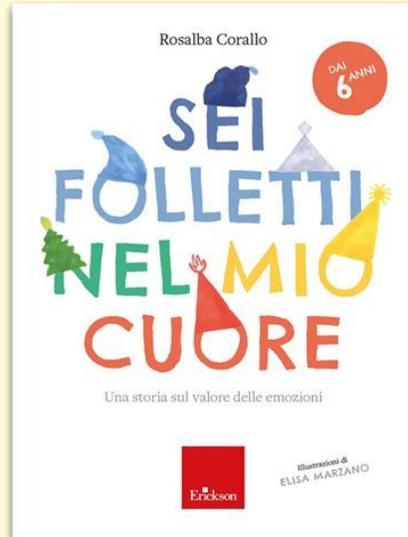


- ▶ Ora scambia il libro con quelli dei tuoi compagni e delle tue compagne e leggi che cosa hanno scritto. Con l'aiuto dell'insegnante, confrontate le vostre risposte.

# SEI FOLLETTI NEL MIO CUORE è nella Novità Fabbri-Erickson 2021 UNA VALIGIA PER CRESCERE



# Altri libri della stessa autrice



# Suggerimenti bibliografici





# Il corso "La valutazione nella scuola primaria"

Il corso ha l'obiettivo di offrire un'informazione chiara e completa sulle nuove modalità di valutazione degli apprendimenti degli alunni nella scuola primaria e sui relativi riferimenti teorici, per supportare i docenti nella definizione dei criteri e degli strumenti didattici per l'attuazione delle nuove procedure di valutazione.



*a cura di Dino Cristanini*

## MODULO 1

Il quadro normativo e i nodi tematici

## MODULO 2

La definizione degli obiettivi nel curriculum e nel documento di valutazione

## MODULO 3

Le verifiche e la valutazione in itinere

## MODULO 4

La formulazione dei giudizi

Scopri di più e organizza nella tua scuola!

[www.formazioneSUMISURA.it](http://www.formazioneSUMISURA.it)

Rizzoli  
EDUCATION