

PROPOSTE ATTIVITÀ QUATTORDICESIMA SETTIMANA

QUESTA SETTIMANA VOGLIAMO PRESTARE L' ATTENZIONE AD UN'EMOZIONE CHE
SPESSO PROVIAMO, CI CONFONDE E CI FA METTERE

IL BRONCIO: **LA RABBIA!**

PER CALMARLA E ALLONTANARLA ABBIAMO PENSATO DI SUDDIVIDERE LA SETTIMANA
IN DIVERSE FASI.

ECCO ALCUNE STRATEGIE CHE PRESTO VI FARANNO RITORNARE IL SORRISO!!!

FATE UNA BELLA FOTO A LAVORO FINITO! PRESTO LE POTRETE MOSTRARE A TUTTI I
VOSTRI COMPAGNI E ALLE VOSTRE MAESTRE!!!

BUONA SETTIMANA A TUTTI!!!

BACIIIIIIIIII

CRI, VALE, MERY, MARGHE E GIUSY

LUNEDÌ

1^ FASE: CONOSCENZA

Ascolta la lettura di questo bel libro, che spesso tutti insieme leggevamo in classe.

«IL LIBRO ARRABBIATO».

Vedi video allegato
(Valentina)



MARTEDÌ

2^ FASE A: SCARICARE LA TENSIONE

Per scaricare la tensione ci vuole un po' di attività manipolativa, di seguito la ricetta per creare la

«PASTA DI SALE COLORATA»

- 1 bicchiere di sale
- 1 bicchiere di farina
- 1/3 bicchiere di acqua tiepida

Che ne dite di aggiungere un tocco di colore rosso?! Rosso come la rabbia...

Potete usare:

- passata di pomodoro
- tempera
- colorante alimentare



MERCOLEDÌ

2^ FASE B: SCARICARE LA TENSIONE

Una seconda proposta per poter scaricare lo stress è l'attività motoria.

Ecco alcune idee:

- tracciate il percorso da fare con lo scotch carta per terra
- sali sul divano e salta sul cuscino
- rotola sul tappeto e gattona sotto il tavolino

Ingegnatevi anche voi a trovare il percorso più divertente e ricordate di farlo con i vostri bambini.



GIOVEDÌ

3^ FASE: RICARICARSI DI POSITIVITÀ

Creiamo il

«BARATTOLO DELLA CALMA»

Istruzioni

- 1 barattolo di vetro con coperchio (va bene un barattolo delle conserve), per i più piccoli meglio una bottiglietta di plastica
- 2 cucchiaini di colla glitter
- 4 cucchiaini di brillantini, stelline
- 2 gocce di colorante alimentare
- acqua calda
- 1-2 cucchiaini di shampoo trasparente (facoltativo)

Vedi video allegato tutorial (Mariagiulia)



VENERDÌ

4^ FASE: RILASSAMENTO

Ascolta questa bella canzoncina che tutti insieme cantavamo al nido.

«**ARRIVA LA VOLPE**».

Vedi video allegato
(Giusy)

