

## Preparazione

Per questa attività, serve uno spazio libero tipo salone, palestra o aula capiente con i banchi spostati sui bordi. Per ciascun bambino servono due distintivi (ciascuno applicabile, ad esempio, sull'abito con una molletta) che contrassegnano le emozioni su cui si lavora in quel momento (riportati in penultima pagina, stampabili e ritagliabili), un distintivo con due orecchie e un distintivo con una bocca che parla (riportati nell'ultima pagina, stampabili e ritagliabili), che l'insegnante consegnerà al momento opportuno.

## Consegna

L'insegnante invita i bambini a sedersi in cerchio, spiega il gioco nelle sue varie fasi e inizia la fase di Esperienza.

## Esperienza

L'insegnante legge ai bambini la seguente storia:

*«Arthur, abbiamo capito che esistono le emozioni e queste grotte ce le fanno sentire, ma tu come le hai scoperte?», disse Yuri. "Mio nonno mi portò qui tanti anni fa, ma non da solo... Mi portò con tutti i bambini del villaggio, perché diceva che nelle grotte delle emozioni non bisogna mai avventurarsi da soli, o si rischia di non poter più uscire...". "Cosa ci aspetta adesso?", chiese Alys. "La terza grotta... la grotta della Paura... chi entra sente un fortissimo desiderio di scappare, e corre in tondo a tutta velocità...". "E poi?". "E poi c'è la quarta, la grotta della Rabbia. Chi entra pesta i piedi a terra, salta e fa la faccia buia come fanno gli arrabbiati..."».*

L'insegnante forma delle coppie di bambini, uno con capacità verbali più sviluppate uno con capacità verbali meno sviluppate. I bambini entrano nel "tunnel" che porta alla grotta della Paura e camminano in fila indiana a quattro zampe facendo un giro intorno alla sala. Finito il giro si trovano nella grotta della Paura e l'insegnante consegna loro il primo dei distintivi presenti nell'ultima pagina. Appena preso il distintivo, i bambini devono correre in tondo per la stanza, fianco a fianco con il loro compagno di coppia, regolando la loro andatura in modo da non lasciarsi mai soli ma da restare sempre uno di fianco all'altro. Quando uno dei due si sente stanco, la coppia si ferma. Poi, con il compagno di coppia, prendono fogli di carta e pennarelli, scelgono un luogo della stanza, si siedono e si raccontano l'un l'altro quello che hanno pensato correndo intorno alla stanza. Dopo averlo raccontato, lo disegnano, ciascuno sul proprio foglio. Una volta finito il disegno, lo mettono da parte e percorrono di nuovo a quattro zampe il perimetro della sala. Quando si rialzano in piedi si ritrovano nella grotta della Rabbia e l'insegnante consegna loro il secondo dei distintivi presenti nell'ultima pagina. Sempre uno di fianco all'altro, i bambini della coppia percorrono una volta il perimetro della stanza con espressione facciale arrabbiata, passo pesante, saltando e battendo i piedi a terra. Poi, con il compagno di coppia, prendono fogli di carta e pennarelli,

scelgono un luogo della stanza, si siedono e si raccontano l'un l'altro quello che hanno pensato durante il giro della stanza. Dopo averlo raccontato, lo disegnano, ciascuno sul proprio foglio.

### Esposizione

Quando la sessione di gioco è terminata, i bambini si riuniscono di nuovo in cerchio e l'insegnante distribuisce a ciascuno di loro un distintivo con le orecchie. Poi dà ad una coppia il distintivo con la bocca. Chi ha il distintivo con le orecchie non può parlare ma solo ascoltare; solo chi ha il distintivo con la bocca può parlare. I bambini della coppia che hanno il distintivo con la bocca, insieme, descrivono i disegni che hanno fatto e le difficoltà che hanno avuto nello svolgere il gioco. Quando hanno finito passano il distintivo con la bocca alla coppia successiva, che può descrivere i disegni che hanno fatto e le difficoltà incontrate.

### Analisi dell'esperienza e dell'esposizione

Durante l'esposizione da parte dei bambini l'insegnante può fare domande di approfondimento, allo scopo di stimolare la descrizione ("Come avete esplorato la grotta della Paura?", "Come avete esplorato la grotta della Rabbia?", "Cosa avete pensato mentre eravate nella grotta della Paura?", "Cosa avete pensato mentre eravate nella grotta della Rabbia?", "Come vi siete aiutati facendo le esperienze in coppia?") e di far riflettere i bambini su eventuali incongruenze in quanto esposto, senza assumere mai un atteggiamento valutativo, ma esprimendo viva curiosità. Ovviamente l'insegnante deve spiegare il significato di tutti i termini che usa, soprattutto quelli di uso non comune. I bambini devono potersi esprimere liberamente ed essere ascoltati con interesse dall'insegnante e dai compagni.

### Estrapolazione di regole

Quando tutte le coppie hanno descritto le difficoltà incontrate, l'insegnante rilegge la storia a voce alta e pone ai bambini le seguenti domande: "Cosa abbiamo imparato dal racconto?", "A cosa servono le grotte di Alpenzù?", "Come le ha scoperte Arthur?", "Quando le ha scoperte?", "Chi c'era con lui?", "Perché non bisogna andare da soli nelle grotte di Alpenzù?", "Perché la terza grotta si chiama grotta della Paura?", "Perché la quarta grotta si chiama grotta della Rabbia?", "Qual è la differenza tra Paura e Rabbia?", "Nelle storie di Alpenzù che avete ascoltato in queste attività, quando secondo voi i protagonisti hanno provato Paura?", "Quando hanno provato Rabbia?", "E voi, quando avete provato Paura nello svolgere queste attività?", "Quando avete provato Rabbia?".

L'insegnante chiede poi ai bambini "Cosa avete imparato dall'attività che avete svolto in coppia?", "Perché è importante raccontarsi le cose prima di disegnarle?", "Perché è importante svolgere l'attività insieme al proprio compagno di coppia?". Lo scopo di questo momento è quello di far riflettere i bambini sulle loro emozioni e sul fatto di raccontarle al compagno di coppia, disegnarle e poi raccontarle a tutto il gruppo.

### Applicazione delle regole estrapolate

Dopo questa attività, i bambini usano i distintivi Paura e Rabbia anche nelle altre attività che svolgono quotidianamente a scuola. Possono indossarli, spontaneamente o stimolati dall'insegnante, ogni volta che sentono di provare una di queste due emozioni. Il fermarsi a riflettere in maniera non occasionale se indossarli o meno li aiuta a sviluppare un habitus volto al riconoscimento e alla consapevolezza delle proprie emozioni.

### Varianti

L'insegnante, per rendere il gioco più divertente, può mettere della musica di sottofondo per sottolineare le emozioni. In questo caso i bambini devono entrare nella grotta della Paura tutti assieme, con la musica associata alla Paura come sottofondo, e - allo stesso modo - nella grotta della Rabbia tutti assieme, con una musica di sottofondo associata a tale emozione. Le musiche opportune possono essere scelte dall'insegnante, meglio se tra brani midi o solo strumentali, senza parole che possano suggerire ai bambini elementi particolari su cui focalizzare Paura e Rabbia. A titolo di esempio è possibile ascoltare: [www.edurete.org/mat/paura.mp3](http://www.edurete.org/mat/paura.mp3) e [www.edurete.org/mat/rabbia.mp3](http://www.edurete.org/mat/rabbia.mp3).



