



- Ragazze, ragazzi, oggi non dovete essere timidi, perché parleremo di **emozioni**.
Che cosa sono le emozioni? Più che a definirle, provate a elencarne qualcuna.
Diamo la parola agli alunni, accettiamo e commentiamo le risposte corrette, spieghiamo perché le altre non sono emozioni.
- Bene, come vedete le emozioni sono tantissime. Adesso vediamo di ordinarle.
Ci sono alcune emozioni principali: gioia, tristezza, rabbia, paura, disgusto e sorpresa. Vi ricordate *Inside-Out*, il film? Ecco, più o meno quelle.
L'insegnante le scrive alla lavagna una sotto l'altra, tranne i due opposti gioia-tristezza (questi vanno scritti uno di fianco all'altro). Poi si procede chiedendo di individuare gli opposti delle altre emozioni (rabbia-calma; paura-coraggio; disgusto-ammirazione; sorpresa-noia). Infine si sceglie un'emozione e si fa la "gradazione". Per esempio: GIOIA-felicità-esaltazione
- Saper **riconoscere le emozioni** è molto importante. Per noi stessi, perché ci aiuta a capire le situazioni che viviamo; e anche per gli altri, perché ci permette di immaginare quello che provano le persone intorno a noi, e di aiutarle quando hanno bisogno.
- Vediamo che cosa ci racconta a proposito questo video.

