

FABA

Filastrocche

FILASTROCCH DELLA RABBIA

Una raccolta di simpatiche filastrocche per avvicinare bambine e bambini alla scoperta delle loro emozioni, in particolare della rabbia, un sentimento che provano tutti, anche gli adulti.



- 
- 1** La rabbia
 - 2** La parola rabbia
 - 3** Vento vento, non soffiare!
 - 4** Il pianto dei capricci
 - 5** Che disavventura!
 - 6** C'era una volta una fata
 - 7** Cip cip cicciricì
 - 8** Come un temporale
 - 9** Prova e riprova
 - 10** Storiella
 - 11** Gigino e Gigetto
 - 12** Gatto Ciro e Gedeone
 - 13** Sissi Orsetta
 - 14** Tra i due litiganti
 - 15** Miciomacio
 - 16** Un sorriso per amico
 - 17** Un fiore di lillà
 - 18** Re Musone
 - 19** Un amore di rabbia
 - 20** Storiella di primavera
 - 21** I colori della rabbia
 - 22** Castelli di sabbia
 - 23** Neonata Milena
 - 24** Due sorelle litigiose
 - 25** Sberleffo e baruffa
 - 26** Filastrocca acchiappa rabbia
 - 27** La canzone degli arrabbiati

LA RABBIA

La rabbia è un'emozione
ce l'hanno le persone.
Se vien niente paura che, tanto,
poco dura.
Se conti a voce bassa
poi vedi che ti passa.

LA PAROLA RABBIA

Rabbia si scrive così:
con due letterine B.
Una B di bisticcio,
una B di burrasca
...Conoscevo un bambino
che ce l'aveva in tasca.
E la teneva apposta
coperta e ben nascosta.
Ma più la nascondeva
la rabbia più cresceva.
E infine se ne uscì
che aveva quattro B.
La rabbbbia così gonfia
sembrava un palloncino
...Se ne volò nel cielo

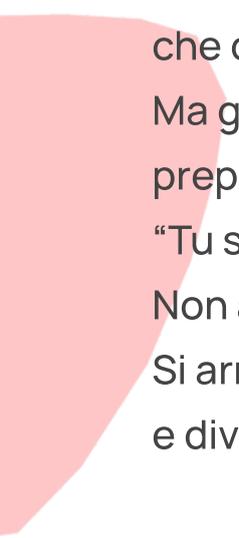
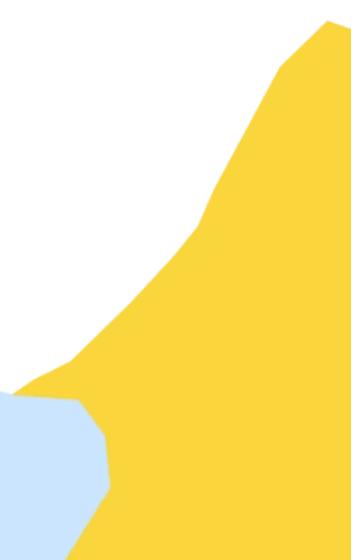
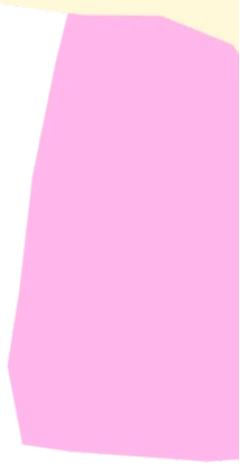


e diventò un puntino.

VENTO VENTO, NON SOFFIARE!

Su nel cielo tutto azzurro
una bianca nuvoletta
se ne andava a fare un giro,
spensierata e senza fretta.
Venne un vento dispettoso
e per farla rotolare
su quel cielo tutto azzurro
non la smise di soffiare.
Protestò la nuvoletta:
“Vento, smetti per piacere,
non mi fare questi scherzi
che così mi fai cadere”.
Ma gonfiando le sue guance
prepotente disse il vento:
“Tu sei troppo piccolina.
Non ascolto il tuo lamento”.
Si arrabbiò la nuvoletta
e divenne grossa e scura.

...Ora il vento dispettoso
scappa pieno di paura.



IL PIANTO DEI CAPRICCI

Ogni volta che la mamma
ai capricci dice: “No!”
Stella piange, si dispera
batte i piedi per un po’.
Però il pianto di un capriccio
(tutto il mondo già lo sa)
non fa pena, non commuove
...E ben presto finirà.

CHE DISAVVENTURA!

Un Litigio grosso e bigio,
camminando adagio adagio,
senza fretta e senza indugio
per la strada se ne andò.
Ma dal cielo grigio grigio
lo guardava un Nubifragio
e vedendolo malvagio
sulla testa gli scoppiò.
Tutto fradicio il Litigio,
non trovando alcun rifugio,
con il viso mogio mogio
dritto a casa ritornò.

C'ERA UNA VOLTA UNA FATA

C'era una volta una fata
che era sempre arrabbiata
perché la sua bacchetta
non era affatto perfetta
...E funzionava male!
Diceva pepe, veniva sale,
diceva alto, veniva basso,
diceva silenzio, veniva chiasso.
Un giorno andò allo stagno
e vide un bel ranocchio,
voleva farlo principe
...Lo trasformò in pidocchio.
Veloce il pidocchietto
saltò tra i suoi capelli,
si costruì una cuccia
e fece sogni belli.

CIP CIP CICCIRICÌ

Un uccellino in gabbia
cantava dalla rabbia:
“Cip cip cicciricì,
perché son chiuso qui?”.
Passando, un bel bambino gli disse:



“Poverino, io sento che il tuo canto
è triste come un pianto.

Ti voglio liberare
così potrai volare”.

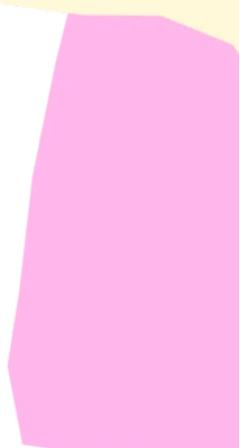
Adesso l’uccellino,
volando insieme al vento,
ringrazia quel bambino
e canta assai contento!

COME UN TEMPORALE

La rabbia
assomiglia a un temporale:
che viene improvviso
e poi cresce e sale.

Si scuotono gli alberi,
ulula il vento,
il cielo è nero
in un momento:
tutto coperto di nuvoloni,
pieno di lampi, pieno di tuoni.

Ma per fortuna
poi viene fuori
l’arcobaleno dai sette colori.
Così, improvvisa torna la pace,





torna il sorriso.
La rabbia tace.

PROVA E RIPROVA

Se non sei capace,
non ti arrabbiare,
prima di fare
devi imparare.
Prova e riprova,
e poi vedrai
che alla fine
ci riuscirai.



STORIELLA

Zio Remigio si è arrabbiato:
Fido cane gli ha abbaiato.
Fido cane si è arrabbiato:
Micio gatto lo ha graffiato.
Micio gatto si è arrabbiato:
topo Bigio gli è scappato.
Ride e balla topo Bigio
nel granaio di Remigio.



GIGINO E GIGETTO

Gigino e Gigetto
son due fratelli
un poco bravi
e un poco monelli.
Dice a Gigetto,
Gigino, gentile:
“Vieni con me
a giocare in cortile”.
Invece Gigetto
gli dà uno spintone,
per fargli dispetto
gli ruba il pallone.
Si arrabbia Gigino
per quel brutto gesto,
però la rabbia
gli passa presto.
Così fa la pace
col suo fratellino.
... Giocano insieme
Gigetto e Gigino.

GATTO CIRO E GEDEONE

Oggi piove,



che peccato!
Gatto Ciro
si è arrabbiato.
Si è arrabbiato
Gatto Ciro
perché non
può andare in giro.
Passa Gatto
Gedeone
con l'ombrello
arancione
e gli dice:
“Vieni, dai
che qui sotto
ci stai”.
Oggi piove,
ma che bello
passeggiare
con l'ombrello.

SISSI ORSETTA

Quando è buio e si fa sera
Sissi Orsetta si dispera,
fa i capricci a non finire
perché è ora di dormire.



Fa i capricci Sissi Orsetta,
non sperare che la smetta,
urla, strilla, pesta i piedi,
ti stupisci se la vedi!
Poi però quand'è mattina
non si vuole più svegliare
si lamenta, si dimena
e comincia a protestare.

TRA I DUE LITIGANTI

Sulla porta del granaio,
creste rosse, becchi giallo,
per un chicco di frumento
si bisticciano due galli.

“Non toccare!” dice il primo.

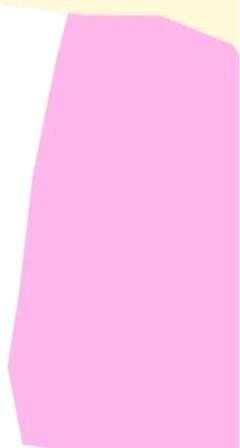
“Questo chicco è solo mio!”

Ma quell'altro gli risponde:

“No! L'ho visto prima io!”.

Battibeccano i due galli
da mattina fino a sera,
quando intanto da lì passa
una formichina nera.

Zitta zitta la formica
vede il chicco del granaio
se lo mette sulle spalle



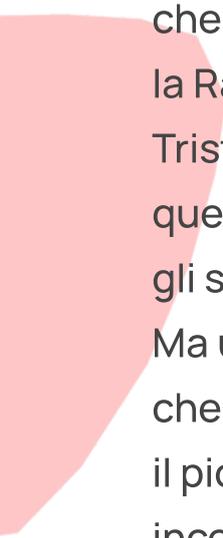


e lo porta al formicaio.

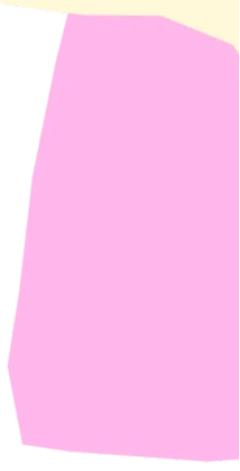
MICIOMACIO

Se Miciomacio fa un capriccio
gli diventa il pelo riccio.
Se fa un capriccio Miciomacio
è perché vorrebbe un bacio.

UN SORRISO PER AMICO



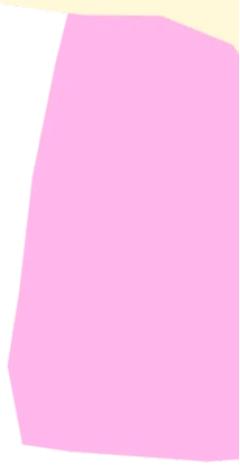
Questa è la storia
di un piccolo orsetto
che si portava
la Rabbia a braccetto.
Triste e pettegola,
quella compagna
gli suggeriva sempre una lagna.
Ma un giorno avvenne
che all'improvviso
il piccolo orso
incontra un Sorriso.
Tutto felice gli dà un bacetto
e se lo tiene ben bene stretto.





Scappa la Rabbia,
coi pugni all'insù...
...E mai nessuno l'ha vista più.

UN FIORE DI LILLÀ

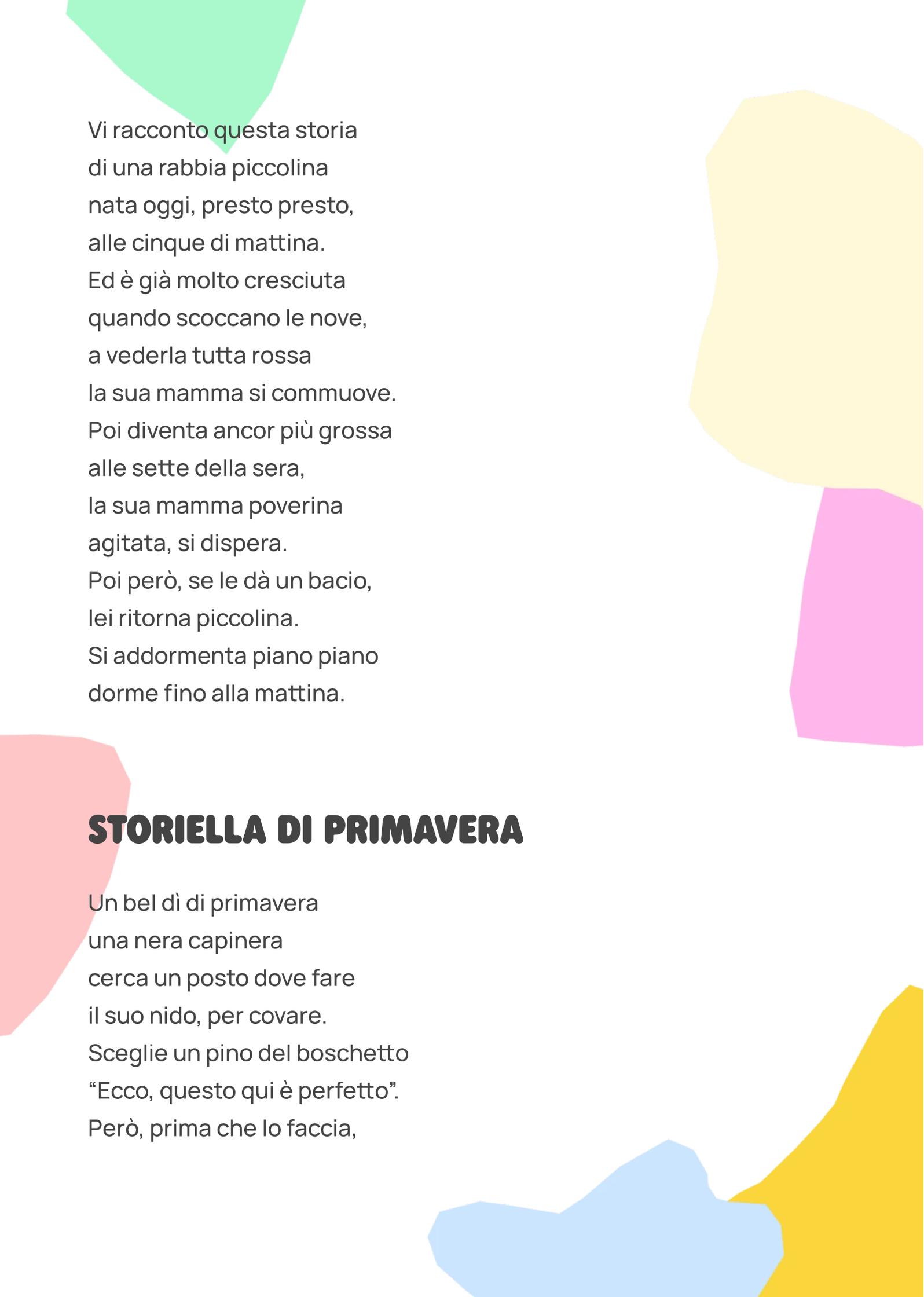


Rabbia
è una parola
che se ne sta da sola
perché di quel che sente
non le va bene niente.
Un giorno sul quaderno
la scrisse un bel bambino,
però lei per dispetto
sparì dal pensierino.
Vedendo sulla riga
la macchiolina bianca,
pensò, quel bel bambino:
“Una parola manca!”.
E allora, dispiaciuto
lo disse al suo papà...
...Poi disegnò al suo posto
un fiore di lillà.

RE MUSONE

Tutti i giorni
Re Musone
si affacciava dal balcone
e restava là così,
senza dir né no né sì.
Tanta gente che passava
gentilmente salutava:
“Re Musone, buonasera!
Buona estate e primavera!”.
Lui, a sentir l’appellativo,
diventava assai cattivo.
Brontolava:
“Non so come
mi hanno dato questo nome!”.
Ma gli disse la Regina
sulla porta di cucina:
“Così ti hanno nominato
perché sei sempre arrabbiato”.
Da quel giorno Re Musone
sta affacciato sul balcone
a veder passar la gente
e saluta sorridente.

UN AMORE DI RABBIA



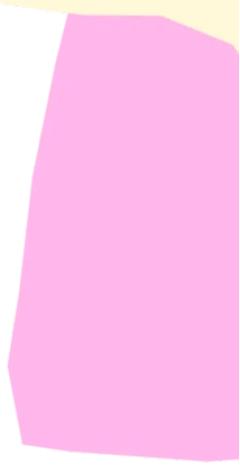
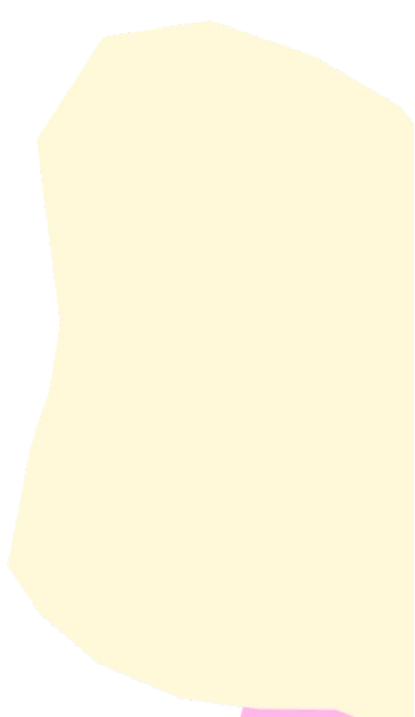
Vi racconto questa storia
di una rabbia piccolina
nata oggi, presto presto,
alle cinque di mattina.
Ed è già molto cresciuta
quando scoccano le nove,
a vederla tutta rossa
la sua mamma si commuove.
Poi diventa ancor più grossa
alle sette della sera,
la sua mamma poverina
agitata, si dispera.
Poi però, se le dà un bacio,
lei ritorna piccolina.
Si addormenta piano piano
dorme fino alla mattina.

STORIELLA DI PRIMAVERA

Un bel dì di primavera
una nera capinera
cerca un posto dove fare
il suo nido, per covare.
Sceglie un pino del boschetto
“Ecco, questo qui è perfetto”.
Però, prima che lo faccia,



sente il pino che la scaccia:
“Non so come, non so dove,
ma il tuo nido fallo altrove!”.
Un arbusto appena nato
sente e, tutto rallegrato,
il suo invito affida al vento:
“Vieni qui che son contento!
Fai il tuo nido caldo e pieno
con la paglia e con il fieno”.
...Tre uccellini, che son nati,
dentro al nido nell’arbusto,
fanno prima un sonnellino
e poi cantano di gusto.
Quel bel canto il pino sente,
di esser solo ora si pente.



I COLORI DELLA RABBIA

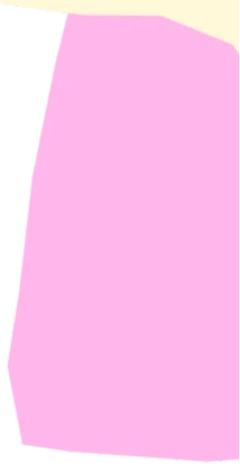
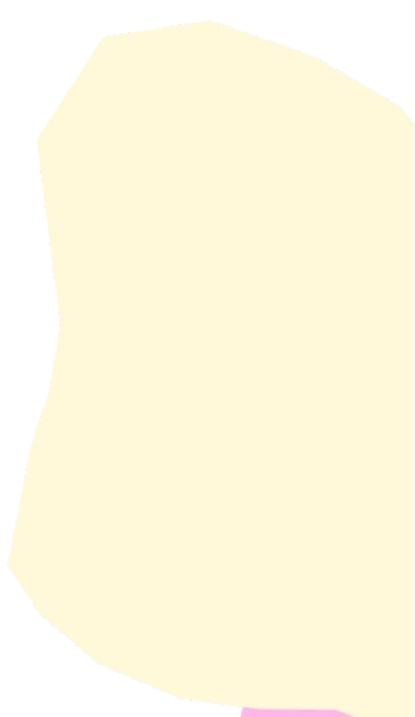


Venite qui, signore e signori,
regalo rabbia di tanti colori.
Do questa rabbia tinta di rosso
a chi sbuffa a più non posso.
E questa rabbia di tinta nera
a chi strilla e si dispera.
Ecco una rabbia, verde e giallina
per chi è arrabbiato di prima mattina.



...E arcobaleno, la rabbia più buona,
per chi fa pace perché perdona.

CASTELLI DI SABBIA



Sulla spiaggia,
paletta e secchiello,
dei bimbi fecero
un bel castello.
Un granchio lo vide:
“L’han fatto per me” disse.
“Da oggi io sarò re”.
Sbucò dall’acqua
una sardina:
“È mio, quel castello.
Sarò regina”.
Poi venne un’alice,
poi una platessa:
“Sarò imperatrice”.
“Io principessa!”
Per quel castello
in riva al mar
i pesci non fecero
che litigare.
Poi venne un’onda,
e nella sua scia



castello e bisticci
si portò via.

NEONATA MILENA

Neonata Milena
è tanto piccina,
è nata appena
ieri mattina.

Pesa tre chili e qualche etto,
ha una minuscola
culla per letto.

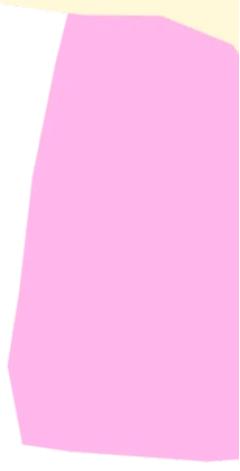
Ma se si arrabbia,
neonata Milena,
urla più forte
di una sirena.

E ognuno pensa,
meravigliato:

“Da dove arriva
tutto quel fiato?”.

DUE SORELLE LITIGIOSE

Nervosa e Dispettosa



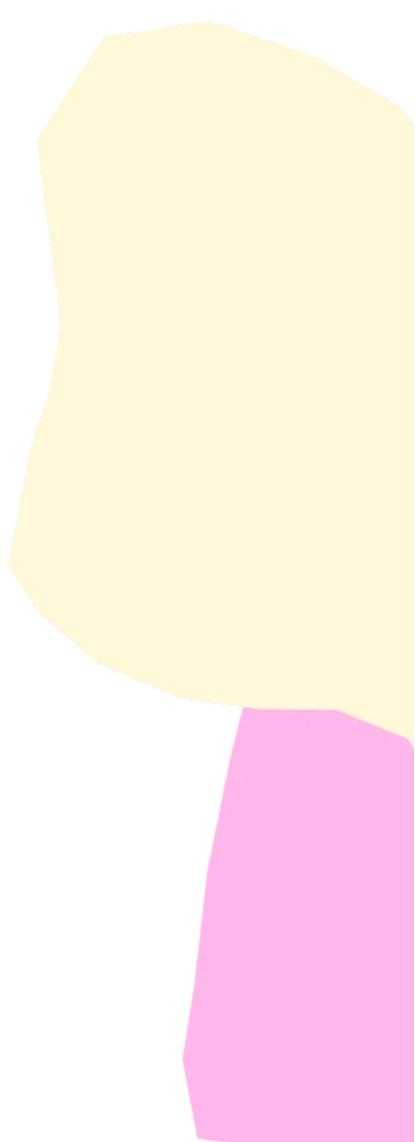


erano due sorelle
né giovani né vecchie
non brutte e neanche belle.

All'alba, Dispettosa
scendeva giù dal letto
che aveva nella mente
di fare un gran dispetto.

Nervosa, ogni mattina,
si alzava già agitata
...Ed erano litigi
per tutta la giornata.

SBERLEFFO E BARUFFA



Un giorno Sberleffo
incontra Baruffa
che ha appena finito
di fare una zuffa.

Le dice, ridendo:

“I tuoi capelli,
così spettinati,
come son belli!”.

Risponde Baruffa:



“Sberleffo sta attento,
perché non gradisco
il tuo complimento”.



FILASTROCCA ACCHIAPPA RABBIA

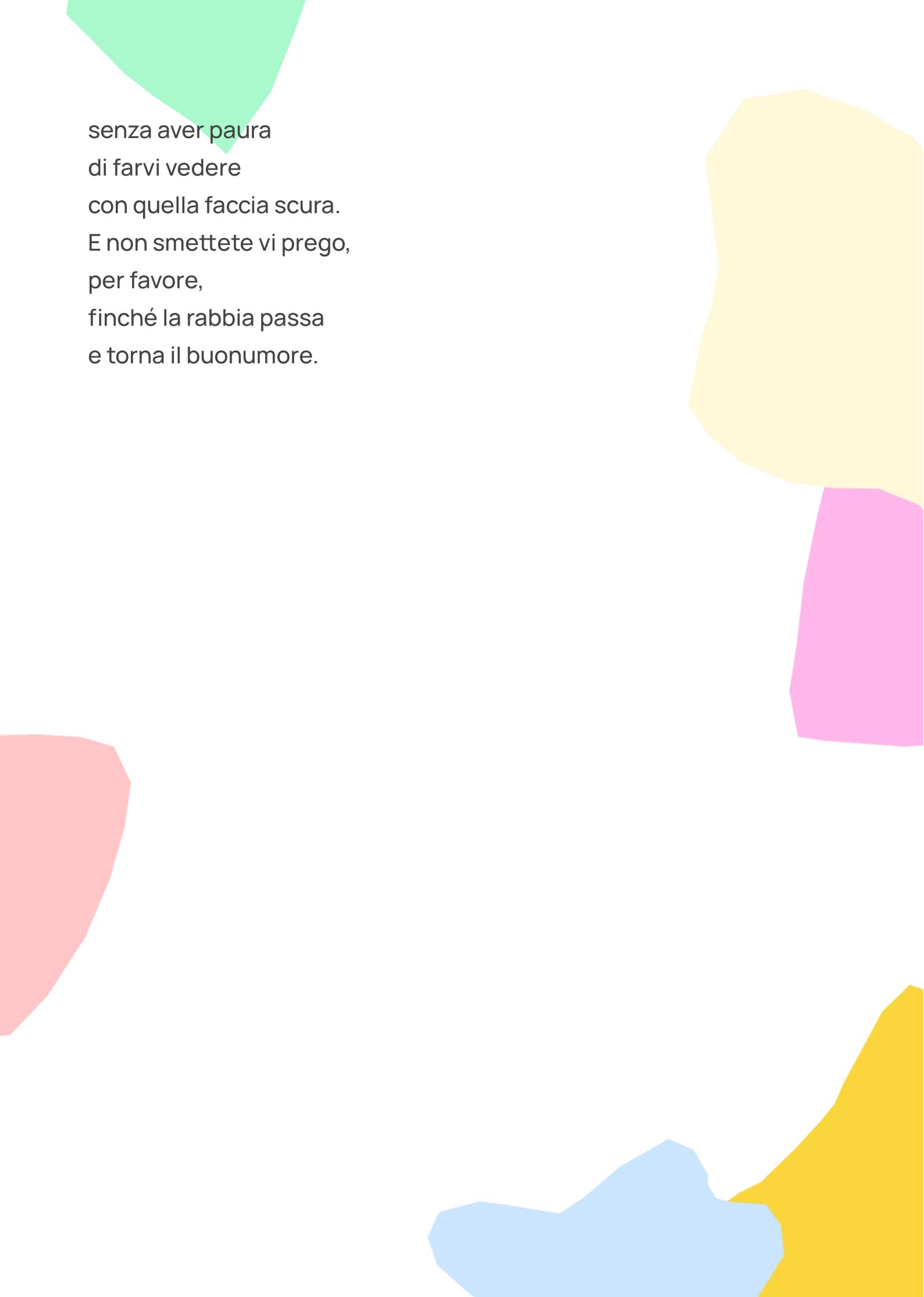
Filastrocca acchiappa rabbia,
che la mette svelta in gabbia,
te la dico, se ti pare,
così la potrai imparare.

“Rabbia rabbia via da me,
che ora conto fino a tre,
se lontano non andrai
poi per te saranno guai.”

Dilla piano una volta,
se però la rabbia è molta,
puoi ripeterla finché
la tua rabbia più non c'è.

LA CANZONE DEGLI ARRABBIATI

Questa è la canzone
degli arrabbiati:
possono impararla
anche gli stonati
ma mi raccomando,
quando la cantate,
tenete il muso lungo,
le braccia incrociate.
Digrignate i denti



senza aver paura
di farvi vedere
con quella faccia scura.
E non smettete vi prego,
per favore,
finché la rabbia passa
e torna il buonumore.