

Piątek - 22.05.2020 - „Jaki humor masz dziś ty”

Temat: Jaki humor masz dziś ty.

Data: 22.05.2020 r.

Rodzice, dzieci podczas dzisiejszej aktywności będą rozmawiać o złości, a także podsumujemy inne emocje, o których rozmawialiśmy w tym tygodniu.

Do zajęć należy przygotować: baloniki z poprzednich zajęć: smutny, radosny, zły i zdziwiony/lub stworzymy schematyczne buźki wyrażające wymienione emocje; lusterko;

Propozycje aktywności:

1. Przed zabawą ustalamy, jak ruchowo będziemy naśladować: bębenek, trójkąt i gitarę. Siadamy naprzeciwko siebie, recytujemy rymowaną J. Wołoch pt. „Jaki masz humor?” i naśladujemy ruchowo:

Siedzą dzieci w kole, na bębenku/trójkącie/gitarze(..) grają.

w zależności od wywołanego instrumentu, naśladujemy grę na nim

Zaraz je zapytam, jaki humor mają.

Raz, dwa, trzy, jaki humor masz dziś Ty?

**za pierwszym powtórzeniem dziecko odpowiada, jaki ma humor i może to uzasadnić/
potem za drugim razem następuje zmiana - robi to rodzic**

2. Rozdajemy dziecku baloniki z poprzednich zajęć: smutny, radosny, zły i zdziwiony (lub stworzymy schematyczne buźki wyrażające wymienione emocje). Rozkładamy przed dzieckiem te schematyczne emocje i prosimy, by słuchając wiersza wskazywało na emocję, której dotyczy fragment wiersza. *UWAGA: Staramy się wyraźnie i ekspresyjnie intonować, by dziecku było łatwo rozpoznać. Można robić przerwy w miejscach zmiany pokazywanej emocji/pomagać dziecku.*

Odczytujemy wiersz „Zły humorek” – D. Gellner:

Jestem dzisiaj zła jak osa!

Złość mam w oczach i we włosach!

Złość wylazi mi uszami i rozmawiać nie chcę z wami!

A dlaczego?

Nie wiem sama.

Nie wie tata, nie wie mama...

tupię nogą, drzwiami trzaskam

i pod włos kocura głaskam.

Jak tupnęłam lewą nogą nadepnęłam psu na ogon.

Nawet go nie przeprosiłam

– taka zła okropnie byłam. (ZŁOŚĆ)

Mysz wyjrzała z nory:

- Co to za humory? (ZDZIWIENIE)

Zawołałam: - Moja sprawa! Jesteś zbyt ciekawa.

Potrąciłam stół i krzesło,

co mam zrobić, by mi przeszło?!

Wyszłam z domu na podwórze,

wpakowałam się w kałużę.

Widać, że mi złość nie służy, skoro wpadłam do kałuży.

Siedzę w błocie, patrzę wkoło,

wcale nie jest mi wesoło... (SMUTEK)

Nagle co to?

Ktoś przystaje. Patrzenie! Rękę mi podaje!

To ktoś mały, tam ktoś duży – wyciągają mnie z kałuży.

Przyszedł pies i siadł koło mnie,

kocur się przytulił do mnie,

mysz podała mi chusteczkę:

- pobrudziłaś się troszeczkę!

Widzę, że się pobrudziłam, ale za to złość zgubiłam,

pewnie w błocie gdzieś została,

NIE BĘDĘ JEJ SZUKAŁA! (RADOŚĆ)

Rozmowa na temat wiersza:

- *Kto występował w wierszu;*
- *Jakie humory miała Kasia?*
- *Komu robiła na złość?*
- *Dlaczego wszystko jej przeszkadzało?*
- *Kto pomógł Kasi?*
- *Kiedy Kasia zgubiła zły humor?*
- *Jak się zachowujemy kiedy opanuje nas złość?*
- *Czym grozi takie złe zachowanie?*

Rozmawiamy swobodnie nt. złości. Możemy powiedzieć, że gdy się poważnie na coś zdenerwujemy to do każdego z nas przychodzi czasami taki „Złościuch” i namawia do robienia złych rzeczy, np. uderzenia kogoś, zepsucia czegoś itp.(można odwołać się do doświadczeń ze złością waszego dziecka). I zamiast robić złe rzeczy, powinniśmy czasami w inny sposób poradzić sobie ze złością, postarać się, żeby złość przeszła i dopiero potem zadziałać. Dziecko uczy się w ten sposób, że złość jest naturalnym uczuciem i każdy go doświadcza, ale należy nauczyć się radzić sobie ze złością, **żeby nie doprowadzić do wyrządzenia komuś krzywdy lub jakiegóż szkody**. Przedstawiamy różne, przykładowe sposoby radzenia sobie ze złością (to propozycje - proszę coś z nich wybrać lub znaleźć

swoje) i ćwiczymy je z dzieckiem:

- zamknięcie oczu i spokojne, głębokie oddychanie,
- zamknięcie oczu i powolne liczenie do 10 (w praktyce - do tylu, do ilu potrafi dziecko),
- wytupanie złości,
- gniecenie z papieru kulek i rzucanie nimi do kosza,
- wyskakiwanie złości,
- rozmowa z kimś, przytulenie się itp.

3. Wybierzemy się w podróż do krainy złości, smutku, radości – ustawiamy się z dzieckiem w pociąg, śpiewamy piosenkę „Jedzie pociąg...” i wyruszamy najpierw w podróż **do Krainy Złości, potem do Krainy Smutku**, i na końcu do **Krainy Radości**. W każdym miejscu pokazujemy gestem, słowem, mimiką, jak czują się ludzie w danej Krainie.

(Kraina złości, tutaj ludzie chodzą obrażeni, są źli i zagniewani, tupią nogami, zaciskają dłonie w pięści i krzyczą. Następnie pociąg rusza dalej i zatrzymuje się w krainie smutku. Tutaj ludzie chodzą markotni, płaczą, Na końcu pociąg rusza do krainy radości, gdzie ludzie są zawsze uśmiechnięci, życzliwi i pomocni wobec siebie, witają się z nami serdecznie).

Na koniec pytamy dziecko, w którym miejscu podobało się jemu najbardziej i dlaczego. Dzięki tej zabawie dziecko może doskonalić umiejętność rozpoznawania różnych emocji.

4. Siadamy na dywanie, dajemy dziecku lusterko, ostrzegamy o bezpiecznym posługiwaniu się lub najlepiej oboje siadamy przed większym lusterkiem i prosimy, aby dziecko pokazało minę, jak się czują kiedy:

- *Dostałeś od mamy prezent.*
- *Szybko biegniesz, nieostrożnie i przewróciłeś się.*
- *Koleżanka zniszczyła Ci twój obrazek.*
- *Kolega chce się z Tobą pobawić, a Ty nie chcesz.*
- *Kolega przeszkadza Ci w zabawie.*
- *Pokaż jaki jesteś zły.*
- *Jak wyglądasz kiedy się uśmiechasz.*
- *Jaką macie minę kiedy jesteście smutni.*
- *Jaką masz minę, jak jesteś zdziwiony.*

5. Prosimy dziecko by dokończyło zdania. Odczytujemy:

- *Jestem zły, gdy ...*
- *Cieszę się, gdy ...*
- *Jestem smutny, gdy ...*
- *Jestem zdziwiony, gdy ...*

***BONUSy dla chętnych:

- Mam nadzieję, że rozmawiacie Państwo z dziećmi o koronawirusie, oczywiście na ich poziomie. Bardzo proszę, byście oswajali ich z tym, co się dzieje dookoła - zwłaszcza przed powrotem do przedszkola. Miniony tydzień - temat oswajania się z emocjami - jest doskonałą okazją do oswajania dziecka z koronawirusem. Podsyłam bajki znalezione w Internecie dot. tej tematyki, które mogą zainicjować rozmowę na ten temat lub bardziej zobrazować go dziecku. Wybrałam te, które uważam, że mogą być przyswojone przez 3-4latki, lecz proszę, by znając swoje dziecko, ocenić samemu (Załączniki na stronie z materiałami dla rodziców pod nazwą: **Pollandia** - wydaje mi się łatwiejsza dla przedszkolaków i **Bajka o złym królu wirusie** i dobrej kwarantannie - troszkę trudniejsza).

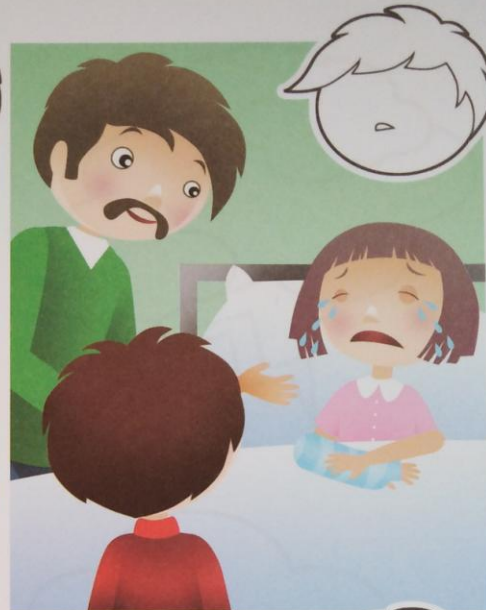
- Pamiętajmy o tym, że emocje towarzyszą nam przez całe życie, więc warto nauczyć dziecko, by je rozpoznawało i radziło sobie w odpowiedni sposób. Poniżej propozycje różnych zabaw, ćwiczeń, z których chętni mogą korzystać w przyszłości - taka minibaza do skorzystania przy braku pomysłów na zabawę lub w wolnej chwili(Zał.1,2,3,4,5,6)

Udanej zabawy!

Anna Drabik

Imię i nazwisko:

- Powiedz, jakie emocje wzbudzają w tobie te obrazki. Dorysuj buziom odpowiednie miny.



Załącznik 2 (Źródło: własne zbiory - Wspomaganie rozwoju emocji - MAC)

Imię i nazwisko:

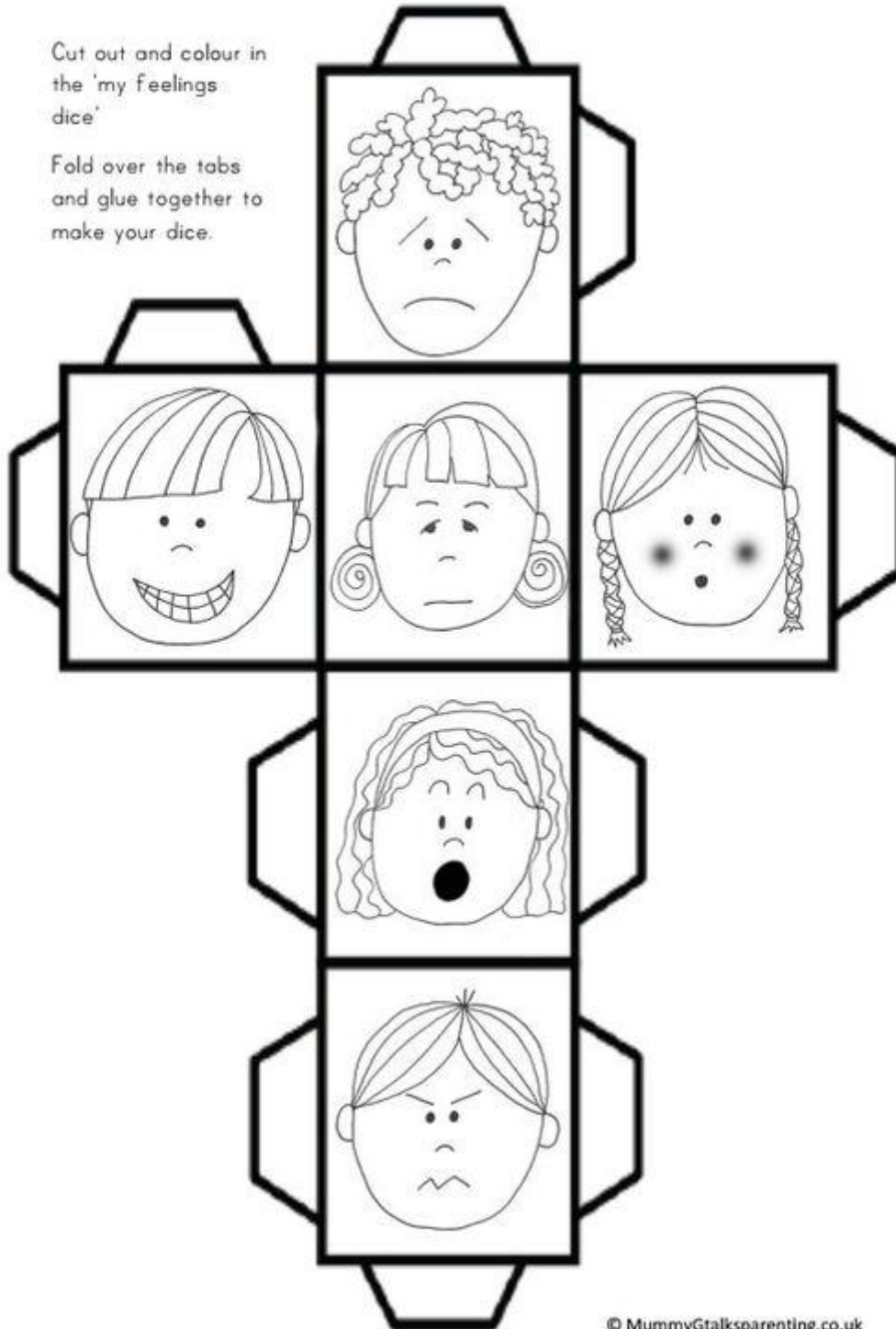
- Powiedz, jakie emocje są przedstawione na obrazkach. Dorysuj buziom odpowiednie miny.



Załącznik 3 (Źródło: znalezione w Internecie - do użytku domowego, edukacyjnego)

Cut out and colour in
the 'my feelings
dice'

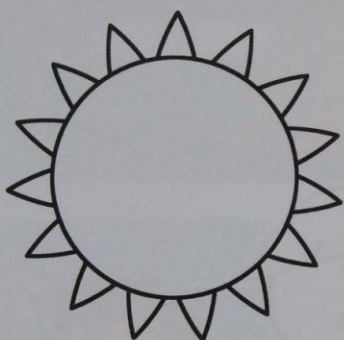
Fold over the tabs
and glue together to
make your dice.



Załącznik 4 (Źródło: znalezione w Internecie - do użytku domowego, edukacyjnego)



- Pokoloruj rysunek tego elementu pogody, który odzwierciedla twój dzisiejszy nastrój.



Załącznik 5 (Źródło: znalezione w Internecie - do użytku domowego, edukacyjnego)



Załącznik 6 (Źródło: znalezione w Internecie - do użytku domowego, edukacyjnego - elementy do tego w załączniku o nazwie: 22.05.20202 - Emocje - elementy w pdf na stronie z materiałami dla Rodziców)

