

SCENARIUSZ 2

POCIĄGIEM DO KRAINY EMOCJI

Głównym założeniem tego scenariusza jest nauka rozpoznawania i doświadczania podstawowych emocji przez dzieci w wieku przedszkolnym poprzez wspólną zabawę i interakcję z grupą rówieśników oraz osobami prowadzącymi.

Podczas tych zajęć dzieci poznają podstawowe emocje i uczą się, że emocje odczuwane w różnych sytuacjach są stałą częścią naszego życia, że są do życia każdego człowieka wręcz niezbędne, ponieważ stanowią drogowskazy kierujące na dalszą drogę.

Ogólny cel zajęć

Uczestnicy:

- Uczą się rozpoznawania i nazywania podstawowych emocji u dzieci w wieku przedszkolnym 4-6 lat, z wykorzystaniem zabawy.

Szczegółowy cel zajęć

Uczestnicy:

- Rozpoznają własne i cudze emocje: radość, smutek, strach i złość.
- Nazywają emocje, umiejętnie przeżywają stany emocjonalne.
- Odczuwają emocje i umiejętnie ilustrują przeżywane emocje.
- Doświadczają emocji poprzez zabawę.

Czas trwania: 60-90 minut



Metody pracy

- Podająca: przekazanie informacji na temat wybranych emocji (charakterystyka i przykład, kiedy można wybraną emocję doświadczyć).
- Praktyczna: zabawa ruchowa inscenizująca wybrane emocje.
- Problemowa: gra dydaktyczna polegająca na budowaniu pociągów i stacji kolejowych składających się z poszczególnych emocji.



Wykorzystane innowacje

- Wykorzystanie elementów innowatorskiej metody treningu umiejętności społecznych bazującej na budowaniu z klocków jako materiału kluczowego do treningu poprzez zabawę.
- Innowacja adresowana jest do wyodrębnionej grupy docelowej dzieci w wieku 4-6 lat czyli w okresie kształtowania umiejętności emocjonalno-społecznych.
- Autorskie programy nauczania z możliwością zmodyfikowania i zindywidualizowania przez nauczyciela.
- Możliwość realizacji pozaparamowego programu nauczania rekomendowanego na podstawie doświadczeń zawodowych.
- Wspólna praca nad rozwojem emocjonalno-społecznym dzieci w środowisku przedszkolnym i rodzinnym.



Pomoce

- Różnorodne klocki, np.: wafłowe, mutanty itp. (rekomendujemy klocki Lego Duplo: duże, profilowane, kolorowe).
- Karta pracy (załącznik 2, 3 i 4).
- Piłka.



Uczestnicy

- Grupy przedszkolne.
- Dzieci w wieku 4-6 lat, maksymalnie osiem osób.

- Dwoje nauczycieli, ewentualnie trener TUS i nauczyciel lub psycholog i nauczyciel.

Czas treningu nowej kompetencji

- Od trzech do pięciu spotkań w zależności od wielkości grupy, wydolności psychofizycznej dziecka i pojedynczych trudności uczestników.

Ćwiczenie 1 – Przybij piątkę w Krainie Emocji

Cel główny: wprowadzenie do współpracy w grupie.

Cel szczegółowy: integracja z grupą za pomocą wypracowanych rytuałów i reguł, nauka identyfikacji wydarzeń przełożona na stan emocjonalny.

Czas trwania: 15 minut

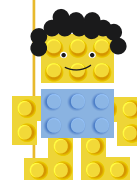
Przywitajcie się wspólnie, stosując wyuczoną formułę lub inne zaproponowane przez grupę dzieci powitanie. Następnie zaproponujcie dzieciom przypomnienie zasad panujących w grupie. Skupcie się na czterech najważniejszych regułach. Ważne, aby były to reguły, które będą ćwiczone podczas każdego zajęcia z dziećmi.

Wspólnie przypomnijcie sobie zasady Kodeksu Piąteczki:

- Wszyscy dobrze się bawimy i o siebie się troszczymy.
- Każdy z nas jest bardzo ważny i dla wszystkich jest przyjazny.
- Wszyscy tutaj się słuchamy i „Znaku na TAK” często używamy.
- Każdy z nas się bardzo stara i pomocny jest od zaraz.

Rozgrzewka

Zaproponujcie zabawę, która polega na rzucaniu do siebie piłką. Dzieci wraz z nauczycielem siedzą w kręgu na dywanie.



Nauczyciel rzuca piłkę do wybranego dziecka, wypowiadając jego imię, po czym cała grupa odpowiada: „Witamy cię... (imię wybranego dziecka i cieszymy się, że jesteś tutaj z nami... (powtórzenie imienia wybranego dziecka)”. Nauczyciel proponuje powitanie dziecka różnym tonem głosu, cicho lub głośno, radośnie lub ze smutkiem, ze wstydem, sylabizując lub głoskując dane imię. Można również urozmaicić powitanie i zaproponować uwzględnienie pozytywnych cech dziecka (odwaga, życzliwość itp.) przez inne dziecko albo jakiegoś elementu, rzeczy, który podoba się jednemu dziecku w drugim (ubiór, fryzura itp.).

Zadanie graficzne

Zaproście dzieci, aby usiadły do stolików i poinformujcie, że ich zadaniem będzie wykonać rysunek w dolnej części kartki. Rozdajcie dzieciom karty pracy. Dzieci mają za zadanie zilustrować ostatnie wydarzenie lub sytuację, która była dla nich wesoła, zła, smutna i straszna.

Następnym zadaniem dzieci jest połączenie wykonanej ilustracji z dolnej części karty za pomocą strzałki lub linii z emotikonami z górnej części karty przedstawiającymi wybrane emocje (załącznik 2).



Ćwiczenie 2 – Z emocjami za pan brat

Cel główny: uświadomienie potrzeby rozpoznawania emocji.

Cel szczegółowy: uświadomienie przeżywania emocji przez wszystkich ludzi.

Czas trwania: 5 minut

Wytłumaczcie dzieciom, że zarówno osoba dorosła, jak i dziecko przeżywa emocje w swoim życiu. Służą nam one do pełnego doświadczania świata i relacji oraz chronią nas przed różnymi zagrożeniami. Opowiedzcie dzieciom, kiedy ostatnio odczuwaliście, tj.: radość, smutek, strach i złość.

Wyjaśnijcie dzieciom, że w tej części zajęć zbudujecie kilka pociągów oraz cztery stacje, na których każdy z pociągów będzie się zatrzymywał, aby doświadczyć wcześniej omówionych emocji, rozpoznać je i utrwalić ich nazywanie.



Ćwiczenie 3 – Pociąg do Krainy Emocji

Cel główny: umiejętność współpracy w grupie.

Cel szczegółowy: umiejętność dostosowania się do grupy.

Czas trwania: 10 minut

Podzielcie dzieci na grupy za pomocą dowolnej wyliczanki. Każda grupa otrzymuje klocki Lego Duplo i klocki typu wafle w jednym wybranym przez Was dla grupy kolorze. Klocki i wafle połączone według kolorów układacie na dywanie tak, aby każda z grup mogła swobodnie zbudować wymarzony pociąg.



Ćwiczenie 4 – Emocjonalne przystanki naszych emocji

Cel główny: aktywacja procesów twórczych.

Cel szczegółowy: pobudzenie kreatywności i wyobraźni przez zabawę.

Czas trwania: 15 minut

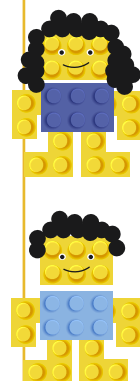
Zadanie dzieci polega na zbudowaniu stacji emocji z klocków waflowych przypisanych do danej grupy. Wytłumaczcie, że kolory stacji i pociągów oznaczać będą kolejne emocje, np.: Stacja Złości będzie w kolorze czerwonym, Stacja Radości w kolorze żółtym, Stacja Smutku w kolorze niebieskim, a Stacja Strachu w kolorze zielonym. Dzieci budują stacje kolejowe według własnego pomysłu.



Ćwiczenie 5 – Tajemniczy goście

Cel główny: kształtowanie umiejętności rozpoznawania odmiennych stanów emocjonalnych.

Cel szczegółowy: nauka identyfikacji stanów emocjonalnych i pozytywnego nastawienia wobec różnych emocji.



Czas trwania: 20 minut

1. Poproście dzieci, budujące Stację Radości, o zaprezentowanie swojej stacji wraz z pociągiem, informując, że gdy stacja będzie gotowa, to odwiedzi je tajemniczy gość.

Na Stacji Radości dzieci zostaną powitane przez osobę reprezentującą emocję radości (w tę postać może wcielić się dodatkowy pracownik przedszkola). Postać Radości mówi do dzieci: „To ja, wasza radość. Jestem waszym przyjacielem. Wesoło śpiewam i skaczę, i już nie mogę się doczekać, kiedy znowu was zobaczę”. Postać Radości podskakuje i uśmiecha się do dzieci. Postać Radości zadaje pytanie dzieciom: „Jak można rozpoznać osobę, która odczuwa radość?”. Osoba reprezentująca emocję radości przybija piątkę z dziećmi ze swojej grupy i opuszcza salę.

2. Następnie poproście kolejną grupę dzieci o zaprezentowanie swojego pociągu i stacji, która reprezentuje emocję smutku.

Na Stacji Smutku osoba reprezentująca emocję smutku przybija z dziećmi piątkę. Postać Smutku mówi do dzieci: „To ja, wasz smutek. Przychodzę wam powiedzieć, jak bardzo jestem wam potrzebny. Wiecie, że bez smutku nie ma prawdziwej radości? Smutek potrzebuje czasami pocieszenia, krótkiej rozmowy, bywa też, że prosi o przytulenie i potrzymanie za rękę”.

3. Zaproście kolejną grupę dzieci do zaprezentowania swojego pociągu i stacji, która reprezentuje emocję złości.

Na Stacji Złości dzieci powitają postać reprezentującą emocję złości za pomocą przybicia z nią żółwika. Postać Złości wypowiada następujące słowa: „Cześć, to ja, wasza złość! Bywają takie dni, że i ja jestem zła. Jestem najbardziej nielubianą emocją, ale nie jestem zła, bo przychodzę wam powiedzieć o waszych niespełnionych potrzebach i pragnieniach. Jestem waszym prawdziwym przyjacielem. Jestem wam bardzo potrzebna. Źle byłoby, gdyby mnie zabrakło w waszym życiu”.

4. Zachęćcie ostatnią grupę dzieci do zaprezentowania swojego pociągu i stacji, która reprezentuje emocję strachu.

Na Stacji Strachu osoba reprezentująca emocję strachu będzie trochę się bała, więc powitajcie ją brawami. Postać Strachu mówi do dzieci: „Witam was, jestem emocją strachu. Znajdź odwagę, spotkaj się ze

mną, a ominie cię wiele niebezpieczeństw. Nie bój się mnie i podaj mi rękę”.

Ćwiczenie 6 – Emocje i my

Cel główny: identyfikacja emocji.

Cel szczegółowy: prezentacja podstawowych emocji za pomocą mimiki twarzy i mowy ciała.

Czas trwania: 5 minut

Zapytajcie dzieci, czy któreś z nich chce zaprezentować swoją wybraną emocję. Zachęcane dzieci pokazują tę emocję za pomocą mimiki i mowy ciała. Docieńcie dziecko, które prezentuje emocję, za pomocą pochwały słownej, np. „Krystian w ciekawy sposób zaprezentował nam emocję [nazwa emocji]”.

Brawo!

Na zakończenie ustawcie dzieci w pociąg i przybijcie z każdym piątkę, dziękując za wspólnie spędzony czas. Po każdym zajęciach uczestnicy zajęć wracają do swoich grup przedszkolnych.

Wersja video:

Pociągiem
do Krainy Emocji

Scenariusz 2



INSTRUKTAŻ DLA NAUCZYCIELI

Podpowiedzi w pigułce

POCIĄGIEM DO KRAINY EMOCJI

Drodzy Nauczyciele,
głównym celem scenariusza „Pociągiem do Krainy Emocji” jest poznanie i rozróżnienie przez dzieci czterech podstawowych emocji: radości, smutku, złości i strachu. Dzięki temu dzieci nabędą nowe kompetencje, by odpowiednio reagować na stany emocjonalne własne i innych osób.

Nauczycie dzieci postrzegania emocji jako nieodzownego elementu życia każdego człowieka. Wraz z nimi pogłębicie relacje i poznacie siebie na nowo. Dodatkowo poszerzycie wiedzę z zakresu właściwego radzenia sobie z emocjami u dzieci w wieku przedszkolnym.

Owocnej pracy!

Ćwiczenie 1

Usiądźcie z dziećmi na dywanie i przywitajcie się swoim ulubionym powitaniem. Nasza propozycja: „Teraz pięknie się witamy: wpięram rączkami pomachamy, potem główką pokiwamy, no i oczkiem pomrugamy. Do zabawy zapraszamy!”

Alternatywne powitania:

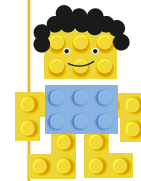
- Ustawione w kole dzieci przekazują piłkę wybranej osobie, a każda z nich próbuje za pomocą mimiki pokazać emocję, która ostatnio mu towarzyszyła oraz powtórzyć emocję prezentowaną przez poprzednika.
- Posłużcie się przedmiotem mocy: maskotką, klockiem lub innym wybranym przez dzieci przedmiotem. Dzieci przekazują sobie atrybut mocy. Dziecko, które jest w posiadaniu rzeczy odpowiada na pytanie: „Jaką bajkę lubisz najbardziej?” oraz podaje nazwę bajki, która była wymieniona przez poprzednie dziecko. Dodatkowo



w formie spisanej, np. na kolorowym brystolu, możecie umieścić ten kodeks w miejscu widocznym dla dzieci.

Wspólnie przypomnijcie sobie zasady Kodeksu Piąteczki:

- Wszyscy dobrze się bawimy i o siebie się troszczymy.
- Każdy z nas jest bardzo ważny i dla wszystkich jest przyjazny.
- Wszyscy tutaj się słuchamy i „Znaku na TAK” często używamy.
- Każdy z nas się bardzo stara i pomocny jest od zaraz.



Dzięki zaproponowanym ćwiczeniom, dzieci uczą się czekania na swoją kolej i większej pewności siebie w wyrażaniu własnej osoby na forum grupy. Wprowadzone zasady i reguły usprawniają funkcjonowanie grupy.

Zadanie graficzne

Dzieci rysują od jednej do czterech różnych historii, które kojarzą się im z jakąś emocją na podanej karcie pracy (załącznik 2). Następnie poproście, aby każde dziecko połączyło swój rysunek z odpowiednią emotką pokazującą emocje, które towarzyszyły temu zdarzeniu. Dzięki temu dzieci uczą się dostrzegania sytuacji, które mają wpływ na ich stany emocjonalne. Poproście dzieci o zajęcie miejsc na dywanie w kręgu i zachęćcie, żeby wszystkie podzieliły się swoją historią i emocjami.

Ćwiczenie 2

Opowiedzcie dzieciom, że emocje dotyczą wszystkich ludzi i są z nami każdego dnia. Wyłumaczcie na wybranych przykładach poszczególne emocje:

- Smutek.
- Odnieście się do konkretnej sytuacji, np. pożegnania przyjaciela, który wybiera się w daleką podróż.
- Opiszcie odczuwaną emocję, np. czułem smutek i żal.
- Opiszcie reakcję ciała, np. łzy i opuszczona głowa.
- Opowiedzcie dzieciom, jak można poradzić sobie z daną emocją. W przypadku smutku można zorganizować wspólne pożegnanie, ustalić częstotliwość i formę kontaktu, np. rozmów telefonicznych, żeby wspominać miłe chwile.

Według podanego wyżej schematu czterech kroków opowiedz o kolejnych podstawowych emocjach: radości, złości, strachu.



Ćwiczenie 3

Połączcie dzieci w grupy. Następnie wskażcie miejsce w sali, gdzie przygotowane są różnego rodzaju klocki w określonym kolorze. Zachęćcie dzieci do wspólnej zabawy klockami. Uczestniczcie w procesie, zachęcając i wspierając dzieci. Dzieci, uruchamiając swoją wyobraźnię, mają za zadanie zbudować pociągi z klocków.



Ćwiczenie 4

Wytłumaczcie dzieciom, że w tym ćwiczeniu mają za zadanie zbudować stacje kolejowe z innego rodzaju klocków, które są tego samego koloru:

- Stacja Złości: czerwony.
- Stacja Strachu: zielony.
- Stacja Radości: żółty.
- Stacja Smutku: niebieski.

Zachęćcie dzieci do budowania stacji według własnego pomysłu.



Ćwiczenie 5

Wytłumaczcie, że na zajęciach pojawią się tajemniczy goście przebrani za określone emocje. Opowiedzą o sobie i pomogą wszystkim lepiej poznać emocje. Poproście każdą z grup o zaprezentowanie stacji i pociągu spod znaku danej emocji, a następnie zaproście osobę reprezentującą tę samą emocję do sali. Zachęćcie dzieci do przywitania się określoną formułą lub sposobem. Poproście dzieci, żeby zajęły swoje miejsca w kręgu na dywanie, a gościa, aby opowiedział dzieciom o emocji, którą reprezentuje. Następnie zaproście kolejną grupę dzieci, żeby zaprezentowała swój pociąg i stację, i jednocześnie przywołajcie gościa, który przedstawi emocję korespondującą z emocją przedstawioną przez wskazaną

grupę dzieci. Czynność powtarzamy dla każdej z grup, tak aby wszystkie grupy przedstawiły swój pociąg i stację w połączeniu z prezentacją wybranej emocji przez zaproszonego gościa.



Ćwiczenie 6

Zaproponujcie dzieciom zabawę w spektakl emocji. Zachęćcie dzieci do prezentacji na forum grupy wybranej przez nich emocji za pomocą mimiki twarzy oraz mowy ciała. Docieńcie dziecko, które prezentuje emocje za pomocą pochwały słownej, np.: „Krystian w bardzo ciekawy sposób zaprezentował emocję”, „Podobało mi się, że Ania potrafi tak pięknie się uśmiechać i prezentować swoją radość”.

Brawo!

Dzieci zegnają się wg schematu, ustawiając się w pociąg i przybijając piątkę osobom prowadzącym. Podziękujcie dzieciom za zabawę i wspólnie spędzony czas.

INSTRUKTAŻ DLA RODZICÓW

Podpowiedzi w pigułce

W KRAINIE RADOŚCI

Drodzy Rodzice,
wykorzystajcie chwile spędzane z dziećmi na przywoływanie miłych wspomnień. Posłużcie się do tego zdjęciami, filmami, pamiątkami lub innymi „przywoływaczami” razem przeżytej radości. Pozwólcie jej na stałe zagościć w Waszych domach. Zapraszajcie radość kiedykolwiek chcecie. Umożliwcie swoim dzieciom spontaniczne przeżywanie radości i ciescie się z nimi współodczuwaniem tej emocji.

Życzymy wielu wspólnych radości!

Zabawa 1

Zaproponujcie dziecku krótką rozgrzewkę przed wspólną pracą. Może to być kilka ćwiczeń ruchowych, krótka gra, wyrecytowanie znanego dziecku wierszyka lub zaśpiewanie piosenki, którą dziecko lubi.

Przywołajcie radosne chwile, które razem przeżywaliście. Pozwólcie dzieciom przedstawić w formie graficznej, np.: rysunku, sytuację, która najbardziej kojarzy się im z odczuwaniem radości. Wysłuchajcie z uwagą, co i jak mówi o tej sytuacji, kiedy prezentuje swoją pracę, np. obrazek.

Podzielcie się z dzieckiem swoimi momentami przeżywania radości, przedstawiając mu wybraną sytuację z Waszego życia, np.: wyjazd na wakacje, otrzymanie kwiatów od bliskiej osoby.

Wskazówka: Przygotujcie bezpieczne i wygodne miejsce do zabawy oraz pomoce potrzebne do przywołania radosnych chwil.



Zabawa 2

Wraz ze swoim dzieckiem rozpoznajcie emocję radości, wspominając różne radosne momenty w życiu. Jeśli reakcja dziecka jest pozytywna, to wykonajcie zaproponowane polecenia. Jeśli odpowiedź jest negatywna, to przejdźcie do kolejnego pytania.

1. Czy cieszysz się na wspólne wyjście na basen?
Podskoczcie trzykrotnie!
2. Czy cieszysz się ze wspólnej zabawy klockami?
Kłaśnijcie trzykrotnie!
3. Lubisz nasze wspólne wyjścia na lody?
Mrugnijcie okiem trzykrotnie!
4. Czy cieszysz się na wspólny wyjazd na wakacje?
Pomachajcie rękami trzykrotnie!
5. Czy cieszysz się z urodzinowych prezentów?
Pokiwajcie głową trzykrotnie!

Wskazówka: Ponieważ to Wy najlepiej znacie swoje dziecko, zaproponujcie własne dodatkowe pytania, na które ono chętnie odpowie i takie sekwencje ruchów, które lubi.



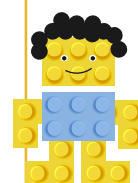
Zabawa 3

Wspólnie z dzieckiem stwórzcie swój unikalny taniec radości, który będziecie wykorzystywać w razie potrzeby. Może on składać się z sekwencji ruchów z ćwiczenia 2 lub ze spontanicznych propozycji dziecka. Bawcie się razem z radością przy ulubionej muzyce.



Zabawa 4

Zaproponujcie dziecku listę wspólnych pogromców radości. Spiszcie



wspólnie listę sytuacji, kiedy radość opuszcza Was na dłuższą chwilę. Wymienione przykłady zamieńcie na pozytywne komunikaty dla dziecka. Dzięki temu stworzycie wspólny Kodeks Radości. Mogą się w nim znaleźć takie sytuacje jak mycie zębów: „Wysyłamy ząbki do super myjni, której operatorem jesteś ty (dziecko)!” lub sprzątanie zabawek: „Po skończonej zabawie wszystkie wracają do swoich domków, żeby mogły tam odpocząć przed kolejną super zabawą”.

Życzymy utworzenia wyjątkowych, rodzinnych Kodeksów Radości!



Zabawa 5

Zaproponujcie dziecku zabawę jego ulubionymi klockami. Pozwólcie działać dziecięcej wyobraźni. Poproście dziecko, żeby zbudowało wybraną budowlę, która kojarzy mu się z przeżywaniem radości.

Wskazówka: Przygotujcie ulubiony komplet klocków dziecka.



Zabawa 6

Zapytajcie dziecko o jego budowlę. Możecie pochwalić jego zaangażowanie i pomysłowość. Porozmawiajcie o tym, co można stworzyć z klocków, żeby przypomnieć sobie miłe chwile, w ten sposób zapraszając radość do wspólnego, rodzinnego spędzania czasu.

Działając razem w przedszkolu i w Waszym środowisku rodzinnym, rozwijamy kompetencje emocjonalno-społeczne przedszkolaków, dzięki czemu zapewniamy im lepsze funkcjonowanie, zarówno dzisiaj, jak i w przyszłości.

Brawo Wy!

