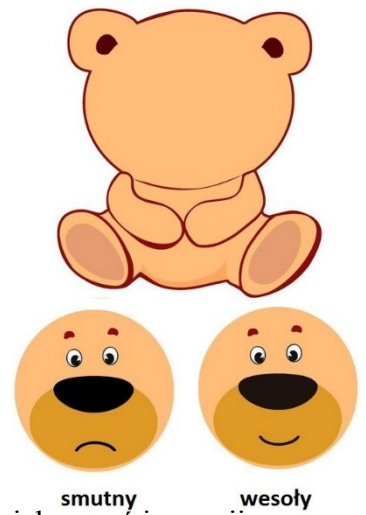


Grupa I

W tym tygodniu (12.04-16.04) tematyka główna to:

„Mały Miś w świecie emocji”



Cele główne:

- doskonalenie umiejętności rozpoznawania, nazywania i pokazywania swoich uczuć i emocji;
- zapoznanie dzieci z wybranymi sposobami radzenia sobie ze złością, strachem;
- budowanie pozytywnego obrazu własnej osoby;
- zachęcanie przedszkolaków do spontanicznej ekspresji ruchowej przy muzyce;
- motywowanie najmłodszych do twórczej ekspresji plastycznej.

Proponowane formy aktywności dziecka

- Wszystkie emocje są ważne

Prezentacja filmików na temat emocji. Uświadomienie dzieciom, że wszystkie emocje są ważne np. **złość** pozwala nam ustalać granice i potrzeby, ale trzeba umieć sobie z nią radzić.

Smutek pozwala dostrzec co jest dla nas naprawdę cenne.

Strach chroni przed zagrożeniem i przypomina o ostrożności

Radość daje energię i motywuje do działania.

Linki do filmów edukacyjnych:

<https://www.youtube.com/watch?v=TcLK9ZBUds>

<https://www.youtube.com/watch?v=LT7x1CRsIR8>

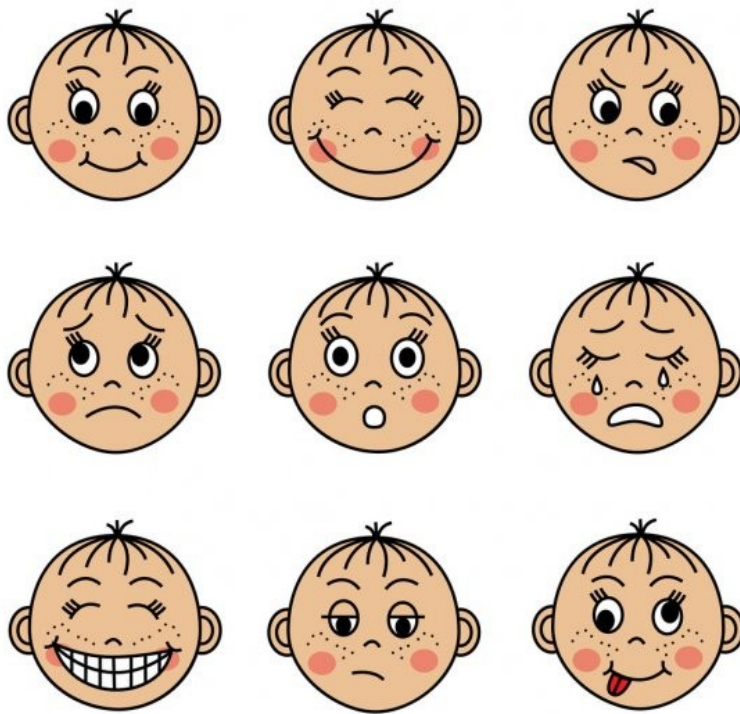
- Posłuchaj piosenki

Jak się czuje miś? Piosenki dla dzieci. Lulek.tv

<https://www.youtube.com/watch?v=yfM-p2u4B3g>

- Prezentacja zdjęć ilustrujących różne emocje. Rozmowa z dziećmi na ich temat, zabawy w rozpoznawanie można skorzystać ze stron internetowych np.:

<https://pl.freepik.com/darmowe-zdjecie-wektory/emocje-twarzyKrok 1>



- **Ćwiczenie artykulacyjno-fonacyjne.**

Słuchanie rymowanki, dopasowywanie mimiki twarzy do jej słów

Buzia raz jest uśmiechnięta,

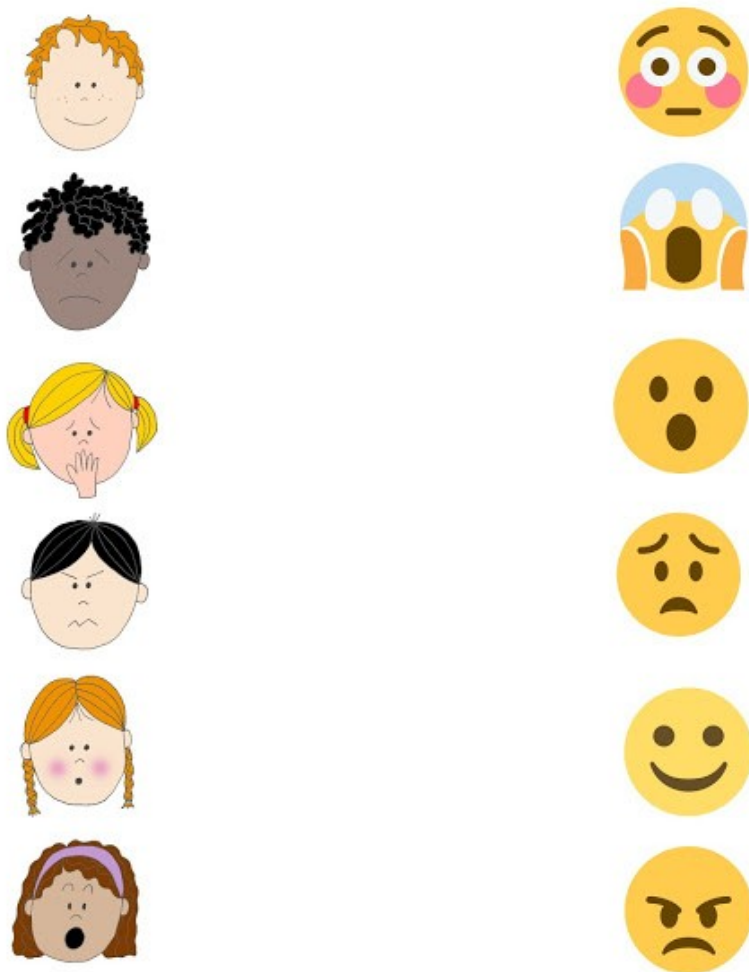
raz zdziwiona, raz nadęta.

Czasem smutna, czasem zła,

gdy ktoś kiepski nastrój ma...

Zadanie do wykonania w domu. Zadaniem dzieci będzie obserwowanie, wspólnie z rodzicami, swoich min w lustrze, a następnie wykonanie dowolną techniką pracy plastycznej przedstawiającej ulubioną minę lub najśmieszniejszą, jaką tylko potrafi wykonać.

POŁĄCZ TWARZE DZIECI Z ODPOWIEDNIMI EMOTIKONAMI.



DZIECKIEMBADZ.BLOGSPOT.COM

Linki dla rodziców:

<https://www.youtube.com/watch?v=28rPHVVeW4I>

- **Zabawa taneczna „Maskotki” (Official video 2019)**

<https://www.youtube.com/watch?v=izQ5IAmTaFA>

- **Pudełko emocji**

Stworzenia pudełka emocji, gdzie będą gromadzone przedmioty służące poznawaniu emocji i radzeniu sobie z nimi w społecznie akceptowalny sposób np. płyty relaksacyjne, gniotki, gazety do wypywania złości, materiały do ćwiczeń oddechowych tj. piórka/piłeczki ping-pongowe

- **Przygotowanie wspólnie z dziećmi „Słoika dobrych chwil”**

<https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=C9sPJHtD1Qo>, w którym dzieci będą umieszczać za pośrednictwem rodzica karteczki z rysunkami lub zapisami wszystkich pozytywnych chwil spędzonych

w domu. Należy ustalić pewien rytuał związany z zapisywaniem – ustalić dzień i jego porę, włączyć dzieciom muzykę relaksacyjną itp.

- **„Jak się pozbyć złości”** –

Papierowa wojna

To także propozycja, którą z powodzeniem można wykorzystać, gdy stosunki między rodzeństwem zaczynają przypominać relację psa i kota. Stare gazety gniciemy w kulki i obrzucamy się nimi nawzajem na dany sygnał. Zabawę można urozmaicać, np. poprzez rzucanie tylko stopami, tylko na siedząco, tylko lewą ręką. Najważniejsze, by na początku wprowadzić zasadę, że nikomu nie można zrobić krzywdy.

Pojedynek na dłonie

Ta zabawa może być metodą na rozwiązywanie sporów między rodzeństwem, bowiem potrzebna jest dwójka dzieci. Siadają naprzeciwko siebie, wyciągają swoje dłonie i zaczynają się przepychać. Można też spróbować przepychanek samymi kciukami, plecami lub całym ciałem, z ramionami skrzyżowanymi na piersi. Zabawa ta pozwoli na bezpieczny "pojedynek", który rozładuje napięcie pomiędzy dwoma osobami i nieco zmęczy ich złość.

Start rakiety

Dziecko zamienia się w raketę, która za chwile wystartuje w podróż kosmiczną. Zaczyna od bębnienia palcami w podłogę, najpierw powoli i delikatnie, potem coraz szybciej i głośniej. Następnie bębnienie zamienia się w uderzanie dłonią, klaskanie, tupanie nogami, coraz szybciej i głośniej. Dziecko może też zacząć od cichego brzęczenia, naśladowania szumu rakiety i stopniowo wydawać coraz głośniejsze dźwięki, aż do krzyku i wrzasku. Rakieta staruje, dziecko wyskakuje wyciągając ramiona w górę i krąży po orbicie przez chwilę, po czym spokojnie ląduje. Ta zabawa pomaga przezwyciężyć napięcie i pozwala na "wyładowanie" się.

- **Zabawy na radzenie sobie ze strachem**

<https://www.przedzszkola.edu.pl/strach-ma-wielkie-oczy-scenariusz-zajec-terapeutycznych>

„Straszne strachy”

Rodzic wkłada na chwilę do wody kartki z bloku. Następnie na ich wilgotnej powierzchni dzieci rysują pątykiem maczanym w czarnym tuszu smoki, potwory, strachy. Rozchodzący się po mokrej powierzchni tusz wyeksponuje temat, dając niepowtarzalny efekt.

Jak można sprawić, aby wasze strachy były mniej straszne i bardziej przyjazne? Następnie proponuje, aby maluchy domalowały swoim strachom kolorowe elementy – mogą to być także rysunki wprowadzające element humoru.