

czytanie. Zapytaj: Jak czuje się bohater pod koniec historii? Dzieci mogą wybrać nową tubę (jeśli znajdzie taka potrzeba) i obracając ją podczas dyskusji w jaki sposób uczucia i działania postaci są ze sobą powiązane.



# Emocje. Tuby sensoryczne LR 4488



## Wiek

- 3+

## Zawartość

- 4 szt.: zielona, niebieska, czerwona, żółta; materiał: tworzywo sztuczne;
- Oznaczenie tub:

**Szczęśliwy.** Kolor żółty nawiązuje do Słońca. Ten kto jest szczęśliwy jest jak ta tuba, jasne i pełne blasku

**Zły.** Kiedy dzieci czują złość, mogą się rozżłoczyć i stracić kontrolę nad emocjami, niczym wulkan. Wąski środek tuby tworzy efekt wulkanu. Odwróć tubę, aby zobaczyć czerwone kawałki w środku. Dzieci mogą skupić swoją uwagę na ruchomych elementach i uspokoić się.

**Przestraszony.** Kiedy dzieci się boją, mogą zacząć się trząść jako fizyczna manifestacja emocji. Wirowanie zielone kolory tej tuby odzwierciedlają uczucie niepokoju, które często może towarzyszyć strachowi. Dzieci mogą skoncentrować się na swoich lękach i powrócić do bardziej neutralnego stanu.

**Smutny.** Smutek może objawiać się u dzieci na wiele sposobów (skrzyżować ramiona, pochylić głowę w dół, albo płakać). Często dzieci opisują uczucie ciężkości. Powolny ruch cieczy wewnątrz pokazuje, jak dzieci czują, kiedy są smutne.

## OSTRZEŻENIA!

1. Produkt nie jest przeznaczony dla dzieci w wieku poniżej 3 lat. Zawiera małe elementy – ryzyko zadławienia.
2. Zaleca się, aby zabawa z tubami była prowadzona pod nadzorem dorosłego, szczególnie jeśli dzieci mają skłonność do próbowania połknięcia lub manipulowania tubami w sposób niebezpieczny.
3. Należy zachować opakowanie lub/i instrukcję. Zawierają one ważne informacje mogące być przydatne w przyszłości.
4. Użytkowanie niezgodne z zaleceniami zwalnia producenta od odpowiedzialności za ewentualne szkody.
5. Produkt nie zawiera żadnych zabronionych lub niezdrowych materiałów.
6. Trzymać plastikową torbę poza zasięgiem dzieci. Groźba zadławienia i/lub uduszenia



**nowa szkoła**  
ul. POW 25, 90-248 Łódź,  
[www.nowaszkoła.com](http://www.nowaszkoła.com)  
tel. (42) 630 17 28,  
(42) 630 04 88, fax: (42) 632 73 28

## Przeznaczenie i umiejętności jakie zyskuje dziecko

Pomóż dzieciom identyfikować emocje i zarządzać nimi dzięki tubom sensorycznym. Każda z czterech angażujących butelek ma twarz, która pokazuje inną emocję (szczęśliwą, złą, przestraszoną i smutną). Zawartość każdej tuby reprezentuje uczucie widoczne na jej twarzy. To idealne narzędzie pomagające dzieciom w samoregulacji oraz zainicjować rozmowy na temat uczuć własnych i otaczających ich osób.

### Korzystanie z tub sensorycznych zapewnia dzieciom:

- praktykę niezbędną do rozwijania świadomości społecznej.
- rozwijanie samoświadomości – stają się świadome swoich uczuć i zaczynają rozumieć, w jaki sposób uczucia mogą wpływać na zachowanie.
- rozwijanie umiejętności samokontroli, co pozwala im reagować na swoje uczucia w pozytywny i asertywny sposób.

Gdy dzieci oswoją się z własnymi emocjami i zarządzaniem sobą, zaczynają być świadome emocji innych. Dzieci posiadające silne umiejętności świadomości społecznej wykazują empatię, współczucie i troskę o osoby wokół nich. Ćwiczenie tych umiejętności przez całe życie pomoże im budować pozytywne relacje.

### Nasze liczne uczucia – porozmawiajmy

- Poproś dzieci, aby wybrały tubę i zidentyfikowały emocje. Zapytaj:
- Jakie wskazówki na tubie lub w tubie pomogły Ci dowiedzieć się, jakie emocje są okazane?
- Czy możesz opisać, jak się czujesz w środku?
- Co sprawia, że czujesz?
- Czy jest to wygodne czy niewygodne uczucie? Jeśli to uczucie jest niewygodne, co możesz zrobić, aby znów czuć się komfortowo?

(Sugestie: Weź głębokie oddechy, obserwując, jak materiały osadzają się w tubach sensorycznych. Narysuj lub pokoloruj obrazek przedstawiający czas potrzebny do osadzenia się materiałów w tubie.)

Omawiając którąkolwiek z tub, zwróć uwagę na twarz, kolor i/lub materiał pojedynczej tuby. Oto przykładowa dyskusja między dorosłym a dzieckiem na temat emocji smutnych.



Wyciągnij smutną tubę i poproś dzieci, aby pomyślały o: czasie, kiedy były smutni. Zapytaj: Co Twoje ciało czuje, kiedy jesteś smutny? Odwróć smutną butelkę z nimi i porozmawiaj o tym, jak powoli porusza się w środku.

Powiedz: Czasami, gdy jesteś smutny, możesz czuć się powolny i ociężały. Co możesz zrobić, żeby sobie pomóc czuć się lepiej? Poproś dzieci, aby porozmawiały o tym, co sprawia, że czują się lepiej, gdy są smutne. Pomyśły możesz zanotować jako listę, z której dzieci mogą skorzystać jako źródło informacji (użyj obrazków dla młodszych dzieci). Przykład: Gdy czujesz się smutny porozmawiaj o tym, dlaczego jesteś smutny lub poproś zaufaną osobę dorosłą, aby Ci przeczytała ulubioną historię.

Posiadanie czasu dla siebie jest ważne, dlatego zachęcaj dzieci, aby znalazły spokojną przestrzeń i zachęć je do potrząsania, przechylania lub obracania każdej tuby z osobna. Pomyśl o tym, jakie uczucia wywołują w nich butelki. Przykład: gdy dziecko potrząsa szczęśliwą tubą, zapytaj czy sprawi im to radość? Zapytaj: Jak się czujesz kiedy patrzysz, jak kawałki się układają? Niech dzieci narysują jak czuli się przed i po użyciu jednej z tub (szczęśliwa, zła, smutna, przestraszona)

Łączenie tub z czytaniem bajek. Czytając z dziećmi, rób pauzę, gdy postać bajki czuje coś złego (emocja zła – czerwona). Zapytaj: Jak postać się teraz czuje? Która tuba najlepiej pasowałaby do postaci z naszej historii? Gdy dzieci wybiorą tubę z emocją, poproś je o wykonanie ruchu z materiałami w tubie. Zapytaj: Czy kiedykolwiek czułeś się podobnie jak postać z bajki? Co zrobiłeś? Kontynuuj