



Moje Emocje

Pomoc dydaktyczna

NS 0393



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

OSTRZEŻENIA!



1. Zabawka przeznaczona jest dla dzieci powyżej 3 lat. Posiada spiczaste krawędzie – może spowodować zadrapania.
2. Do użytku pod bezpośrednim nadzorem osoby dorosłej
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.

Gra edukacyjna o emocjach została zaprojektowana dla dzieci z myślą o tych wszystkich trudnych sytuacjach, w których emocje biorą górę nad właściwą oceną sytuacji. Dzieci uczą się wyrażać i nazywać emocje oraz szukają synonimów danej postawy.

O tym, czy dziecko jest w stanie poprawnie wyrazić i nazwać to co czuje, decyduje zakres słów. Żeby umożliwić precyzyjne nazywanie emocji proponujemy poszerzać dziecięcy słownik bierny i czynny o wyrażenia opisujące emocje.

SI IN NS 0393 03/14

Gra rozwija:

- rozpoznawanie uczuć i tworzenie słownika do ich wyrażania
- kształtowanie umiejętności interpersonalnych
- zdobywanie umiejętności rozumienia i nazywania własnych uczuć
- próbę zrozumienia uczuć innych ludzi – empatia
- kształtowanie kompetencji społecznych
- eliminowanie negatywnych uczuć
- rozwijanie umiejętności aktywnego słuchania
- doskonalenie umiejętności komunikowania i odczytywania sygnałów niewerbalnych
- kształtowanie umiejętności interpersonalnych
- uważne wysłuchiwanie innych osób
- umiejętność psychologicznego kojarzenia słów
- wzbogacanie słownictwa emocjonalnego

frajda	tęsknota	Radość	
ubaw	troska		Smutek
zabawa	udręka		Obojętność
rozkosz	ból		Złość
uciecha	rozpacz		Zdziwienie
szczęście	przygnębienie		Strach
wesołość	nieszczęście		
euforia	strapienie		
przyjemność	zmartwienie		
zadowolenie	żal		

- zgroza
- złe przeczucie
- duch
- groza
- terror

5. Neutralny (pomarańczowy)

- bierny
- osowiały
- zobojętniały
- niezdolny do odczuwania
- oziębły
- beznamiętny
- nieczuły
- niewzruszony
- pozbawiony uczuć
- zrezygnowany

6. Zdziwienie (fioletowy)

- niespodzianka
- osłupienie
- zaskoczenie
- zdumienie
- niedowierzanie
- zmieszanie
- zakłopotanie
- oszołomienie
- zszokowanie
- konsternacja

2. Smutek (niebieski)

- nieszczęście
- strapienie
- troska
- udręka
- zmartwienie
- ból
- rozpacz
- żal
- przygnębienie
- tęsknota

3. Złość (czerwony)

- furia
- rozjuszenie
- gniew
- szal
- wściekłość
- agresja
- kłótnia
- nerwy
- poruszenie
- oburzenie

4. Strach (zielony)

- lęk
- niepokój
- obawa
- przerażenie
- trwoga

Propozycje zajęć

Kalambury

Dzieci siedzą w kręgu, nauczyciel rozpoczyna zabawę losując zdjęcie emocji. Wybrane dziecko, przedstawia ją za pomocą mimiki i ciała. Reszta dzieci stara się odgadnąć, o jaką emocję chodzi, następnie dyskutują na jej temat.

Emocjonalna historia

Nauczyciel opowiada dzieciom pewną historyjkę – zdarzenie. Dzieci uważnie słuchają, następnie podnoszą do góry emocję (pufę, pacynkę, piłkę). To informacja o tym, co czuły po wysłuchaniu opowieści.

Czuję i nazywam

Zdjęcia z emocjami i kartoniki z synonimami leżą na stoliku. Uczestnicy gry kolejno biorą zdjęcia i nazywają emocje oraz przyporządkowują do niej synonimy. Jeśli nadana emocjom nazwa się nie zgadza – uczestnik oddaje fant, jeśli się zgadza – zdobywa punkt. Wygrana oraz przegrana to doskonała okazja do zachowań emocjonalnych. Rolą nauczyciela jest wyjaśnienie wszystkich stanów emocjonalnych towarzyszących zabawie.

Zgadula

Nauczyciel odczytuje z kartoników synonimy emocji. Zadaniem dzieci jest odgadnięcie jakie to uczucie, oraz wskazanie odpowiedniego zdjęcia które tę emocję przedstawia.

W kręgu rozmawiamy o tym jak się dzisiaj czujemy – liczby od 1 do 6 charakteryzują nasze samopoczucie (6 – radość, 1 – złość, itd.)

Pufki emocje

Nauczyciel rozkłada na podłodze pufki emocje. Dzieci na karteczkach piszą swoje imię, a następnie kładą karteczkę na pufie która określa ich nastrój – uzasadniając swoją decyzję. Następnie trwa „burza mózgów” jak radzimy sobie z emocjami.

Uzuciowa kostka

Dzieci siedzą w kręgu i rzucają do siebie kostką – gdzie na każdej ściance kostki przedstawione są stany uczuciowe: radość, smutek, złość, itd. Dziecko, które złapie kostkę z daną emocją, opisuje chwile kiedy doznaje takiego uczucia.

Aktor

Dzieci bawią się w aktorów – aktorki i robią miny adekwatne do emocji. Nawzajem odgadują, jaką kto gra rolę. Role – tak jak uczucia mogą być pozytywne oraz negatywne.

Teatr pacynek

Nauczyciel zakłada na dłoń pacynkę, którą odgrywa krótką scenkę dotyczącą danej emocji. Dzieci obserwując sytuację, mają za zadanie odpowiedzieć: co to za emocja, wskazać odpowiednie synonimy oraz zdjęcie.

Piłki z grymasami

Dzieci mają do dyspozycji 6 piłek przedstawiających emocje. Rzucają nimi między sobą – jednak w chwili kiedy piłka trafi w ręce gracza, ten ma za zadanie pokazać mimiką dane uczucie.

Narysuj uczucia

Uczestnicy zabawy rysują na kartkach papieru wybraną przez siebie emocję – radość, złość itd. Jeśli narysowali złość – zgniatają kartkę papieru odreagowując złe emocje i wyrzucają do kosza. Jeśli dzieci namalują pozytywne uczucia – obdarowują swoją kartką przyjaciół z grupy.

Dwie strony emocji

Dzieci dzielimy na dwie grupy. Każda grupa otrzymuje listę z nazwami kilku emocji o różnym zabarwieniu. Zadanie polega na ich uszeregowaniu. Grupa I – emocje, które pomagają skutecznie funkcjonować, a II to te, które ujemnie wpływają na nasze działania. Nauczyciel prezentuje wyniki pracy dwóch grup. Trwa dyskusja

Dokończ zdanie

Dzieci kończą rozpoczęte przez nauczyciela zdanie dotyczące własnych odczuć: Kiedy jestem pozbawiony uczyć to... Kiedy jest mi smutno to ...Kiedy jest mi wesoło to ...Kiedy jestem przestraszony to ...Kiedy jestem zły to ...Kiedy jestem zaskoczony to...

Zabawę można wzbogacić teatrykiem używając Pacynek Emocji.

Pozytywne i negatywne emocje

Dzieci na kartkach rysują emocje, następnie kolejno przyporządkowują swoje rysunki do poszczególnej z grup, tworząc dwa zbiory: dobrych i złych emocji. Zajęcia można wzbogacić synonimami emocji oraz zdjęciami.

Karty pracy

1. Radość (żółty)

- frajda
- ubaw
- zabawa
- przyjemność
- rozkosz
- uciecha
- zadowolenie
- szczęście
- wesołość
- euforia