



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego

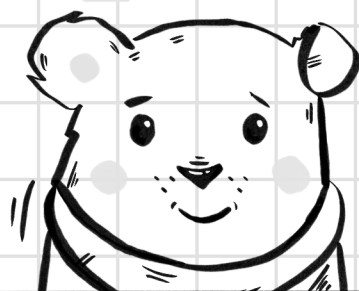
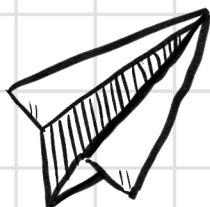
Dofinansowane przez
Unię Europejską



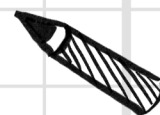
SENSE POPOJUTRZE

autorki:

dr Emilia Aksamit
dr Marta Giziewska



masz te
eMOCje



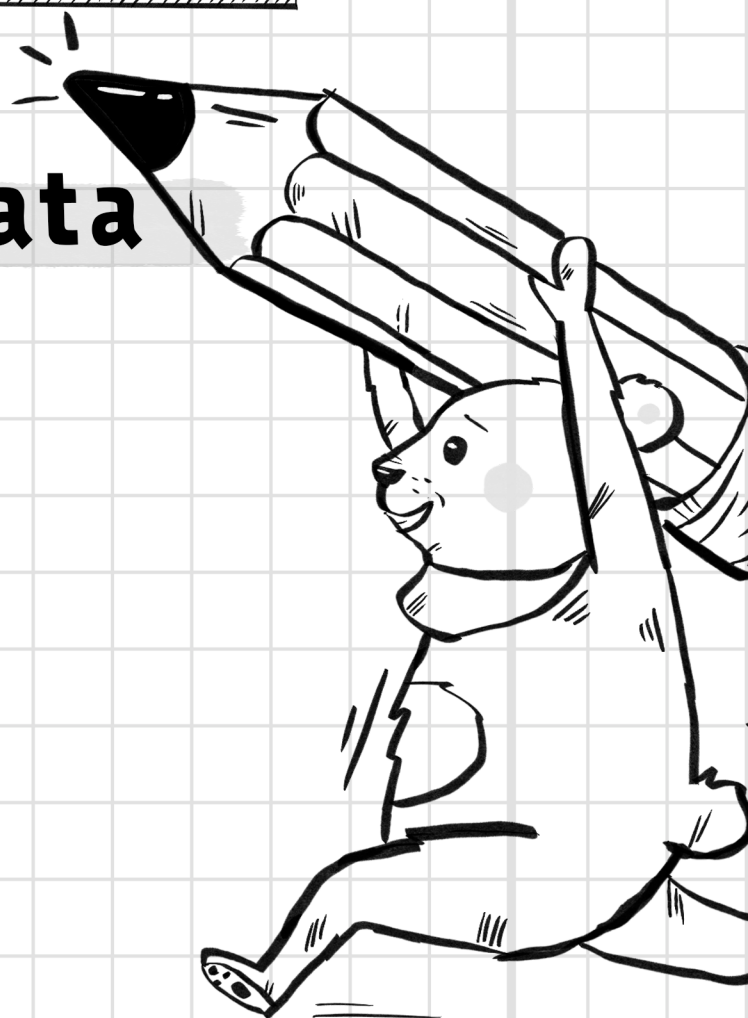
temat 1

podróż do świata eMOCji

**poznajmy siebie
i nasze eMOCje**

Z WYKORZYSTANIEM:

- * okładki do lapbooka,
- * spisu treści do lapbooka
- * oraz instrukcji dla
uczestników i uczestniczek



CEL GŁÓWNY



Wprowadzenie uczniów w tematykę **emocji** oraz rozwijanie umiejętności ich rozpoznawania i nazywania u siebie i innych.

CELE SZCZEGÓŁOWE

W trakcie zajęć uczniowie mają możliwość doskonalenia oraz rozwijania:

- * umiejętności rozpoznawania emocji u siebie i innych,
- * empatii poprzez zauważanie emocji w relacjach z innymi,
- * uważności w obserwowaniu swojego stanu emocjonalnego,
- * autorefleksji nad własnymi emocjami,
- * odpowiedzialności za podejmowane decyzje wynikające z emocji,
- * poczucia skuteczności własnego działania poprzez kreatywne zadania,
- * pracy w zespole poprzez współpracę i dzielenie się pomysłami.

czas pracy:
45/60 minut



forma pracy:
indywidualna i grupowa

notatki:



METODY PRACY



czynne:

metoda samodzielnych doświadczeń,

metoda kierowania własną działalnością dziecka,

metoda zadań stawianych dziecku.

oglądowe:

oparte na obserwacji

obserwacja i pokaz,

przykład osobisty nauczyciela.

słowne:

oparte na słowie

rozmowy,
opowiadania,
objaśnienia,
instrukcje.

aktywizujące:

burza mózgów,
metoda projektu.

MATERIAŁY



- * tablica i markery,
- * koszulki foliowe A4,
- * okładka lapbooka dla każdego dziecka,
- * spis treści do lapbooka dla każdego dziecka,
- * instrukcja modelu innowacji dla uczestników i uczestniczek dla każdego dziecka,
- * kredki, pisaki, pastele, kolorowe długopisy,
- * inne akcesoria do prac artystycznych, np. taśmy ozdobne, naklejki, stempelki itp.

PRZEBIEG ZAJĘĆ



czas na wykonanie
zadania: 10 minut

Przywitanie uczestników i uczestniczek

Przywitaj uczniów ciepłym uśmiechem i serdecznymi słowami. Poproś uczniów i uczennice, aby zajęli wygodne dla siebie miejsce i przygotowali się na tę podróż. Poprowadź z uczniami i uczennicami krótką rozmowę o emocjach.

Możesz do tego wykorzystać następujące pytania:

- * „Czym według Was są emocje?
- * Czy każdy z Nas odczuwa emocje?
- * Jakie emocje znacie?
- * Kiedy je czujecie?”

Pozwól dzieciom zastanowić się nad odpowiedziami. Zapewnij uczniów i uczennice, że nie ma złych odpowiedzi, każda myśl jest cenna i może nam pomóc w zrozumieniu tego tematu. Podsumuj rozmowę i podziękuj za każdą wypowiedź.



notatki:

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Do wstępu:

Dzień dobry, moi drodzy! Cieszę się, że możemy dziś rozpocząć coś wyjątkowego – naszą wspólną podróż w świat emocji. Usiądźcie wygodnie i przygotujcie się do tej podróży. Chciałabym/chciałbym z Wami porozmawiać o emocjach.

- * Pomoże Nam w tym kilka pytań:
- * Czym według Was są emocje?
- * Czy każdy z Nas odczuwa emocje?
- * Jakie emocje znacie?
- * Kiedy je czujecie?

Do podsumowania:

Bardzo Wam dziękuję za Wasze odpowiedzi. Właśnie tym będziemy się zajmować na naszych zajęciach – odkrywać, czym są emocje, jak można je nazwać i co zrobić, by lepiej je rozumieć.

Pomysł! Dobra rada!



Zaproponuj dzieciom, aby usiadły na dywanie, poduchach, piłkach lub przy stolikach tak, aby było im wygodnie i mogły się skupić na wykonywanych aktywnościach. Możesz zapisać na tablicy lub wyświetlić na tablicy interaktywnej nazwę innowacji Masz te eMOCje!, aby uczniowie i uczennice się z nią zapoznali/ły. Zadbaj o stworzenie przyjaznej i wspierającej atmosfery już od pierwszych minut zajęć, aby zachęcić uczniów do aktywnego udziału. Uśmiech oraz życzliwa i otwarta postawa pomogą zbudować poczucie bezpieczeństwa w grupie. Omawiając zadanie, możesz zaprosić do wypowiedzi jedynie chętne osoby lub przeprowadzić rundkę,

w której każdy będzie miał okazję podzielić się swoim zdaniem. Możecie również wspólnie z grupą ustalić charakterystyczny sposób zgłaszania chęci do wypowiedzenia się na forum, np. poprzez podniesienie kciuka (tzw. okej), pomachanie, ułożenie z dłoni kształtu serca lub machającego skrzydełkami motyla. Możesz na tablicy zapisać nazwy emocji, które podały dzieci, aby były one widoczne przez całe zajęcia.



Ćwiczenie 1:

Masz te eMOCje!

Zapoznanie z modelem innowacji i zaprojektowanie okładki lapbooka



notatki:

Rozdaj każdemu dziecku koszulkę foliową z okładką do lapbooka oraz instrukcją modelu innowacji dla uczestników i uczestniczek zajęć. Zaproś dzieci do zapoznania się z treścią instrukcji. Odczytajcie instrukcję na głos, aby każdy ją mógł zrozumieć. Jeżeli w grupie są dzieci samodzielnie czytające możesz zaproponować odczytanie fragmentów instrukcji osobom chętnym. Po odczytaniu instrukcji zapytaj, czy wszystko jest dla dzieci zrozumiałe. **Jeżeli tak, zaproś uczniów i uczennice do zaprojektowania okładki lapbooka, podkreślając dowolność projektu i zachęcając do kreatywnego wyrażenia siebie w tym zadaniu!**



czas na wykonanie zadania: 15 minut

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Do instrukcji:

Wyjmijcie z koszulki foliowej swoją okładkę do lapbooka oraz drugą kartkę, na której jest instrukcja modelu innowacji. Przyjrzyjcie się uważnie instrukcji. Odczytamy ją wspólnie na głos – możesz zgłosić się do przeczytania jednego fragmentu, jeśli masz na to ochotę! Jeśli czegoś nie zrozumiesz, zapytaj – chętnie wszystko wyjaśnimy.

Do projektowania okładki:

Teraz zaprojektujcie swoją okładkę do lapbooka! Na okładce znajduje się Stworek, który będzie towarzyszem Naszej podróży przez świat eMOCji. Możecie nadać mu imię i zaprojektować, jak ma wyglądać. Pamiętajcie, że każdy z Was może stworzyć dowolny projekt – taki, który najlepiej wyrazi Was i Wasze pomysły. Użyjcie kredek, pisaków, markerów, ozdobnych taśm lub innych materiałów artystycznych. Niech Wasza okładka będzie wyjątkowa!

notatki:



Pomysł! Dobra rada!



Poinformuj dzieci, żeby na zajęcia przynosiły swoje ulubione kolorowe kredki, mazaki, pastele lub inne przybory do rysowania. Zapewnij dzieci, że podczas projektowania okładki lapbooka każdy może stworzyć coś zupełnie swojego – nie ma ustalonego i narzuconego sposobu. Każdy może nazwać Stworka prowadzącego przez innowację według własnego pomysłu. Podkreśl to, że prace dzieci nie będą oceniane, co zachęci je do swobodnego tworzenia lapbooków według indywidualnych preferencji.

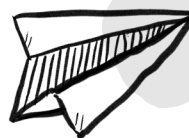
Poinformuj uczniów i uczennice, że lapbook to coś osobistego – jeśli nie chcą, nikt nie będzie mógł go przeglądać bez wyraźnej zgody autora. To zadanie ma być dla dzieci przyjemne i bez stresu!



Zakończenie zajęć

Przygotuj pudełko/pojemnik, które/y pomieści lapbooki uczniów.

Poproś uczestników i uczestniczki zajęć o włożenie okładek lapbooków oraz instrukcji do koszulek foliowych. Ustal z dziećmi, w jakim miejscu zostanie postawione pudełko/pojemnik eMOCji z ich lapbookami. Poproś, aby odkładając swoje prace do pudełka/pojemnika, podpisali się na nim lub narysowali określający ich symbol. Podziękuj za wspólne zajęcia i zaproś uczniów i uczennice na kolejne spotkanie.



**czas na wykonanie
zadania: 5 minut**

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Drogie dzieci, podpiszcie się na okładce lapbooka lub narysujcie coś charakterystycznego, aby rozpoznać swoją pracę na następnych zajęciach. Następnie włożcie Wasze okładki oraz instrukcje do foliowych koszulek i wrzucie je do Naszego pudełka/pojemnika eMOCji.

Pomysł! Dobra rada!



Możesz zaproponować, aby Wasze pudełko/pojemnik było ozdabiane przez dzieci w trakcie przerw spędzanych w klasie, dzięki czemu stanie się ono kolorowym i wspólnym elementem klasy.



DROGOWSKAZ

dla Rodziców/Opiekuna prawnego

Szanowni Państwo,

na dzisiejszych zajęciach rozpoczęliśmy podróż po świecie emocji, pogłębiając swoją wiedzę o różnorodności emocji, jakie możemy odczuwać.

Co robiliśmy na zajęciach?

Podjęliśmy rozmowę o emocjach, w której staraliśmy się odpowiedzieć na takie pytania, jak: „Czym są emocje? Czy każdy z Nas odczuwa emocje? Jakie emocje znamy? Kiedy je czujemy?” Ćwiczenie to pomogło dzieciom rozumieć emocje – swoje i innych; zauważać, że emocje są naturalnym elementem życia i mogą być różnorodne; budować pozytywne podejście do wyrażania i rozmowy o emocjach.

Zapoznaliśmy się z instrukcją do lapbooka oraz spisem treści określającym elementy realizowane na zajęciach. Każdy uczeń i każda uczennica stworzył/ła własną okładkę do lapbooka, który będzie towarzyszył dzieciom przez cały cykl zajęć. Dzieci dzieliły się wrażeniami i refleksjami na temat emocji, które odczuwały podczas zajęć. Wszystkie prace zostały zabezpieczone w koszulkach i odłożone do klasowego Pudełka eMOCji.

notatki:

Co można robić w domu?

Rozmowa o eMOCjach:

Zachęcajcie dziecko do opowiadania, jakie emocje odczuwało w ciągu dnia. Możecie zadać pytania typu:

- * „Co dziś sprawiło, że poczułeś/poczułaś radość?
- * Czy wydarzyło się coś, co Cię zasmuciło lub zdenerwowało?”



Podkreślajcie, że każda emocja jest ważna i wartościowa.

Kolorowanie eMOCji:

Zaproponujcie wspólne kolorowanie, gdzie kolory będą odzwierciedlały różne emocje. **Możecie razem stworzyć własne Palety eMOCji.**

Zabawa w „Emocje w mimice”:

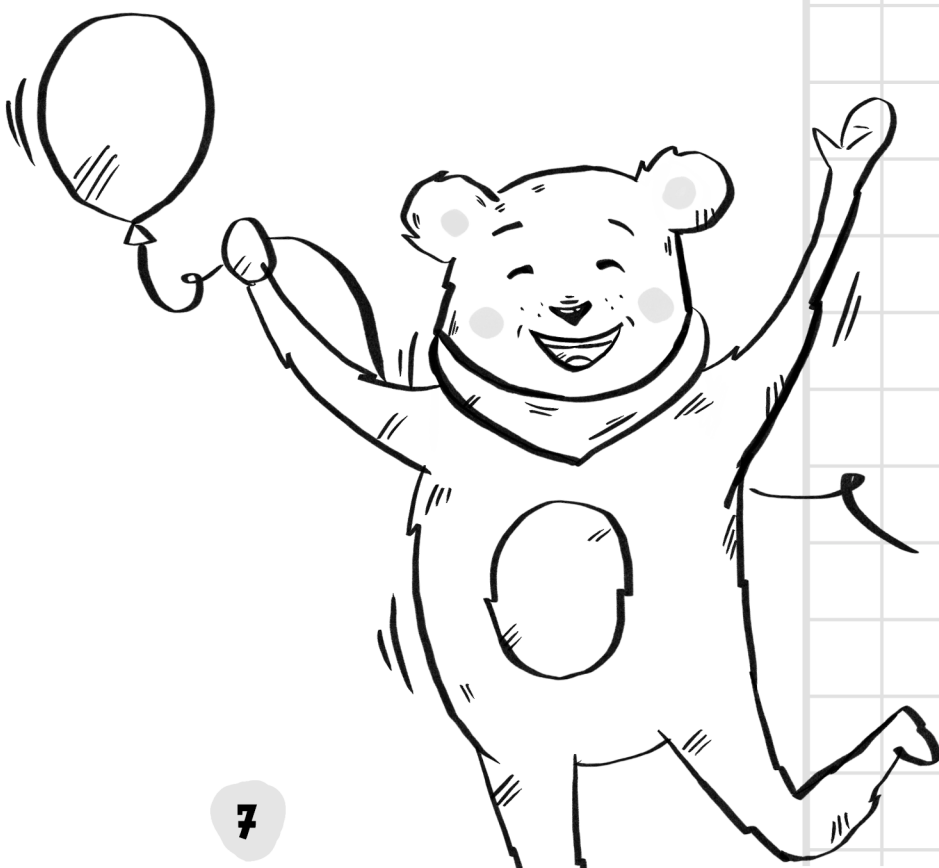
Pobawcie się z dzieckiem w odgadywanie emocji przedstawianych na twarzy.



Na zmianę pokazujcie różne wyrazy twarzy i nazywajcie emocje. Stworzenie rodzinnej „Palety eMOCji”: Razem jako rodzina możecie stworzyć wspólną paletę emocji, na której każdy domownik zaznaczy swoje ulubione kolory lub emocje, które najczęściej odczuwa.

Zachęcamy Państwa do wspierania dzieci w rozwijaniu ich kompetencji emocjonalnych.

Każda rozmowa, wspólna aktywność lub zabawa związana z emocjami to ważny krok w budowaniu ich świadomości emocjonalnej i empatii.



notatki:

