

Scenariusz zajęć z wychowawcą w klasie IV

Prowadząca: mgr Magdalena Bartochowska

Temat: Uczucia i emocje, jak sobie z nimi radzić?

Cele zajęć:

- Zrozumienia własnych stanów emocjonalnych oraz uczuć innych osób.
- Dostrzeganie powiązań między uczuciami, myślami i reakcjami.
- Przekazywanie uczniom wartości i norm postępowania.
- Pomoc uczniowi w zrozumieniu potrzeb i emocji innych, uczucie empatii.
- Rozpoznawanie uczuć i tworzenie słownika do ich wyrażania.

Metody pracy:

praca w grupach, burza mózgów, psychodrama angażująca jednocześnie ruch i gest, mowę, myśli i uczucia uczestnika,

Pomoce dydaktyczne:

Internet – zdjęcia twarzy wyrażające różne emocje, odtwarzacz CD – słuchanie muzyki, określanie nastroju, „kostka uczuć”, arkusze papieru, długopisy.

Przebieg zajęć:

1. Ćwiczenia i zabawy integracyjne.

W kręgu rozmawiamy o tym jak się dziś czujemy – liczby od 1 do 5 (beznadziejnie, źle, normalnie, dobrze, super). Kiedy są odpowiedzi wskazują na złe samopoczucie, to stwarzają możliwości postawienia pytania: „Chcecie porozmawiać o tym dlaczego tak się czujecie?”

2. „Co oni czują?”

Nauczyciel prezentuje grupie zdjęcia przedstawiające ludzi przeżywających różne emocje. Dzieci mają za zadanie opisanie widzianych obrazów, próbę nazwania uczuć jakie przeżywają te osoby oraz znalezienie ich powodów. Następnie należy porozmawiać o tym co to są uczucia, dlaczego je przeżywamy i że warto o nich mówić.

3. Album emocji.

4. Kostka uczuć”

Kostka, na której ściankach wypisane są słowa: smutny, radosny, zawstydzony, przestraszony, znudzony, rozgniewany. Uczniowie, którzy losują daną ściankę opisują chwilę, kiedy doznali takiego uczucia (ćwiczenie to pozwala nabrać

większej pewności w łączeniu uczuć z wyrażającymi je słowami i pomaga rozwijać zdolność empatii, kiedy dzieci słuchają rówieśników opisujących te same uczucia, których one też doświadczają)

5. Zdania niedokończone

Nauczyciel odtwarza uczniom różne rodzaje muzyki, a po wysłuchaniu podaje zdania, a uczestnicy kończą je zgodnie z własnymi odczuciami np.:

- Najbardziej lubię, gdy...

- Czasami boję się...

- Jestem smutny kiedy...

- Kiedy jest mi wesoło...

- Jestem zły, kiedy...

- Denerwuję się, gdy...

6. Podsumowanie – podzielenie się wrażeniami z zajęć.