

## Scenariusz zajęć w grupie wiekowej 5-6 lat

**Prowadząca: Paulina Błońska**

**Termin: 11-06-2022**

**Miejsce: Polska Szkoła w Schiedam, Niderlandy**

### I.

**1. Temat** Pozytywna dyscyplina- samoregulacja. Poznajemy nasze emocje.

### 2. Cele zajęć

#### - ogólne

Uczenie samoregulacji i pokazanie sposobów radzenia sobie z emocjami

#### - operacyjne

Uczniowie:

- potrafią rozpoznawać i nazwać emocje, które odczuwają.
- rozwijają umiejętność wyrażania emocji oraz sposobów radzenia sobie z nimi
- potrafią adekwatnie reagować na emocje innych osób
- potrafią sami się uspokoić i powrócić do równowagi emocjonalnej
- umieją poradzić sobie, gdy odczuwają złość
- stworzenie miejsca pozytywnej przerwy

### 3. Metody

-praca z grupą przy stole, pogadanka, dyskusja, metoda wykładowa, praca z tekstem

**4. Formy pracy:** praca grupowa, indywidualna, zbiorowa z całą klasą,

### 5. Środki dydaktyczne

- Buźki – emotki - przedstawiające różne emocje - zał. 1 dołączony do scenariusza
- kartki papieru, kredki, flamastry, nożyczki
- zabawy z emocjami
- szablon jabłuszko emocji - zał. w osobnym pliku



- obrazek „ Mózg jak na dłoni- gadzi mózg” zał. 2 dołączony do scenariusza
- Wiersz „ Złośnik”

## II.

### Przebieg zajęć

1. Powitanie uczniów oraz sprawdzenie listy obecności.
2. Dzieci siadają w kole na podłodze. Nauczyciel przedstawia uczniom temat zajęć i na środku rozkłada buźki przedstawiające różne emocje (zał.1). Dzieci opowiadają jakie widzą emocje, co przedstawiają buźki. Następnie dzielimy dzieci na dwie grupy. Grupa pierwsza wybiera pozytywne buźki, grupa druga negatywne buźki.
3. Dzieci wykonują jabłuszko emocji (załącznik w osobnym pilku).
4. Zabawa

|                     |   |
|---------------------|---|
| Co czujesz, gdy...? | Nauczyciel zadaje dzieciom pytania, a one podają emocje, jakie kojarzą im się z daną sytuacją. Mogą wyjaśnić, dlaczego tak się czują. Przykłady pytań: <ul style="list-style-type: none"><li>• Co czujesz, gdy dostaniesz prezent?</li><li>• Co czujesz, gdy zepsujesz ulubioną zabawkę?</li><li>• Co czujesz, gdy pokłócisz się z kolegą/koleżanką?</li><li>• Co czujesz, kiedy świeci słońce?</li></ul> |
|---------------------|---|

5. Przerwa śniadaniowa
6. Zabawy na sali gimnastycznej (30 min)
7. Powrót do klasy. Dzieci siadają ponownie w kole , a nauczyciel czyta wiersz:



## **Materiał pomocniczy** Wiersz „Złośnik” **Krzysztof Roguski**

Złośnik to jest taki ktoś,  
Kto uwielbia słowo „złość”.  
I nie umie ukryć złości,  
Gdy mu złość na twarz zagości.  
Zaraz krzyczy, zaraz tupie,  
Zaraz woła: „Toż to głupie!”  
Przy tym dłonie ściska w pięści  
I zębami głośno chrzęści.  
W jednej chwili jest różowy,  
W drugiej całkiem purpurowy,  
W trzeciej biały tak jak kości...  
Tak się właśnie złośnik złości!

**8.** Dyskusja na temat wiersza.

**9.** Przedstawienie uczniom Modelu „ Mózg jak na dłoni” i opowiedzenie o funkcjonowaniu mózgu. Dyskusja na temat „ odskakiwania klapki” (zał.2)

**10.** Burza mózgów : „ Co pomaga dzieciom się wyciszyć, jak radzą sobie z emocjami”. Na czym polega ich samoregulacja.

**11.** Stworzenia koła złości, w jaki sposób możemy rozładować złość. Robimy burzę mózgów, a następnie dzieci rysują na dużym kole, w jaki sposób można rozładować złość.

**12.** Stworzenie kącika *pozytywnej przerwy*, czyli miejsca w którym dziecko będzie mogło się wyciszyć, czuć się bezpiecznie. Wspólne wybranie nazwy, np. Hawaje.

**13.** Wspólne sprzątnięcie sali i zakończenie zajęć.

*Poniżej załączniki do scenariusza zajęć.*



