

**ZDALNE NAUCZANIE – propozycja zabaw i ćwiczeń w ramach realizacji
wczesnego wspomaganie rozwoju (WWR) 21-22.05.2020 r.**

Drogie Dzieci, drodzy Rodzice!

**Dzisiaj proponujemy następujące ćwiczenia na temat „Nasze emocje”
Życzymy udanej zabawy 😊**

Cele zajęć:

- rozmowa o pozytywnych i negatywnych emocjach,
- rozpoznawanie emocji i ich nazywanie,
- wspólna zabawa rodziców i dzieci,
- wyrażanie emocji ruchem, gestem, ciałem,
- poznanie sposobów rozładowania napięcia, złości i smutku.

1. Dziecko rozwiązuje zagadki słowne dotyczące emocji i próbuje za pomocą gestów i mimiki przedstawić emocje (zagadki pochodzą z: J. Heller. *Propozycje zabaw i zajęć do wykorzystania do pracy nad emocjami. Twórczy nauczyciel nr 18 2009, s.54*).

Jaka to emocja? Powiedźcie dzieci-
Rączki wymachują, ciało w górę leci,
Oczy jak iskierki się zapalają,
Wszystkie ząbki usta odkrywają.

Mówią o nim, że ma wielkie oczy,
Gdy się do naszego umysłu wtoczy,
Trzęsie nami śmiało
I paraliżuje całe ciało.

Usta jak podkówka odwrócona,
Często łezka w oku zakręcona.
Wygląd twarzy tej dziewczyny
Jakby najadła się cytryny.

Gdy się w nasze serce wkrada,
To naszymi myślami włada,
Marszczy nam nosek, oczy i czoło,
Tupie nóżką i rączką grozi wkóło.

2. „Piękne piłki” – karta pracy do wykonania.

3. Podróż samolotem do krainy uczuć (zabawa pochodzi z książki R. Portmann „Gry i zabawy przeciwko agresji”).

Dzieci wraz z rodzicami wyruszają na wycieczkę do tajemniczej krainy. Wsiadają do samolotu i lecą naśladując ruchy zgodnie ze wskazówkami, które usłyszą. Wszyscy docierają do **RADOSNEJ KRAINY**. Jest tutaj piękna pogoda, świeci słońce, widać kolory (uczestnicy ilustrują ruchem, ciałem, gestem emocję). Następnie wsiadają do samolotu i lecą dalej. Nagle robi się ciemno, słońce przestaje świecić a świat jest szary i bury. Docieramy do **SMUTNEJ KRAINY**. Mieszkańcy tej krainy stale chodzą smutni, nic im się nie chce robić, siedzą, leżą.... (uczestnicy ilustrują ruchem, ciałem, gestem emocję).

Rodzic pyta: czy smutek jest nam potrzebny? A co możemy zrobić, żeby poprawić sobie humor, kiedy jesteśmy smutni?

Wsiadamy do samolotu i lecimy dalej. Nagle w oddali słychać błyskawice, niebo w pewnym momencie aż robi się czerwone. **Dotarliśmy do KRAINY ZŁOŚCI**. Ludzie w tej krainie tupią nogami, obrażają się, zaciskają pięści. Często się kłócą, nie potrafią współpracować, nie potrafią się razem bawić. Mają groźne miny (uczestnicy ilustrują ruchem, ciałem, gestem emocję). *Czy czujecie się czasem źli? Czy możemy czuć złość? Złość jest przykra, nikt jej nie lubi, każdy się jej boi dlatego trzeba spokojnie tą złość uspokoić. Macie jakiś pomysł?*

4. „Emocje małe i duże” - karta pracy do wykonania.

5. Praca plastyczna - karta pracy „Maszyna do radzenia sobie ze złością”.