

Program ułatwiający readaptację oraz rozwijający kompetencje emocjonalne oraz społeczne uczniów klas I - III szkoły podstawowej



Opracował

mgr Karol Kędzia

1. Adresaci

Adresatami programu będą dzieci z klas I-III szkoły podstawowej, u których zaobserwowano symptomy deficytów emocjonalnych w tym spowodowanych długotrwałą izolacją od środowiska szkolnego, a w szczególności:

- doświadczające trudności adaptacyjnych
- mające trudności:
 - w nawiązywaniu kontaktów rówieśniczych
 - w nawiązywaniu kontaktów z osobami dorosłymi
 - w wyrażaniu emocji w sposób akceptowany społecznie
 - w opanowaniu impulsywności
- niepotrafiące radzić sobie w sytuacjach zadaniowych

2. Wielkość grupy:

8-10 osób

3. Czas spotkań:

1 godzina x 12 spotkań = 12 godzin

4. Cele Programu:

Cele terapeutyczne

- tworzenie możliwości odreagowywania emocji i napięć powstających na skutek długotrwałej izolacji spowodowanej pandemią, a także na skutek niepowodzeń szkolnych i społecznych oraz uzyskanie korekcyjnych doświadczeń emocjonalnych pozwalających na zmianę wzorców zachowań i zmianę sądów poznawczych w trakcie uczestnictwa w zajęciach.

Cele edukacyjne – pozwolą zdobyć dzieciom, adekwatną do ich wieku, wiedzę z zakresu:

- kompetencji emocjonalnych, komunikacyjnych, umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, a w szczególności:
 - nabywanie umiejętności wyrażania uczuć w sposób akceptowany społecznie, rozpoznawanie emocji u siebie i innych;
 - rozwijanie umiejętności udzielania informacji zwrotnych;
 - uświadomienia sobie różnorodności stanów emocjonalnych
 - nabywanie umiejętności w zakresie komunikacji interpersonalnej (werbalnej i niewerbalnej)
 - zapoznanie dzieci ze sposobami radzenia sobie w sytuacjach trudnych
- rozwijanie zdolności twórczych oraz kreatywności dziecka
- nabywanie umiejętności związanych z opanowaniem nadmiernej impulsywności oraz ruchliwości

5. Procedury osiągnięcia celów, formy techniki pracy

Dziecko w młodszym wieku szkolnym nie zawsze potrafi mówić o swoich uczuciach, stąd też starano się umożliwić uczniom aktywne doświadczanie i przeżywanie tego, co jest tematem zajęć. Dla realizacji założonych celów proponuje się następujące metody i techniki pracy:

Krąg- jako stały elementem zajęć na ich początku i końcu. Siedzenie w kręgu umożliwia wszystkim uczestnikom bezpośredni kontakt wzrokowy, sprzyja nawiązywaniu kontaktu emocjonalnego, wyrównuje pozycje społeczne i zmniejsza dystans, zwłaszcza między dorosłym prowadzącym, a dziećmi (Sawicka, 2004, s 22).

Podsumowanie -jako technika pomagająca zwerbalizować swoje odczucia po zakończeniu ćwiczeń. Podsumowanie oznacza, że każdy ma prawo (nie obowiązek) wypowiedzieć się, gdy inni słuchają i nie komentują wypowiedzi. Zasada ta dotyczy również prowadzącego.

Rysunki i prace plastyczne to formą wypowiedzi szczególnie ważna dla dzieci mających problem z werbalizacją, „...w twórczości plastycznej dziecko przekazuje swoją wiedzę o świecie i swój stosunek emocjonalny do jego elementów, pokazuje co widzi, co czuje, jak myśli (Lovenfeld, Brittain, 1997, s.56)..”. W rysunkach (uczestnicy) mają zapewnioną swobodę, mogą wyrazić siebie, swoje uczucia i przeżycia, rzutować swoje urazy i konflikty na tworzywo plastyczne, uwalniać się od napięć psychicznych. Wspólne rysowanie umożliwia także przeżycie sukcesu. Wykonanie pracy plastycznej, jej omówienie, potem prezentacja to okazja do przeżycia satysfakcji, dumy i zadowolenia (Sawicka, 2004, s.23).

Inscenizacje, odgrywanie scenek to technika nawiązująca do psychodramy. Tematem inscenizacji są rzeczywiste problemy członków grupy. Odgrywanie scenek umożliwia wczucie się w sytuację innej osoby i jej zrozumienie, poruszenie ważnego problemu, odreagowanie emocjonalne ze zwrotną informacją od członków grupy.

Zabawa kierowana- zabawa to podstawowa aktywność dziecka w wieku przedszkolnym. „...terapeutyczna rola zabawy polega na tym, iż podejmując działalność zabawową uwalniamy się na ten czas od codziennych zdarzeń życiowych, od surowych wymagań stawianych nam przez otoczenie lub przez samych siebie, od podejmowania ważnych decyzji (Suchodolski, 1976, s 215).”, „...zabawa pozwala na doświadczanie humoru, nieskrępowanej radości, przyjemności z bycia razem bez zobowiązań, na doświadczanie swobodnej ekspresji, odprężenia psychicznego i fizycznego” (Sawicka, 2004, s.25).

Pozytywne wzmacnianie– to system wzmocnień społecznych (zarówno werbalnych jak i niewerbalnych) mających na celu wzmocnienie zachowań prospołecznych dziecka oraz docenianie jego wysiłku jaki wkłada w pracę w grupie, „...formułując pochwały, dorośli powinni dać konkretną, pozytywną informację zwrotną dotyczącą zachowania która podkreśla, co dzieci robią dobrze” (L.Reddy,2014,s44).

Pozytywny system motywacji – to metoda nagradzania oraz monitorowania pozytywnych zachowań dzieci podczas sesji grupowych, stanowi centralną składową doświadczenia pracy grupowej służącą do omawiania osiągnięcia celów grupy na początku oraz na końcu każdej sesji grupowej.

5.Ewaluacja

To systematyczny proces, polegającym na zbieraniu informacji o warunkach, przebiegu i wynikach nauczania. Powinna występować na wszystkich etapach procesu dydaktycznego tak aby można było określić różnicę pomiędzy osiągnięciami końcowymi a początkowymi. A zatem ewaluacja powinna obejmować:

1) Sprawdzanie i ocenianie wstępne, w którym można wykorzystać np:

- analizę informacji o dziecku,
- rozmowę z rodzicami
- obserwację.

2) Sprawdzanie i ocenianie bieżące, w którym można wykorzystać np:

- wypowiedzi ustne
- prace plastyczne
- elementy dramy
- obserwacja dzieci podczas wykonywania zadań

3) Sprawdzanie i ocenianie końcowe (sumujące), w którym można wykorzystać np:

- ankietę skierowaną do rodziców

6.Program przewiduje:

1.Spotkanie z rodzicami: na rozpoczęcie, które ma na celu przekazanie informacji o celach zajęć oraz metodach i formach pracy

Prowadzący i rodzice siadają na krzesłach ustawionych w kręgu, na środku są ułożone rekwizyty które będą wykorzystywane na zajęciach np. pluszowe zabawki, chusta Klanzy, książki na podstawie których ułożono program, po wstępnym przedstawieniu się prowadzący przekazują informacje o zajęciach nawiązując do zgromadzonych rekwizytów

2.Spotkanie z rodzicami:na zakończenie zajęć dotyczące aktywności dzieci na zajęciach oraz ich osiągnięć

Na spotkaniu będzie miało miejsce rozdanie ankiet ewaluacyjnych oraz omówienie aktywności dzieci.

„Kiedy się bawimy doskonale się uczymy”

Zajęcia nr. 1 „Nie znamy się ? Poznamy się...” cz. I

1.Powitanie,przedstawienie osób prowadzących ,celu zajęć-5 min

2.”Poznaj piłka”- zabawa integracyjna- 10 min.

Dzieci turlają piłkę do rówieśników siedzących w kole: każde dziecko ma powiedzieć swoje imię oraz podać podstawowe informacje o sobie np. w co się lubi bawić

3.”Głuchy telefon na swój temat” - zabawa integracyjna-10min

Dzieci przekazują szeptem informacje na swój temat innym dzieciom siedzącym w kole, ostatnie dziecko w kole do którego dotrze wiadomość powinno głośno ją powtórzyć

4.”Wspólne cechy w kapeluszu” -10min-zabawa integracyjna

Dzieci dzielą się informacjami na temat swoich zainteresowań pisząc o nich lub rysując, wszystkie informacje umieszczone zostaną w kapeluszu, następnie są one po jednej wyciągane i odczytywane przez prowadzącego, dzieci proszone są o podniesienie ręki i podzielenie się informacjami po tym jak zostanie wyczytana rzecz którą lubią lub którą się interesują.

5.Ustalenie zasad kontraktu, wspólne podpisanie go, przedstawienie propozycji oceniania dzieci-15min

6.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr.2 „Nie znamy się ?Poznamy się..” cz. II

1.Powitanie-(przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.),„Wymień imię”-zabawa integracyjna, przypominanie imion-5 min.

Osoba prowadząca pokazuje jakiś przedmiot dzieci wymieniają imiona osób z grupy zaczynające się tą samą głoską co pokazywany przedmiot

2.”Pajęczyna”-zabawa integracyjna-10 min

Dzieci turlają do siebie kłębek włóczki aby tym sposobem utworzyć pajęczynę, dziecko które ma kłębek opowiada o sobie grupie np. w co się lubi bawić

3.„Ćwiczenie umiejętności- dowiadywanie się czegoś o innych oraz przyjazna rozmowa”-10min

Prowadzący omawiają sekwencje umiejętności, modelują ją, następnie wybrana para dzieci odgrywa scenkę z użyciem powyższych umiejętności.

4.„Wywiad i prezentacja”-zabawa integracyjna-10min

Dzieci są dobierane w pary, zadają sobie nawzajem pytania np. dotyczące zainteresowań ulubionych zabaw itp. następnie prezentują swojego partnera na forum grupy. Powyższa zabawa stanowi okazje do przećwiczenia omawianych wcześniej umiejętności.

5.”Dobranoc Azorku”-zabawa integracyjna ćwiczenie umiejętności współpracy-10min

Każde dziecko czeka na swoją kolej aby zanieść Azorka (np.jajko pomalowane we wzorek psa) do następnego dziecka bez budzenia go. Dzieci wywołują imię innego dziecka z grupy i podchodzą do niego delikatnie z Azorkiem, dziecko trzymające Azorka ma ostrożnie wręczyć go innemu dziecku. Jeśli to się nie uda para powtarza sekwencję bardziej ostrożnie.

6.Zakończenie zajęć -15min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr.3 „Impulsy pod kontrolą..”

1.Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2. „Magiczny krąg..” 5 min. –zabawa integracyjna

Zapraszamy wszystkich do kręgu. Dzieci rozsuwają się tworząc jak największe koło. Siadamy na podłodze. Osoba prowadząca prosi, aby na jej znak, dzieci dotarły do środka koła (na siedząco). Kiedy wszyscy znajdą się blisko siebie osoba prowadząca prosi, by przywitały się ręce (każdy stara się dotknąć jak największej pary rąk). Znow wszyscy rozsuwają się

daleko od siebie. Po kolejnym sygnale i dotarciu dzieci do środka koła, mogą witać się np. stopy, łokcie, głowy, czoła, a po odwróceniu się w kole również plecy.

3. Ćwiczenie koncentracji uwagi-10min

Zabawę zaczynamy mówiąc „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy...”. Wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem rzeczy, jakie zabieramy na wycieczkę powtarzając przy tym już te wcześniej wymienione, np.

dziecko 1: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak

dziecko 2: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak i namiot

dziecko 3: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot i piłkę

dziecko 4: „Jedziemy na wycieczkę i zabieramy plecak, namiot, piłkę i koc” itd.

Można wprowadzać różne odmiany tej zabawy poprzez zmianę początkowych zdań, np.

„Jesteśmy w sklepie i kupujemy...”, „Na urodziny Paweł dostał.

4. „Kłębusek”-ćwiczenie koncentracji uwagi-10min

Dzieci są podzielone na dwie grupy, siedzą po przeciwnych stronach stołu za pomocą słomki przesuwają kłębusek waty po stole np. na drugą stronę stołu. Prowadzący demonstruje dzieciom powolne i szybkie oddychanie przez słomkę.

5. „Pogoda”-zabawa ruchowa- odreagowanie napięcia emocjonalnego, koncentracja na poleceniach prowadzącego-7min

Uczestnicy poruszają chustą według poleceń prowadzącego np.

„Wieje słaby wiaterek” – lekkie poruszanie chustą „Wieje coraz mocniej” – silniejsze ruchy

chustą „Zerwał się sztorm na morzu” – bardzo silne potrząśnięcie chustą „Zaczyna padać

deszcz” – lekkie uderzenia palców w chustę „Pada coraz mocniej” – uderzenia dłońmi

w chustę „Grzmot” – jednoczesne poderwanie chusty do góry i nagłe szarpnięcie w dół

6. Zabawa integracyjna „Spadochron”-7min

Dzieci podnoszą i opuszczają kolorową chustę gdy chusta znajduje się na górze pada polecenie np. przebiegają wszyscy chłopcy, przebiegają ci którzy przyjechali tramwajem, mają białe skarpetki itp.

8. Zakończenie zajęć -15 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 4 „O emocjach ...”

1. Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2. Powitanie –kształtowanie kompetencji interpersonalnych....3min.

Dzieci stoją w dwóch rzędach naprzeciwko siebie, witają się ze sobą np.

-jak ludzie zaspani

-jak ludzie którzy się bardzo spieszą

-jak ludzie zmęczeni

-jak ludzie smutni

-jak ludzie weseli

...dzisiaj zabieramy Was w podróż do krainy Potwora Kamienna Twarz...

2. "Wyjeżdżam w podróż" -zabawa ruchowa rozwijająca koncentrację-5min

Uczestnicy siedzą w kręgu. Osoba prowadząca mówi: „Wyjeżdżam w podróż, ale najpierw muszę...., dzieci naśladują ruchy osoby prowadzącej np.

- spakować walizkę, odtwarzanie ruchami składania ubrań, pakowania walizek i zamykanie ich
- wejście do autobusu-dzieci podnoszą nogi tak jakby wchodziły po schodach
- kiedy już usiedliśmy na siedzeniach okazało się, że okna są brudne –dzieci naśladują wycieranie okien
- autobus rusza machamy na pożegnanie rodzicom

...kierowca autobusu musi jechać ostrożnie, abyśmy szczęśliwie dojechali na miejsce. Wobec tego powinien uważać na światła zmieniające się na sygnalizatorach,

3. "Samochody" – zabawa ruchowa, koncentracja uwagi, stosowanie się do poleceń-7min.

Dzieci naśladują ruchem jadące samochody. Osoba prowadząca pokazuje po kolei krążki w trzech kolorach (czerwony, pomarańczowy, zielony) – dzieci odpowiednio reagują na sygnały wzrokowe.

...dotarliśmy bez przeszkód do krainy potwora Kamienna Twarz

4. Cwiczenie umiejętności -rozpoznawanie uczuć i emocji, wyrażanie uczuć i emocji-10min

Prowadzący omawiają sekwencje umiejętności, modelują ją, następnie wybrana para dzieci odgrywa scenkę z użyciem powyższych umiejętności.

5. "Kamienna Twarz" -zabawa w rozpoznawanie emocji i odpowiednie ich wyrażanie- 20min

Prowadzący czyta historię potwora Kamienna Twarz, następnie dzieci uczą pozbawionego emocji potwora jak wyrażać uczucia, używają sygnałów niewerbalnych, werbalnych oraz informacji zwrotnych aby skłonić potwora do wyrażenie poszczególnych emocji.

6. Zakończenie zajęć -10min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 5 „O złości...”

1. Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2. Wprowadzenie w temat zajęć-7min

Prowadzący opowiada historyjkę, w trakcie której dzieci ruchem starają się ją zilustrować:
Udajemy się dzisiaj w daleką podróż do tajemniczego kraju. Jedziemy długo, bardzo długo pociągiem. Pociąg zatrzymuje się. Dotarliśmy do krainy radości. Ludzie, którzy tutaj mieszkają są zawsze uśmiechnięci i radosi. Cieszą się już od samego rana, od momentu wstania z łóżka. Przeciągają się z zadowoleniem, witają się z nami z uśmiechem na ustach, podskakują z radości. Niestety musimy jechać dalej. Lokomotywa już sapie. Wsiadamy do pociągu i jedziemy, jedziemy...Nagle robi się ciemno. Pociąg zatrzymuje się. Dotarliśmy do krainy złości. Tutaj mieszkają ludzie, którzy są wiecznie obrażeni, źli i zdenerwowani. Tupią nogami, ściskają dłonie w pięści, mają zmarszczone czoła itp.

3. Podsumowanie-5 min

Dzieci siadają w kręgu osoba prowadząca pyta jak się czuły w trakcie podróży, w której krainie było lepiej itp.

4.W kręgu –kształtowanie kompetencji emocjonalnych -3min

Dzieci przekazują sobie rekwizyt (namalowaną buzię wyrażającą złość umocowaną na patyku) i kończą zdanie: „*Jestem zły, gdy...*”

5.Zawody w wymyślaniu sposobów radzenia sobie ze złością-15min

Dzieci podzielone są na dwie drużyny, prowadzący pracuje z każdą drużyną nad stworzeniem listy jak największej ilości sposobów radzenia sobie ze złością, następnie sposoby te są omawiane na forum grupy, wybrane przykłady mogą być ilustrowane poprzez odgrywanie ról

6.Rzut woreczkiem-stosowanie technik radzenia sobie ze złością-15min

Dzieci mają wykonać trudne zadanie polegające na wrzuceniu z pewnej odległości woreczka z groszkiem do wiaderka. Jeżeli dziecku nie udaje się trafić do pojemnika musi zademonstrować jakąś technikę radzenia sobie z gniewem

7.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 6 „O strachu..”

1. Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2.„Tajemnicza przesyłka” – wprowadzenie do tematu zajęć-5min

....dzisiaj wychodząc z domu znalazłem tajemniczą przesyłkę, może ktoś chce sprawdzić co jest w środku....można włożyć tam rękę przez otwór z boku (w środku może być coś lepkiego, włochatego, itp).

3.Podsumowanie- 3 min. nazwanie emocji jakie towarzyszyły zabawie ...czy może ktoś był niepewny, zaniepokojony...

4.W kręgu –kształtowanie kompetencji emocjonalnych -7min

Dzieci przekazują sobie rekwizyt (namalowaną bużkę wyrażającą strach) i kończą zdanie: „*Boję się gdy...*”

5.Ćwiczenie umiejętności – radzenie sobie z lękiem, radzenie sobie ze stresem-10min

Prowadzący omawiają sekwencje umiejętności, modelują ją, następnie wybrana para dzieci odgrywa scenkę z użyciem powyższych umiejętności.

6. Jestem balonikiem- zabawa relaksacyjna -10min

Prowadzący tłumaczy dzieciom, że są balonikami które na przemian nadmuchują się (napinają mięśnie) i wypuszczają powietrze (opadają swobodnie na ziemię)

7.Kołyszaca się łódź-zabawa relaksacyjna-10min

Dzieci stoją na czworakach obok siebie, udają że są morzem, kołyszają się delikatnie jedno z dzieci kładzie się na ich plecach jest łodzią. Łódź musi bezpiecznie unosić się na wodzie i we współpracy z „morzem” dotrzeć do brzegu.

8.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 7 „O Smutku..”

1. Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2. Wprowadzenie w tematykę zajęć osoba prowadząca czyta wiersz J. Brzechwy „ Psie smutki”-5min..nazywanie emocji występujących w wierszu

3. „W kręgu” –kształtowanie kompetencji emocjonalnych -5min

Dzieci przekazują sobie rekwizyt (namalowaną buźkę wyrażającą smutek) i kończą zdanie: „Jest mi smutno gdy...”

4. „Smutny król”- -15min kształtowanie kompetencji emocjonalnych

Osoba prowadząca przedstawia dzieciom treść opowiadania: W pewnym królestwie żył król, który nigdy się nie uśmiechał. W pałacu królewskim ściany były szare i puste, a wokół panowała cisza i ciemność. Król smucił się z powodu swojego życia, a nikt nie potrafił go rozweselić. Osoba prowadząca proponuje dzieciom, aby pomogły królowi. Na tablicy/ścianie rozwiesza dwie duże ilustracje: jedna przedstawiająca smutnego króla, druga wnętrze pałacu. Zadaniem dzieci jest narysować na karteczkach i przykleić na ilustracjach różne sposoby na pocieszenie króla

5. Podsumowanie -10min-omówienie poszczególnych strategii radzenia sobie ze smutkiem,

6. Masaż- podnoszenie umiejętności radzenia sobie z napięciem emocjonalnym, ćwiczenia relaksacyjne-10min

Dzieci dobierają się w pary. Na plecach kolegi lub koleżanki z pary „rysują” treść recytowanego przez osobę prowadzącą wierszyka. Następnie dzieci zamieniają się miejscami i powtarzają czynność:

Stolarz młotkiem stuka (stukanie pięścią)

Lekarz w plecy stuka (delikatne pukanie palcami)

Kucharz w garnku miesza (koliste ruchy płaską dłońią lub pięścią)

Pracznica pranie wieszka (delikatne szczypanie)

Rolnik grabi siano (grabienie palcami obu rąk z góry na dół)

Muzyk gra co rano (naśladowanie ruchów pianisty)

I ja też pracuję (wskazanie na siebie)

Obrazek rysuję (dowolny rysunek palcami na plecach partnera).

7. Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 8 „Nie kłóćmy się, pogódźmy się...”

1. Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2.Wprowadzenie w tematykę zajęć "Trzy baranki kudłate"- wiersz Małgorzaty Gozdeckiej.-

Trzy baranki kudłate zapytały raz tatę:

Czy wolno z kolegami mocować się rogami?

I czy to dobrze, czy źle?

A baran w baraniej głowie

starał się znaleźć odpowiedź

i w końcu zabeczał :- To- bee!

Podsumowanie -5min O co baranki pytały tatę? Co odpowiedział tata? Co to jest konflikt? Jak inaczej można nazwać konflikt?

Jak można rozwiązać konflikt?

3.Ćwiczenie umiejętności – grupowe rozwiązywanie problemu, współpraca-10min

Prowadzący omawiają sekwencje umiejętności, modelują ją, następnie wybrana para dzieci odgrywa scenkę z użyciem powyższych umiejętności.

4.Zabawa: „ Budowle” -kształtowanie kompetencji emocjonalnych, budowanie umiejętności współpracy-10 min

Dzieci dzielimy na zespoły. Na sygnał, każdy zespół wykonuje określone zadanie tworząc z siebie różne „budowle”. Osoba prowadząca podaje polecenie np.:

- Zbudujcie dom!

- Zbudujcie mur!

- Zbudujcie pojazd!

Podsumowanie -5min:Nazwanie emocji które towarzyszyły zabawie, W jaki sposób dzieci ze sobą współpracowały ,co było łatwe co trudne ,czy współpraca pomaga?

5.Wspólne tworzenie historii-budowanie umiejętności współpracy-15min

Dzieci rysują obrazek na zadany temat, prowadzący zaczyna opowiadać historię i prosi pierwsze dziecko aby kontynuowało historię używając swojego obrazka, kolejne dzieci opowiadają ciąg dalszy w nawiązaniu do swoich obrazków

6.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 9... „Jak mówić żeby się rozumieć..”

1.Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2.Wprowadzenie w tematykę zajęć „Krasnoludek” -kształtowanie kompetencji komunikacyjnych.-7min

Dzieci siedzą w kręgu osoba prowadząca trzyma w ręku pluszową zabawkę np. -

„krasnoludka i proponuje dzieciom zabawę w tworzenie opisu krasnoludka .

np.:

- „ Krasnoludek ma czapkę, jest wspaniałą zabawką...

Obowiązuje zasada niepowtarzania wcześniej usłyszanych rozwiązań oraz mówi tylko ta osoba, która trzyma w ręku zabawkę

Podsumowanie-3min Co było łatwe, co trudne? Co ułatwia, co przeszkadza? Jak mówić żeby się rozumieć pomysły dzieci...

3 „Trudne rozmowy”- kształtowanie kompetencji komunikacyjnych- 10 min

dzieci przeprowadzają rozmowy w parach przy następujących utrudnieniach:

mają zamknięte oczy,
nie wolno im wykonywać najmniejszych ruchów,
zachowują kamienny wyraz twarzy,
siedzą z rękami założonymi do tyłu,
siedzą odwrócenii do siebie plecami.

Podsumowanie 5 min Czy łatwo było porozumiewać się w takich warunkach? Co ułatwia, co utrudnia ułatwiają, czy utrudniają komunikację i dlaczego?

4. „ Jaki kolor widzisz w zdaniu?” kształtowanie kompetencji komunikacyjnych, wyobraźni - 10min

Osoba prowadząca mówi zdania, a dzieci podają ukryte w nich kolory np :

- Kurczak zgubił się w trawie.
- Dzisiaj na śniadanie była jajecznica ze szczypiorkiem.
- Wrona wydziobuje spod śniegu okruszki.
- W koszyku ułożyłam ogórki i pomidory.
- Na niebie zaświeciło słońce.

5. Lustro 10 min. –kształtowanie kompetencji komunikacyjnych

Dzieci dobierają się dwójkami. Jedno robi minę, drugie naśladuje je natychmiast, jak w lustrzanym odbiciu. Zmiana ról. Za każdym razem imitator próbuje odgadnąć, jakie uczucia kolega chciał wyrazić - czy był niezadowolony, wystraszony, szczęśliwy itp.

6.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr 10 „Wokół mnie..”

1.Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2.Wprowadzenie w tematykę zajęć-10min

-prowadzący przedstawia różne rodzaje przestrzeni osobistej ,podaje przykłady, odpowiada na pytania dzieci

3.”Wkraczanie w przestrzeń-zabawa ucząca czym są granice przestrzeni osobistej”-10min

Dzieci podzielone są na dwa zespoły które stoją naprzeciwko siebie, na znak prowadzącego mają przejść(biec, skakać, robić duże kroki, małe kroki itp.) na przeciwległe krańce sali bez wpadania na siebie. Celem każdego dziecka jest pozostanie w swojej przestrzeni osobistej.

4.”Muzyczne kształty”-zabawa na temat przestrzeni osobistej-15min

Kiedy gra muzyka dzieci poruszają się swobodnie po całej sali. Po wyłączeniu muzyki dzieci dobierają się w pary, prowadzący wypowiada nazwę kształtu, zadaniem dzieci jest utworzyć taki kształt z rąk i nóg.

5.Podsumowanie zabaw-10min.. jakie strategie zostały użyte aby nie naruszać czyjejs przestrzeni, jak się czuły dzieci kiedy poruszały się w parach, co musiały zrobić aby uczestniczyć w grze

6.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr.11 „Wyścig z czasem..”

1.Powitanie -5min (przypomnienie zasad, swobodne wypowiedzi dzieci itp.)

2.Ile to zabiera czasu?-zabawa kształtująca umiejętności zarządzania czasem-10min

Dzieci losują karty zawierające opis różnych czynności oraz pytania o czas potrzebny do wykonania pewnych działań np. ile czasu zabiera ci ubranie się, odrobienie lekcji, dojazd z domu do szkoły itp.

3.”Wycigi w ubieraniu się..” kształtowanie umiejętności zarządzania czasem-10min

Rodzice dzieci proszeni są o przyniesienie różnych części garderoby (koszulka, bluzka, spodnie dresowe). Każde z dzieci układa swoje ubrania w kupkę a następnie w ramach wyścigu mierzony jest czas którego potrzebuje na założenie rzeczy na siebie, następnie dzieci wykonują ćwiczenie jeszcze raz aby sprawdzić czy są w stanie poprawić swój czas.

4.Podsumowanie -10min-jak dzieci czuły się w pierwszej a jak w drugiej części wyścigu, jak planowały swoje czynności itp.

5.”Mój dzień.. „ -planowanie umiejętności organizacyjnych-10min

Dzieci planują typowy dzień w swoim życiu. Każde z dzieci wymienia jakieś działanie w ciągu dnia i szacuje ile zabierze mu czasu. W ten sposób powstaje cały dzień zaplanowany przez grupę i zapisany na tablicy.

6.Zakończenie zajęć -10 min

Podsumowanie (dzieci oceniają swoje zachowanie np. w kategoriach używanie słów do wyrażania emocji, panowanie nad impulsywnością, stosowanie się do poleceń, prowadzący przydziela nagrody żetony)

Zajęcia nr. 12Podsumowanie zajęć

1.Zabawy własne zgłaszane przez dzieci-20min

2.Podsumowanie zajęć-20min

-pozytywne informacje zwrotne

3.Zakończenie zajęć-rozdanie dyplomów uczestnictwa-20min