

Temat: Sposoby na smutne chwile. 26.11.2021r

Zadanie 1

Rozwiązywanie zagadek dotyczących emocji. Rodzic/ Nauczyciel czyta dziecku zagadkę, dziecko ma za zadanie odgadnąć jaka to emocja i nazwać ją: złość, radość, smutek, strach.

Jaka to emocja? Powiedzcie dzieci

Rączki wymachują, ciało w górę leci.

Oczy jak iskiereki się zapalają.

Wszystkie ząbki usta odkrywają. **(RADOŚĆ)**

Mówią o nim, że ma wielkie oczy.

Gdy się do naszego umysłu wtoczy.

Trzęsie nami śmiało

I paraliżuje całe ciało. **(STRACH)**

Gdy się w nasze serce wkrada,

To naszymi myślami włada.

Marszczy nam nosek, oczy i czoło.

Tupie nóżką i rączką grozi wkoło. **(ZŁOŚĆ)**

Usta jak podkówka odwrócona.

Często łezka w oku zakręcona.

Wygląd twarzy tej dziewczyny,

Jakby najadła się cytryny. **(SMUTEK)**

Zadanie 2

Jak wygląda mój smutek? – zabawa plastyczna. Dzieci rysują swojego Pana Smutka na arkuszach papieru, używając barw kojarzących się im z tą emocją.

Zadanie 3

Jakie są sposoby na poradzenie sobie ze smutkiem?- rozmowa.

Rozmawianie o smutku ma na celu uświadomienie dziecku, że czasem jest on potrzebny. Rodzic/Nauczyciel stara się wytłumaczyć dziecku, że SMUTEK jest nieprzyjemnym odczuciem, ale jak każda emocja jest nam bardzo potrzebna, nie skrzywdzi nikogo. I nie jest on zły. Smutek powoduje, że poznajemy samych siebie. Możemy wtedy płakać bądź odwrotnie, nie odzywać się do nikogo. I to jest dobre. Ponieważ smutek będzie nam towarzyszył w naszym życiu. I musimy się go po prostu nauczyć. Pokazujemy dziecku różne sposoby na poradzenie sobie w przygnębiających chwilach:

* ŻEBY MÓJ SMUTEK MINĄŁ MOGĘ *



PRZYTULIĆ SIĘ MOCNO
DO MAMY, TATY,
PRZYJACIELA...



POROZMAWIAĆ Z
PRZYJACIELEM



PRZYTULIĆ MISIA



WYPŁAKAĆ SIĘ



POBAWIĆ SIĘ Z
PRZYJACIELEM, ŻEBY
POPRAWIĆ HUMOR



NARYSOWAĆ SWÓJ
SMUTEK

oprac. Iza Banaszczyk



Zadanie 4 Zmieniam swój smutek – zabawa plastyczna. Dzieci rozmawiają o tym, w jaki sposób można pocieszyć, rozweselić pana Smutka. Następnie „rozweselają” zrobione wcześniej portrety dorysowując mu przyjaciół lub nowe kolorowe stroje.

Karta pracy strona 12, obrazki z różnicami.