

Przykłady zabaw rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne u dzieci

Rodzice przedstawiam przykłady zabaw rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne.

W zabawach rozwijających kompetencje społeczno-emocjonalne, wykorzystane będą techniki pracy z kręgu Arteterapii: ćwiczenia plastyczne z elementami Arteterapii oraz muzykoterapia

Pozdrawiam
Emilia Dębińska



PRZEBIEG ĆWICZENIA PLASTYCZNEGO

CELE:

- Uczenie sposobów uzewnętrznienia swoich przeżyć i doznań
- Odreagowanie wewnętrznych napięć i negatywnych emocji
- Odkrywanie z kim lubię przebywać na co dzień
- Otwarcie się na drugą osobę

„MÓJ PRZYJACIEL”

Materiały: karki, kredki, stare czasopisma, klej, nożyczki

Część 1

Dziecko siedzi na dywanie

Polecenie dla dziecka

Pomyśl, kto jest twoim najlepszym kolegą

Część 2

Dziecko siedzi na dywanie przed nim leżą karki, czasopisma, kredki, klej, nożyczki

Polecenie dla dziecka

Zamknij na moment oczy, rozluźnij się i zastanów, w jaki sposób ty i twój dobry kolega (koleżanka) spędzacie razem czas. Co wtedy robicie? W co się bawicie? Jeśli już wiesz, otwórz oczy i wykorzystując wszystkie przygotowane materiały, przedstaw to na swojej kartce łącząc wszystkie materiały.

Porozmawiaj z mamą lub tatą o swoim przyjacielu.

PRZEBIEG ĆWICZENIA Z MUZYKOTERAPII



Zabawa na powitanie



dzień dobry.mp3

Piosenka

„ Dzień dobry, dzień dobry ,wszyscy się witamy,
dzień dobry , dzień dobry, dobry humor mamy,
dzień dobry , dzień dobry, słońce jasno świeci,
dzień dobry , dzień dobry, pani wita dzieci,
dzień dobry , dzień dobry, jest bardzo wesoła,
dzień dobry , dzień dobry, zrobmy wszyscy koło”

dzień dobry , dzień dobry, podaj prawą rękę ,
dzień dobry , dzień dobry, zaśpiewaj piosenkę

Łąka

Autor: [Bożena Forma](#)

Celem zabawy jest pobudzanie wyobraźni dziecka oraz wyzwianie

Przykłady zabaw rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne u dzieci

pozytywnych emocji poprzez przedstawienie ruchem treści i uczestniczenia we wspólnej zabawie.

Nastaje piękny wiosenny dzień. Słońce ciepłymi promieniami ogrzewa ziemię budząc przyrodę do życia. Wszyscy mieszkańcy łąki wykonują swoje prace. Mrówki budują mrowisko.

- dziecko maszeruje w różnych kierunkach

Kiedy mrówki są zmęczone, wracają do mrowiska i odpoczywają.

- dziecko wraca na czworakach w wyznaczone miejsce, kładzie się na dywanie i przez chwilę pozostaje w bezruchu

Pszczoły zbierają nektar, przenoszą pyłek fruując z kwiatka na kwiatek.

- dziecko wyciąga ręce na boki i małymi krokami przemieszcza się w dowolnych kierunkach po sali naśladując głosy pszczół - bzzzz

Powiał wiatr. Kwiaty i trawa kołyszą się w różne strony.

- zatrzymuje się, unosi ręce w górę, kołysze nimi nad głową

równocześnie
naśladując
szum wiatru -
szuszu

- dziecko
maszeruje w
miejscu, ręce
wyciągnięte
na boki,
wykonuje
powolne
ruchy, unosi
je w górę,
następnie
powoli
opuszcza
(naśladują
ruchy
skrzydeł
motyla)

Nagle pojawiają się piękne motyle.



RELAKSACJA

Opowieść o żółwiu, jest wspaniała, jeśli chodzi o zachęcanie do samokontroli. Opowiada historię małego żółwia, który na wszystko się złościł i łatwo tracił nad sobą panowanie

Pewnego dnia żółw czuł się samotny i odizolowany. Tego dnia spotkał mądrego żółwia, który pokazał mu sztukę, dzięki której można się kontrolować, gdy odczuwa się złość. Powiedział żółwiowi, aby wszedł do skorupy i liczył, aż się

Przykłady zabaw rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne u dzieci

uspokoi. Żeby zatrzymał myśli i się zrelaksował. Aby nauczyć dziecko tej umiejętności, możemy dać mu naklejkę lub mały kawałek papieru z wizerunkiem żółwia, za każdym razem, gdy wykona to ćwiczenie podczas stresującej sytuacji.



„Skorupą” dla dziecka może być wyznaczone miejsce w domu.



WARSZTATY SENSORYCZNE MANNOLINA

POTRZEBNE BĘDĄ:

- KASZA MANNA
- CIEPŁA WODA
- BARWNIK SPOŻYWCZY, BROKAT DLA UROZMAICENIA

SPOSÓB WYKONANIA:

DO MISECZKI WSYPUJEMY DOWOLNĄ ILOŚĆ KASZY MANNY. CIEPŁĄ WODĘ MIESZAMY Z BARWNIKIEM SPOŻYWCZYM, BROKATEM LUB OLEJKIEM ZAPACHOWYM (WEDLE UZNANIA). STOPNIOWO ŁĄCZYMY KASZĘ Z WODĄ (NIE POTRZEBA TU WYLICZONYCH PROPORCJI, DODAJEMY WODY "NA OKO" AŻ DO UZYSKANIA GŁADKIEJ KONSYSTENCJI) I GOTOWE ;)

MANNOLINA JEST PROSTĄ I BARDZO EFEKTOWNĄ MASĄ, IDEALNIE NADAJE SIĘ DO ZABAW Z DZIEĆMI ;)

INSPIRACJE
NA KAŻDĄ OKAZJĘ