

Drodzy Rodzice

Przedstawiam przykłady zabaw rozwijających kompetencje emocjonalno – społeczne u dzieci.

W zabawach rozwijających kompetencje emocjonalno -społeczne, wykorzystane będą techniki pracy z kręgu Arteterapii: ćwiczenia plastyczne z elementami Arteterapii oraz muzykoterapia.

**Pozdrawiam
Emilia Dębińska**

ŁĄKA



CELE

- odkrywanie swoich mocnych i słabych stron
- poszukiwanie własnych upodobań
- odreagowanie wewnętrznych napięć i negatywnych emocji
- nabywanie umiejętności nawiązywania niewerbalnych, werbalnych kontaktów interpersonalnych

PRZEBIEG ĆWICZENIA PLASTYCZNEGO

Materiały: 2 kartki klej, nożyczki, kredki

Wstęp do zabawy



Rodzic przedstawia dziecku ilustrację przedstawiającą łąkę. Prosi dziecko, aby opisało, co widzi na ilustracji.

Zabawa *Co to za kwiatek?*

Rodzic opisuje wygląd wiosennego kwiatka bez podawania jego nazwy. Dziecko wskazuje go na obrazku. Następuje zmiana ról.



mak



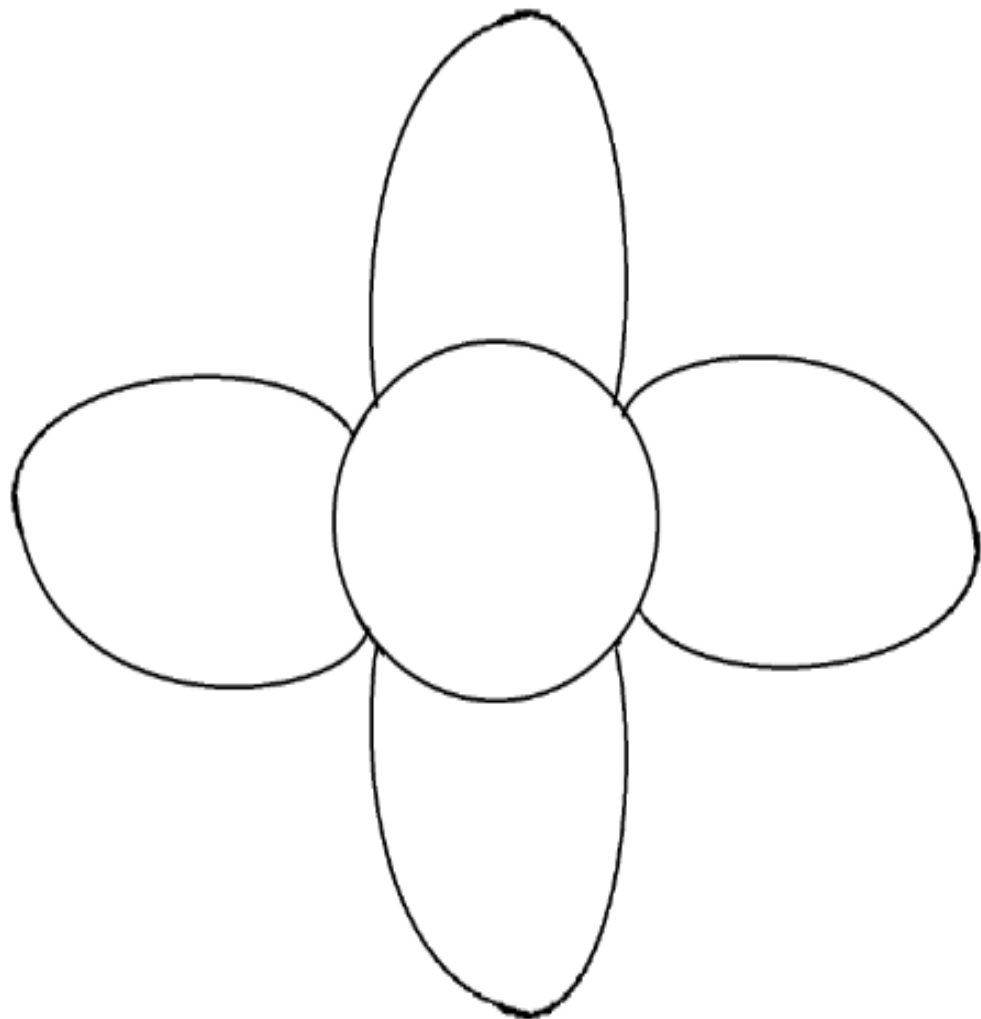
stokrotka



chaber

Część 1

Dziecko siedzi przy stoliku. Przed sobą ma kwiatka, składającego się z czterech złączonych płatków i środka w kształcie koła oraz klej. Zadaniem dziecka jest rozciąć płatki.

**Polecenia dla dziecka**

Połącz wszystkie elementy w taki sposób, aby powstał kwiatek.

Część 2

Dziecko siedzi przy stole. Przed nim leży gotowy kwiatek, kredki

Polecenie dla dziecka

Proszę, żebyś się dobrze zastanowił i za moment na każdym z tych płatków rysunkiem odpowiedział na pytania, które zadam. Każde pytanie odpowiada jednemu płatkowi. Teraz posłuchaj uważnie.

1. Zastanów się i na pierwszym płatku narysuj, jak lubisz spędzać wolny czas. Rysuj dowolnie, tak jak potrafisz.
2. Zastanów się i na drugim płatku narysuj, tak jak potrafisz, swoje ulubione zwierzę.
3. Zastanów się i na trzecim płatku narysuj swoje zainteresowania. Rysuj dowolnie, tak jak potrafisz.
4. Na czwartym płatk, po zastanowieniu się, narysuj, tak jak potrafisz, swoje ulubione danie.

Część 3

Dziecko układa kwiatka na kartce i przykleja. Rysuje inne kwiaty tworząc „łąkę” według własnego pomysłu.

Rodzic wspólnie z dzieckiem ogląda „łąkę”. Stara się zwrócić uwagę na mocne strony dzieci.

PRZEBIEG ĆWICZENIA Z MUZYKOTERAPII

CELE;

- uczenie sposobów uzewnętrznienie swoich przeżyć i doznań.
- odreagowanie wewnętrznych napięć i negatywnych emocji

Muzykoterapia receptywna stanowi technikę polegającą na wykorzystaniu materiału muzycznego jako, czynnika wywołującego określone reakcje dzieci oraz wywierające wpływ na nastrój emocje.

Powitanie (śpiewamy na melodię piosenki Panie Janie)

https://www.youtube.com/watch?v=8UHBI1zGh_4

Witaj Jasiu, witaj

Jak się masz?

Jak się masz?

Bardzo cię kochamy

Bardzo Cię kochamy

Bądź wśród nas !

Zabawa rozluźniająca w parach „Rozwijanie pączków”

(propozycja podkładu: Edward Grieg – *Poranek z suity Peer Gynt*).

<https://www.youtube.com/watch?v=zxflZTTAoIg>

Dziecko (pączek kwiatu) przysiada na piętach, kładzie głowę na kolanach i chowa ją między ramionami, a Rodzic (promyk słońca) ostrożnie i powoli swoimi rękami otwiera „pączek”. Po wykonaniu ćwiczenia następuje zamiana ról.

Ćwiczenia oddechowe z wykorzystaniem szyfonowych

chustek „Podmuchy wiatru” (propozycja podkładu: Joseph Haydn – *Serenada*).

<https://www.youtube.com/watch?v=XgbdqXGr1DQ>

Dziecko trzyma przed sobą chustę i dmuchając na nią, stara się poruszyć lekko najpierw prawy róg, potem lewy, a na końcu mocnymi dmuchnięciami wprawia w ruch całą chustę.

Muzykoterapia aktywna inaczej czynna polega na tworzeniu przez dziecko muzyki przy pomocy prostych instrumentów perkusyjnych, a także za pomocą własnego ciała.

Ćwiczenie kształtujące umiejętność rytmizowania „Rytmizowanie imion”.

Rodzic wystukuje na bębnie stały rytm i do rytmu sylabizuje swoje imię. Dziecko próbuje „wejść w odpowiednim miejscu” z rytmizacją swojego imienia (pomocne dla dziecka może być jednoczesne wyklaskiwanie)

Relaksacja

Ćwiczenie wyciszające „Przekazywania dzwoneczka”.

Dziecko siedzi. Rodzic podaje dzwoneczek, a zadaniem dziecka jest przekazywanie dzwoneczka tak, aby nie wydobyć z niego dźwięku (dzwoneczek trzeba trzymać w dwóch palcach, a nie na dłoni). Ćwiczenie można powtórzyć.