

Ach, te emocje!

Kilka pomysłów na rozmowę o uczuciach i emocjach
z dziećmi w wieku przedszkolnym i klasach początkowych

webinar, 18 listopada 2020

Plan webinaru

„Ach, te emocje!”

1

Informacje ogólne o materiałach

2

Dlaczego uczucia i emocje?

3

Omówienie proponowanych materiałów

4

Kilka słów o współpracy z rodzicami i opiekunami

5

Podsumowanie

6

Pytania i odpowiedzi

Materiały do zajęć z dziećmi w wieku przedszkolnym i 6–9 lat



51 bezpłatnych scenariuszy zajęć do pracy z dziećmi: w wieku [przedszkolnym](#) (18) i w wieku [6–9 lat](#) (33)

Zespoły autorskie współpracujące z prof. UAM dr hab. Kingą Kuszak

Konsultantki: dr Anna Basińska, Kamila Becker (psychoterapeutka rodzinna)



Honorowy patronat nad edycjami 2017 i 2018



RZECZNIK PRAW DZIECKA
Marek Michalak

Honorowy patronat nad edycją 2019



RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH



UNIwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
Wydział Studiów Edukacyjnych

Patronat merytoryczny nad edycjami 2017–2019

Inspiracje do zajęć o uczuciach i emocjach



40 „Mądrych bajek z całego świata”

- Dostępne online do pobrania przy scenariuszach lub odsłuchania [tutaj](#) w serwisie Soundcloud
- Zarys historii i wypisane zagadnienia kluczowe do każdej bajki, tekst, dodatkowe aktywności dla dzieci i propozycja tematów do rozmowy z dzieckiem dla rodziców [tutaj](#)
- Czytane przez znane osoby – od aktorów (Magdalena Cielecka, Krzysztof Kowalewski, Wiktor Zborowski, Marta Żmuda Trzebiatowska) do sportowców (Kuba Błaszczykowski, Kamil Stoch)



Poszukiwanie pierwszej kostki, czyli **Efekt Domina w edukacji**

Umiejętność rozpoznawania, nazywania i wyrażania uczuć i emocji wspiera rozwój kompetencji społeczno-emocjonalnych wszystkich pięciu kategorii*:

- samoświadomości,
- świadomości społecznej,
- odpowiedzialnego podejmowania decyzji,
- zarządzania własnym zachowaniem,
- zarządzania relacjami z innymi.

**Miejsce kompetencji społeczno-emocjonalnych w edukacji wczesnoszkolnej,*

Karolina Appelt, Sławomir Jabłoński, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Instytut Psychologii, „Psychologia Wychowawcza” nr 11/2017, s. 64–82



Dlaczego rozmowa o uczuciach i emocjach **szczególnie teraz?**

- Odczuwalne jest wysokie natężenie trudnych emocji wokół nas na co dzień.
- Stałe napięcie wpływa na możliwości poznawcze.
- Nazywanie i wyrażanie uczuć i emocji zmniejsza pobudzenie nerwowe*.
- Poszukiwanie środków wyrazu typu metafory, porównań czytelnych dla dzieci pomaga wyjść poza swoje jednostkowe doświadczenie*.
- Umiejętne wyrażanie uczuć i emocji wzmacnia relacje.
- Akceptacja istnienia emocji u siebie ułatwia też zachowania empatyczne.

**Twój mózg w działaniu*, David Rock, Wyd. Rebis, 2014



Co proponujemy?

- ✓ Całe scenariusze zajęć oparte na „Mądrych bajkach z całego świata”
- ✓ Pojedyncze bajki do wykorzystania na zajęciach także w pracy online z uczennicami i uczniami klas początkowych wraz z wyborem poszczególnych aktywności
- ✓ Cykl „W Królestwie Uczuć” współtworzony przez dzieci

Scenariusze oparte na „Mądrych bajkach z całego świata”



[Otwórz online](#)

- Zaplanowane na ok. 45-60 minut zajęć z możliwością podziału na kilka części w ciągu dnia
- Stałe elementy:
 - ✓ Tekst bajki z zaznaczonymi miejscami, w których można przerwać czytanie/odstuchiwanie bajki i wejść w rozmowę z dziećmi, by podtrzymać ich uwagę
 - ✓ Bajka dostępna też w formie audio – do pobrania – czytana przez znaną osobę
 - ✓ Do każdego scenariusza przygotowana piosenka – śpiewana przez Ewę Konstancję Bułhak
 - ✓ Wypisane cele, zagadnienia, środki dydaktyczne, opisane aktywności
 - ✓ Rymowanka podsumowująca temat autorstwa Rafała Witka

Scenariusze oparte na „Mądrych bajkach z całego świata” – przykład

Temat główny: złość i radzenie sobie ze złością, odczuwanie ulgi



- ✓ Bajkę czyta Kasia Zielińska – można [pobrać plik audio](#) lub odsłuchać [online](#).
- ✓ Wierszyk Rafała Witka podsumowujący zajęcia:

Zawsze, gdy mnie ktoś nie słucha
albo źle traktuje,
mówię szczerze: To mnie złości!
Kiepsko się z tym czuję!

Lecz gdy o tym porozmawiam,
moja złość się kruszy.
Świeci słońce, szumią trzciny –
Już mi lżej na duszy!
- ✓ Piosenka „Echo” Ewy Konstancji Bułhak – można [pobrać plik audio](#) lub odsłuchać [online](#).
- ✓ Tekst bajki, propozycja tematów rozmowy dla rodziców wraz z kilkoma aktywnościami dla dzieci – [do pobrania](#) i przekazania rodzicom i opiekunom.

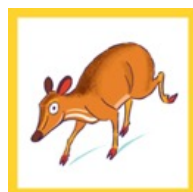
[Otwórz online](#)

Scenariusze oparte na „Mądrych bajkach z całego świata” – omawiane uczucia i emocje



Jak król Sambulo zaczął szanować trzcinę

złość → radzenie sobie ze złością, ulga



Jak mały kanczył odkrył, kim naprawdę jest

przykrość → zadowolenie z siebie



Jak Maisa z Naimą na jeden dzień życiem się zamieniły

niezadowolenie → wdzięczność



Jak stare drzewo czas zatrzymało, by coś powiedzieć ludziom

poczucie bycia niesłuchanym → życzliwość



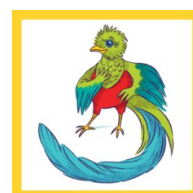
Jak chłopiec, który żył na ulicy, wzbił się wysoko w powietrze

nadzieja → zapamiętanie



Jak rajski ptak Mekere nauczył szacunku kamienie

niechęć → zaciekawienie



Jak kolorowy Diego trafił na flagę Gwatemali

nostalgia → poczucie przynależności



Jak skrzaty zaczęły ze sobą współpracować

irytacja → satysfakcja, przyjemność

„Mądre bajki z całego świata” – pomysły

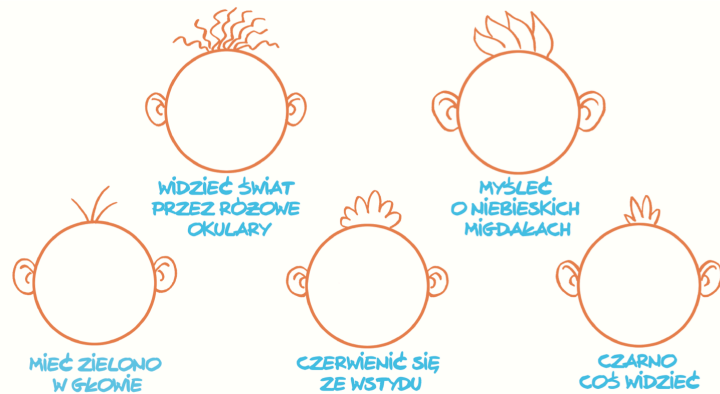
- 40 bajek audio (oraz ich tekstów) do wykorzystania
- Opisy bajek i niezbędne linki do materiałów [tutaj](#)
- Do każdej bajki dostępne są też proponowane tematy rozmowy dla rodziców wraz z kilkoma aktywnościami dla dzieci (kolorowanki, zgadywanki)

- ❑ **Rozmowy o uczuciach bohaterów** – wynikających z opowieści, ale też tych wyobrażonych: Jakie emocje mogli odczuwać, kiedy...? Jakimi słowami mogliby to wyrazić? Jak odczuwaliby to w ciele? Jak według was powinni dać do zrozumienia innym, co przeżywają? Po czym wy poznalibyście, że ktoś coś takiego przeżywa?
- ❑ **Aktywności plastyczne i inscenizacyjne**, które mogą czytelnie dla dzieci wyrazić zauważone przez nie uczucia i emocje.
- ❑ **Przygotowanie pacynek** bohaterów w różnych stanach emocjonalnych i odegranie przedstawienia.
- ❑ **Twórcze przetwarzanie historii**, by włączyć w nią więcej elementów opisowych, słownictwa, jakim można wyrazić uczucia, ale też opis tego, co dzieje się w ciele. Zmiana tego, jak potoczą się losy bohaterów, kiedy zareagują inaczej.
- ❑ **Tworzenie komiksów** przedstawiających jakieś wydarzenie i towarzyszące mu uczucia (tutaj przykładowy [szablon](#)).
- ❑ **Zgadywanie i nazywanie uczuć** osób przedstawionych na zdjęciach (wybór zdjęć znajdziecie np. [tu](#), [tu](#) i [tu](#) 😊).



„Mądre bajki z całego świata” – przykład

- ❑ Wysłuchajcie razem bajki „Jak rajski ptak Mekere nauczył szacunku kamienie”, czytanej przez Magdalenę Cielecką ([audio](#)).
- ❑ Porozmawiajcie: *Co sprawiło, że kamienie były niemłe dla Mekere? Jak wyrażały swoją niechęć? Co wpłynęło na zmianę zachowania kamieni? Po czym można było poznać, jakie odczuwały emocje? Co waszym zdaniem znaczy, że nie można innych krzywdzić słowami? Dlaczego to jest ważne?*
- ❑ Zbierzcie razem wszystkie obrazowe określenia uczuć i emocji, jakie znacie. Jakie sami będziecie dodali do tej listy, które nie są tak często używane, ale wyrażają to, co dzieje się z waszym ciałem, kiedy przeżywacie jakieś emocje?
- ❑ Narysujcie kilka postaci, które będą wyrażały różne emocje także całym swoim ciałem.
- ❑ Dorysujcie wyraz twarzy dziecka, który będzie pasował do podanego poniżej określenia.



Jeszcze kilka aktywności do wykorzystania

radość

smutek

złość

tęsknota

O emocjach

„W Królestwie Uczuć” – cykl zajęć

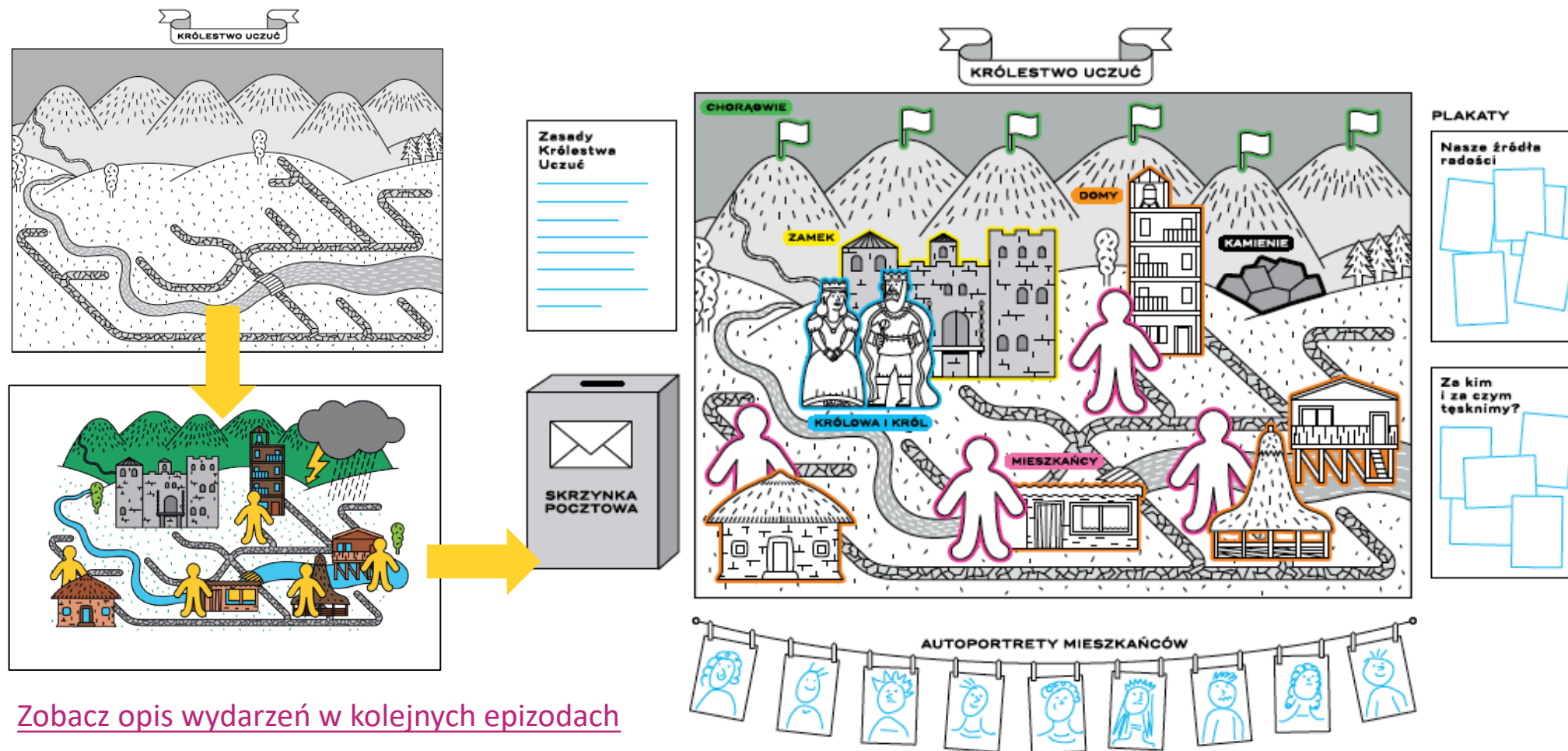


[Otwórz online](#)

- Do pracy z dziećmi w wieku 3–7 lat.
- Cykl 10 zajęć – można je modyfikować zależnie od potrzeb i wykorzystywać nić narracyjną do uzupełniania o aktywności rozwijające inne typy umiejętności.
- Inspiracja metodą nauczania zintegrowanego *storyline**.
- Urozmaicone sposoby pracy – aktywności plastyczne, ruchowe, słowotwórcze, muzyczne.
- Omówienie emocji, uczuć i stanów takich jak: onieśmielenie, smutek, radość, tęsknota, złość, poczucie niemocy i poczucie mocy.

*Więcej o metodzie *storyline*: [Storyline. Resources for Teachers](#), [Storyline Scotland](#).

„W Królestwie Uczuć” – cykl zajęć



[Zobacz opis wydarzeń w kolejnych epizodach](#)

„W Królestwie Uczuć” – elementy *storyline*

- ✓ Rama dająca czas i przestrzeń na bezpieczną rozmowę o przeżyciach, odczuciach, na ich nazywanie i ćwiczenie różnych sposobów wyrażania.
- ✓ Rola postaci i ich przeżyć i zachowań.
- ✓ Widoczna dla dzieci dokumentacja procesu nauki (przygód i przeżyć).
- ✓ Podsumowanie w formie świętowania wspólnoty.
- ✓ Trwały punkt odniesienia przy dalszej pracy z dziećmi.



fot. Joanna Wróbel, Przedszkole nr 240 w Warszawie

„W Królestwie Uczuć” i nie tylko

- ✓ W czasie każdej aktywności warto znaleźć czas na pytania:
 - Jak ... (tu imię postaci/bohatera bajki czy ćwiczenia) może się czuć?*
 - Jak wygląda jego/jej ciało – co się z nim dzieje? O czym może myśleć?*
 - A co ty byś czuł/czuła, gdyby...?*
 - Jak byś wyglądał/wyglądała? Co by się działo z twoim ciałem?*
- ✓ Język osobisty i modelowanie
- ✓ Umożliwienie dystansu, jeśli warunki nie są komfortowe dla dziecka



Zaangażowanie rodziców

- wsparcie rodziców w utrwalaniu z dzieckiem omawianych na zajęciach zagadnień i wykorzystaniu ich do budowy relacji
- inspiracje dla rodziców i opiekunów z propozycjami konkretnych aktywności w rodzinie:
 - [#czasnarelacje](#) – artykułów przygotowanych przez Dział Edukacji Kulczyk Foundation z Instytutem Dobrego Życia „Gazety Wyborczej”
 - bezpłatna gra planszowa „[Rodzinny Kosmos](#)” do pobrania



Co jest najważniejsze?

- Znalezienie czasu na rozmowę o emocjach i uczuciach.
- Akceptacja tego, że nie ma złych emocji, są te trudne.
- Rozmowa o przyjemnych emocjach i dbałość o to, by było ich więcej.
- Dbłość o bezpieczeństwo emocjonalne dzieci (język osobisty, postać).
- Szukanie sposobów na twórcze przedstawienie i przetworzenie przeżywanych uczuć i emocji.
- Współpraca z rodzicami i w miarę możliwości wsparcie ich w kontynuowaniu tego, co omówione zostało na zajęciach.



Zapraszamy do kontaktu!

- Dołączcie do naszej grupy dla nauczycielek i nauczycieli na Facebooku!
- Zapiszcie się do naszego newslettera!
- Napiszcie do nas: edukacja@kulczykfoundation.org.pl

Korzystajcie do woli i dzielcie się z innymi naszymi bezpłatnymi materiałami:

- scenariuszami, artykułami eksperckimi i nagraniami występów specjalistów,
- audiobajkami i piosenkami dostępnymi w serwisie Soundcloud,
- tekstami bajek i ćwiczeniami dla dzieci.



Dziękuję
za uwagę

