

WARSZTAT


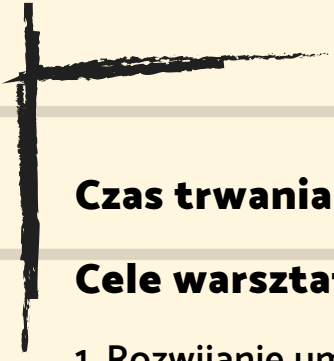
PSYCHOLOGICZNY DLA DZIECI
W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

RADOŚĆ I SZCZĘŚCIE WOKÓŁ NAS

Autorki: Agnieszka Lasota, Gabriela Gacek



Kraków 2020



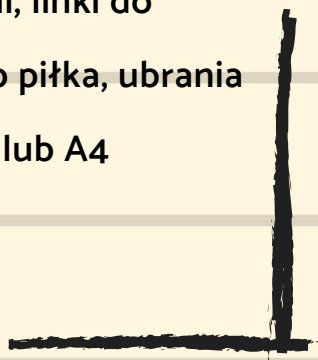
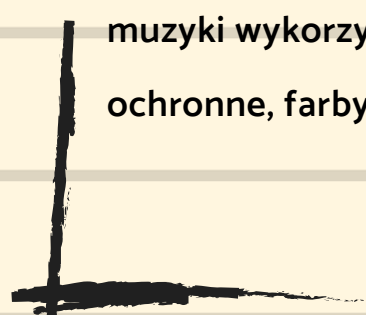
Czas trwania: 45-60 minut

Cele warsztatu:

1. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji radości i szczęścia przez dziecko u siebie
2. Rozwijanie umiejętności dostrzegania i nazywania emocji radości i szczęścia u innych osób
3. Nauka konstruktywnych sposobów wyrażania radości

Metody: rozmowa, burza mózgów, bajkoterapia, zabawa, elementy muzykoterapii, elementy arteterapii- malowanie 10 palcami

Materiały:



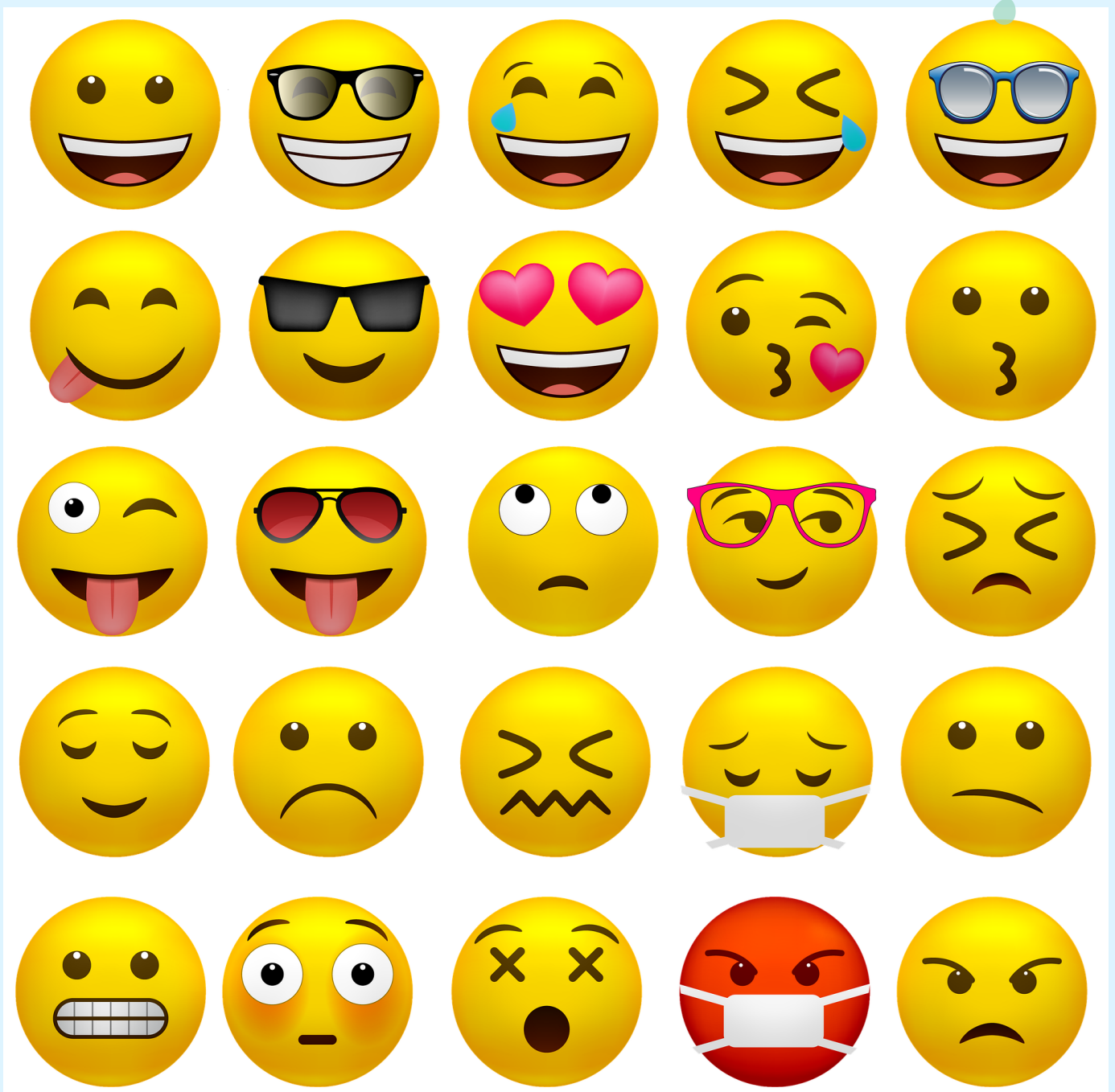
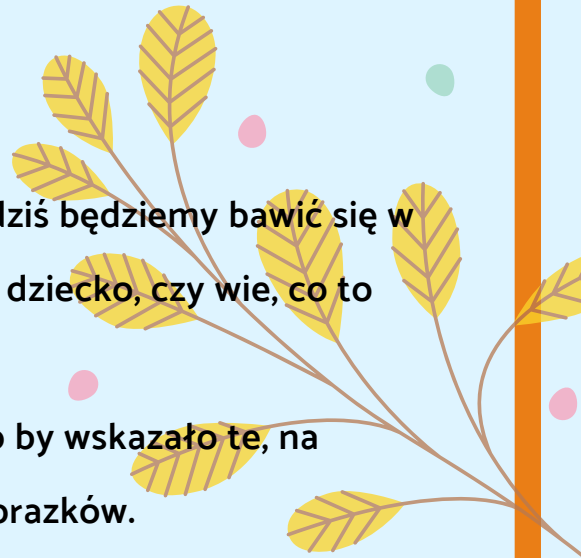
Bajka „Deszcz śmiechu”, wydrukowana karta z emotikonami, linki do muzyki wykorzystywanej podczas zabawy, pluszowy mis lub piłka, ubrania ochronne, farby (najlepiej do malowania placami), kartki A3 lub A4



Ćwiczenie 1.

Siadamy na przeciwko dziecka/dzieci. Mówimy, że dziś będziemy bawić się w zabawę „Jak być radosnym i szczęśliwym?”. Pytamy dziecko, czy wie, co to jest radość.

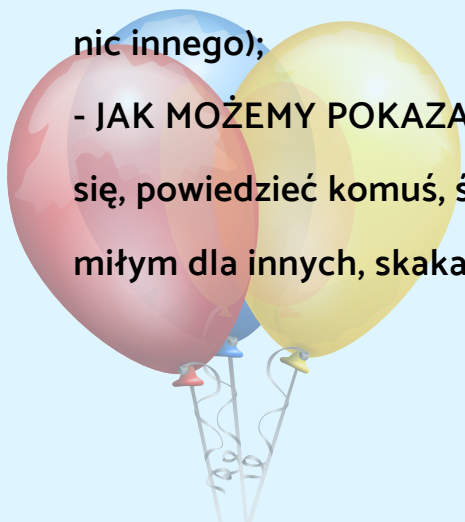
Pokazujemy mu różne emotikony i prosimy dziecko by wskazało te, na których widzi radość. Dziecko może wybrać kilka obrazków.



Ćwiczenie 2.

Rozmawiamy z dzieckiem na temat odczuwania radości. Możemy zapytać dziecko:

- KIEDY LUDZIE DOROŚLI CZUJĄ RADOŚĆ? (np. gdy mają wolny dzień od pracy, gdy jest ładna pogoda)
- KIEDY DZIECI CZUJĄ RADOŚĆ? (np. gdy coś im się uda zrobić, gdy dostaną prezent, gdy głaskają psa/kota, gdy bawią się z kimś innym);
- CO MOŻE SPRAWIĆ, ŻE CZUJEMY SIĘ SZCZĘŚLIWI? (np. całus dla mamy/taty, jak ktoś jest dla nas miły, jak ktoś robi nam niespodziankę, jak ktoś zaprasza dziecko do zabawy);
- PO CZYM POZNAJEMY, ŻE KTOŚ JEST RADOSNY ALBO SZCZĘŚLIWY? (np. po tym, że się uśmiecha, ma dobry humor);
- CO JEST PRZECIWIENSTWEM RADOŚCI (smutek) I KIEDY TA EMOCJA SIĘ POJAWIA?
- KTÓRA EMOCJA JEST FAJNIEJSZA- RADOŚĆ CZY SMUTEK I DLACZEGO? (radość, bo się uśmiechamy i zarażamy inne osoby swoim uśmiechem i jest miło, dzieci mają ochotę na zabawę; a smutek powoduje, że człowiek płacze a dziecku nie chce się bawić ani robić nic innego);
- JAK MOŻEMY POKAZAĆ INNYM, ŻE CZUJEMY RADOŚĆ? (uśmiechać się, powiedzieć komuś, śmiać się głośno, przytulić się z radości, być miłym dla innych, skakać lub tańczyć z radości).



Ćwiczenie 3.

Rodzic bierze w ręce małego pluszowego misia lub piłeczkę i proponuje dziecku zabawę:

JESTEM UŚMIECHNIĘTA/ UŚMIECHNIĘTY (RADOSNY, SZCZĘŚLIWY)

KIEDY.....

Kiedy rodzic dokończy zdanie przekazuje misia i prosi, aby dziecko również dokończyło to zdanie. Po swojej wypowiedzi dziecko daje misia znów rodzicowi i ten odpowiada. Zabawa trwa do momentu, gdy dziecko i rodzic nie mają pomysłów).

Ćwiczenie 4.

Zabawa muzyczna. Dziecko i rodzic wstają i znajdują sobie przestrzeń do tańca. Wykorzystując krótkie fragmenty muzyki, prosimy by dziecko potańczyło, poskakało, poruszało się w rytm muzyki, robiąc przy tym śmieszne miny. Zachęcamy, aby w zabawie wziął udział również rodzic.

Przykłady muzyki, którą można wykorzystać w zabawie, linki:

Dla starszaków

muzyka klasyczna:

<https://www.youtube.com/watch?v=Xu2WgiOi56l>

jeśli jesteś dziś szczęśliwy

<https://www.youtube.com/watch?v=az7AZ2La6g4>

Dla maluszków

Misiowy MIX. Piosenki dla dzieci. Lulek.

<https://www.youtube.com/watch?v=fnU2bnNOZyg>

Kolorowa stonoga

<https://www.youtube.com/watch?v=POynVrR3nw4>

Kto jak skacze

<https://www.youtube.com/watch?v=LNouuY9zrKQ>



Ćwiczenie 5.

Wspólne czytanie i rozmowa na temat bajki o radości.

Czytamy wspólnie z dzieckiem (i oglądamy obrazki) bajkę „Deszcz śmiechu” autorstwa Carme Dolz oraz Núria Aparicio.

Po przeczytaniu prosimy, aby dziecko odpowiedziało na kilka pytań, np. :

- Dlaczego Martyna się uśmiechała leżąc w łóżku? (przypomniało się jej śmieszne zdarzenie).
- Jak Martyna i Leon okazywali radość? (śmiejąc się).
- Co Martyna i Leon czuli, gdy dowiedzieli się, że jadą do wesołego miasteczka? (radość).
- Jak Martynie udało się rozśmieszyć innych? (opowiedziała dowcip).

Ćwiczenie 6.

Zabawa plastyczna. Prosimy, aby dzieci namalowały swoją radość wykorzystując palce dłoni do malowania. Inne tematy możliwe do malowania:



1. Namaluj to, co ostatnio cię ucieszyło, z jakiego powodu czułaś/czuliś radość
2. Namaluj zwierzątko, które jest szczęśliwe
3. Namaluj „Wesoły świat”

W trakcie wykonywania pracy plastycznej, możemy puścić utwór Radość (autor Agata Świętoń) link: https://www.youtube.com/watch?v=Y3ijd9di_Nc

Po wykonaniu rysunku wieszamy pracę w widocznym miejscu, np. na lodówce, drzwiach aby dziecko mogło wracać do tej pozytywnej emocji ujętej na obrazku.

Na koniec pytamy dziecko, która zabawa podobała mu się najbardziej i dlaczego, a także co najbardziej zapamiętało z Waszej wspólnej zabawy i bajki o radości.

