



Ćwiczenie rozwijające kompetencje interpersonalne „Wyrzucone emocje”

1. Odbiorcy: uczniowie klasy I

2. Cele ćwiczenia:

- Zintegrowanie klasy jako zespołu
- Rozwijanie samowiedzy
- Rozwijanie zdolności plastycznych

3. Środki dydaktyczne potrzebne do realizacji ćwiczenia: blok rysunkowy, pastele, kredki, farby (według preferencji uczniów), niszczarka lub kosz.

4. Przebieg ćwiczenia:

Ćwiczenie warto przeprowadzić wówczas, kiedy atmosfera panująca w klasie wymaga „oczyszczenia” (np. na skutek nasilenia konfliktów). Zadaniem każdego ucznia jest przelanie na papier wszystkich swoich złych emocji. Uczniowie mogą tworzyć realistyczne kompozycje ilustrujące np. przyczyny ich smutku, ale także kompozycje abstrakcyjno-symboliczne (w których nastrój wyraża się przede wszystkim poprzez zastosowaną kolorystykę). Po wykonaniu pracy, uczniowie wkładają ją do niszczarki lub gniotą i wyrzucają do kosza.

5. Cel edukacyjny z podstawy programowej:

- Współpraca z innymi w zabawie, w nauce szkolnej i w sytuacjach życiowych
- Przygotowanie do życia w zgodzie z sobą i innymi ludźmi
- Podejmowanie działalności twórczej, posługiwanie się takimi środkami wyrazu, jak kształt, barwa, faktura w kompozycji na płaszczyźnie i w przestrzeni.

6. Obszar podstawy programowej: edukacja plastyczna, edukacja społeczna

7. Zakres modyfikacji:

Można wprowadzić tę formę pracy z uczniami jako stały element treningu społeczno-emocjonalnego, np. w każdy piątek uczniowie przygotowują pracę plastyczną wyrażającą ich negatywne emocje z całego tygodnia.