**Konspekt zajęć**

**Edukacja emocjonalna s.16**

**Data realizacji……………**

**Prowadząca:** ……………………………………………………………………………….

**Poziom:** I

**Aktywność:** społeczna

**Temat:** Moja samoocena.

**Cele:**

* rozumienie siebie i innych,
* budowanie poczucia własnej wartości i silnej osobowości,
* integracja grupy.

**Metoda:**

1. Podająca: rozmowa
2. Praktyczna - aktywizująca

**Formy:**

indywidualna, zespołowa

**Środki dydaktyczne**: gazeta, lustro, muzyka relaksacyjna

**Przebieg:**

1. **„Ramię przy ramieniu”**– wprowadzenie w dobry nastrój.  
     
   Dzieci stają w kole blisko siebie, ilustrując ruchem treść wyliczanki:  
     
   Stoimy ramię przy ramieniu  
   Możemy być wielcy w  oka mgnieniu  
   Możemy być całkiem mali  
   Lecz nigdy nie będziemy sami!Dzieci witają się wzajemnie przez podanie ręki.
2. **Mowa ciała”**

Nauczycielka pokazuje dzieciom jakiś stan emocjonalny – wystraszony, obrażony, wściekły, wesoły, smutny itd., który musi pokazać. Po demonstracji dzieci próbują odgadnąć, jakie uczucie zostało wyrażone.

1. **„Lustereczko”**.

Każde dziecko dostaje lusterko, ogląda swoją twarz. Po czym okazuje radość, uśmiecha się, następnie obserwuje swoją buzię w momencie jak jest zły.

1. **Papierowa wojna**

Dzielimy dzieci na dwie grupy. Każda zaznacza sobie takie samo pole walki. Na gwizdek każde dziecko zaczyna sobie formować z papieru kule i obrzucać się nimi nawzajem. Dzieci podnoszą kule i walka trwa dalej.

1. Zabawa palcami na plecach dziecka (**masaż relaksacyjny**) – wyciszenie dzieci.  
   Tu płynie rzeczka– wzdłuż kręgosłupa z góry na dół rysujemy linię falistą  
   tędy przeszła pani na szpileczkach – szybko kroczymy czubkami palców wskazujących  
   Tu stąpały słonie – powoli kroczymy płasko ułożonymi dłońmi  
   I biegły konie– szybko stukamy pięściami  
   Wtem przemknęła szczypaweczka, – poszczypujemy  
   zaświeciły dwa słoneczka– dłońmi zataczamy kółka  
   spadł drobniutki deszczyk – stukamy opuszkami palców  
   Czy przeszedł cię dreszczyk? – nagle gilgoczemy w kark.