

# ZADANIA EMOCJONALNE



**CZYTAM Z KLASĄ**  
lekturki spod chmurki

VI EDYCJA - ŚWIAT PELEN EMOCJI

## MIĘDZYNARODOWY PROJEKT EDUKACYJNY wspierający rozwój czytelnictwa



**W tym miejscu znajdują się obowiązkowe zadania do wykonania.**

Proponuję, aby nauczyciel przeczytał zadania uczniom i dał im możliwość wyboru.

W tej edycji kącik czytelniczy może być jednocześnie wspianiałym kącikiem uwalniania emocji, do czego bardzo Was zachęcam. Inwencja twórcza leży po Waszej stronie!

Spośród zaproponowanych na kolejnych stronach **ZADAŃ EMOCJONALNYCH** wybierzcie co najmniej jedno w każdym module.

Zanim przejdziecie do wyboru zadania, usiądźcie na dywanie i koniecznie zabierzcie z sobą klasową chmurkę, która uwielbia słuchać różnych ciekawych historii.

**Najpierw porozmawiajcie na temat przeczytanej lektury.**

Zastanówcie się (propozycje pytań do rozmów z dziećmi - do wyboru dla nauczyciela):

**Kto jest głównym bohaterem lektury?**

**Czy pojawili się w niej inni bohaterowie?**

**Czy coś ich fascynowało? Jakie mieli pasje?**

**Czy mieli jakieś zmartwienia?**

**Jakie emocje towarzyszyły im w różnych sytuacjach?**

**Czy Wam też zdarzyło się tak czuć? W jakich sytuacjach tak było?**

**Wiecie, że ja też się tak czasami czuję? Dopowiedz dzieciom coś od siebie.**

Tu nauczyciel ma szansę rozpocząć rozmowę na temat emocji, o których chce poprowadzić zajęcia. Przed wykonaniem wybranego w danym module zadania, warto zorganizować dodatkową aktywność, która związana będzie z przepracowaniem emocji, nad którą się pochylicie.

**A teraz DO DZIEŁA!**

**Wybierzcie i zrealizujcie przynajmniej jedno z zaproponowanych do każdego modułu zadań.**

**POWODZENIA!** ♥

## MODUŁ I

### RADOŚĆ I SZCZĘŚCIE

#### 1. Stwórzcie klasowy "Album Radości"

Stwórzcie karty, na których narysujecie, co sprawia, że jesteście szczęśliwi. Możecie użyć kolorów, naklejek i różnych ozdób. Opiszcie też jednym zdaniem (lub przy pomocy nauczyciela), co dokładnie sprawia Wam radość.

Wszystkie karty połączcie razem i zwiążcie kolorową wstążką. Umieśćcie je w wybranym miejscu sali i zaglądajcie do nich tak często, jak tylko się da.

#### 2. Gra "Radość"

Stwórzcie grę planszową, w której gracze będą poruszać się po planszy, wykonując różne zadania wywołujące radość, np. rysowanie uśmiechu, opowiadanie dowcipu lub zrobienie dobrego uczynku.

#### 3. Listy radości

Napiszcie listy do wybranej osoby, opisując, co sprawia, że jesteście szczęśliwi. Możecie też narysować, jeśli jeszcze nie potraficie pisać. Poproście tę osobę, aby również podzieliła się swoimi radościami.

#### 4. Drzewko szczęścia (emocji)

W dowolny sposób stwórzcie w klasie drzewko szczęścia.

- Wytnijcie liście z kolorowego papieru. Każde dziecko dostaje kilka liści, na których rysuje lub pisze sytuację, która wywołała daną emocję (np. "Jestem szczęśliwy, gdy bawię się z przyjaciółmi")
- Opcjonalnie możecie dodać owoce drzewka, które będą symbolizować konkretne pozytywne zachowania lub małe akty dobroci, które uczniowie wykonują codziennie.

Dzieci mogą zapisywać na owocach (np. jabłkach, gruszkach) swoje dobre uczynki i wieszać je na drzewku.

*Jeśli chcecie to drzewko wykorzystać przy omawianiu kolejnych modułów, teraz nazwijcie je "Drzewkiem emocji" i stwórzcie tylko jedną gałąź, która symbolizować będzie radość/szczęście. W kolejnym module możecie dodać drugą gałąź dotyczącą smutku/złości, a w trzecim strachu/odwagi.*

#### 5. Dzień szkolnej radości

Ustalcie datę i zorganizujcie szkolny happening "Dzień szkolnej radości". Zaproście inne klasy do udziału i współtworzenia tego święta. (Może wpleciecie je na stałe do szkolnego kalendarza?)

Każda z uczestniczących klas musi:

- Przygotować transparent w kształcie chmurki z hasłem przewodnim dotyczącym tego, co sprawia, że uczniowie tej klasy są szczęśliwi. Na transparencie musi widnieć również napis "CZYTAM Z KLASĄ".
- Każdy nauczyciel również przygotowuje swoją tabliczkę z hasłem "Jestem szczęśliwa/y gdy moi uczniowie..."

W dowolnym momencie klasy i nauczyciele prezentują i odczytują swoje hasła.

- Każda z klas przygotowuje zabawę, zadania, w których wezmą udział wszyscy uczniowie. Inwencja Twórcza leży po Waszej stronie.

**Powodzenia!** ♥

## MODUŁ II



### 1. Listy pełne emocji

Napiszcie listy do wybranej osoby, opisując sytuacje, które Was smucą lub złością, oraz jak sobie z nimi radzicie. Możecie też narysować, jeśli jeszcze nie potraficie pisać. Zapytajcie innych, jakie mają sposoby na radzenie sobie z takimi emocjami.

### 2. Słoiki smutku

Wykonajcie słoiki wypełnione wodą, brokatem i kolorowymi drobinkami. Kiedy poczujecie smutek, potrząśnijcie słoiczkiem i obserwujcie wirujące elementy, co pomoże Wam ukoić emocje.

### 3. Pudełko pocieszenia

Przygotujcie "Pudełko Pocieszenia" – każde dziecko może włożyć do pudełka mały przedmiot, rysunek lub list, który pocieszy innych w trudnych chwilach. Pudełko może być otwierane, kiedy ktoś jest smutny.

### 4. Drzewko emocji

Jeśli w poprzednim module wybraliście to zadanie, teraz je rozbudujcie.

- Stwórzcie kolejną gałąź, na której przywieszicie listki z informacjami lub rysunkami o tym, kiedy czujecie smutek lub złość ("Czuję smutek, gdy ktoś mnie wyśmiewa").
- Na owocach tym razem możecie napisać/narysować propozycje radzenia sobie z tymi emocjami.

### 5. Rzeźby złości

Z masy solnej, plasteliny lub innej masy stwórzcie rzeźby przedstawiające złość lub smutek. Opowiedzcie o swoich rzeźbach i o tym, co Was smuci lub złości. Na zakończenie "rozplaszczcie" rzeźby, symbolicznie rozładowując emocje.

### 6. Opowiadania o emocjach

W małych grupach wymyślcie i opowiedzcie historie o bohaterach, którzy muszą radzić sobie ze smutkiem i złością. Każda historia powinna kończyć się pozytywnym rozwiązaniem.

**Powodzenia!** 



## MODUŁ III



### 1. Odważne serca

Na dużym arkuszu papieru narysujcie duże serce. Każde dziecko może dodać małe serduszko, na którym napisze lub narysuje coś, czego się bało, ale udało mu się to przezwyciężyć. Opowiedzcie o swoich dziełach i powieście arkusz w widocznym miejscu.

### 2. List do strachu

Każde dziecko pisze lub rysuje list do swojego strachu, opisując, czego się boi i jak zamierza ten strach pokonać. Listy można umieścić w klasowej skrzynce.

### 3. Księga odwagi

Stwórzcie klasową "Księgę odwagi", w której będziecie zapisywać lub rysować swoje codzienne akty odwagi, np. pokonanie lęku przed rozstaniem z rodzicem, czy odwaga w przyznaniu się do błędu.

### 4. Drzewko emocji

Jeśli w poprzednim module wybraliście to zadanie, teraz je rozbudujcie.

- Stwórzcie kolejną gałąź, na której przywiesicie listki z informacjami lub rysunkami o tym, kiedy czujecie strach lub odwagę ("Czuję strach, gdy muszę odpowiadać przy tablicy").
- Na owocach napiszcie/narysujcie propozycje radzenia sobie z tymi emocjami.

### 5. Tarcze odwagi

Stwórzcie swoje tarcze odwagi, na których narysujecie lub napiszecie rzeczy, które dodają Wam odwagi (np. ulubione piosenki, cytaty, obrazy). Tarcze możecie zawiesić w klasie, przy swoich ławkach lub na plecakach, albo w innym, wybranym przez Was miejscu.

### 6. Kapsuła czasu strachów i odwagi

Stwórzcie klasową "Kapsułę Czasu", do której włożycie listy lub rysunki przedstawiające Wasze największe strachy i sposoby ich pokonania. Kapsułę możecie otworzyć pod koniec roku szkolnego, aby zobaczyć, jak się zmieniliście/zmieniście.

**Powodzenia!** 