

Scenariusz zajęć rozwijających kompetencje emocjonalno-społeczne w klasie I

Emocje pod lupą: Jak się czuję i dlaczego?

Cel ogólny: Rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych poprzez identyfikowanie emocji, ich przyczyn oraz sposobów ich wyrażania i regulowania.

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- rozpoznaje podstawowe emocje (radość, smutek, złość, strach, zaskoczenie, wstyd),
- potrafi opisać sytuację, która może wywoływać daną emocję,
- ćwiczy sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami,
- kształtuje empatię i rozumienie emocji innych osób,
- wykorzystuje aplikację **mTalent „Będzie dobrze”** do utrwalania wiedzy.

METODY I FORMY PRACY

- burza mózgów
- rozmowa kierowana
- praca z aplikacją multimedialną
- elementy dramy (odgrywanie scenek)
- praca w małych grupach

ŚRODKI DYDAKTYCZNE

- komputer do aplikacji **mTalent „Będzie dobrze”**,
- rzutnik/tablica interaktywna,
- plansza „Koło uczuć i emocji”
- ilustracje sytuacji, w których postacie doświadczają różnych emocji

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie i wprowadzenie do tematu

- Krótkie powitanie w kręgu, z wykorzystaniem ćwiczenia „Termometr emocji” – uczniowie oceniają swój nastrój cyframi: 1 to zły nastrój, kiepskie samopoczucie, a 5 to nastrój dobry, wspaniale się czuję”. Nauczyciel również bierze udział w ćwiczeniach: zachęca do aktywności i modeluje sposób mówienia o emocjach.
- Zabawa integracyjna: „Moja mina mówi wszystko” – uczniowie robią miny używają gestów i mowy ciała, żeby przedstawiające różne emocje, reszta klasy zgaduje.
- Wprowadzenie tematu: „Dziś porozmawiamy o tym, co czujemy i jak możemy sobie z tym radzić”.

2. Rozmowa Czym są emocje?

- Nauczyciel zachęca dzieci do dyskusji o emocjach, zadając pytania naprowadzające, np.: Czym są emocje? Czy emocje są dobre czy złe? Jakie emocje znacie? Jak rozpoznajemy emocje? Co można zrobić z emocjami?
- Nauczyciel podsumowuje wypowiedzi dzieci, podkreślając, że emocje są naturalną reakcją na różne doświadczenia, sytuacje. Są ważną informacją, pozwalającą poruszać się w świecie. Każda emocja jest dobra, jeśli się nią właściwie zaopiekujemy.
- Prezentacja planszy „Koło emocji i uczuć”.

3. Praca z aplikacją mTalent „Będzie dobrze” Moduł: Emocje podstawowe

- Uczniowie wykonują zadania w aplikacji podchodząc do tablicy integracyjnej
 - Dopasowywanie emocji do sytuacji (np. „Kasia zgubiła misia – jak może się czuć?”),
 - Rozpoznawanie emocji po wyrazie twarzy,
 - „Koło emocji” – wybieranie emocji i opisywanie, kiedy sami ją czuliśmy, jak się ta emocja objawia w ciele, jak ją można wyrazić poprzez mimikę i gest.

4. Praca w parach – Odgrywamy emocje na przykładzie obrazków z postaciami w doświadczających różnych emocji

- Uczniowie losują kartę z emocją (przykładowe zdjęcia w zał. nr 1). Tworzą krótką opowieść o tym, co mogło sprawić, że osoba na zdjęciu przeżywa daną emocję.
- W parach odgrywają krótką scenkę, pokazując emocję i sposób poradzenia sobie z nią.
- Po każdej scenie krótka rozmowa: Co się wydarzyło? Jak się czuła postać? Czy można było inaczej zareagować?

5. Podsumowanie zajęć

- Krąg końcowy: „Dziś nauczyłem/am się...” / „Najważniejsze było dla mnie...”, „Najciekawsze było ...”
- Ćwiczenie „Termometr emocji” na koniec
- Uczniowie otrzymują wydrukowane karty „Koło uczuć i emocji” (zał. nr 2)

Zał. nr 1

Zdjęcia obrazujące emocje, źródło <https://pl.pinterest.com/pin/914862420302747/>







