

Wstęp

Przedstawiamy Państwu naszą autorską grę **„Odkrywcy emocji”**. Pomysł na grę powstał z naszych doświadczeń, obserwacji i pasji. Umiejętność rozpoznawania, nazywania, rozumienia emocji swoich i innych jest kluczowe dla prawidłowego rozwoju dziecka, tworzenia dobrych relacji.

Dlatego stworzyliśmy grę, która rozwija kompetencje emocjonalne i społeczne oraz może być inspiracją dla rodziców i nauczycieli, by rozmawiać z dziećmi o uczuciach.

Gra została wyróżniona w konkursie Wymyśl Grę została autorem Granny w 2015 roku. Dotychczas grę w formie „pudełkowej” wykorzystywaaliśmy w naszej pracy. Chcąc udostępnić ją szerszemu gronu odbiorców przygotowaliśmy ją w wersji do wydruku.

Życzymy przyjemnej gry!

Anna Gromek, Anna Roguska



Gra jest autorska, dopuszczona do użytku własnego. Nie zgadzamy się na rozpowszechnianie, kopiowanie, przedrukowywanie bez podania autorów.

Nie wyrażamy zgody na sprzedaż materiałów.

Autorzy gry: Anna Gromek - psycholog, Anna Roguska - psycholog

ODKRYWCY EMOCJI



Oprawa graficzna:
Katarzyna Minda - animator kultury
Katarzyna Czupryna - psycholog



GRA EDUKACYJNA

ODKRYWCY EMOCJI

**Usiądź z nami, zapraszamy.
Tu emocje odkrywamy.**

**Gra dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym
oraz ich rodziców i nauczycieli.**

1. Dlaczego warto grać w „Odkrywców emocji” ?

Dzięki grze dzieci rozwijają inteligencję emocjonalno-społeczną poprzez:

- rozpoznawanie emocji
- nazywanie emocji
- rozbudzanie empatii
- poznawanie sposobów radzenia sobie z emocjami
- kształtowanie zachowań prospołecznych i umiejętności współpracy w grupie.

Gra składa się z pytań i zadań do wykonania, dlatego oprócz kompetencji emocjonalnych dzieci rozwijają:

- umiejętności językowe
- kreatywność
- ćwiczą ekspozycję społeczną
- a przede wszystkim dobrze się bawią.



Gra „Odkrywcy emocji” daje szansę rodzicom i nauczycielom na lepsze poznanie ich dzieci. Może być inspiracją dla dorosłych, by porozmawiać z dziećmi o ich uczuciach i uczuciach innych osób, a także o sposobach radzenia sobie z emocjami.

Pamiętajmy, że nie ma emocji dobrych i złych. Możemy podzielić je na przyjemne i nieprzyjemne, wszystkie są nam potrzebne.

Warto wprowadzać dziecko w świat emocji od jego najmłodszych lat

2. Dla kogo?

Gra dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.

Gra może być wykorzystywana:

- przez rodziców podczas zabawy z dzieckiem
- przez nauczycieli wychowania przedszkolnego, psychologów, pedagogów jako pomoc edukacyjną w kształtowaniu dojrzałości społeczno-emocjonalnej, podczas zajęć z dziećmi nieśmiałymi
- w terapii dzieci z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi ze spektrum autyzmu.



3. Zawartość

- Plansza żółto-czerwona na karty z zadaniami i pytaniami
- 24 buzie z emocjami
- 24 karty z pytaniami
- 24 karty z zadaniami
- 4 lupy

*Potrzebna będzie kostka do gry

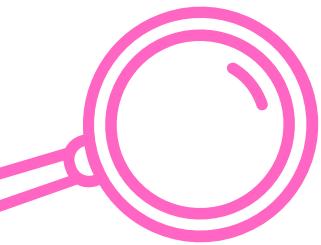
4. Przygotowanie do gry:

Ułóżcie karty z pytaniami (żółte) na żółtej części planszy, a karty z zadaniami (czerwone) na czerwonej części planszy .

Przygotujcie kostkę do gry.

Następnie każdy z graczy kładzie przed sobą lupę.

*Uwaga dla Dorosłych: Przed rozpoczęciem gry można wspólnie z dziećmi nazwać emocje przedstawione na buźkach (radość, smutek, strach, złość, wstyd, zaskoczenie).
Wsparciem mogą być wierszyki-rymowanki.



WIERSZYKI-RYMOWANKI

Podskok, uśmiech, chęć zabawy to **RADOŚCI** są objawy.

Po policzku płynie łezka, gdy **SMUTEK** w serduszku mieszka.

Zaciskasz zęby, groźnie poruszasz brwiami – tak, to **ZŁOŚĆ**, wytup ją nogami.

Gdy przychodzi **WSTYD** policzki czerwienieją w mig.

Wielkie oczy i serce bijące bach bach – tak, to **STRACH**.

Otwieram szeroko buzię i oczy, gdy coś chce mnie **ZASKOCZYĆ**.



5. Przebieg gry:

Pierwszego gracza wybieramy wyliczanką:
Raz, dwa, trzy emocje odkrywasz Ty.

Wybrane dziecko rzuca kostką.

Jeśli wyrzuci:

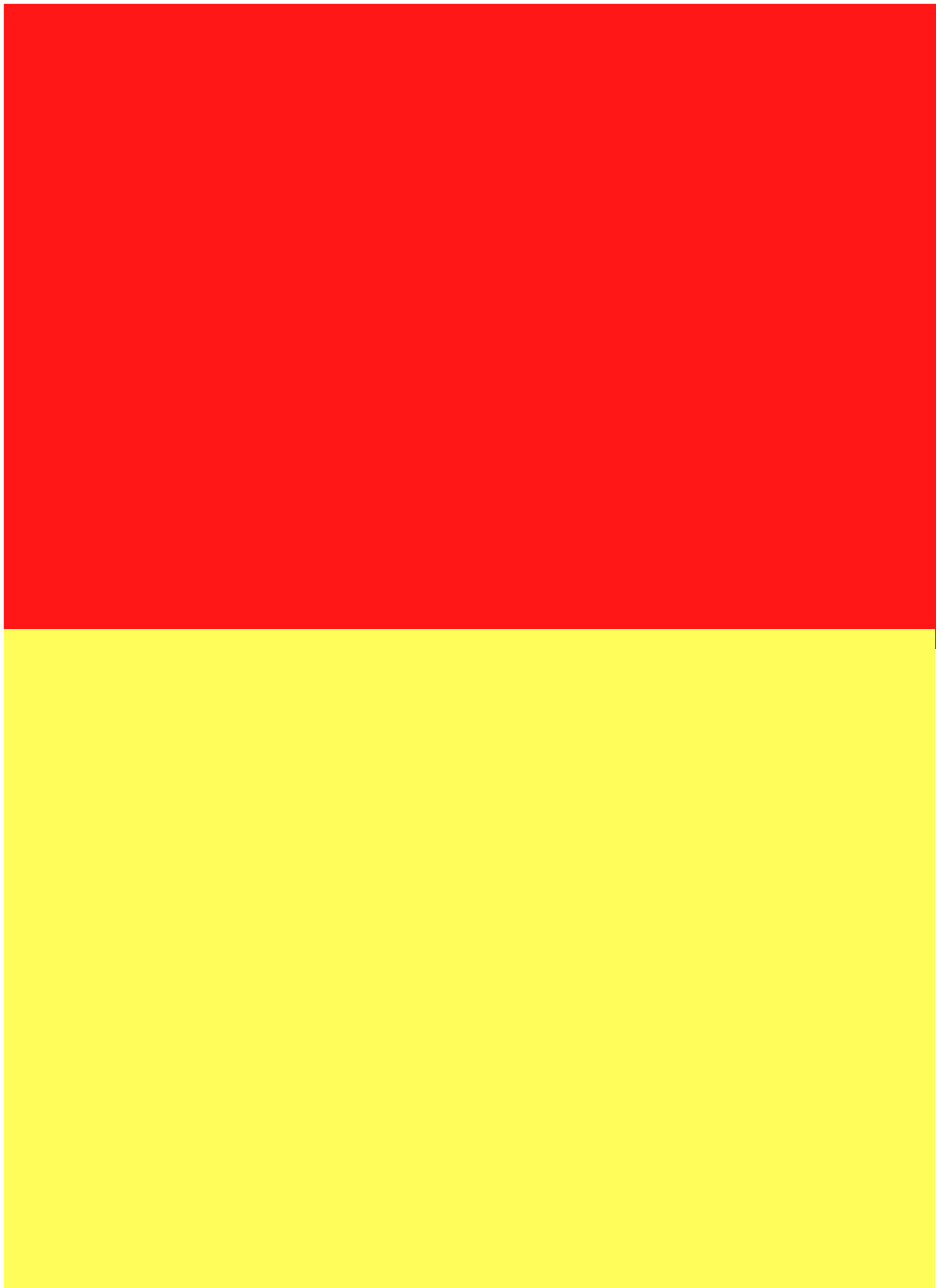
- Jedną lub trzy kropki na kostce - wyciąga pierwszą kartę z pola żółtego z pytaniem, które odczytuje dorosły (dzieci starsze mogą samodzielnie przeczytać polecenie)
- Dwie lub cztery kropki na kostce - wyciąga pierwszą kartę z pola czerwonego z zadaniem
- Pięć kropek na kostce - wybiera zadanie lub pytanie
- Sześć kropek na kostce - traci kolejkę.

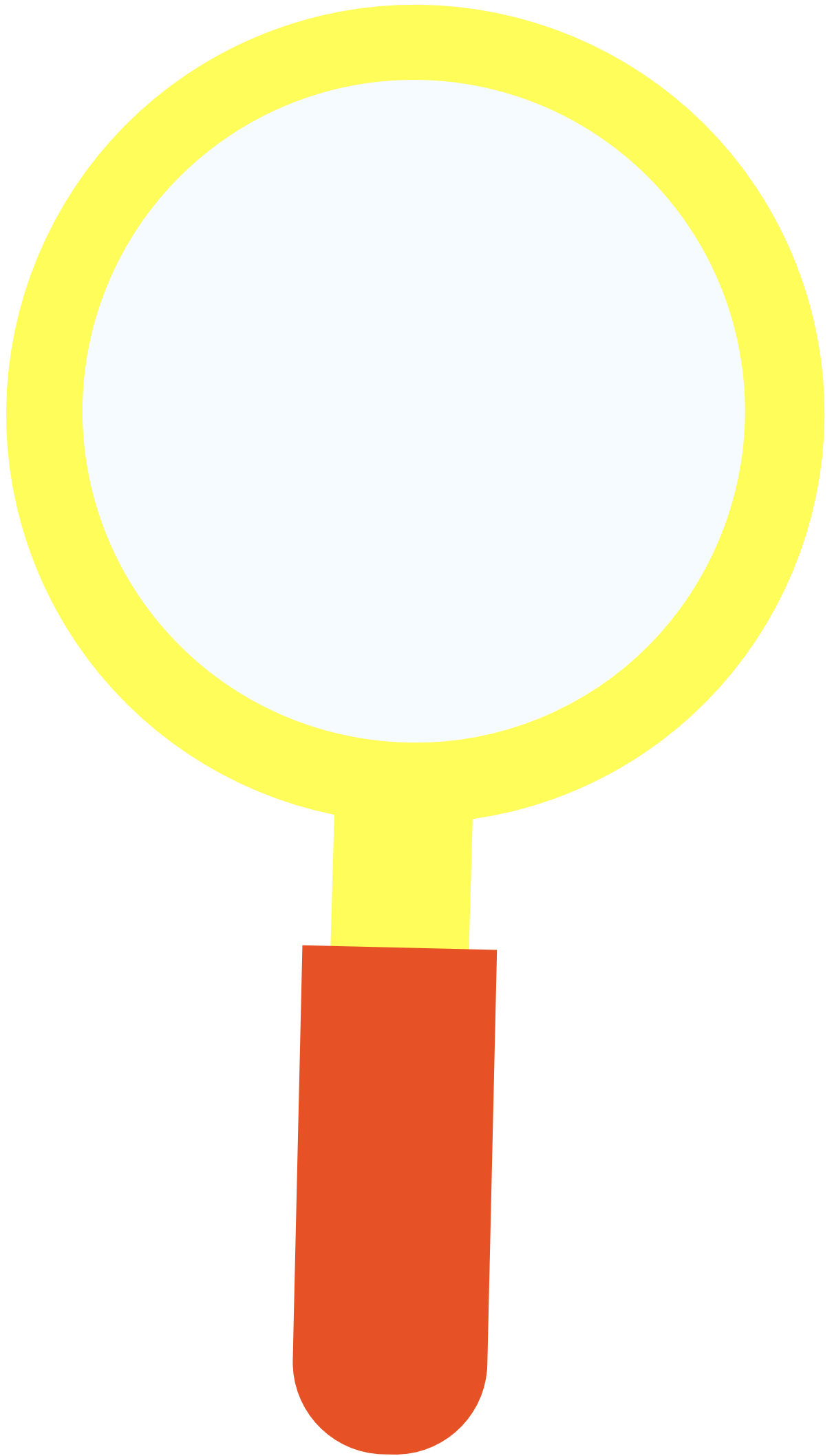
Po poprawnym udzieleniu odpowiedzi lub wykonaniu zadania dziecko dostaje punkt, czyli jedną bużkę z emocją i układa na swoją lupę. Zadaniem dziecka jest zapełnić lupę sześcioma różnymi emocjami (radość, smutek, strach, złość, wstyd, zaskoczenie).

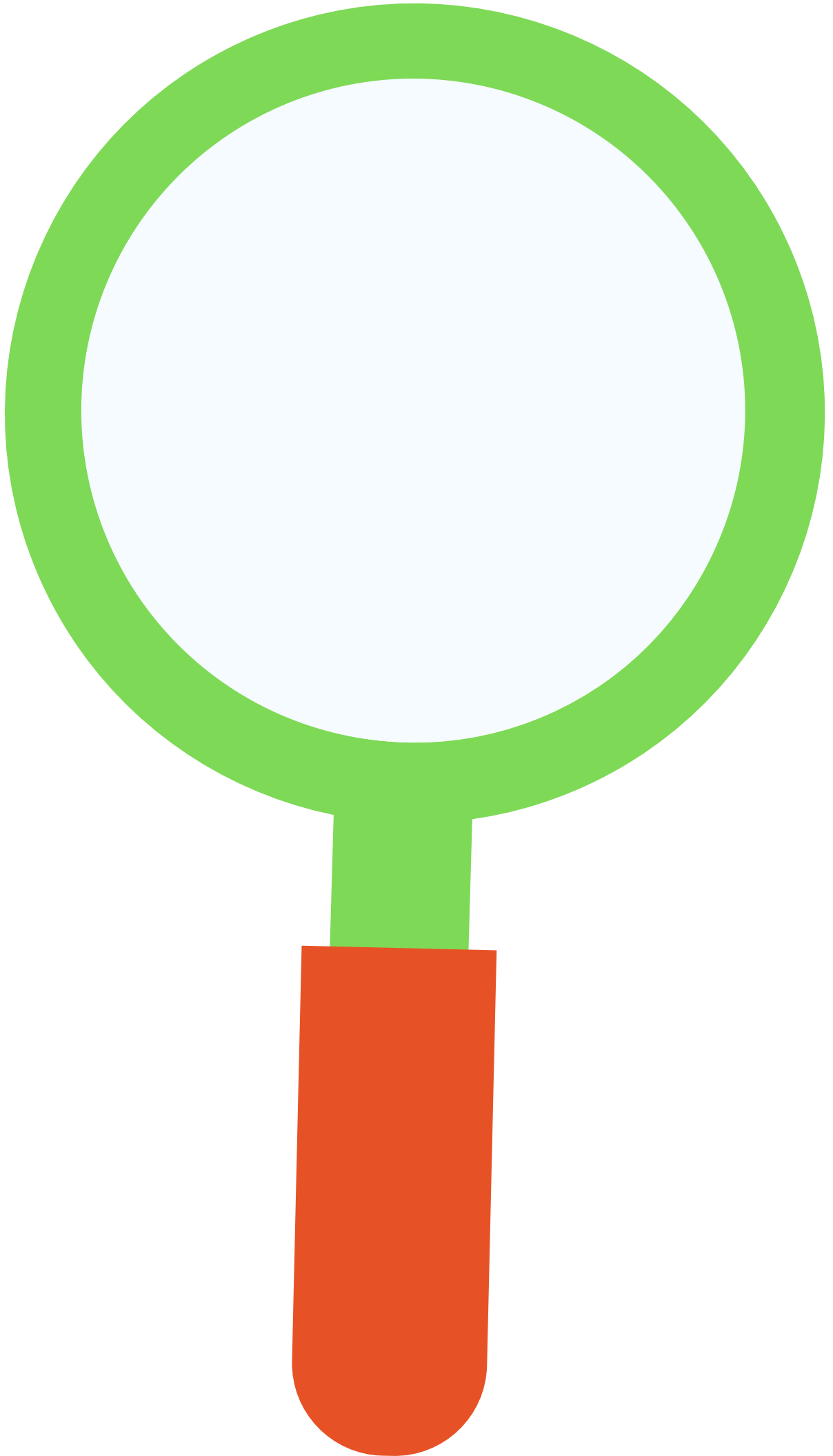
Wygrywa ten, kto jako pierwszy zbierze na swoją lupę 6 różnych emocji.

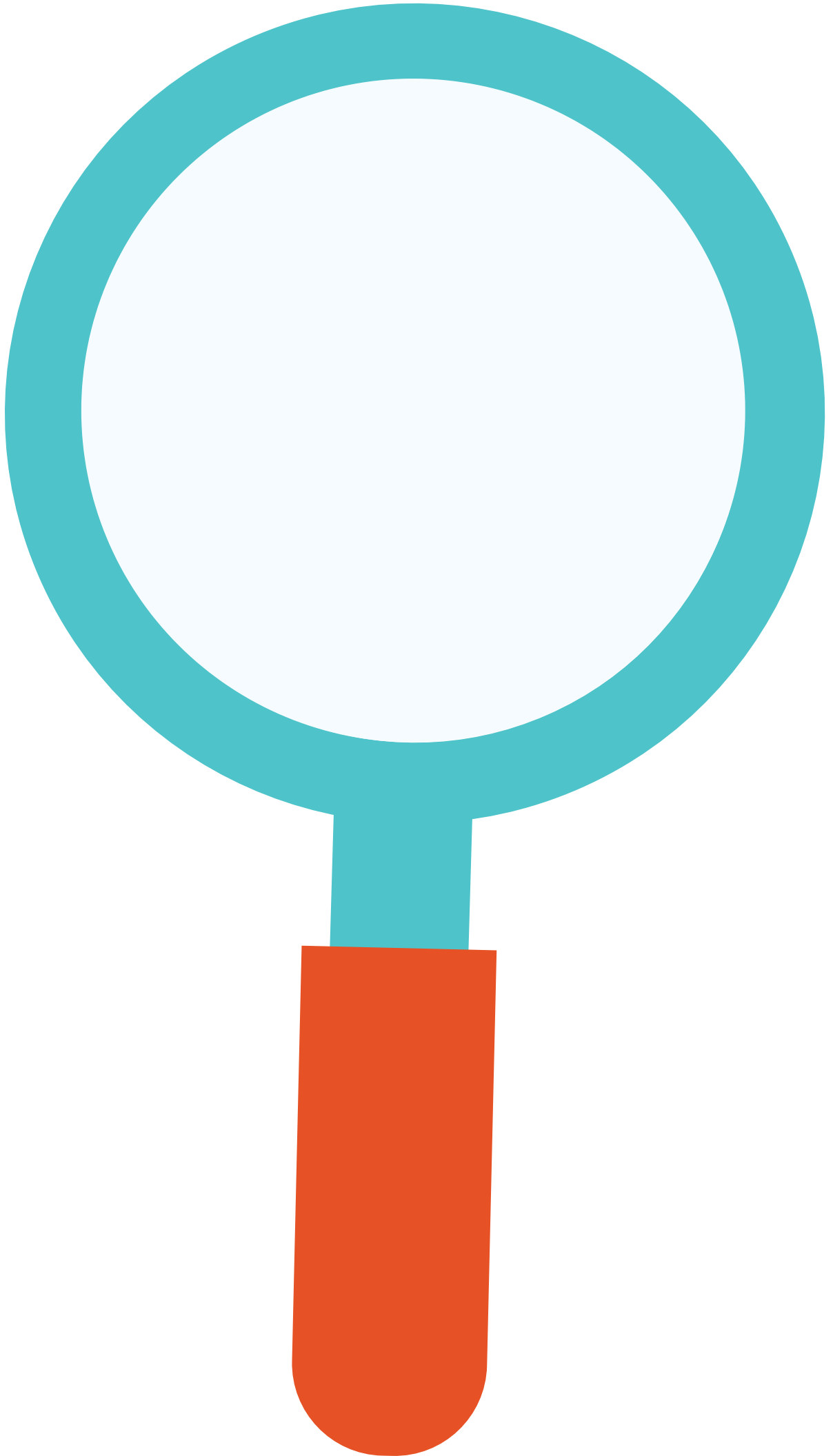
Inne warianty gry:

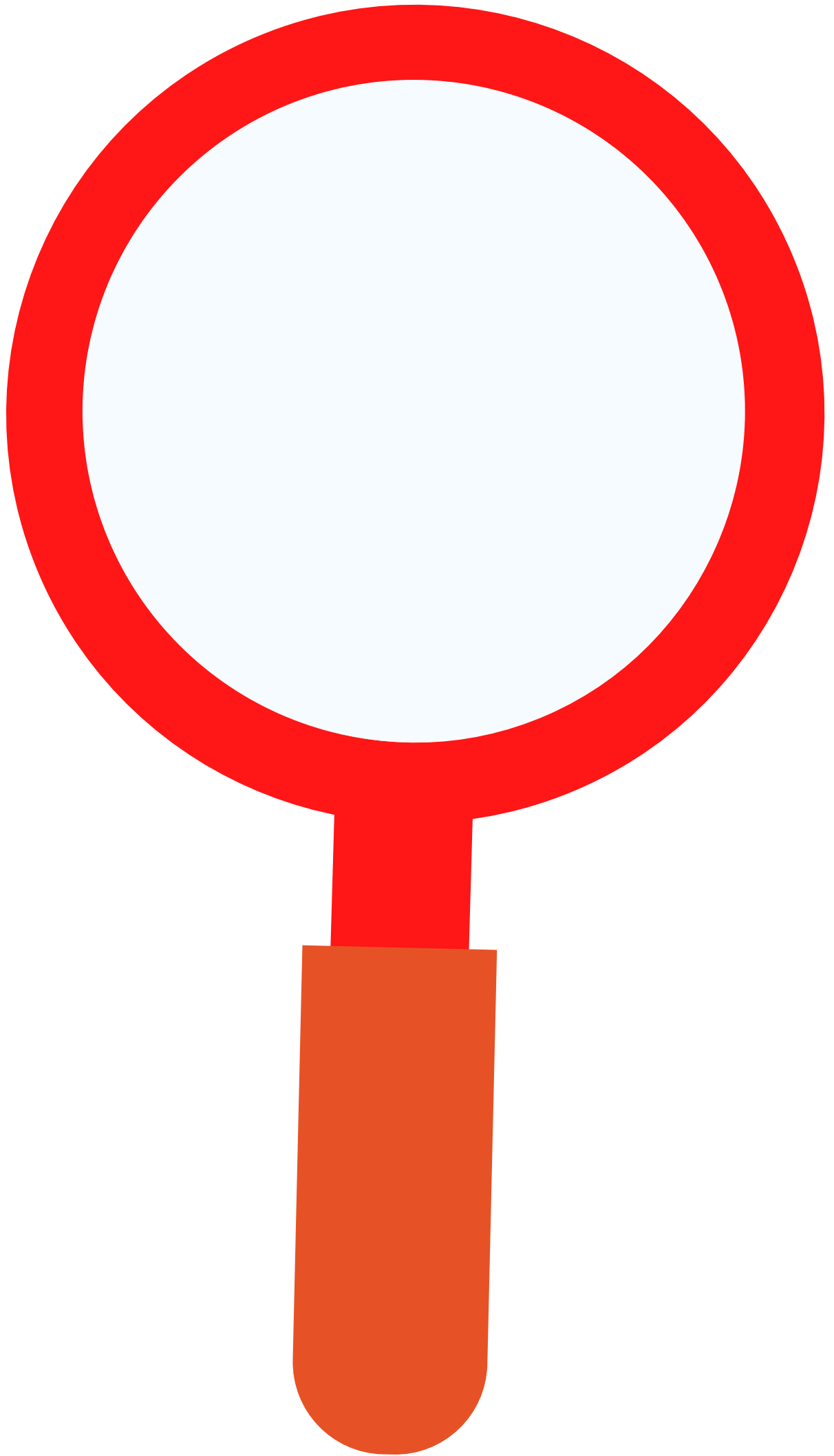
- tworzenie własnych pytań i zadań (do wykorzystania puste żółte i czerwone karty)
- gra zespołowa, dzielimy dzieci na zespoły/drużyny
- wykorzystanie fragmentów gry np. dzieci losują karty z pytaniami lub zadaniami
- dla najmłodszych graczy zabawy z bużkami: wskazywanie obrazków, dobieranie obrazków parami, układanie sekwencji np. (smutny, wesoły, smutny, wesoły)
- wykorzystanie buziek z emocjami do gry w super pamięć.

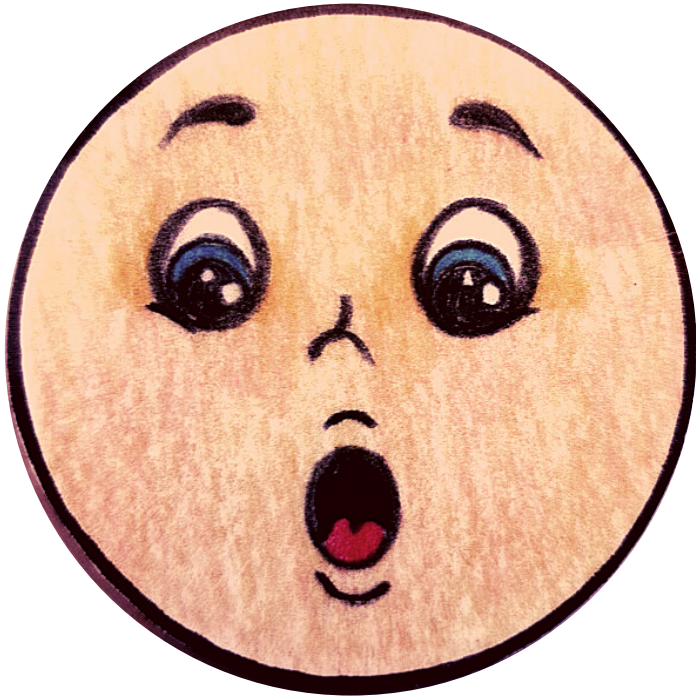




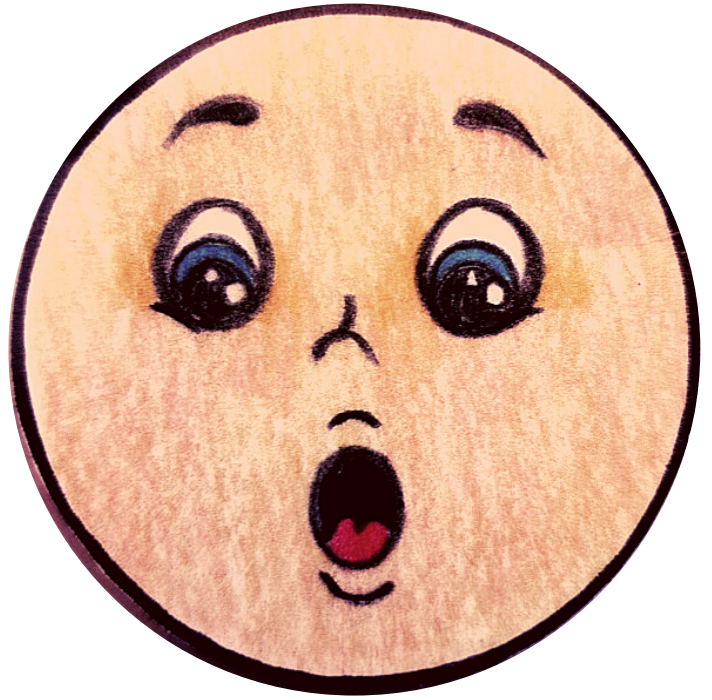




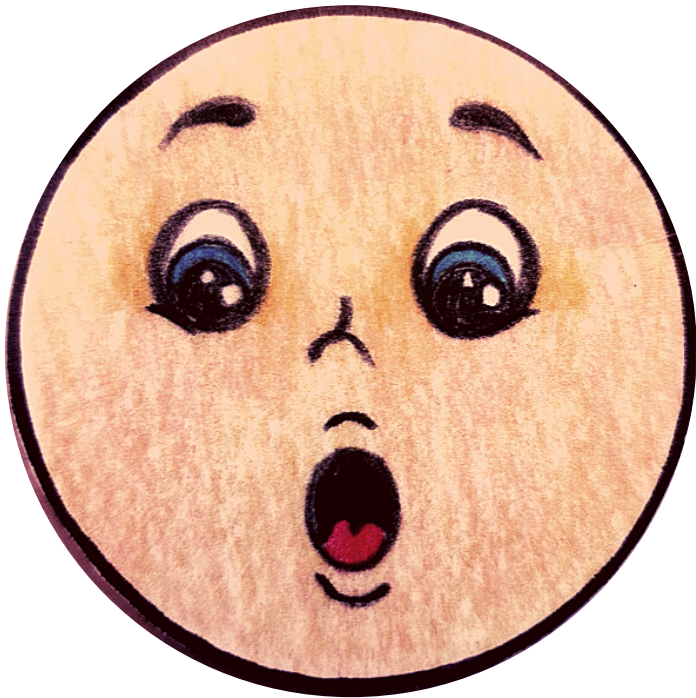




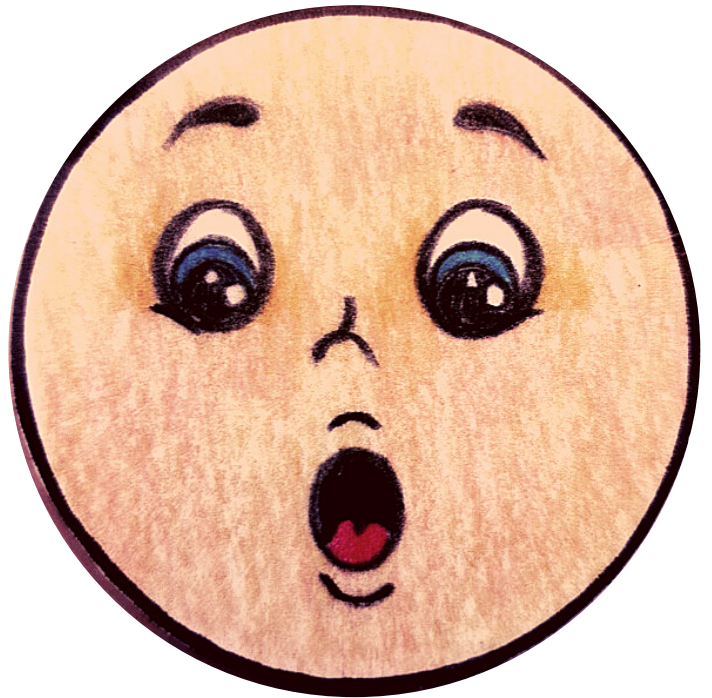
Zdziwienie



Zdziwienie

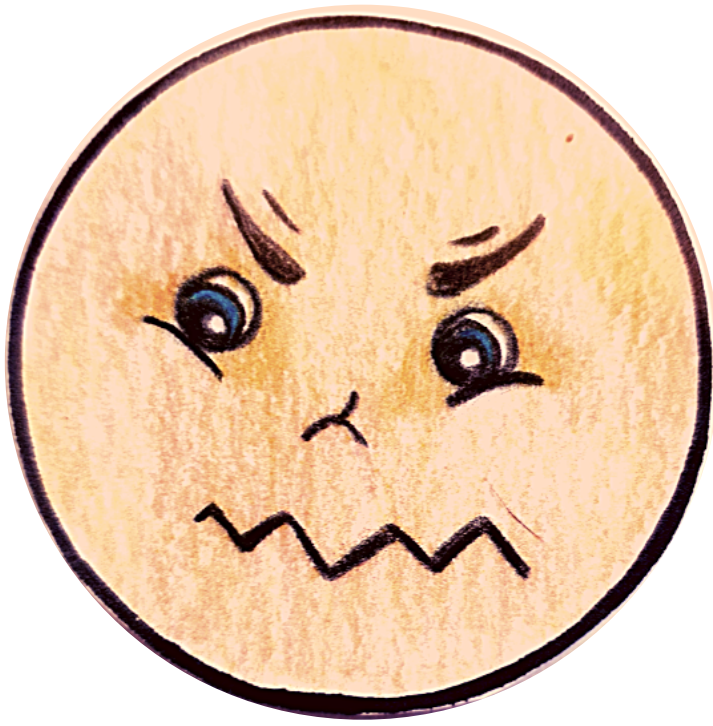


Zdziwienie

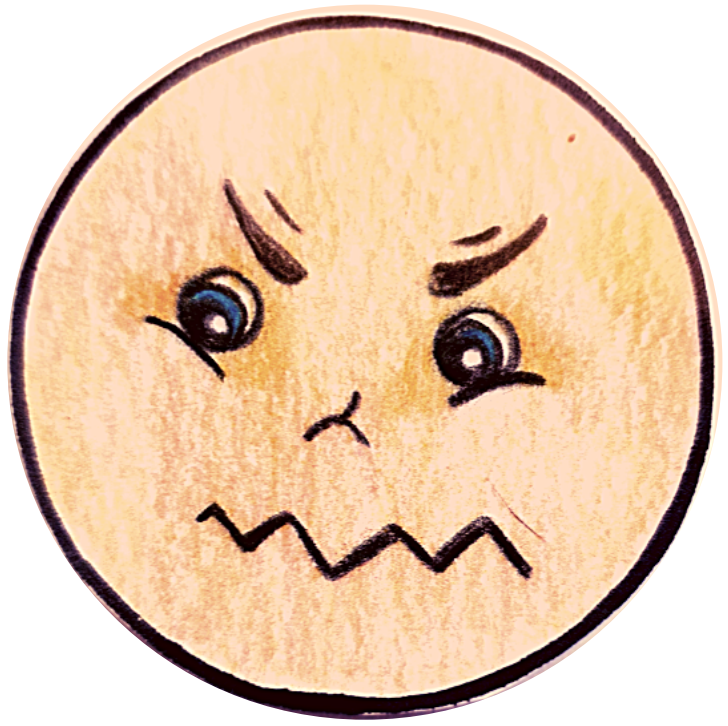


Zdziwienie

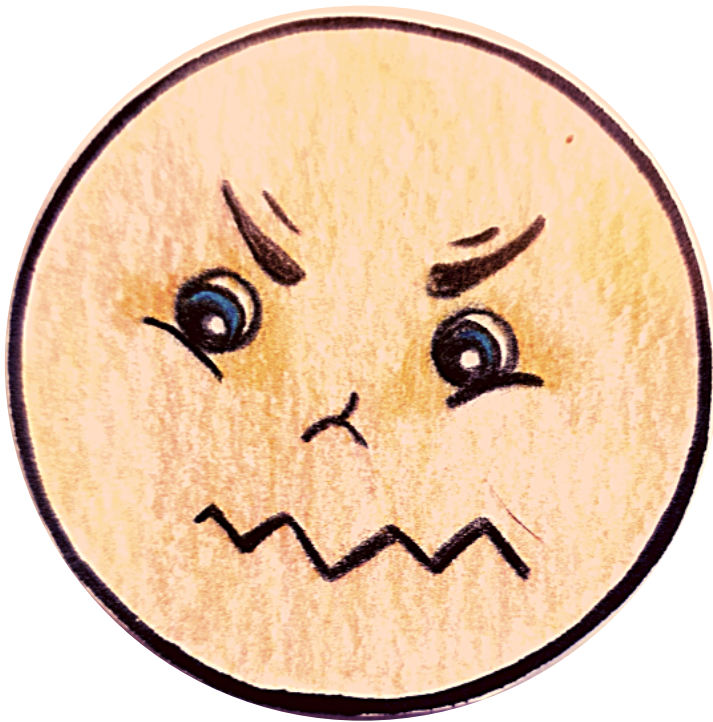




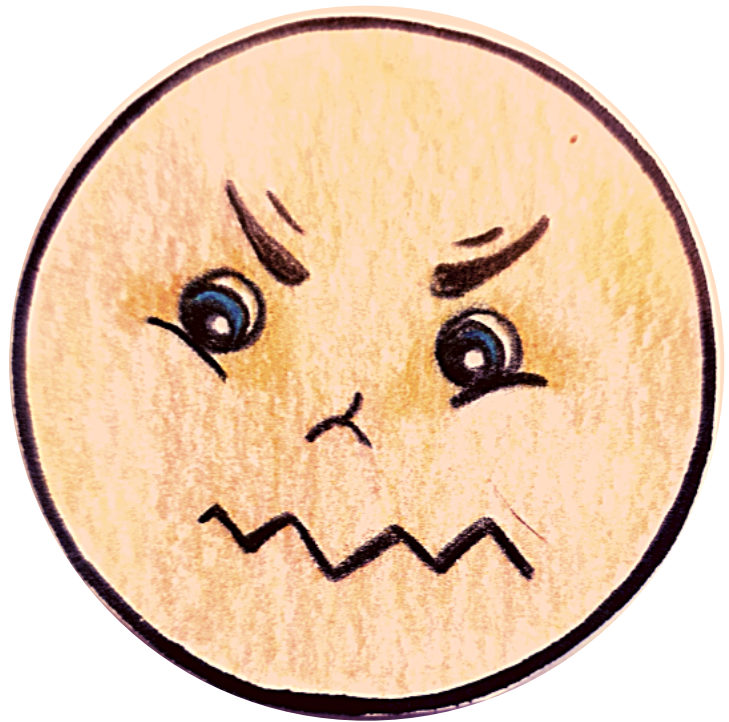
Złość



Złość

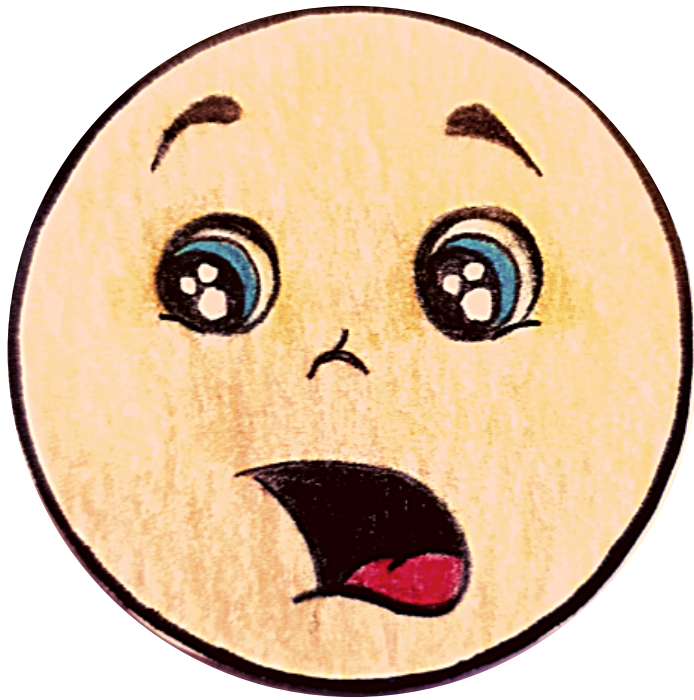


Złość

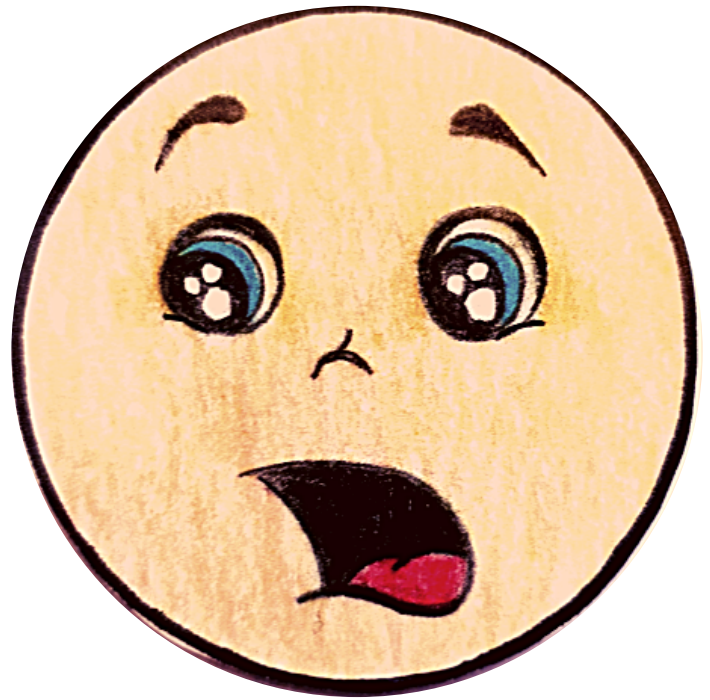


Złość

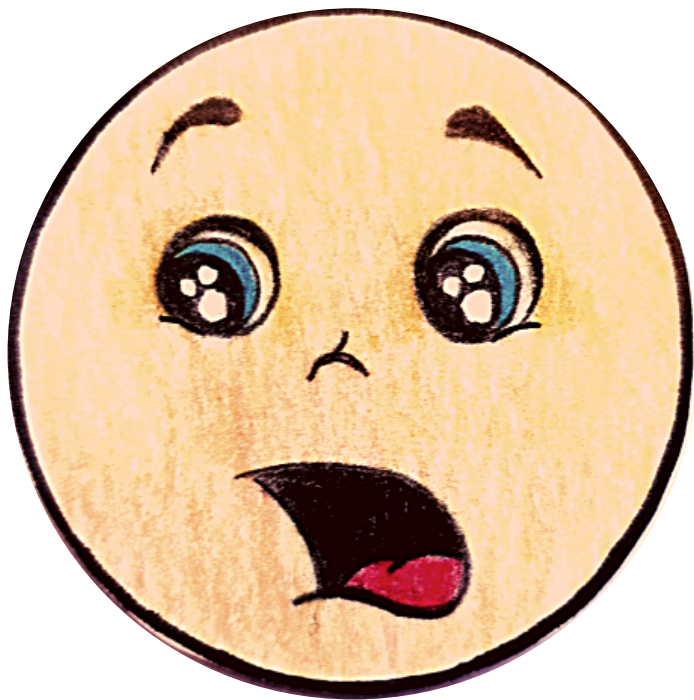




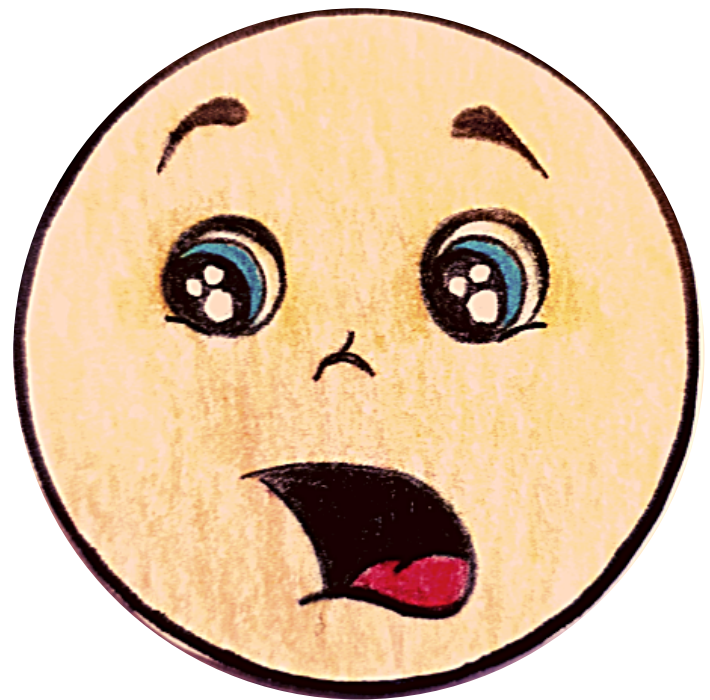
Strach



Strach

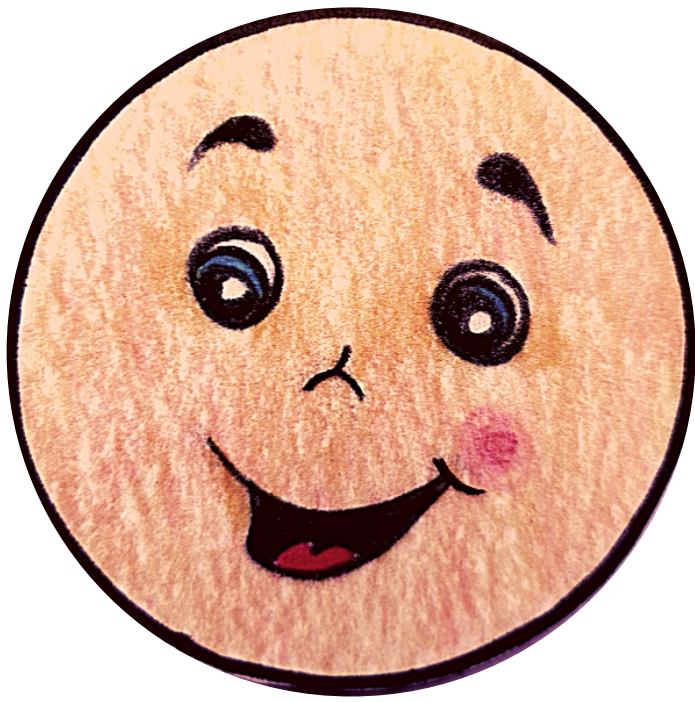


Strach

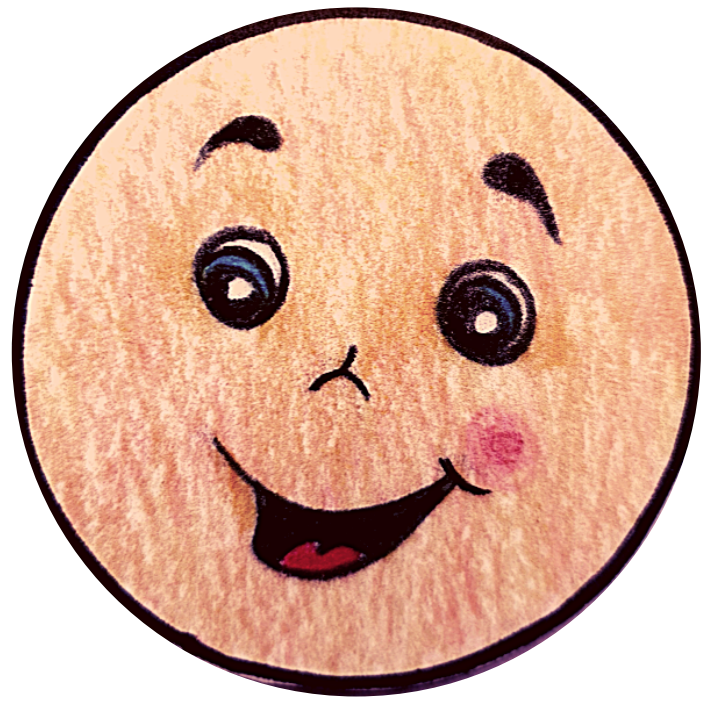


Strach

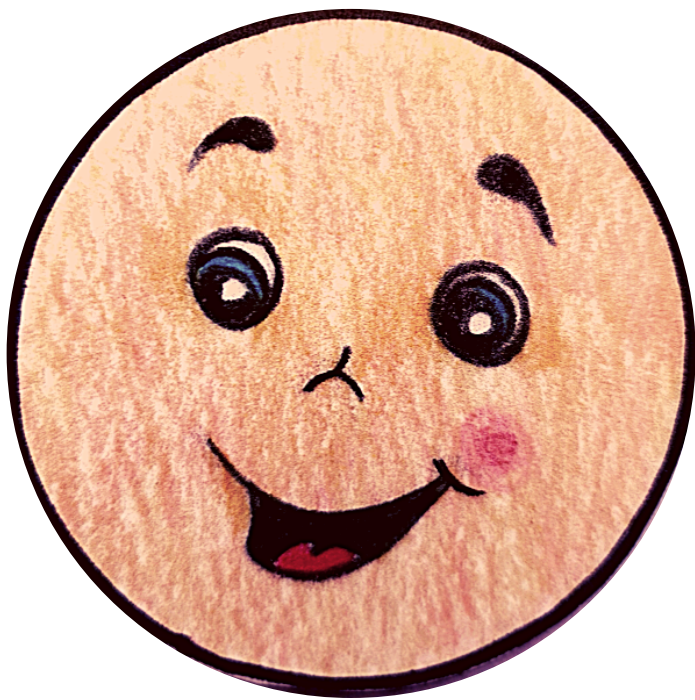




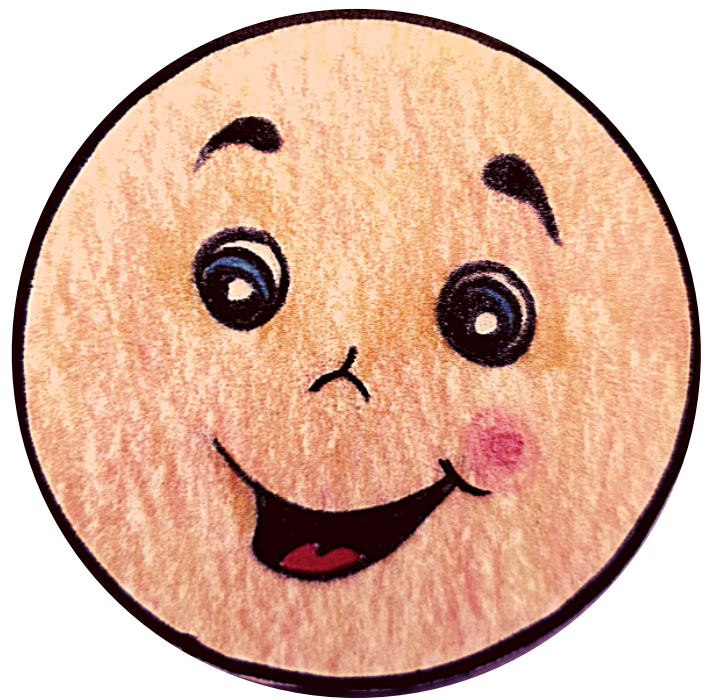
Radość



Radość

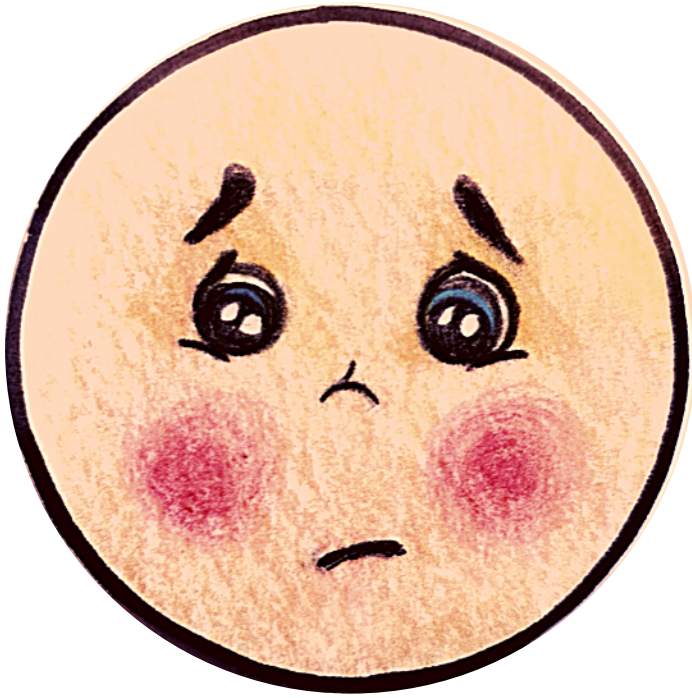


Radość

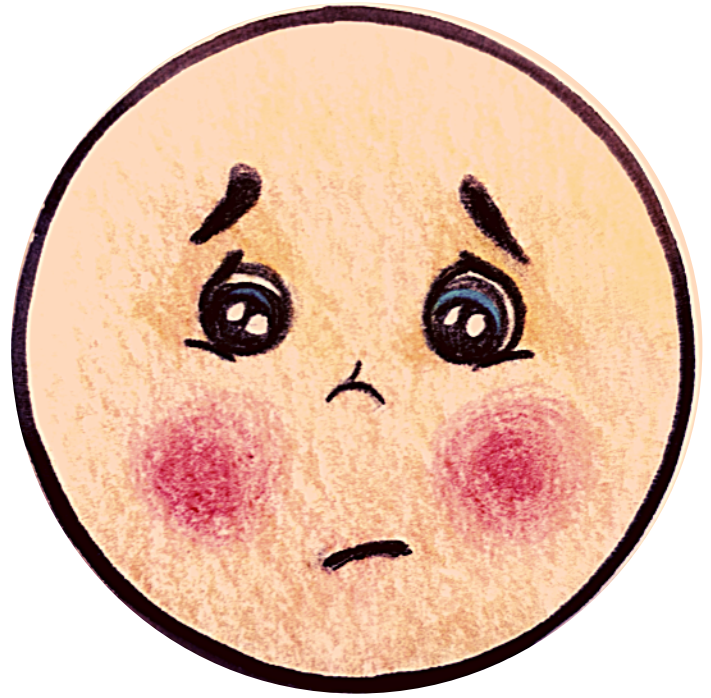


Radość

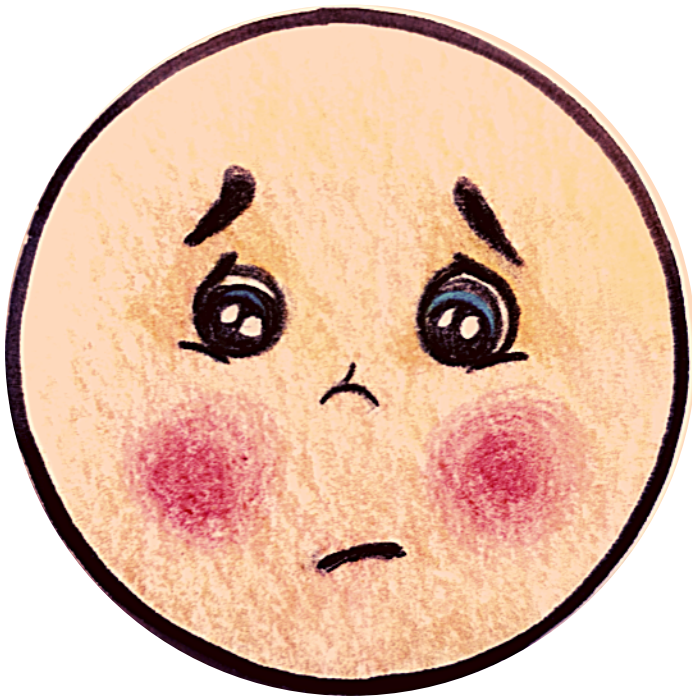




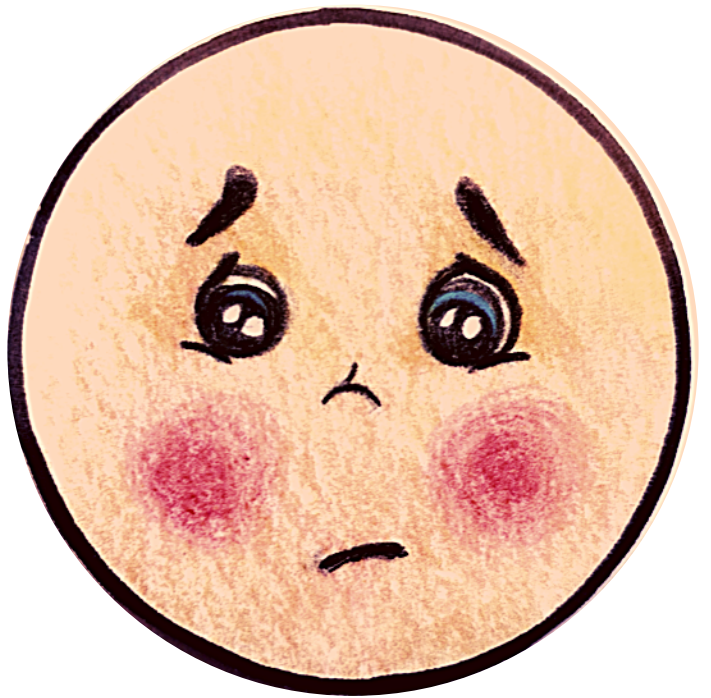
Wstyd



Wstyd

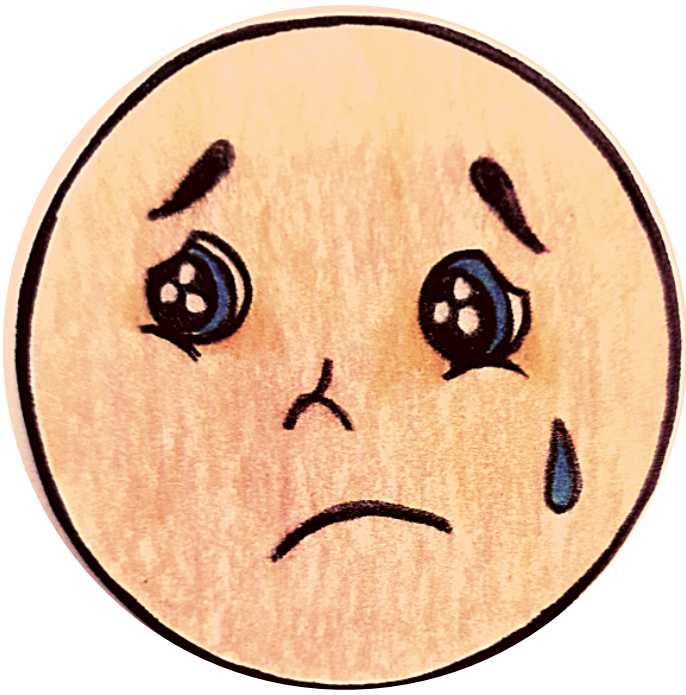


Wstyd

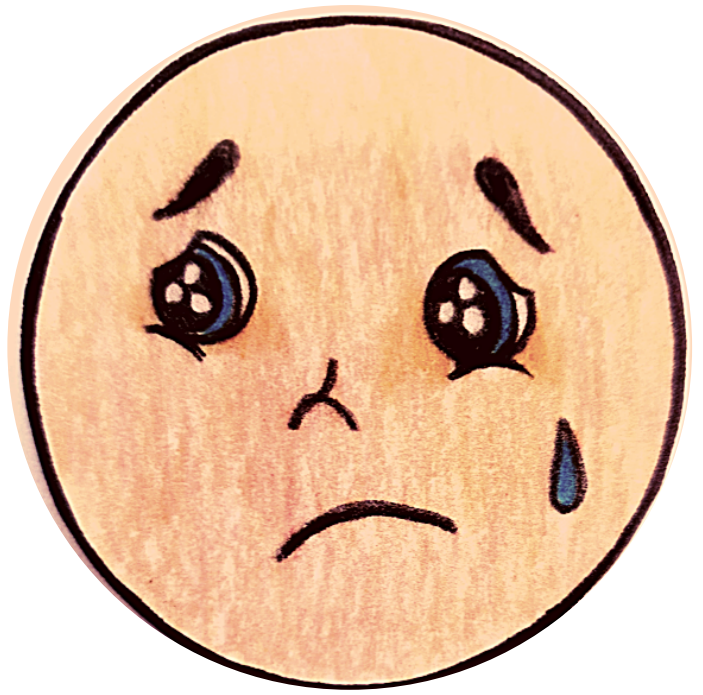


Wstyd

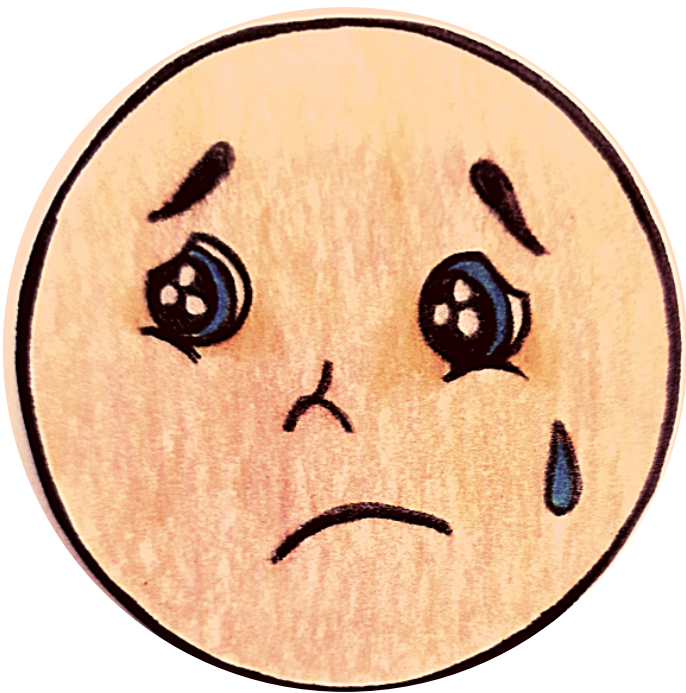




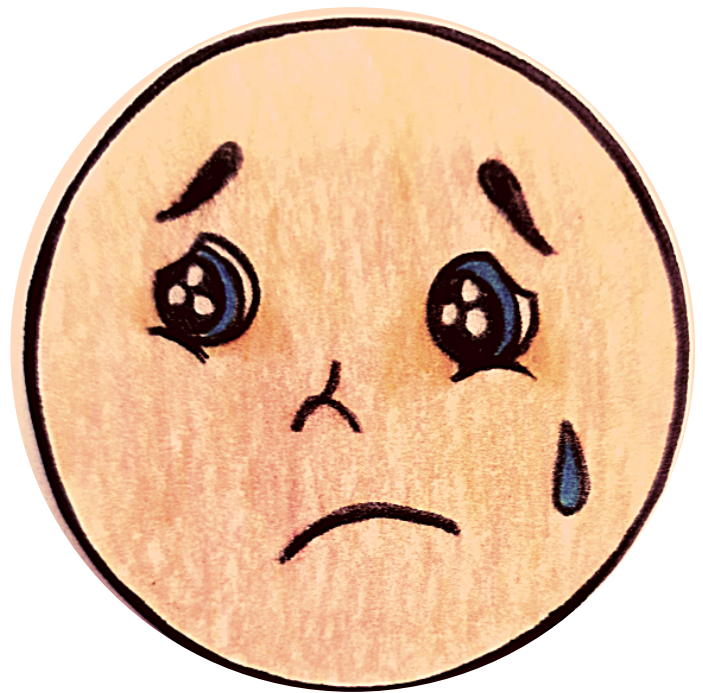
Smutek



Smutek



Smutek



Smutek





Zrób wesołą minę.

Zrób smutną minę.

Zrób
przestraszoną minę.

Zrób zezłoszczoną minę.



Zrób zaskoczoną
minę.

Zrób
zawstydzoną
minę.

Pokaż, jak można skakać
ze szczęścia.

Pokaż, jak można tupać ze
złości.



Pokaż, jak wysoko można
skakać
z radości.



Pokaż, gdzie w ciele
odczuwamy złość.



Pokaż, gdzie w ciele
odczuwamy
wstyd.



Pokaż, gdzie w ciele
odczuwamy strach.



Pokaż jak można kogoś pocieszyć.

Pokaż co lubisz robić, co sprawia Tobie radość.

Pokaż dowolną emocję, a grupa niech zgadnie, jaka to emocja.

Zrób minę, która rozbawi Twoich kolegów i koleżanki.



Zaprezentuj
okrzyki radości.



Gdy zawodnik wygra
zawody sportowe czuje
dumą, zaprezentuj grupie
postawę zwycięzcy.



Pokaż taniec
radości.



Gdy się złościmy pomaga
liczenie. Policz głośno do
10.



Ćwiczenia pomagają
w radzeniu sobie ze
złością, zrób 3 pajacyki.



Gdy się złościimy pomaga
spokojne oddychanie.
Wciągnij powietrze nosem,
wypuść ustami (3x).



Ćwiczenia pomagają
w radzeniu sobie ze
złością, zrób 3 przysiady.



Powiedz słowo
EMOCJA na trzy różne
sposoby np. radośnie, ze
smutkiem, z
zaskoczeniem.





Co sprawia Tobie
największą
radość?

Co Cię złości?

Co Cię smuci ?

Powiedz,
czego się boisz?



Wymień
3 rzeczy,
które powodują,
że się uśmiejasz.

W jakiej sytuacji
się
wstydzisz?

W jakiej sytuacji czułeś
się zaskoczony?

Co możesz zrobić,
żeby
kogoś pocieszyć?



Wyobraź sobie, że
dostałeś
wymarzony prezent, co
czujesz?

Zgubiłeś ulubioną
zabawkę,
co czujesz?

Ktoś popsuł Twoją
ulubioną
zabawkę, co wtedy
czujesz?

Po czym poznasz,
że ktoś jest
smutny?



Po czym poznasz, że
ktoś
się wstydzi?



Po czym poznasz, że
ktoś
się złości?



Po czym poznasz, że
ktoś
się cieszy?



Po czym poznasz, że ktoś
jest zaskoczony?



Co jest
przeciwieństwem
radości?

Co jest
przeciwieństwem
smutku?

Widzisz, że koleżanka nie
bawi się z dziećmi
w przedszkolu/szkole.
Co możesz zrobić?

Niechcący popchnąłeś
koleżankę/kolegę
w przedszkolu/szkole.
Co powinieneś zrobić?



Zmarszczone czoło,
zaciśnięte zęby i pięści
oznacza, że ktoś
czuje.....?



Dwaj chłopcy kłócą się
o samochód?
Jak mogą rozwiązać ten
konflikt?



Szybko bijące serce,
spoczone ręce, szeroko
otwarte oczy oznacza, że
ktoś czuje....



Jakie znasz emocje?
Wymień
przynajmniej 3.

