

WITAM SERDECZNIE RODZICÓW I DZIECI

Zapraszam do wspólnej zabawy w domu.

Wtorek: 21.04.2020 r.

Temat: Zabawy wspierające rozwój emocjonalny dziecka.

Cele: Dziecko:

- **uczy się rozpoznawania emocji**
- **kształtuje wrażliwość, empatię**
- **lepiej kontroluje własne emocje**
- **wzmacnia więź uczuciową z rodzicami**

Pomoce : papier, farby, balony, kukiełki

Przedstawione poniżej zabawy są propozycją wspólnych zajęć z dzieckiem. Należy je dostosować do wieku dziecka, jego możliwości oraz zainteresowań. Nie należy zmuszać dziecka do zabawy, której nie chce, lepiej spróbować je zachęcić do wspólnej aktywności. Zabawy te mają na celu przede wszystkim rozwój emocjonalności dziecka, spełniają funkcję terapeutyczną, jak również budują wspólną więź między dorosłym a dzieckiem.

PROPONOWANE ZABAWY:

- 1. Malowanie uczuć przy muzyce.** Dziecko słucha muzyki-najlepiej różnych rodzajów-raz spokojnej, raz szybkiej i do tego maluje palcami albo pędzlem obrazek. W ten sposób uwalnia się od napięć, przenosi swoje emocje na papier. Może twórczo wyrazić swoje uczucia, konflikty i pragnienia w bezpieczny sposób, a przy tym podnieść swoje poczucie wartości. Malowanie przy muzyce rozluźnia ciało, dziecko może pozbyć się stresu.
- 2. Zabawa – Balony.** Dziecko, najpierw przy muzyce spokojnej, powolnej, a następnie przy szybszej, odbija balony. Kolorowe, wymykające się z ręki

balony pomagają wyzwolić w dziecku beztroskę, delikatność oraz niezależność.

- 3. Zabawa w oswajanie lęków.** Można opowiedzieć bajkę o zwierzątku lub dziecku, które często się bało różnych rzeczy. A następnie poprosić dziecko, żeby narysowało czego ono się najbardziej lęka. Potem można pobawić się w „czarowanie lęków”, „wyrzucanie strachów” lub zamianę strachu na inną emocję. Spowoduje to, że dziecko będzie mniej się bało, a duży strach zamieni się w mniejszy, bo będzie już oswojony.
- 4. Podróż do krainy złości, smutku, radości** – ustawiamy się z dzieckiem w pociąg, śpiewamy piosenkę „Jedzie pociąg...” i wyruszamy najpierw w podróż do Krainy Złości, potem do Krainy Smutku, i na końcu do Krainy Radości. W każdym miejscu pokazujemy gestem, słowem, mimiką, jak czują się ludzie w danej Krainie. Na koniec pytamy dziecko, w którym miejscu podobało się jemu najbardziej i dlaczego. Dzięki tej zabawie dziecko może przeżywać różne emocje i doświadczać ich na sobie.
- 5. Zabawa z kukiełkami** – dorosły może zrobić z dzieckiem kukiełki lub użyć gotowych- następnie odgrywają za ich pomocą różne scenariusze z życia. Dziecku łatwiej wyrazić sprzeczne emocje za pomocą kukiełek, mogą w ten sposób także zobrazować to, czego pragną, na co mają nadzieję, czego się obawiają.

Życzę dobrej zabawy – Pani Mirka☺