**Scenariusz zajęć skierowany na ucznia ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, z wykorzystaniem TIK**

**TEMAT: JA I MOJE EMOCJE**

**Data: 10.05.2021r.**

**Czas trwania: 45 min** ( w zależności od tempa pracy uczniów, można wydłużyć w miarę potrzeb)

**Cele zajęć, dziecko:**

* rozpoznaje sytuacje, w których ludzie się złoszczą,
* rozpoznaje sygnały złości u siebie,
* wie, jak sobie radzić ze złością, nie raniąc innych,
* rozumie, że każdy człowiek ma prawo do złości,
* wie, że złość jest nam potrzebna.

**Materiały potrzebne do zajęć:**

* gazety, chusteczki higieniczne,
* kredki, mazaki i tablicę (bądź duży arkusz papieru)
* wydrukowane karty pracy *Termometr złości* i *Moja złość* dla każdego ucznia
1. **Rozpoczęcie zajęć**

Usiądź z dziećmi w kręgu. Poproś, aby każde z dzieci dokończyło zdanie: *Złoszczę się, kiedy…* Powiedz uczniom, że na dzisiejszych zajęciach będziemy rozmawiać na temat przeżywania złości, o metodach jak sobie poradzić ze złością i czy jest nam złość potrzebna.

1. **Kącik multimedialny**

Poproś dzieci, aby usiadły wygodnie przed tablicą interaktywną. Włącz filmik edukacyjny *Złość u dzieci* (<https://www.youtube.com/watch?v=BpK6wMFi7U0>), a następnie kolejny filmik *Metody radzenia sobie ze złością* (<https://www.youtube.com/watch?v=EQD1Q4ZfHKk>) oraz filmik *Czy złość jest nam potrzebna?* (<https://youtu.be/beenqSbMZoY>). W trakcie oglądania filmików, zatrzymuj się przy stawianych pytaniach i poproś dzieci by spróbowały odpowiedzieć na te pytania. Przykłady pytań są następujące:

* *Jak często się złościsz?*
* *Co robisz gdy czujesz złość?*
* *Po co jest nam potrzebna złość?*
1. **Zabawa ruchowa *Wojna na kulki***
* Rozdaj uczniom po jednej kartce z gazety. Poproś, aby zgnietli ją w kulkę. Pozwól wyładować dzieciom swoją złość poprzez rzucanie kulkami w kolegów i w koleżanki (zwróć uwagę na to, by zachowali bezpieczeństwo, nie celowali w głowę, nie skrzywdzili nikogo).
* Po skończonej zabawie poproś uczniów o sprzątnięcie kulek i wyrzucenie ich do kosza na śmieci.
1. **Karty pracy *Termometr złości***
* Rozdaj dzieciom karty pracy *Termometr złości,* poproś by przygotowali kredki.
* Powiedz dzieciom, że czasami złościmy się tylko trochę, a czasami bardzo mocno. Możemy to porównać do skali na termometrze (zademonstruj termometr złości na ekranie tablicy multimedialnej <https://emocjedziecka.pl/termometr-zlosci-materialy-do-pracy-z-dzieckiem-emocje/>). Objaśnij, że im wyższa jest temperatura na termometrze, tym silniej przeżywamy daną emocje.
* Poproś dzieci, by zastanowiły się, w jakich sytuacjach trochę się złoszczą (np. zabrakło pasty w tubce), kiedy czują silną złość (np. gdy rodzic nie chce kupić zabawki, która Ci się podoba), a kiedy wpadają we wściekłość i ogarnia je gniew (np. gdy ktoś popsuje Twoją ulubiona rzecz).
* Następnie przeczytajcie napisy z termometru złości- poproś dzieci o pokolorowanie go odpowiednimi barwami (zapytaj, jaki kolor pasuje do lekkiej złości, a jaki do gniewu i wściekłości- niech dzieci indywidualnie dobiorą kolory).
* Poproś uczniów, aby napisali na karcie, w wyznaczonych miejscach, w jakich sytuacjach czują takie emocje.
* Kiedy dzieci skończą pisać, pozwól chętnym osobom wypowiedzieć się na ten temat. Następnie poproś uczniów, by wymienili się w parach kartami pracy i wzajemnie je porównali- niech zwrócą uwagę na to, czy podobne sytuacje wywołują u nich lekkie zdenerwowanie i silną złość.

Poproś, by dzieci podzieliły się swoimi obserwacjami. Wyjaśnij, że każdy z nas reaguje różnie na te same sytuacje- to, co u kogoś wywołuje lekkie zdenerwowanie, u nas może wzbudzić ogromny gniew.

1. **Karta pracy *Moja złość***

Rozdaj wszystkim uczniom karty pracy *Moja złość.* Poproś, by na środku narysowali siebie, a w chmurkach opisali swoje sposoby na radzenie sobie ze złością.

1. **Pogadanka. Sposoby radzenia sobie ze złością**
* Usiądź z dziećmi w kręgu (poproś, by wzięły ze sobą kart pracy *Moja złość* ) i porozmawiaj z nimi o tym, jak sobie radzą ze złością- na podstawie wypełnionych kart. Zapisuj ich odpowiedzi na tablicy (lub dużym arkuszu papieru) w taki sposób, by dozwolone metody wyładowania złości były po jednej stronie, a nieprawidłowe- po drugiej stronie.
* Jeśli uczniowie nie podadzą takich przykładów, powiedz im, że dobrymi sposobami na radzenie sobie ze złością są: głębokie oddychanie, mówienie w myślach do siebie zdań, które pomagają nam się uspokoić, np.: *Dam radę, Coś wymyśle, Mama mi pomoże*, liczenie w myślach do 10, wszelkie zajęcia ruchowe i sportowe, słuchanie muzyki

Przypomnij, że każdy z nas ma prawo się złościć, ale nie wolno nam przy tym krzywdzić innych ludzi, siebie, zwierząt ani niszczyć przedmiotów.

1. **Zabawa ruchowa *Odprężam się***
* Rozdaj dzieciom po jednej chusteczce higienicznej.
* Stańcie razem w kole. Na podany znak uczniowie podnoszą ręce z chusteczką do góry, robiąc głęboki wdech, zatrzymują oddech, licząc do trzech, a następnie opuszczają rękę z chusteczką, robiąc wydech. ćwiczenie powtarzają kilka razy, zmieniając ręce.
1. **Zakończenie zajęć**

Poproś uczniów, by usiedli w kręgu i dokończyli zdanie: *Z dzisiejszych zajęć wykorzystam….*



