

PROGRAM DE EDUCAȚIE EMOȚIONALĂ

Prof. MUNTEANU VALERICA

Școala Gimnazială "Ion Creangă" Huși, jud. Vaslui

Durata derulării programului: 1 lună

Scopul programului: Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și autogestionare emoțională, dezvoltarea competenței emoționale a copiilor

Compoziția grupului: 20 de preșcolari

Timpul acordat fiecărei ședințe: 15-20 minute

Număr ședințe: 5

Structura programului:

Finalități generale/ Comportamete urmărite	Obiective	Resurse		Teme și activități	Evaluare
		Materiale	Timp		
Recunoaște și exprimă diferite emoții (tristețe, furie, frică, bucurie)	_ să recunoască, pe bază de imagini sau pe chipul colegilor, emoțiile exprimate; Să redea, prin desen, figuri care exprimă diverse emoții	Imagini, foi, creioane,	30 min.	<i>Cartea emoțiilor</i>	Observarea sistematică a comportamentului copiilor Evaluarea produsului final

Gestionarea adecvată a emoțiilor (bucurie, frică, furie, tristețe) în diferite contexte	<ul style="list-style-type: none"> - să descrie pașii în gestionarea furiei; - să execute pașii în gestionarea furiei” 	Prezentare ppt, acvariu cu broască țestoasă	30 min.	<i>”Povestea Broșcuței-Țestoase”</i> <i>Povestirea educatoarei/ joc de rol</i>	Observarea sistematică a comportamentului copiilor Evaluare răspunsuri orale/ interpretare rol
Aplicarea tehnicilor de gestionare a emoțiilor și a comportamentelor prosociale pe tot parcursul programului din grădiniță	<ul style="list-style-type: none"> - să exerseze comportamentele adaptative și a complianței la reguli; 	Fișe care reprezintă comportamente în diferite situații	30 min.	<i>”Ce ai face dacă ...?”</i> – joc de rol	Realizarea Regulamentului grupei
Manifestarea de către copii a unor comportamente adecvate diferitelor contexte sociale care dovedesc complianța la reguli	<ul style="list-style-type: none"> - să exerseze comportamentele adaptative și a complianței la reguli; 	Calculator, videoproiector, ”Piticlic” – C.D	30 min.	<i>”Vizităm orașul Iași”</i> – Joc interactiv	Observarea comportamentului copiilor Evaluarea răspunsurilor verbale și nonverbale

Rezolvarea adaptativă a situațiilor conflictuale	<ul style="list-style-type: none"> - să identifice situația conflictuală; - să găsească soluții pentru rezolvarea situației conflictuale. 	Calculator, videoproiector Prezentare ppt	30 min.	"Așa DA, așa NU!"	Observarea comportamentului copiilor Evaluarea răspunsurilor verbale și nonverbale
--	---	--	---------	--------------------------	---

Tema: Cartea emoțiilor

Scop: Recunoaște și exprimă diferite emoții (tristețe, furie, frică, bucurie)

Obiective:

- să recunoască, pe bază de imagini sau pe chipul colegilor, emoțiile exprimate;
- să redea, prin desen, figuri care exprimă diverse emoții

Resurse: Imagini sugestive pentru stări emoționale, foi, creioane,

Desfășurare:

1. Introducere	Captarea atenției copiilor se va realiza printr-o scurtă poveste creată de educatoare, prin intermediul căreia copiii sunt invitați să observe expresia feței cadrului didactic.
2. Experiența	Copiii vor alege de pe masa un jeton cu o imagine și vor identifica emoția exprimată ("Ce simte/ cum se simte?").
3. Reflecția	Copiii formează grupuri mici. Fiecare copil va mima o emoție,, iar ceilalți copiii vor desena o figura corespunzătoare.
4. Conceptualizarea	Fiecare grup prezintă "Cartea emoțiilor" – formată din desenele membrilor echipei.
5. Acțiune	Educatoarea roagă copiii să mimeze starea pe care o exprimă verbal ("Suntem fericiți!", Suntem furioși! etc.).
6. Evaluare	Copiii sunt întrebați cum își doresc ei să fie mereu.

Tema: "Povestea Broscuței-Țestoase" - Povestirea educatoarei/ joc de rol

Scop: Gestionarea adecvată a emoțiilor (bucurie, frică, furie, tristețe) în diferite contexte

Obiective:

- să descrie pașii în gestionarea furiei;

- să execute pașii în gestionarea furiei”

Resurse: un iepuraș de jucărie

Desfășurare:

1. Introducere	Captarea atenției copiilor se face prin prezentarea unei broscuțe testoase.
2. Experiența	Copiii vor observa comportamentul broaștei țestoase în diferite momente (atunci când se ascunde în carapace etc.).
3. Reflecția	Copiii vor fi întrebați ce au observat și de ce cred ei că se ascunde broasca sub carapace. Cum se simte ea acolo? Când iese de sub carapace?
4. Conceptualizarea	Copiii sunt întrebați ce fac ei atunci când sunt furioși.
5. Acțiune	<p>Recunoașterea stării de furie</p> <p>Copiii vor fi învățați că imediat după identificarea expresiilor emoționale faciale și corporale specifice accesului de furie, ei trebuie să spună “STOP” și să se oprească din activitatea pe care o desfășoară în momentul respectiv. Dacă cei mici nu reușesc să spună singuri “STOP” vor fi ajutați de către educatoare. În acest caz, educatoarea va spune “STOP” în locul copiilor și îi vor ajuta să își întrerupă activitatea desfășurată în momentul respectiv.</p> <p>”Ascunderea în carapace”</p> <p>Copiii vor fi învățați de educatoare să își încrucișeze mâinile la piept, să își pună bărbia în piept, să își lipească picioarele unele de altele și să închidă ochii. După aceea copiii trebuie să respire profund de trei ori și să își spună frazele „mă pot liniști și pot găsi o soluție mai bună”. Deoarece la 3 ani, copilului îi va fi greu să se exprime astfel, educatoarea va rosti cuvintele, apoi îl va ajuta să găsească soluții de exprimare emoțională sau de rezolvare a situației care a condus la starea de furie. Împreună vor alege soluția potrivită, iar educatoarea va recompensa efortul copilului.</p>

	<p>”Ieșirea din carapace”</p> <p>După ce a fost restabilită starea de calm și au fost găsite soluții alternative de exprimare emoțională, în afară de accesul de furie, copilul își poate relua poziția normală a corpului și poate aplica soluția găsită.</p> <p>La sfârșitul unei zile în care copilul a reușit să facă față cu bine acceselor de furie el va primi “Super-premiul broscuței”, Colierul “Puterea broscuței” sau ”Cutiuța magică cu broscuțe.</p>
6. Evaluare	<p>La sfârșitul unei zile în care copilul a reușit să facă față cu bine acceselor de furie el va primi “Super-premiul broscuței”, Colierul “Puterea broscuței” sau ”Cutiuța magică cu broscuțe.</p>

Tema: *”Ce ai face dacă ...?”* – joc de rol

Scop: Gestionarea adecvată a emoțiilor (bucurie, frică, furie, tristețe) în diferite contexte

Obiective: să exerseze comportamentele adaptative și a complianței la reguli;

Resurse: Fișe care reprezintă comportamente în diferite situații

Desfășurare:

1. Introducere	Captarea atenției copiilor se va realiza prin a două personaje-surpriză (2 elevi care joacă rolurile unor copii care se ceartă la grădiniță de la o jucărie)
2. Experiența	Copiii sunt invitați, pe rând, să interpreteze rolul unui copil care se confruntă cu o situație asemănătoare în grădiniță: ”Ce ai face dacă un coleg ți-ar lua un creion fără să îți ceară voie?”, ”Ce ai face dacă te-ar lovi un coleg?” etc
3. Reflecția	Copiii sunt întrebați dacă au trecut prin situațiile prezentate și dacă ei cred că s-au comportat corect.
4. Conceptualizarea	Copiii sunt invitați să enunțe regulile grupei și să propună soluții pentru prevenirea abaterilor de la reguli.
5. Acțiune	Copiii vor realiza un poster cu titlul ”Regulile grupei”, lipind imaginile care se potrivesc.
6. Evaluare	Copiii sunt întrebați dacă ei cred că în grupa noastră toți copiii respectă regulile.

Tema: *"Vizităm orașul Iași"* – Joc interactiv

Scop: Manifestarea de către copii a unor comportamente adecvate diferitelor contexte sociale care dovedesc complianța la reguli

Obiective: să exerseze comportamentele adaptative și a complianței la reguli;

Resurse: calculator, videoproiector, C. D. -ul "Piticlic"

Desfășurare:

1. Introducere	Captarea atenției copiilor se face prin prezentarea unor imagini din orașul Iași (Grădina Botanică, Aeroportul Iași, Teatrul Țandărică, Muzeul de Științe Naturale, locul de joacă amenajat în Iulius Mall etc.)
2. Experiența	Copiii sunt întrebați cum s-ar comporta ei dacă ar merge la teatru, în aeroport, la muzeu, la locul de joacă .
3. Reflecția	Copiii aleg un loc preferat, apoi sunt întrebați ce cred ei că se poate întâmpla dacă cineva nu ar respecta regulile în locul respectiv.
4. Conceptualizarea	Copiii discută în grup locurile pe care își doresc să le viziteze atunci când vor merge în excursie la Iași și vor spune cum se vor purta.
5. Acțiune	Copiii sunt invitați să se joace cu Piticlic – Reguli de comportare civilizată
6. Evaluare	Se evaluează răspunsurile alese în cadrul jocului interactiv, precum și răspunsurile orale ale copiilor.

Tema: "Așa DA, așa NU!" – joc didactic

Scop: Rezolvarea adaptativă a situațiilor conflictuale

Obiective:

- să identifice situația conflictuală;
- să găsească soluții pentru rezolvarea situației conflictuale;

Resurse: calculator, videoproiector, prezentare ppt

Desfășurare:

1. Introducere	Captarea atenției copiilor se realizează prin intermediul cântecului ”Boroboață”. Se joacă jocul ”Ne amestecăm, înghețăm, formăm perechi”.
2. Experiența	Li se prezintă copiilor imagini cu situații conflictuale, iar pentru fiecare situație conflictuală 2 comportamente. Ei vor alege comportamentul corect/ incorect (Așa DA, așa NU).
3. Reflecția	Copiii sunt întrebați ce care cred ei că sunt urmările unui comportament violent.
4. Conceptualizarea	Copiii discută în grupuri mici și stabilesc reguli care să fie respectate în grupă.
5. Acțiune	Câte un copil din perechile formate va juca rolul lui Boroboață, Celălalt copil va găsi soluția la situația conflictuală creată.
6. Evaluare	Se fac aprecieri asupra implicării copiilor în joc.

BIBLIOGRAFIE:

1. Catrinel A. Ștefan, Kallay Eva, Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari, editura ASCR, Cluj-Napoca, 2007
2. Băban Adriana, Consiliere educațională, editura ASCR, Cluj-Napoca, 2003.
3. Revista învățământului preșcolar, nr. 1-2/ 2011.