

## Cykl zajęć o emocjach w Jedyneccze



Do Przedszkola Publicznego Nr 1 w Ozimku zawitał nowy gość –Gucio! Guccio jest bohaterem serii książeczek o emocjach. To sympatyczny jednorożec, który jest po prostu... dzieckiem. Chodzi do przedszkola, ma rodziców, przyjaciół i uwielbia się bawić. W zależności od nastroju magiczna grzywa Guccia zmienia kolor. Gdy Guccio jest szczęśliwy- grzywa mieni się kolorami tęczy. Natomiast gdy coś pójdzie nie tak i Guccio jest smutny, przestraszony albo się złości – grzywa przybiera inny kolor. W ten przystępny dla dzieci sposób, jakim jest przeczytanie książeczki z serii „Uczucia Guccia” można porozmawiać o wybranej emocji, a także przeprowadzić ciekawe zajęcia zarówno indywidualnie jak i dla całej grupy. Autorką książeczek jest Aurelia Chien Chow Chine. Każda książeczka opowiada inną historię, w której to główny bohater mierzy się z różnymi trudnościami życia codziennego. Seria składa się z kilkunastu książeczek, m.in. z takich tytułów jak: „Guccio uczy się wybaczać”, „Guccio uczy się przegrywać”, „Guccio jest z siebie dumny” czy „Guccio się boi”. Na przykładzie jednorożca Guccia dzieci dowiadują się jak rozpoznać różne emocje i co zrobić, by sobie z nimi poradzić. Czytając daną historię każde dziecko bez trudu może utożsamić się z głównym bohaterem, gdyż zachowania Guccia odpowiadają różnym zachowaniom w wieku przedszkolnym. Na końcu każdej opowieści autorka serii proponuje technikę relaksacyjną, która pozwala uporać się z nieprzyjemnymi emocjami i przywraca uśmiech na dziecięcą buzię!

W naszym przedszkolu pani Psycholog Miriam Gajda-Klama wraz z panią Dyrektorem Magdaleną Dudkiewicz rozpoczęły cykl zajęć poświęconych tematyce emocji na podstawie wspomnianych opowieści. Jednorożec Guccio zawita do każdej z grup naszego przedszkola. Dnia 18.10.2023 r. grupa „Liski” zmierzyła się z tematem strachu. Pani Miriam przygotowała ciekawe pomoce dydaktyczne oraz krótkie ćwiczenia, doskonaląc umiejętność rozpoznawania różnych emocji po mimice twarzy.

Dzieci nazwały też swoje strachy. Przekonały się również o tym, że strach jest naturalną emocją każdego człowieka, nawet dorosłego. Pani psycholog przeczytała dzieciom książeczkę pt. „Gucio się boi”, a następnie przeprowadziła proponowane ćwiczenia oddechowe, które pomogły zbudować tarczę ochronną przed wszelkimi strachami. Dzieci wyraziły wielką chęć poznania kolejnej historii naszego nowego bohatera! Z kolei 20.10.2023 r. odbyły się zajęcia na temat różnorodności emocji w grupie „Wesołe Nutki”. Przedszkolaki tej grupy poznały Gucia poprzez historyjkę, w której to Gucio wierzy w siebie. Dowiedziały się, że każdy z nas jest wyjątkowy poprzez swoją odmiennność. Za pomocą ćwiczenia oddechowego przedszkolaki pomogły Guciovi pokonać przykre myśli i na nowo odzyskać wiarę w siebie. Na koniec zatańczyły dla Gucia taniec do utworu „Wiara w siebie” Małej Orkiestry Dni Naszych.

- Czy warto czytać dzieciom książki o emocjach?

*- Oczywiście, że tak!*

- Od kiedy?

*- Od najmłodszych lat!*

Gajda-Klama

Miriam