„JOC ȘI EMOȚII” - PROGRAM DE EDUCAȚIE EMOȚIONALĂ PENTRU PREȘCOLARI– CADRU APLICATIV PENTRU DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ

Prof. Bubuțanu Ana Loredana
G.P.P. „Pinocchio” – structură G.P.P. „Licurici” Fălticeni

Activităţile propuse în cadrul programului **„Joc şi emoţii”** vizează dezvoltarea inteligenței emoționale, a inteligenței intrapersonale, a competenţelor socio-emoţionale la copii preşcolari prin joc şi alte activităţi specifice vârstei, organizate în vederea cunoaşterii unor modalităţi de gestionare eficientă a emoţiilor, de adaptare la mediul social al grădiniţei şi la situaţiile complexe de viaţă. Prin diversitatea jocurilor şi activităţilor organizate sistematic, se dezvoltă abilităţi emoţionale. Exersând înţelegerea propriilor trăiri emoţionale şi ale celor cu care interrelaţionează, copiii descoperă şi învaţă să respecte reguli de viaţă personală şi colectivă, învaţă tehnici ludice de valorificare a propriilor emoţii.

Durata derulării programului : 5 săptămâni (o ședință de 30-35 minute/săptămână)

Scopul programului: Dezvoltarea competențelor socio-emoționale prin identificarea/ gestionarea emoţiilor copiilor preşcolari, în vederea formării şi dezvoltării capacităţii de interrelaţionare socială, cu accent pe formarea unor comportamente relevante pentru dezvoltarea emoţională, prin exersarea interacţiunilor în grupuri mici şi în perechi, pe baza valorificării cunoştinţelor, priceperilor şi deprinderilor copiilor despre emoţii, însuşite în contexte de joc şi învăţare.

Grup țintă: 25 preşcolari (grupă mare)

Şedinţa I - Tema: Etichetarea emoţiilor – **„*Toate emoţiile poartă un nume!*”**

Scop: Dezvoltarea abilităţii de recunoaştere şi exprimare a emoţiilor, în contexte şi situaţii variate

Obiective:

- ✓ Să recunoască propriile emoţii şi pe ale celor din jur, asociindu-le diferitelor contexte;
- ✓ Să recunoască emoţii pe baza componentei non-verbale: expresia facială, mimica, gestica, postura.

Resurse: oglinzi, imagini, cartonaşe colorate, jurnalul programului, markere

Joc: „Surprizele din oglindă” - Fiecare copil are o oglindă în care îşi exersează individual expresii faciale legate de emoţii şi le identifică schimbându-şi mimica conform situaţiei propuse de educatoare. Apoi, copiii se grupează în perechi, şi se joacă tot cu ajutorul oglinzii, identificându-şi expresiile faciale reciproc, ca rezultat al emoţiilor, în raport cu imagini diverse din realitatea vieţii cotidiene.

Joc: „Curcubeul emoţiilor”: Pe mese sunt aşezate cartonaşe colorate, iar copiii sunt rugaţi să aleagă cartonaşul preferat, în funcţie de starea emoţională din acel moment; ei trebuie să descrie apoi partenerului/ partenerilor de joc, care este emoţia trăită, denumind-o.

Şedinţa a II-a - Tema - Exprimarea şi recunoaşterea emoţiilor – **„Arată-mi cum te simţi!”**

Scop: Dezvoltarea expresivităţii emoţionale

Obiective:

- ✓ Să exprime/identifice o varietate de emoţii, generate de anumite contexte/situaţii.
- ✓ Să utilizeze un vocabular adecvat pentru exprimarea stărilor emoţionale.

Resurse: jurnal pentru fiecare copil, cu file tabelate pentru fiecare săptămână, carioca

Convorbire: „Cum te-ai simţi dacă...” - Educatoarea prezintă copiilor diferite situaţii: Cum te-ai simţi dacă părinţii nu te-ar lăsa să te uiţi la desene animate? Cum te-ai simţi dacă un coleg te-ar lovi? Cum te-ai simţi dacă ai primi un cadou neaşteptat? Cum te-ai simţi dacă un coleg ţi-ar strica jucăria? etc.; Se discută cu preşcolarii despre fiecare situaţie în parte, identificându-se emoţiile, consecinţele unor trăiri emoţionale; se fac predicţii în ceea ce priveşte comportamentul celorlalte persoane; se facilitează înţelegrea faptului că oamenii nu reacţionează la fel faţă de aceeaşi situaţie.

Şedinţa a III-a - Tema: Stima de sine – **„Știu, pot, vreau! Am încredere în mine!”**

Scop: Dezvoltarea conceptului de sine şi a încrederii în propria persoană
Obiective:

- ✓ Să-şi identifice propriile emoţii, construind o imagine pozitivă de sine ;
- ✓ Să manifeste independenţă în acţiunile sale;

Resurse: rama unui tablou, carton decupat (forma feţei), imagini cu familiile copiilor
Joc: „Tabloul familiei mele" - Pe rând, copiii îşi vor aşeza chipul în rama unui tablou şi vor simula stări emoţionale pozitive, de o mare diversitate: bucurie, iubire, fericire, curaj, mulţumire, încântare etc. atribuite membrilor familiei, le vor denumi şi vor menţiona situaţii care le pot genera.
Şedinţa a IV-a - Tema: Dezvoltarea încrederii şi cooperarea în joc **– „Prietenie şi încredere!"**
Scop:

- Dezvoltarea capacităţii de interrelaţionare şi comunicare, prin modelarea propriului comportament în vederea realizării coeziunii grupului, ca urmare a încrederii în ceilalţi.

Obiective:

- ✓ Să exerseze încrederea în capacităţile coechipierilor: iniţiativa, curajul, ajutorul reciproc;
- ✓ Să identifice strategii de gestionare a emoţiilor şi etichetare a acestora;

Resurse: 5 umbrele mari, norişori pe beţişoare, soare, obstacole (jaloane, scăunele, cărţi, jucării), eşarfă, jurnalul programului
Joc: „Cursa cu obstacole" - În grupă, se aşază diferite obiecte care vor deveni „obstacole"; un copil va fi legat la ochi, după ce anterior i s-a explicat desfăşurarea jocului. El va păşi printre obstacole, ghidat de un coleg, care îl va conduce ţinându-l de mână, până la finalul traseului. Pentru o complicare a jocului, copilul legat la ochi, poate fi ghidat doar cu indicaţii verbale de către un alt coleg, încercând în acest mod să ocolească toate obstacolele şi să încheie jocul propus.
Şedinţa a V-a - Tema: Expresivitate emoţională – **„Emoţii călătoare"**
Scop: Exprimarea unor stări emoţionale variate, identificate în anumite contexte
Obiective:

- ✓ Să identifice stări emoţionale diferite, sugerate de un anumit context;
- ✓ Să mimeze o stare emoţională trăită anterior sau imaginată.

Resurse: palete verzi şi rosii**,** tren mare realizat din carton colorat, decor - peronul gării - desenat pe carton, bilete de tren colorate, emotiocoane-simbol pentru oraşele din povestire, panou pentru lucrări, coifuri imprimate cu emoticoane alb-negru.
„Oraşul Sentimentelor Amestecate" - În faţa grupei se află două elemente surpriză: casa de bilete şi un trenulet. Educatoarea va juca rolul unui vânzător de bilete şi va propune copiilor să plece într-o călătorie spre Orăşelul Sentimentelor Amestecate. Pe spatele biletelor de călătorie, colorate diferit, sunt notate anumite întrebări. Copiii vor ocupa locuri, în vagoanele ce au aceeaşi culoare ca şi biletul de tren. Călătoria începe doar după ce toţi copiii au cumpărat bilete. La un semnal sonor (fluier), trenul se pune în mişcare, călătoreşte puţin, apoi opreşte în prima staţie - Oraşul Tristeţii. Pentru a-şi continua călătoria, cei din primul vagon trebuie să răspundă la întrebările notate pe spatele biletelor. Intrebările sunt citite de educatoare. (Exemple: Ce te întristează?, Cum arăţi când eşti trist? - mimează, Povesteşte o întâmplare care te-a făcut să fii trist! etc.). După expunerea răspunsurilor, trenul se pune din nou în mişcare către următoarea staţie - Oraşul Furiei. Se procedează în aceeaşi manieră: întrebări-răspunsuri (Ex.: Ce te face să fii furios? Când te înfurii? Cum crezi că se simt cei din jurul tău atunci când eşti furios? Cum faci când te înfurii? - mimează, Vorbeşte despre un lucru care te-a înfuriat! Cum te-ai liniştit apoi? etc.). Urmează destinaţia - Oraşul Bucuriei - iar cei care vor răspunde sunt cei din vagonul al III-lea. - (Ex.: Ce te bucură cel mai mult? Cine îţi face cele mai multe bucurii? Povesteşte-ne despre un moment în care ai fost cuprins de bucurie! etc.). La finalul călătoriei, fiecare copil îşi va alege un prieten cu care ar vrea să călătorească şi altădată şi cu care va împărtăşi emoţiile călătoriei încheiate.
Structura programului:

Finalităţi generale	**Obiective**	**Resurse**		**Teme & Activităţi**	**Evaluare**
		Materiale	**Timp**		

Dezvoltarea abilităţii de recunoaştere şi exprimare a emoţiilor, în contexte şi situaţii variate	- Să recunoască propriile emoţii şi pe ale celor din jur, asociindu-le diferitelor contexte; - Să recunoască emoţii pe baza componentei non-verbale: expresia facială, mimica, gestica, postura.	-oglinzi, -imagini, -cartonaşe colorate, -jurnalul programului, -markere	30-35 min	„Toate emoţiile poartă un nume!” -Jocuri: „*Surprizele din oglindă*” şi „*Curcubeul emoţiilor*”	„Astăzi, am învăţat că ... ”
Dezvoltarea expresivităţii emoţionale	- Să exprime/ identifice o varietate de emoţii, generate de anumite contexte/situaţii. -Să utilizeze un vocabular adecvat pentru exprimarea stărilor emoţionale.	- jurnal pentru fiecare copil, cu file tabelate pentru fiecare săptămână, - carioca	30-35 min	"Arată-mi cum te simţi!" - Convorbire: *"Cum te-ai simţi dacă...."*	" Am înţeles că....."
Dezvoltarea conceptului de sine şi a încrederii în propria persoană	-Să-şi identifice propriile emoţii, construind o imagine pozitivă de sine; - Să manifeste independenţă în acţiunile sale;	-rama unui tablou, -carton decupat, -imagini cu familiile copiilor	30-35 min	„Știu, pot, vreau! Am încredere în mine!” Joc: „*Tabloul familiei mele*”	„*Tabloul trăirilor mele*” -„Astăzi, m-am simţit....., pentru că.....”
Dezvoltarea încrederii şi cooperării în joc	- Să exerseze încrederea în capacităţile coechipierilor: iniţiativa, curajul, ajutorul reciproc; - Să identifice strategii de gestionare a emoţiilor şi etichetare a acestora;	-5 umbrele mari, -norişori pe beţişoare, -soare, -obstacole (jaloane, scăunele, cărţi, jucării), -eşarfă, -jurnalul programului	30-35 min	„Prietenie şi încredere!” Joc: „*Cursa cu obstacole*”	„Am învăţat că prietenia este ..”
Dezvoltarea expresivităţii emoţionale	- Să identifice stări emoţionale diferite, sugerate de un anumit context; - Să mimeze o stare emoţională trăită anterior sau imaginată.	- palete verzi şi rosii, - tren mare -decor- peronul gării -bilete de tren colorate,	30-35 min	„Emoţii călătoare” „*Oraşul Sentimentelor Amestecate*”- poveste creată	„Acum mă simt....”. „*Coiful emoţiilor şi sentimentelor*”

		-simboluri pentru oraşele din povestire			

Bibliografie:

- BREBEN, Silvia (2010), *Jocuri pentru dezvoltarea inteligenţei emoţionale la vârsta preşcolară şi şcolară mică",* Editura Reprograph, Craiova;
- BREBEN, Silvia, GONGEA, Elena, RUIU, Georgeta, FULGA, Maria, (2002), *Metode interactive de grup*, Editura Arves, Craiova;
- BOTIŞ, Adina, MIHALCA Loredana, (2007), *Despre dezvoltarea abilităţilor emoţionale şi sociale ale copiilor, fete şi băieţi, cu vârasta până în 7 ani, Ghid pentru cadrele didactice din învăţământul preşcolar,* Editura Alpha, Buzău;
- CATRINEL, Ştefan A., Kallay, Eva, (2007), *Dezvoltarea competenţelor emoţionale şi sociale la preşcolari*, Editura ASCR, Cluj-Napoca.