

Wstęp.

Ważnym zadaniem przedszkola jest ukierunkowanie procesu wychowawczego na wartości, które są stałym i nieodzownym elementem kultury i życia każdego człowieka. To my, dorośli, wprowadzamy dzieci w świat wartości –zarówno swoim dobrym przykładem, jak i poprzez świadome nauczanie moralnych postaw i wyborów. Wychowanie rozpoczyna się w rodzinie, natomiast przedszkole tylko je kontynuuje i ukierunkowuje. Przedszkole nie zastępuje domu rodzinnego, uzupełnia jedynie i wzbogaca doświadczenia dziecka w tych sferach, w których oddziaływanie domu jest niewystarczające. Nauczyciel – wychowawca pomaga kształtować osobowość dziecka, wspiera wychowawczą rolę rodziny. Istotą tego procesu jest wprowadzanie dziecka w świat pożądaných wartości moralnych pełniących rolę życiowych drogowskazów.

Ukazując wychowankom piękno, dobro, prawdę, uczciwość, przyjaźń, tolerancję, budząc poczucie przynależności do rodziny, pomagamy kształtować jego osobowość. Wychowanie do wartości ma na celu harmonijne rozwijanie wszystkich umiejętności człowieka, z naciskiem na poczucie odpowiedzialności za podejmowane decyzje i działania.

Jeśli nasze dzieci postępować będą zgodnie z fundamentalnymi wartościami, wyrosną na dobrych ludzi i świat wokół nich stanie się lepszy, a przecież wszystkim nam marzy się życie w świecie pełnym zrozumienia, szacunku, dobroci i miłości. Wierzmy, że przyszłość jest w naszych rękach, musimy tylko rozsądnie pokierować wychowaniem.



Charakterystyka programu.

Celem programu „Podróże po świecie wartości” jest wprowadzanie dziecka w system pożądaných zachowań, zapewnienie warunków do pełnego rozwoju osobowego każdego wychowanka, poprawa jakości pracy wychowawczej, uwzględnienie potrzeb społeczności przedszkolnej: dzieci, rodziców, środowiska oraz pracowników. Głównym celem prezentowanego programu jest wyposażenie dziecka w wieku przedszkolnym w wiedzę i umiejętności, które umożliwią mu pełne przystosowanie się do otaczającego świata i jego reguł. Realizacja programu pozwoli dziecku poprawnie funkcjonować w grupie rówieśniczej, stosować w kontaktach z innymi zasady i normy społeczne, a w miarę możliwości również zmieniać świat na lepsze.

Program zawiera cele, które ukierunkowują działalność nauczyciela oraz wspomagają kształtowanie prawidłowych postaw funkcjonowania dzieci w grupie w oparciu o wzmocnienia pozytywne. Program ma charakter otwarty, a jego elastyczność umożliwia swobodny dobór treści programowych zgodnie z inicjatywą nauczyciela i aktywnością dzieci.

Warunki realizacji.

Programem objęte są dzieci przedszkolne. Zadania wychowawcze realizowane będą w sposób ciągły przez wszystkich nauczycieli poprzez odpowiedni dobór metod i form pracy, literaturę, pomoce dydaktyczne oraz stosowanie środków wychowawczych wzmacniających pozytywne zachowania dzieci. Nauczyciele będą współpracować z rodziną dziecka w celu ujednoczenia oddziaływań wychowawczych. Dzieci zaangażują się we wspólne przestrzeganie Kodeksu przedszkolaka. Pracownicy niepedagogiczni będą wspierać działania nauczycieli.

1. Cele ogólne:

- uzmysłowienie dzieciom jak ważne są wartości w życiu każdego człowieka,
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania wartości moralnych,
- kształtowanie umiejętności działania w grupie rówieśniczej,
- postrzeganie wartości jako drogowskazów w życiu,
- umiejętność wyboru „prawdziwych” wartości.

2. Cele szczegółowe:

- wzbogacanie wiedzy o otaczającym świecie i zdobywanie nowych doświadczeń,
- kształtowanie podstawowych postaw moralnych; uczuciowość, tolerancja, sprawiedliwość, odpowiedzialność i życzliwość,
- tworzenie więzi uczuciowej z rodziną i środowiskiem,
- uczenie dzieci rozwiązywania sytuacji trudnych na zasadzie kompromisu,
- rozwijanie umiejętności rozróżniania dobra i zła,
- uświadomienie dzieciom o czyhających zagrożeniach, wdrażanie do przestrzegania zasad warunkujących bezpieczeństwo,
- zapoznanie z prawem i obowiązkami dziecka,
- kształtowanie prawidłowych postaw funkcjonowania w grupie w oparciu o wzmocnienia pozytywne,
- kształtowanie czynności samoobsługowych, nawyków higienicznych i kulturalnych,

- kształtowanie umiejętności zabawy i pracy w grupie w trakcie zajęć,
- uczenie wzajemnej tolerancji, akceptacji, zrozumienia potrzeb i odrębności drugiego człowieka oraz rodziny, rozwijanie empatii,
- wprowadzanie dziecka w świat wartości uniwersalnych: dobro, prawda, miłość, piękno, patriotyzm,
- kształtowanie poczucia przynależności do wspólnoty – małej i wielkiej ojczyzny oraz tożsamości narodowej i regionalnej,
- wspieranie rodziców w ich działaniach wychowawczych.

3. Procedury osiągnięcia celów.

Metody:

- Oparte na słowie: praca z książką, głośne czytanie, rozmowa, słuchanie utworów literackich, nauka tekstów, pogadanki, dyskusje, objaśnianie, opis, instrukcje słowne, praca z tekstem, ćwiczenia językowe, zagadki.
- Poglądowe (oparte na obrazie): pokaz, przykład, wzór, film, ekspozycja, oglądanie książek, czasopism, ilustracji, zdjęć, spektakli teatralnych, występów rówieśników, wycieczki i wyjścia tematycznie związane z książką i literaturą, spotkania autorskie.
- Czynne: samodzielnych doświadczeń, kierowania własną działalnością dziecka, zadań stawianych dziecku.
- Aktywizujące: burza mózgów, gry dydaktyczne, metoda projektów itp.

Formy pracy:

- praca z całą grupą,
- praca zespołowa,
- praca indywidualna.

Warunki bazowe niezbędne do realizacji programu:

- sale dydaktyczne poszczególnych grup,
- program dla każdej nauczycielki,
- pomoce dydaktyczne do zajęć,
- wyposażone kącki zabaw,
- ogród przedszkolny.

4. Treści programowe.

Treści programowe będą się skupiać wokół budowania systemu wartości, norm i pozytywnych postaw społecznych oraz wyrażania swoich emocji w sposób społecznie akceptowalny, radzenia sobie z trudnymi emocjami, asertywności w obliczu nieznanymi osób i sytuacji.

5. Przewidywane osiągnięcia dzieci.

Dziecko:

- pozna reguły życia w grupie, rodzinie, szerszym otoczeniu społeczno – przyrodniczym,
- będzie chciało poznawać szeroko rozumiany świat i oswajać się z jego różnorodnością,

- wykształci odporność emocjonalną,
- nauczy się pozbywania negatywnych emocji,
- będzie umiało skutecznie pokonywać trudności występujące w konkretnych sytuacjach życiowych,
- wykształci realną, pozytywną samoocenę,
- pozna i rozwinię własne możliwości twórcze, wyobraźnię, pomysłowość,
- będzie rozbudzone prospołecznie, wrażliwe na niesprawiedliwość, gotowe pomagać innym,
- pozna różnorodne sposoby komunikowania się z innymi w sposób werbalny i niewerbalny,
- nauczy się wyrażania i rozpoznawania emocji własnych oraz innych ludzi,
- pozna społecznie akceptowane sposoby rozładowywania napięcia i radzenia sobie w sytuacjach trudnych,
- będzie okazywać swoje emocje w sposób akceptowalny społecznie,
- będzie umiało skutecznie działać samodzielnie oraz w zespole,
- nauczy się odróżniać dobro od zła, sprawiedliwość od niesprawiedliwości, szanować innych oraz tolerancji wobec drugiego człowieka i jego odmienności,
- będzie aktywne i otwarte w stosunku do ludzi i świata,
- pozna podstawowe zasady ochrony przyrody,
- uświadomi sobie, że życie bez kontaktu z przyrodą jest niemożliwe.

PLAN DZIAŁAŃ EDUKACYJNYCH.

Mocny system wartości moralnych i umiejętność kierowania się nim w życiu to najważniejszy kapitał, w jaki powinniśmy wyposażyć dziecko. Nauczenie dziecka wartości jest najważniejszym zadaniem wychowawczym dla nas nauczycieli.

Zajęcia edukacyjne dotyczące programu „Podróże po świecie wartości”, będą realizowane w poszczególnych miesiącach i będą skorelowane z tematami kompleksowymi w poszczególnych tygodniach, a tematyka zajęć będzie dotyczyła takich wartości moralnych jak: pokojowość, szacunek, uczciwość, sprawiedliwość, szczęście, optymizm, humor, piękno, mądrość, solidarność, odpowiedzialność, miłość, przyjaźń.

Przykładowy sposób realizacji programu i oczekiwane efekty zrealizowanych treści

1. Wrzesień.

Podróż do krainy savoir-vivre.

Uprzejmość – nie kosztuje Cię nic, a wiele przynosi.

Jestem kulturalny, bo:

- używam form grzecznościowych : proszę, dziękuję, przepraszam,
- pamiętam o zachowaniu się w trakcie powitań i pożegnań: dzień dobry, do widzenia,
- okazuję szacunek dorosłym osobom,
- jestem miły dla innych,

- dbam o porządek wokół siebie (nie śmieczę, sprzątam po zabawie i pracy),
- umiem słuchać innych i nie przeszkadzać w trakcie rozmów (kultura słuchania),
- słucham rodziców, nauczycieli i wszystkich, którzy ukazują mi prawdę - jestem im posłuszny,
- współtworzę zasady dobrego zachowania w grupie,
- znam i stosuje zasady kultury obowiązujące przy stole,
- podejmuję w grupie zadania służące dobru innych i mojemu.

2. Październik.

Podróż do krainy szacunku i prawdomówności.

Szanuję innych, bo:

- używam słów „proszę”, „dziękuję”, „przepraszam” nie tylko wobec rodziny i przyjaciół ale w stosunku do obcych i dalekich znajomych,
- jestem uprzejmy, staram się hamować wybuchy gniewu, niezadowolenia i pogardy, aby nie ranić uczuć innych,
- słucham z szacunkiem ludzi dorosłych i kolegów, którzy mają inne przekonania czy pochodzenie,
- jestem grzeczny w zachowaniu i słowach,
- potrafię rozumieć dlaczego inni mają różne zdania i co sprawia, że czują się tak, a nie inaczej,
- mówię i zachowuję się tak by nie obrażać innych.

Jestem prawdomówny, bo:

- nie kłamię, żeby uniknąć kary,
- nie kłamię, żeby zwracać na siebie uwagę,
- nie kłamię, żeby zdobyć uznanie rówieśników, pani i rodziców,
- wiem, że nie wolno kłamać i kłamstwo przynosi wstyd.

3. Listopad.

Podróż do krainy koleżeństwa, uczciwości i patriotyzmu.

Jestem koleżeński, bo...

- nie wyśmiewam się z kolegi i koleżanki,
- nie wyrządzam krzywdy innym, nie biję,
- pomagam młodszym i mniej sprawnym,
- dzielę się z innymi tym co mam,
- szanuję cudzą własność,
- stoję w obronie innych i im pomagam.

Jestem uczciwy, bo:

- uczciwość popłaca,
- jestem prawdomówny,
- jestem rzetelny w postępowaniu z innymi,
- wiem, że należy być prawdomównym,
- nie przywłaszczam sobie cudzej własności,
- poznaję i stosuję konsekwencje niewłaściwego zachowania.

Jestem dobrym Polakiem, bo:

- znam i szanuję symbole narodowe: godło, flagę, hymn,
- znam sylwetki słynnych Polaków,

- znam swoją miejscowość: herb, zabytki, ciekawe miejsca,
- poznaję kulturę i tradycje swojego regionu.

4. Grudzień.

Podróż do krainy sprawiedliwości.

Staram się być sprawiedliwy, bo:

- wiem, że wszystkie dzieci mają takie same prawa i obowiązki,
- przestrzegam zasad właściwego zachowania – kodeksu postępowania przedszkolaka,
- osądzam wszystkich obiektywnie,
- przestrzegam zasad,
- stosuję się do reguł.

5. Styczeń.

Podróż do krainy tolerancji.

Staram się być tolerancyjny, bo:

- wiem co znaczy postępowanie fair,
- traktuję innych takimi jakimi są,
- umiem okazać szacunek osobom starszym i niepełnosprawnym,
- uczę się cierpliwości i wyrozumiałości dla odmienności,
- dostrzegam dobre cechy u innych.

6. Luty.

Podróż do krainy mądrości.

Staram się być mądry, bo:

- poznaję i uczę się mądrych zachowań,
- poznaję ludzi mądrych i skromnych,
- wiem jakie zachowania są mądre,
- dostrzegam dobre strony ludzi i sytuacji,
- uczę się mądrego i przyjaznego odnoszenia do zwierząt i roślin oraz przyswajam zasady ochrony przyrody,
- przestrzegam zasady nieniszczenia przyrody, kulturalnego zachowania się na wycieczkach, np. niehałasowanie w lesie, nie śmiecenie, nie niszczenie grzybów trujących, niełamanie drzew, niedeptanie trawników, nie zanieczyszczanie zbiorników wodnych,
- poznaję rośliny chronione i właściwie zachowuję się w rezerwach przyrody, wiem jakie one mają znaczenie z równo-czesnym podkreślaniami ich znaczenia,
- wiem jakie są zagrożenia dla środowiska przyrodniczego ze strony człowieka: wypalanie łąk i ściernisk, zatrucie powietrza i wód, pożary lasów, wyrzucanie odpadów i spalanie śmieci itp.

7. Marzec.

Podróż do krainy piękna.

Dostrzegam piękno otaczającego mnie świata, bo:

- dostrzegam piękno otaczającej przyrody,
- potrafię dostrzec naturalne piękno,
- dostrzegam w otoczeniu zmiany zachodzące w wyniku ingerencji człowieka,

- potrafię słuchać muzyki,
- dostrzegam piękno w ludziach,
- potrafię wymienić piękne cechy charakteru,
- wykazuję zainteresowanie twórczością muzyków, poetów, malarzy.

8. Kwiecień.

Podróż do krainy odpowiedzialności.

Staram się być odpowiedzialny, bo:

- jestem odpowiedzialny za swoje zdrowie, wiem jak o nie dbać,
- jestem odpowiedzialny za przyrodę i środowisko, wiem jak o nie dbać,
- wiem, że zdrowie i poczucie każdego człowieka uzależnione jest od jakości środowiska w którym żyje,
- Ziemia jest naszym wspólnym domem, o który trzeba dbać,
- podejmuję działania ekologiczno – zdrowotne w najbliższym otoczeniu,
- staram się rzetelnie wypełniać swoje obowiązki,
- umiem ponosić konsekwencje za swoje postępowanie,
- umiem ponosić winę za coś, co nie powinno się zdarzyć,
- rozumiem konieczność przestrzegania zasad ochrony przyrody,
- wiem, że należy oszczędzać wodę, wiem, jakie znaczenie ma woda w życiu człowieka, roślin i zwierząt,
- odkrywam zależności występujące w środowisku.

9. Maj.

Podróż do krainy solidarności.

Staram się współpracować, bo:

- wiem, że solidarny człowiek potrafi pomóc i współpracować z innymi,
- pomagam osobom słabszym i potrzebującym wsparcia,
- wiem jak pomagać najbliższym,
- chętnie współdziałam z innymi,
- jestem gotowy z czegoś przyjemnego zrezygnować, by pomóc innym.

10. Czerwiec.

Podróż do krainy przyjaźni i miłości.

Staram się być dobrym przyjacielem, bo:

- kocham moją rodzinę,
- lubię bawić się razem z innymi,
- mam wielu przyjaciół,
- nie przynoszę szkód innym swoim złym zachowaniem.

Adresaci programu „Podróże po świecie wartości”.

Odbiorcami programu „Podróże po świecie wartości” są dzieci z Przedszkola 215 i ich rodzice.

Realizatorzy programu.

Osobami odpowiedzialnymi za realizację Programu są nauczyciele z poszczególnych grup wiekowych i Pani Dyrektor.

Procedury osiągnięcia celów.

Osiągnięcie zamierzonych celów jest uwarunkowane właściwym doбором treści i dopasowaniem ich do wieku i możliwości dziecka. Ważna jest organizacja i przebieg procesu edukacyjnego, odpowiedni dobór form, metod i środków dydaktycznych.

Finansowanie.

Program finansowany w ramach posiadanych środków przedszkola i sponsoringu oraz przy współpracy z Radą Rodziców.

Ewaluacja.

Realizowany program zakłada systematyczną jego ewaluację, która służyć będzie badaniu nabytych umiejętności dzieci w zakresie stosowania zasad i norm, czyli wartości. Prowadzona ewaluacja pozwoli na refleksję nad własną pracą nauczycieli pracujących z programem pozwalając również program udoskonalić. Modyfikacja i doskonalenie programu polegała będzie na:

- przeprowadzaniu zabaw dydaktycznych utrwalających i systematyzujących kształtowane wartości,
- prezentowaniu pozytywnych postaw i zachowań wywołanych dzięki wdrażanym wartościom,
- aktywnym uczestniczeniu dzieci w inscenizacjach, zabawach dramatycznych wiążących się z wdrażaniem programu.

Przykłady utworów do wykorzystania:

Szacunek.

- ❖ „Brat i siostra” bajka pochodzi z książki "Bajkoterapia" pod redakcją Katarzyny Szeligi.
- ❖ M. Kownacka „Rogaś z Doliny Roztoki”- ukazanie szacunku dla przyrody i uświadomienia znaczenia niesienia pomocy zwierzętom.
- ❖ Baśń "O dwunastu miesiącach " J. Porazińska .
- ❖ "Przyjaciele zajączka " Cz. Janczarski.
- ❖ „O dwóch Dorotkach, Koguciku i Zajączku”.
- ❖ „Truskawka”.
- ❖ „Trzymaj się Kamil”.
- ❖ „Dziewczynka, która podeptała chleb” H. Andersen.
- ❖ „Bajka o dżdżownicy Helenie”.
- ❖ „Nikt mnie więcej nie zobaczy”.

Uczciwość.

- ❖ Bajka o człowieku, który nigdy nie kłamał”- bajka nigeryjska.
- ❖ „Czterej bracia”.
- ❖ „Bajka o Piotrusiu”.
- ❖ „Jak mazurska baba przechytryła diabła”.
- ❖ „Baśń „Kopciuszek”.

- ❖ „Zaczarowane bociany”.
- ❖ „Nagroda za uczciwość”.
- ❖ „12 ważnych opowieści”.
- ❖ „Bajki wujka ogórka”.
- ❖ „Duch w butelce”.
- ❖ „Pinokio”.

Odpowiedzialność.

- ❖ „Rybka” M. Musierowicz.
- ❖ „Czerwony Kapturek”.
- ❖ Hans Andersen. „*Królowa Śniegu*” .
- ❖ „Jaś i Małgosia”.
- ❖ „Braciszek i siostrzyczka”.
- ❖ „Trzy piórka”
- ❖ „Lawina w pokoju Dorotki”.
- ❖ Książki z serii „Feluś Kocimięta” P. Jones.

Tolerancja i akceptacja.

- ❖ „Sówka Kamila” - bajka na temat autyzmu i akceptacji odmienności.
- ❖ „Bajka o słoniku Bartusiu i jego krótszej nóżce” - bajka dotycząca niepełnosprawności i akceptacji w grupie.
- ❖ „Bajka o szarym słowiku” - bajka dla dzieci, które są nieśmiałe i brakuje im wiary w siebie by bardziej się otworzyć.
- ❖ „Biały lew”.
- ❖ „O przygodach królewicza Bielinka”.
- ❖ „Brzydkie kaczątko”.

Dobroć, skromność i posłuszeństwo, pokojowość.

- ❖ „Coś straszego” M. Strzałkowska.
- ❖ J. Brzechwa: „Wiersze”.
- ❖ „Bajki samograjki
- ❖ Bracia Grimm: „Jaś i Małgosia’, „Kopciuszek”.
- ❖ J. Ch. Andersen: „Królowa śniegu”
- ❖ „Piękna i Bestia”.
- ❖ „Król lew”.
- ❖ „Król ptaków” K. Kuszak.

Sprawiedliwość.

- ❖ „Czterej bracia” K. Słupska.
- ❖ „Sprawiedliwy królik” – bajka z Kambodży.
- ❖ Bajki braci Grimm: „Dwunastu braci”, „Braciszek i siostrzyczka”, „Żabi król”.
- ❖ Rodrigo i kolba kukurydzy Kulczyk Foundation.
- ❖ „O zajączku sprawiedliwym” A. Dygasiński.
- ❖ „O króliku i krabie” K. Słupska K. Kuszak.

Przyjaźń i miłość.

- ❖ „Królowa Śniegu” Ch. H.Andersen.
- ❖ „Przygoda małej mrówki”.
- ❖ „Piotruś Pan”.
- ❖ „Dziewczynka z zapawkami”.
- ❖ „Walka o lody waniliowe”.
- ❖ Baśnie Andersena: „Słowik”, „Stokrotka”.
- ❖ „Kot w butach”
- ❖ „Calineczka”.
- ❖ „Anatol i przyjaciele” B. Ostrowska.
- ❖ „O dziewczynce, która chciała zaprzyjaźnić się z krokodylem” E..Zubrzycka.
- ❖ „Aksamitny królik” M. Williams.
- ❖ „Kubuś Puchatek”.
- ❖ „Czarownica i tajemnicza mikstura” M. Strzebońska.

Piękno.

- ❖ „Kwasizurek” Michał Majewski.
- ❖ „Wiewiórka i most” T. Karczewski.
- ❖ Cykl: „Bajki z piórnika”.
- ❖ „Bajka o drzewie” E. Sułowska.
- ❖ „Calineczka”.
- ❖ „Kopciuszek”.

Mądrość

- ❖ „Ale, ja tak chcę!” B. Ostrowicka.
- ❖ „Królik i zając”.
- ❖ „Alicja w krainie czarów”.
- ❖ „Roszpunka”.
- ❖ „Najmądrzejsze stworzenie na ziemi” K. Kuszak.
- ❖ „Zaczarowane bociany” K. Kuszak.
- ❖ „Złoty arbuż”.
- ❖ „Bajka o mądrej dziewczynce”.

PROPOZYCJE ZABAW DLA DZIECI

Rozpoznawanie i nazywanie emocji.

- **Uczuciowe lizaki** – przygotowujemy ze sztywnego kartonu dwustronne lizaki z symbolami emocji. Ustawiamy symbole emocji w różnych miejscach sali, podczas zabawy przy dźwiękach bębna robimy odpowiednią minę, dzieci odnajdują pokazaną minę i gromadzą się wokół niej.
- Obrazki przedstawiające różne sytuacje, ludzi z różnymi wyrazami twarzy. Rozmowa w grupie na temat tego co osoby z rysunków mogą odczuwać, co mogło się przed chwilą wydarzyć.
- Przygotowujemy zestaw lizaków z różnymi emocjami – za ich pomocą będzie można komentować różnorodne sytuacje z dnia codziennego (np. dziecko, które się złości, płacze albo zachowuje w sposób niepokojący nauczyciela może zostać

poproszone o wybranie odpowiedniego lizaka z emocją, która odzwierciedla jego samopoczucie – może to otworzyć przestrzeń do rozmowy o sytuacji).

- **Jaka to mina?** – drukujemy na oddzielnych kartkach symbole poszczególnych emocji/zdjęcia z wybranymi emocjami. Bawimy się w rozpoznawanie i nazywanie rysunków symbolizujących: radość, strach, smutek, złość (Materiały „Narysuj emocje. Ćwiczenia w rozpoznawaniu i nazywaniu stanów emocjonalnych” dla dzieci 5-6 letnich). Starsze dzieci mogą bawić się w dobieranie podpisów uczuć do symboli.
- **Pokaż, jak się czujesz, gdy...** – dzieci wyrażają ruchem, mimiką, gestami swoje emocje wywołane sytuacjami, w których mogą się znaleźć.
- **Dopasowywanie emocji do sytuacji** – dzieci siedzą w kółku i odpowiadają na pytanie: Jestem zły, kiedy..., Jestem wesoły, gdy..., Jestem smutny, kiedy..., Jestem wystraszony, gdy....
- **Nasze uczucia** – dziecko losuje kartonik z rysunkiem emocji i próbuje ją powtórzyć, przeglądając się w lustrze.
- **Księga uczuć** – proponujemy dzieciom przygotowanie rysunków pokazujących różne emocje i złożenie z tych obrazków książki. Na każdym rysunku zapisujemy nazwę emocji.
- **Portret emocji** – proponujemy dzieciom tworzenie dowolną techniką obrazka przedstawiającego jego aktualną emocję.
- **Tablica uczuć** – wyznaczamy miejsce (tablicę), na której dziecko będzie umieszczało rysunki z minami przedstawiającymi własne emocje w dowolnej chwili
- **Symbole emocji** – zadaniem dziecka jest narysowanie skojarzeń z wybranymi emocjami i objaśnianie ich znaczenia.
- **Lustro** – dziecko stoi naprzeciwko dziecka, które jest lustrem. Dziecko pokazuje różne miny wyrażające emocje, dziecko próbuje je dokładnie powtórzyć. Potem następuje zamiana ról.
- **Kącik emocji** – dzieci wybierają w sali kącik i urządzają go według własnego pomysłu. Gromadzą w nim przedmioty ułatwiające im panowanie nad emocjami, np. poduszki, przytulanki, kredki, papier, gazety, radio i płyty CD z muzyką różnego rodzaju. Wspólnie ustalają zasady korzystania z kącika.
- **Kostka z emocjami** – dzieci siedzą w kręgu. Zabawa polega na rzucaniu do siebie kostką z buźkami symbolizującymi różne emocje i opowiadaniu kiedy dzieci czuły się w sposób, który wskazuje kostka.
- Określanie, które uczucia są przyjemne, a które nie na podstawie własnych doświadczeń oraz obrazków z prezentujących określone emocje
- **Rzeźba złości** – rysujemy swoją złość (najpierw przypominamy sobie co nas ostatnio zezłościło), rysunki naklejamy na wspólna dużą kartkę i omawiamy ją.
- **Co nas może zaskoczyć?** – przygotowujemy pudełko – dzieci zastanawiają się co mogłoby z niego wyskoczyć, tak by każdy poczuł się zaskoczony.

Kształtowanie umiejętności radzenia sobie z emocjami.

- **Relaksacyjne masażyki** – dzieci siedzą w parach jedno za drugim: masują sobie nawzajem plecy lub ręce. Masażyki mogą być realizowane tylko za zgodą dziecka.
- **Opowiadania relaksacyjne przy muzyce** – zachęcamy dzieci do znalezienia sobie wygodnego miejsca i położenia się w wygodnej pozycji, tak, by mogły się zrelaksować, słuchając bajek relaksacyjnych. Możemy włączyć cichą muzykę, jako tło opowiadań.

- **Ćwiczenia uważności** – na podstawie nagrań w ramach programu Eline Snell „Uważność i spokój żabki” (dla dzieci 5-6 letnich).
- **Kodeks złości** – opracowanie wspólnie z dziećmi listy pozytywnych i negatywnych sposobów wyrażania złości (Co wolno? Czego nie wolno robić, jak się złościć?) i umieszczenie ich w formie graficznej w salach.
- **Bajki terapeutyczne** – wspólne czytanie, rozmowa.
- **Rozśmieszający mim** – dzieci siedzą w kręgu, jedno w środku rozśmiesza pozostałe dzieci bez słów.
- **Misiowy kącik** – w grupie przedszkolnej można wspólnie z dziećmi urządzić kącik, w którym będzie mieszkał grupowy pocieszyciel, może to być miś lub inna przytulanka. Dziecko będzie mogło w wolnych chwilach побыć z przytulanką, zwierzyć się jej.
- **Tupotkowo** – kiedy dziecko się złości, można mu zaproponować udanie się do miasta, w którym wszyscy się złością i ciągle tupią. Gdy w grupie przedszkolnej widoczne jest napięcie emocjonalne, proponujemy dzieciom zabawę w pociąg, który zatrzymuje się na stacjach o nietypowych nazwach.
- **Praca plastyczna – „łzy”** – dzieci otrzymują narysowane na kartce łzy, ich zadaniem jest zamienienie ich w coś miłego
- **Tworzenie maskotki na pocieszenie** – rozmawiamy w grupie o tym, co nas smuci, a następnie o tym, co może pomóc go przegonić. Następnie rozdajemy dzieciom szablony misia/ kotka/ laleczki (zgodnie z uznaniem) – dzieci w dowolny sposób je ozdabiają tworząc maskotkę na pocieszenie w smutku.

Rozwijanie zdolności empatii.

- **Dobre uczynki** – nauczyciel prezentuje sytuacje, które mają zachęcić dzieci do udzielenia pomocy, np. uderza się o blat biurka i uskarża się na ból.
- **Pociesz Calineczkę** – jedno dziecko odgrywa rolę Calineczki, siada na zielonym liściu z kartonu lub tkaniny na środku wyimaginowanego jeziora. Zadaniem dzieci jest rozweselić Calineczkę: pogłaskać, uśmiechnąć się do niej lub wypowiedzieć miłe słowo. Można do niej dojechać, przeskakując z kamienia na kamień, tak, aby nie wpaść do wody.
- **Plakat przyjaźni** – dzieci tworzą wspólnie plakat, na którym umieszczają swoje rysunki związane ze wspólnymi zabawami, dobrymi uczynkami. Razem wymyślają hasło, np. Bawimy się zgodnie.
- **Niespodzianka** – dzieci przygotowują niespodziankę dla chorego kolegi lub chorej koleżanki, może to być np. album, plakat.
- **Spacer po torze przeszkód** – dobieramy dzieci w pary. Jedno z dzieci ma zamknięte oczy i ma do pokonania tor przeszkód. Drugie dziecko ma za zadanie przeprowadzić dziecko z zasłoniętymi oczami przez tor przeszkód, tak, by partner bezpiecznie dotarł na koniec toru (starsze dzieci, dzieci muszą wyrazić zgodę na zasłonięcie oczu).
- **Uczucia kolegi** – dziecko prosi sąsiada po prawej stronie aby dokończył zadanie: Gdy pada deszcz, jestem..., ponieważ... Gdy widzę psa, jestem... ponieważ...

Kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów interpersonalnych.

- **Bajki terapeutyczne** – nauczyciel czyta dzieciom bajkę, przedstawiającą jakiś problem. Dzieci wspólnie z nauczycielem zastanawiają się, jakie są najlepsze sposoby rozwiązywania tego problemu.

- **Odgrywanie scenek** – dzieci przedstawiają scenkę, w której zaprezentowany zostaje jakiś konflikt między rówieśnikami. Wspólnie z nauczycielem poszukują rozwiązań danego problemu.
- **Na pomoc** – dziecko wymyśla sytuację, w której wymaga pomocy. Pozostałe dzieci mówią, w jaki sposób mogą pomóc koledze.
- **Sędzia piłkarski** – pokazujemy dzieciom ilustracje przedstawiające dwa warianty rozwiązania danego konfliktu. Dzieci siedzą w kręgu, prowadzący rzuca piłkę do dziecka, którego zadaniem jest położenie czerwonej kartki na ilustracji obrazującej negatywne rozwiązanie.
- **Moja trudna sytuacja** – dzieci dobierają się w pary. Jedno z dzieci opowiada drugiemu o jakiejś trudnej sytuacji później wspólnie zastanawiają się nad pozytywnym rozwiązaniem problemu (starsze grupy).
- **Wspólne tworzenie plakatu** na temat pozytywnych sposobów rozwiązywania konfliktów.

Kształtowanie pozytywnych zachowań społecznych.

- **Plakat grzeczności** – przygotowujemy razem z dziećmi plakat przedstawiający pozytywne zachowania społeczne. Dzieci nakleją na plakat rysunki właściwych zachowań albo wydrukowane obrazki przedstawiające pożądane zachowania.
- **Kosz niegrzecznych zachowań** – dzieci wymieniają niegrzeczne zachowania, „zawijają” je w czarne kawałki papieru i wyrzucają do kosza.
- **Statek na morzu** – zabawa odbywa się w parach, jedno dziecko kładzie się na plecach i zamyka oczy, a drugie statkiem papierowym opływa ciało leżącego, tak aby przez cały czas zachować kontakt z ciałem. Następnie dzieci zamieniają się rolami.
- **Szukam przyjaciela** – dzieci tańczą przy muzyce, a na hasło nauczyciela „Szukam przyjaciela!” obejmują kolegę (za każdy razem innego), a wybrane dzieci mówią, np. *Znalazłem przyjaciela, który ma czerwoną bluzkę.*
- **Słońce przyjaźni** – rozmowa z dziećmi o tym, jaki powinien być przyjaciel. Proponujemy utworzenie słońca – symbolu dobrych uczuć. Dzieci układają się na dywanie, leżą w kręgu na plecach tak, jakby każde było promykiem słońca. Ręce łączą się w serdecznym uścisku.
- **Gra ściganka** – dzielimy dzieci na dwa zespoły (ćwiczenie stymulujące współpracę w grupie, dające doświadczenia wspólnego osiągnięcia celu i wspólnej zabawy, porażki i sukcesu).
- **Bohater** – przygotowujemy zdjęcia przedstawiające ludzi, którzy odnieśli sukces w różnych dziedzinach i krótko przedstawiamy ich sylwetkę dzieciom, (np. postaci historyczne, bohaterowie itp.).
- **Coś miłego** – Dzieci mają za zadanie powiedzieć coś miłego koledze, do którego zostanie rzucona piłka.
- **Rzeźba i rzeźbiarz** – zabawa w parach. Jedna osoba jest rzeźbiarzem a druga rzeźbą. „Rzeźba” poddaje się działaniom „rzeźbiarza”, który zgodnie z własną wizją ją kształtuje (bardzo ważne jest tutaj zwracanie uwagi na komfort i dobre samopoczucie rzeźbionego).
- **Poszukuję przyjaciela, mam przyjaciela** – dzieci, które już mają przyjaciela i dzieci, które jeszcze nie mają – pierwsza grupa tworzy rysunek w podziękowaniu dla przyjaciela, a druga grupa rysunek – prośbę o przyjaciela.
- **Rozmowa o szacunku** – dzieci wymyślają sposób, w jaki można okazać szacunek np. mamie, babci, nauczycielce, starszej osobie w autobusie, zwierzętom, przyrodzie itd. Zadanie może mieć formę losowania i indywidualnych odpowiedzi, bądź pracy całej grupy.

- **Portret osoby**, która mnie szanuje – dzieci rysują osobę, która ma dla nich szacunek. Następnie dzieci opowiadają, po czym to poznają.
- **Sędzia** – nauczyciel odczytuje opis różnych sytuacji – dzieci oceniają, czy są to zachowania uczciwe, czy nie.

Kształtowanie poczucia własnej wartości.

- **Co już umiem robić?** – dzieci siedzą w kręgu i kolejno mówią o tym, czego już się nauczyły, np. jeść samodzielnie, zakładać jakąś część ubrania lub budować z klocków, rysować.
- **Dyplom** – dzieci otrzymują kartki w formie dyplomu, na których rysują umiejętności, z których są najbardziej dumne.
- **Nagrodowe serce** – przygotowujemy kartonowe słońce z napisem: Już potrafię! oraz promyki z imionami dzieci. Pod napisem można umieszczać rysunek czynności, której dzieci uczą się przez jakiś wspólnie ustalony czas. Promyki będą nagrodą za zdobywane umiejętności, np. za prawidłowe korzystanie z ręcznika.
- **Skrzynia umiejętności** – do zabawy można wykorzystać kartonowe pudełko, które warto ozdobić wspólnie z dziećmi. Włóż tam rzeczy, które oznaczają konkretne umiejętności, np. skarpetka (umiem zakładać skarpetki) albo rękawiczka (umiem zakładać rękawiczki).
- **Autoportret** – dzieci rysują swój portret oraz jedną rzecz, którą szczególnie lubią. Inne dzieci mają za zadanie zgadnąć ich zainteresowania.
- **Umiem** – dzieci stoją w kręgu, kolejno wychodzą na środek koła i mówią o swoich umiejętnościach. Mogą również zaprezentować je za pomocą pantomimy.
- **Plakat „Jestem wspaniały”** – dzieci z pomocą nauczyciela wykonują wspólny plakat, na którym umieszczone będą karty zdolności poszczególnych dzieci z wizytówkami.
- **„Moje imię — mój znak”** Zaprezentuj siebie wypowiadając swoje imię, dodaj dowolny ruch ciałem. Przedstaw siebie.
- **„Jesteśmy podobni, a jednocześnie różni”** przy wykorzystaniu metody „Śnieżnej kuli”. Nauczyciel losowo dobiera dzieci w pary lub dzieci wybierają się same. Zadaniem dzieci w parach jest ustalenie jakie mają wspólne cechy, zainteresowania, a co je różni. Następnie pary łączą się w czwórki i wykonują to samo zadanie. Potem w większe grupy. Na koniec omawiają całą grupą co je różni a w czym są podobni.
- **Podobieństwa i różnice** – zabawa odbywa się w parach. Dzieci poszukują różnic i podobieństw między sobą – dzieci znajdują po 3 różnice i podobieństwa w swoim wyglądzie, zainteresowaniach, umiejętnościach, a następnie pary zostają zmienione.
- **Autoportret** – każde z dzieci rysuje swój autoportret, następnie dzieci pokazują swoje autoportrety reszcie grupy – poszukiwanie wspólnych cech, zwrócenie uwagi na cechy charakterystyczne – ekspozycja autoportretów
- **Moje największe marzenie** – dzieci tworzą rysunek czegoś o czym marzą. Chętne dzieci omawiają swoje rysunki.