Scenariusz zajęć dla uczniów klas 4-6 po powrocie do nauki stacjonarnej

1. Powitanie

Powitanie metodą: Czuję się… i wspólnym okrzykiem „Cześć”

Dzieci wraz z nauczycielką stoją w kole, po kolei wysuwają przed siebie zaciśniętą pięść z kciukiem wysuniętym do góry, w bok lub w dół – w zależności od samopoczucia. Mówią: „Czuję się…”. Następnie wszyscy chwytają się za ręce i wyskakując w górę, krzyczą „cześć!”

2. Rozmowa w gronie klasowym na podstawie karty pracy „Wracam do szkoły- moje refleksje”. Uczniowie uzupełniają indywidualnie kartę pracy zawierającą „chmury” z następującymi pytaniami: Co czuję? O czym myślę? Czego nauczyła mnie sytuacja nauki zdalnej? Co mnie cieszy w z związku z powrotem do szkoły? Jakie mam obawy? Czego oczekuję? Czego najbardziej mi brakowało? Co zmieniło się we mnie podczas nauki zdalnej? Chętni uczniowie dzielą się swoimi refleksjami.

3. Zabawa przy muzyce „Ja jestem…”

Dzieci bawią się przy muzyce, tańczą, podskakują, wykorzystując kolorowe wstążki, apaszki i papierowe kapelusze. Na przerwę w muzyce wszyscy mówią: „ja” (tupnięcie prawą nogą) – „jestem” (tupnięcie lewą nogą”, a nauczycielka dodaje: „zły”. Dzieci niewerbalnie (mową ciała, gestem, mimiką) oraz werbalnie przedstawiają, jak się czują i zachowują, gdy są złe. Podczas następnych przerw ilustrują (pantomimicznie) radość, smutek, zdziwienie, strach, spokój.

4. Uzupełnianie zdań.

 Uczniowie siedzą w kręgu. Nauczyciel prosi o dokończenie następujących zdań:

- Czuję się zadowolony, gdy ....

- Czuję się zawiedziony, gdy ...

- Jestem zły, gdy ...

- Boję się, gdy...

- Jestem zdziwiony, gdy...

- Czuję ulgę, gdy ...

5. „Nie rozśmieszaj mnie.”

 Dzieci dobierają się w pary. Siadają naprzeciwko siebie. Uczeń A usiłuje być poważny i za wszelką cenę stara się nie uśmiechać. Uczeń B ma za zadanie rozśmieszyć partnera. Kiedy mu się uda, następuje zamiana ról.

 Po zakończeniu ćwiczeń w parach uczniowie powracają do koła i odpowiadają na pytania, np. jakie uczucia miałeś w trakcie tego ćwiczenia? Czy łatwo było utrzymać powagę? Co ci w tym pomagało, a co utrudniało?

6. Burza mózgów na temat: „Jak my radzimy sobie z emocjami”

Z podanych propozycji każdy uczeń wybiera najlepsze dla siebie i wpisuje je na specjalnie przygotowanej karcie.

7. Podsumowanie