

SCENARIUSZ ZAJĘĆ REWALIDACYJNYCH

Temat zajęć: **„O złości słów kilka – rozwijanie umiejętności rozpoznawania złości i panowania nad nią w trudnych sytuacjach”.**

Czas trwania : 60 minut

Data: 23.05.2025r.

Prowadzący : Potaczała Karolina

CELE ZAJĘĆ:

Cele ogólne:

- Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji (ze szczególnym uwzględnieniem złości)
- Kształtowanie umiejętności radzenia sobie z trudnymi emocjami
- Wykorzystanie narzędzi TiK w procesie rewalidacyjnym

Cele szczegółowe:

Uczeń:

- rozpoznaje sytuacje, które wywołują złość
- odczytuje emocje na podstawie mimiki, tonu głosu, postawy ciała nazywa swoje uczucia i emocje
- poznaje strategie radzenia sobie ze złością
- współpracuje z nauczycielem przy wykorzystaniu narzędzi multimedialnych

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Wprowadzenie:

Powitanie, przedstawienie tematu zajęć.

Krótkie pytania aktywizujące:

„Czy zdarza Ci się złościć?”,

„Po czym poznajesz, że ktoś się złości?”,

„Jak wtedy reagujesz?”

2. Rozpoznawanie emocji – ćwiczenia interaktywne:

Narzędzie: Wordwall – gra „Zgadnij emocję” (uczestnik ogląda zdjęcia twarzy i przypisuje do nich emocje – złość, smutek, radość, strach itp.)

Cel: rozwijanie empatii i umiejętności interpretacji emocji.

3. Mini-prezentacja multimedialna: „Co to jest złość?”

Narzędzie: Genially / Canva – prezentacja z animacjami i pytaniami interaktywnymi

<https://view.genially.com/5eddcffcc4c47d0d72cddb8/presentation-poznajemy-emocje>

Tematyka:

Czym jest złość i skąd się bierze?

Jak złość wpływa na nasze ciało? (np. szybszy oddech, napięcie mięśni)

Kiedy złość może być pomocna, a kiedy szkodliwa?

Krótkie quizy w trakcie prezentacji – uczeń odpowiada klikając na ekranie.

4. Film edukacyjny: „Jak radzić sobie ze złością?”

Narzędzie: YouTube – krótki film animowany z cyklu np. „Emocje i ja”

Po filmie: rozmowa – co zapamiętałeś? Co byś zrobił na miejscu bohatera?

5. Ćwiczenie praktyczne – „Moja tarcza przeciw złości”.

Narzędzie: Canva – uczeń tworzy prostą graficzną „tarczę”, na której wpisuje sposoby radzenia sobie ze złością (np. głębokie oddychanie, liczenie do 10, mówienie o emocjach)

6. Podsumowanie i autorefleksja.

Pytania:

„Czego się dziś nauczyłeś?”

„Jaki sposób na złość chcesz wypróbować?”

EWALUACJA:

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach
- potrafi opracować z wykorzystaniem tablicy interaktywnej
- potrafi podać co najmniej dwa sposoby radzenia sobie ze złością
- rozpoznaje złość na podstawie ekspresji twarzy i sytuacji

POMOCE DYDAKTYCZNE / NARZĘDZIA:

Komputer / tablica interaktywna z dostępem do Internetu.

Wordwall – „Zgadnij emocję”

Genially / Canva – prezentacja i tarcza

Film edukacyjny z YouTube

Notatnik lub karta pracy do autorefleksji.