

Scenariusz zajęć rewalidacyjnych

Dla kogo: uczeń klasy 8 Autyzm z zespołem Aspergera

Czas trwania: 60 minut

Temat zajęć: Rozpoznawanie i wyrażanie emocji – jak rozumiem siebie i innych

Cele ogólne:

- Rozwijanie umiejętności rozpoznawania emocji u siebie i innych
- Uczenie adekwatnego wyrażania emocji w różnych sytuacjach
- Kształtowanie pozytywnego obrazu siebie+
- Wzmacnianie poczucia własnej wartości i sprawczości

Cele szczegółowe:

Uczeń/uczennica:

- nazywa podstawowe emocje (radość, złość, smutek, strach)
- rozpoznaje emocje na podstawie mimiki i sytuacji
- potrafi opisać własne uczucia w danej sytuacji
- ćwiczy sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami

Metody:

- rozmowa kierowana
- drama (odgrywanie scenek)
- metoda sytuacyjna
- praca z programem multimedialnym /kartą emocji
- pozytywne wzmocnienie

Formy pracy:

- indywidualna
- z wykorzystaniem pomocy wizualnych

Środki dydaktyczne:

- Specjalistyczny program multimedialny
- lusterko
- karty pracy z opisanymi sytuacjami

Przebieg zajęć:

1. Powitanie i wprowadzenie w temat

- Krótkie przywitanie z uczniem, ustalenie zasad zajęć
- Rozmowa: „Jak się dziś czujesz?”

2. Rozpoznawanie emocji

- Praca z kartami specjalistycznego programu multimedialnego określania emocji (złości) – uczeń mówi, jak i kiedy się złości, kiedy ją czuje.
- Gra z lusterkiem – naśladowanie min przedstawiających różne emocje (np. „pokaż, jak wygląda złość”).

3. Sytuacje emocjonalne

- Nauczyciel omawia krótkie opisy sytuacji – uczeń określa, jak mogła się czuć osoba w danej historii.
- Rozmowa o tym, co moglibyśmy powiedzieć lub zrobić, żeby pomóc tej osobie.

4. Wyrażanie emocji i radzenie sobie z nimi

- Odgrywanie prostych scenek (np. „kolega mnie wyklucza z grupy i dogaduje” – co można powiedzieć, co można zrobić?).
- Tworzenie „Karty moich emocji” – uczeń opowiada lub pisze, co ją zazwyczaj cieszy, smuci, złości, co pomaga się uspokoić.

5. Podsumowanie i zakończenie

- Rozmowa: „Czego się dziś nauczyłem?”
- Wybór ulubionej emocji z zajęć.
- Określenie akceptowalnego sposobu na złość.
- Pozytywne wzmocnienie od nauczyciela.

Uwagi i dostosowania:

- Tempo zajęć dostosowane do potrzeb ucznia.
- Możliwość przerwy sensorycznej, jeśli uczeń wyrazi takie potrzeby
- Użycie jasnych komunikatów, unikanie przenośni i ironii
- Budowanie relacji i bezpieczeństwa emocjonalnego

Andrzej Dziob