

## **„Moje emocje w moim otoczeniu”**

Opracowanie:

mgr Wioleta Kołodziej

mgr Justyna Gołąb

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

Spis treści:

1. Wstęp.
2. Założenia programu.
3. Treści kształcenia.
4. Cele główne i szczegółowe.
5. Metody pracy.
6. Przewidywane osiągnięcia dzieci po realizacji programu.
7. Ewaluacja

# PROGRAM WŁASNY PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI TYCHACH

2023/2024

## 1. Wstęp.

Program adresowany jest dla dzieci w wieku przedszkolnym 3-6 lat oraz dla dzieci z odroczonym terminem obowiązku szkolnego. Uczestnikami programu są dzieci posiadające orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego oraz opinie z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Ponadto program przeznaczony jest dla dzieci, które w wyniku przeprowadzonej obserwacji pedagogicznej osiągnęły niski poziom w obszarze emocjonalnym i społecznym.

Okres przedszkolny to czas na socjalizację i uczenie się norm oraz ważny dla rozwoju relacji. Warto zadbać o to, by dzieci mogły jak najlepiej radzić sobie w tej sferze w dalszym życiu. Dlatego program jest przeznaczony nie tylko dla dzieci z zaburzeniami rozwojowymi, ale także dla wielu przedszkolaków, których rozwój przebiega prawidłowo. Zajęcia odbywają się w formie zajęć z całą grupą dwa razy w miesiącu. Podstawowym założeniem programu jest nabycie przez dzieci umiejętności społecznych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania w placówce przedszkolnej oraz poza nią. Ważnymi elementami prowadzenia zajęć skupionych na rozwijaniu umiejętności społecznych są: modelowanie zachowań dzieci poprzez odgrywanie ról; ćwiczenia umożliwiające nabycie umiejętności, utrwalanie ich oraz doświadczanie nowej idei przeżyć związanych z nabywaniem kompetencji; możliwość uzyskania informacji zwrotnej od nauczyciela oraz dzieci biorących udział w treningu; wzmocnienie wiary we własne możliwości; nabycie umiejętności adekwatnej reakcji na określoną sytuację społeczną; stosowanie nabytych kompetencji w relacjach z dziećmi i dorosłymi. Dzięki zajęciom tego typu dzieci nabędą podstawowe umiejętności do których zaliczyć należy: zawieranie znajomości, słuchanie, zadawanie pytań, odmawianie, inicjowanie rozmowy, nabycie umiejętności prowadzenia dialogu, nabycie umiejętności prawidłowej reakcji na krytykę oraz niepowodzenie, właściwe wyrażanie krytyki oraz, co istotne radzenie sobie z uczuciami, w tym: rozróżnianie uczuć, wyrażenie gniewu i rozczarowania, mówienia komplementów. W osiągnięciu wyżej wymienionych kompetencji pomocne dzieciom są podstawowe procedury takie jak: modelowanie, odgrywanie ról, informacje zwrotne i transfer.

Wiek przedszkolny pozwala w sposób świadomy nawiązywać relacje społeczne. To właśnie w tym okresie dzieci uczą się skutecznie ze sobą porozumiewać. W przedszkolu dziecko powinno nabyć umiejętności interpersonalne, nauczyć się w miarę swoich możliwości rozwiązywać problemy i podejmować decyzje. Ważne jest także twórcze i krytyczne myślenie, samoświadomość, a także radzenie sobie z emocjami, stresem i wykazywanie empatii.

## 2. Założenia programu.

Program własny „Moje emocje w moim otoczeniu” opracowany został z myślą o dzieciach w wieku przedszkolnym. W trakcie jego realizacji dziecko staje się podmiotem zabiegów wychowawczych i bierze w nich czynny udział. Zdobycie oczekiwanej umiejętności lub nawyku jest niewystarczające dla dziecka w wieku przedszkolnym. Zajęcia mają na celu nauczyć najmłodszych odczuwania potrzeby ich stosowania w życiu codziennym. Dziecko świadomie będzie nabywało umiejętności społeczne. Głównym założeniem programu jest wykształcenie modeli zachowań i dbanie o rozwój społeczny dziecka. Bardzo istotnym zagadnieniem programu jest kształtowanie właściwej postawy wobec dorosłych oraz rówieśników, a także stwarzanie okazji umożliwiających wspieranie i wspomaganie indywidualnego rozwoju dziecka. Przedszkole jest odpowiednim miejscem, w którym dziecko uczy się kształtować postawy społeczne. Wychowankowie są pod troskliwą opieką wykwalifikowanej kadry pedagogicznej, świadomej długotrwałych korzyści płynących z kształtowania postaw społecznych. Podstawowe założenia programu nakładają na nauczyciela obowiązek inspirowania i aktywizowania dzieci, aby odczuły potrzebę komunikacji z drugim człowiekiem, radziły sobie z emocjami i właściwie reagowały na określone sytuacje, w szczególności trudne dla dziecka.

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

Program zawiera treści kształcenia, cele główne oraz szczegółowe, przewidywane rezultaty pracy dydaktyczno- wychowawczej, formy i metody pracy podczas realizacji treści kształcenia oraz sposoby ich realizacji i ewaluację.

3. Treści kształcenia.

Treści programowe nie wyczerpują ogromnego wachlarza oddziaływań, jakie podejmuje nauczyciel w pracy z dziećmi. Ten program zawiera wybrane zagadnienia, które zostały skupione w trzech obszarach podzielonych na 20 scenariuszy modyfikowanych do predyspozycji dzieci, tak aby osiągnąć zamierzone cele. Pierwszy obszar to rozwój emocjonalny, w którym realizowane będą zajęcia skupiające się na podstawowych emocjach takich jak radość, smutek, strach i złość. Samowiedza to obszar drugi obejmujący pogłębianie wiedzy na temat siebie i innych, a także odkrywanie swojego potencjału i mocnych stron. Obszar trzeci to umiejętności społeczne, w którym będą realizowane zagadnienia na temat kłamstwa, bycia w grupie, współpracy, przyjaźni, rozwijania empatii, rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie z porażką. Należy pamiętać o tym, że nie jest możliwe ćwiczenie tak wielu umiejętności jednocześnie, dlatego zakres realizowania przedstawionych treści oraz dobór metod zależy od indywidualnych potrzeb dziecka, od jego sfery najbliższego rozwoju, a także od możliwości psychofizycznych danego dnia.

Wymienione umiejętności będą kształtowane w ramach poniższej tematyki:

Wrzesień:

1. Poznajemy się. Wprowadzenie do rytmu pracy w grupie.
2. Poznajemy się. Ustalenie zasad panujących w grupie.

Październik:

1. Poznajemy emocje podstawowe – radość, smutek.
2. Rozpoznajemy emocje podstawowe – radość, smutek, złość, strach.

Listopad:

1. Czym jest strach i czego się boją dzieci?
2. Po co się złościć? Czym jest złość i jak sobie z nią radzić?

Grudzień:

1. Podsumowanie cyklu zajęć o emocjach.
2. Kim jestem i jaki jestem?

Styczeń:

1. Podobieństwa i różnice. Co nas łączy, a co nas odróżnia.
2. Nasze talenty i umiejętności. Czy trzeba znać się na wszystkim?

Luty:

1. Ja i moja rodzina.
2. Prawda i fałsz. Czym jest kłamstwo?

Marzec:

1. Dlaczego potrzebujemy innych ludzi i co to znaczy być samotnym?
2. Przedszkolak pomaga. Praca nad empatią.

Kwiecień:

1. Kto jest moim przyjacielem?
2. Rozwiązywanie konfliktów. Jak się pogodzić?

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

Maj:

1. Radzenie sobie z porażką. Czy można zawsze wygrać?
2. Różne miejsca – różne zasady. Jak się zachować w różnych sytuacjach i miejscach?

Czerwiec:

1. Zasady dobrego zachowania.
2. Podsumowanie cyklu zajęć.
  
4. Cele główne i szczegółowe.

Głównym celem prowadzenia zajęć jest kształtowanie kompetencji społecznych poprzez budowanie pozytywnej relacji z dorosłymi, pozytywne doświadczania w relacji z rówieśnikami, uczenie, trenowanie i utrwalanie umiejętności oraz psychoedukacja – wzbogacenie wiedzy na temat wybranych kompetencji.

Cele szczegółowe zajęć: zapoznanie się uczestników, budowanie poczucia bezpieczeństwa w grupie, aktywizowanie procesów twórczych, kształtowanie pozytywnej atmosfery w grupie, rozwijanie poczucia tożsamości grupowej, doświadczenie życzliwości i akceptacji, wypracowanie zasad pracy grupowej, kształtowanie umiejętności nazywania różnych stanów emocjonalnych, ćwiczenie funkcji motorycznych i orientacji w schemacie ciała, usprawnienie procesów uwagi i percepcji słuchowej, rozwijanie umiejętności współdziałania w grupie, zrozumienie czym jest strach i jak go rozpoznać, kształtowanie umiejętności oddzielania prawdziwego zagrożenia od nierealnych obaw, budowanie zaufania w grupie, rozwijanie empatii, zrozumienie powodów odczuwania złości, budowanie empatii, poszerzenie wiedzy o konstruktywnych i destruktywnych sposobach radzenia sobie ze złością, kształtowanie wiedzy o sobie, budowanie poczucia przynależności i tożsamości, kształtowanie rozumienia kontekstu społecznego, wzmacnianie pozytywnej percepcji własnej osoby, zrozumienie istoty różnic i podobieństw między ludźmi, kształtowanie postawy akceptacji dla odmienności, budowanie poczucia tożsamości grupowej i indywidualnej, doskonalenie percepcji wzrokowej i spostrzegawczości, podnoszenie świadomości posiadania mocnych stron, rozwijanie samoświadomości, zrozumienie czym jest rodzina, kształtowanie umiejętności przewidywania skutków zdarzeń, rozwijanie rozumienia sytuacji społecznych, poznanie i utrwalenie pojęcia prawdy i fałszu, zrozumienie pojęcia samotności, kształtowanie zdolności myślenia przyczynowo-skutkowego, rozwijanie empatii i wrażliwości na problemy innych, zrozumienie pojęcia przyjaźni, poszerzenie wiedzy na temat konfliktów i sposobów ich rozwiązywania, zrozumienie pojęcia „porażka”, kształtowanie akceptowalnych społecznie wzorców zachowań w sytuacji porażki, poznawanie i utrwalanie zasad zachowania w różnych miejscach, rozwijanie zdolności rozumienia norm społecznych, utrwalanie zwrotów grzecznościowych i doskonalenie umiejętności ich stosowania.

5. Metody pracy.

Spośród proponowanych metod pracy należy wprowadzić gry i zabawy integracyjne, inscenizacje, opowiadania, rozmowy, ćwiczenia radzenia sobie ze stresem, zabawy teorii umysłu, zabawy komunikacyjne, doznania emocjonalne, wykorzystanie codziennych sytuacji do realizacji treści programowych, zabawy wyciszające, bajkoterapia, opowieści ruchowe, oglądanie filmów edukacyjnych z modelowaniem zachowań. Ponadto wskazana jest praca w kręgu, karty pracy oraz zadania wspomagające kreatywność.

6. Przewidywane osiągnięcia dzieci po realizacji programu.

Zakończenie realizacji programu zakłada, że dziecko nabeździe umiejętność skutecznego porozumiewania się, będzie potrafiło wyrazić siebie w sposób charakterystyczny dla danej sytuacji z zachowaniem kultury osobistej, będzie wyrażało swoją opinię w sposób

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

niekrzywdzący innych, będzie panowało nad swoimi emocjami i stresem, nabędzie umiejętność właściwego porozumiewania się z dorosłymi i dziećmi, będzie radziło sobie z problemami, nabędzie umiejętność podejmowania decyzji, nabędzie zdolność krytycznego myślenia, zaakceptuje siebie i inne osoby (empatia), będzie przestrzegać zasad obowiązujących w społeczeństwie, w miarę samodzielnie radzić sobie w sytuacjach życiowych, będzie obdarzało uwagę dzieci i dorosłych, aby rozumieć to, co mówią i czego oczekują, będzie kulturalnie zwracało się do innych zarówno w przedszkolu, jak i w domu.

**7. Ewaluacja.**

Podsumowanie i ocena efektów pracy są bardzo istotne. Podczas zajęć zaleca się by skupiać uwagę zarówno na pracy całej grupy, jak i każdego dziecka indywidualnie. Po skończonym cyklu zajęć należy przeprowadzić dwa arkusze ewaluacji.

**I Arkusz ewaluacji grupowej**

Imię i nazwisko dziecka						
Wrzesień	Temat 1					
	Temat 2					
Październik	Temat 1					
	Temat 2					
Listopad	Temat 1					
	Temat 2					
Grudzień	Temat 1					
	Temat 2					
Styczeń	Temat 1					
	Temat 2					
Luty	Temat 1					
	Temat 2					
Marzec	Temat 1					
	Temat 2					
Kwiecień	Temat 1					
	Temat 2					
Maj	Temat 1					
	Temat 2					
Czerwiec	Temat 1					
	Temat 2					

**Legenda:**

0 – nieobecność dziecka

1 – niezrozumienie tematu, niezrealizowanie celów zajęć

2 – częściowe zrozumienie tematu i częściowe zrealizowanie celów zajęć

3 – zrozumienie tematu i zrealizowanie celów zajęć

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

II Arkusz ewaluacji indywidualnej

Imię i nazwisko dziecka .....

Cele/zadania	Zajęcia 1	Zajęcia 2	Zajęcia 3	Zajęcia 4	Zajęcia 5	Zajęcia 6	Zajęcia 7
Cele/zadania	Zajęcia 8	Zajęcia 9	Zajęcia 10	Zajęcia 11	Zajęcia 12	Zajęcia 13	Zajęcia 14
Cele/zadania	Zajęcia 15	Zajęcia 16	Zajęcia 17	Zajęcia 18	Zajęcia 19	Zajęcia 20	

Legenda:

- 0 – nieobecność dziecka
- 1 – niezrozumienie tematu, niezrealizowanie celów zajęć
- 2 – częściowe zrozumienie tematu i częściowe zrealizowanie celów zajęć
- 3 – zrozumienie tematu i zrealizowanie celów zajęć

**PROGRAM WŁASNY  
PRZEDSZKOLA NR 10 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI  
TYCHACH**

2023/2024

**Bibliografia:**

1. Jed Baker, Ilustrowany podręcznik umiejętności społecznych – trening komunikacji, zabawy i emocji dla dzieci z autyzmem, Gdańsk 2018.
2. Ellen McGinnis, Kształtowanie umiejętności małego dziecka. Przewodnik nauczania umiejętności prospołecznych, Warszawa 2014.
3. Michael Bloomquist, Trening umiejętności dla dzieci z zachowaniami problemowymi. Podręcznik dla rodziców i terapeutów, Warszawa 2010.
4. Linda Reddy, Rozwijanie umiejętności społecznych dziecka Interwencje przez zabawę , Warszawa 2013.
5. Dorota Bentkowska, Joanna Węglarz, Wspólna przygoda scenariusze zajęć rozwijających umiejętności społeczne, Kraków 2021.