

Grădinița cu Program Prolungit *Căsuța cu povești Bistrița*

Planificare săptămânală - *Emoțiile mele* (recunoașterea și gestionarea emoțiilor)

Mesaj pentru părinți și copii:

Bun găsit, dragi părinți și copii! Pe parcursul acestei săptămâni, vă propunem sugestii de activități ce implică tema – Emoțiile mele-, experiențe care ne permit să pornim într-o călătorie captivantă și încurajatoare prin lumea diversă a emoțiilor. Aceste experiențe ne vor ajuta să identificăm ceea ce simțim și să numim ceea ce simțim, să vorbim despre starea noastră sufletească și să ne gestionăm emoțiile. Avem încredere că împreună vom reuși să organizăm timpul eficient, astfel încât să îi sprijinim pe cei mici să rezolve și câteva din sarcinile primite de la grădiniță în această perioadă. De asemenea, vă rugăm să împărtășiți cu noi idei, modalități de desfășurare a altor activități la care v-ați gândit. Vă încurajăm să aveți un jurnal al săptămânii în care voi, cei mici, să vă țineți singuri o evidență a activităților desfășurate și o soluție pentru a nota atunci când ați rezolvat sarcina, durata acestei, dacă a fost greu sau nu în a o rezolva și dacă v-au venit idei de alte activități.

Tema săptămânii	Sugestii de învățare	Sugestii practice pentru părinți
<i>Roata timpului</i>	<ul style="list-style-type: none">✓ Experimentați! <i>Emoția care plutește</i> este un experiment simplu, distractiv, iar la final vom afla de ce aceasta plutește! Vom avea nevoie de o farfurie albă de porțelan, un marker pentru tabla whiteboard și un pahar cu apă. Desenați pe farfurie, cu markerul, bucuria, tristețea, furia și frica, apoi, încet turnați apă. Desenele voastre vor începe să plutească. De ce? Explicația constă în faptul că markerul conține ulei iar acesta nu se amestecă cu apa.✓ Împărtășiți membrilor familiei ce simțiți atunci când sunteți bucuroși, triști, furioși sau vă este frică.✓ Desenați emoțiile într-o tavă în care ați pus făină de porumb/de grâu sau	Activitățile propuse nu sunt obligatorii, tocmai de aceea, în desfășurarea lor, vă încurajăm să folosiți materiale reciclabile, materiale din natură, materiale care implică costuri foarte mici sau chiar deloc. În acest fel va fi posibilă

- griș.
- ✓ Decupați din reviste diferite persoane și sortați ceea ce ați decupat în funcție de emoția exprimată.
 - ✓ Citiți poveste *Broasca Testoasă* și veți învăța cum să vă gestionați furia. http://www.cjraevalcea.ro/xupload/site/evenimente/cerc_pedagogic_aprilie_2015/materiale/POVESTI%20TERAPEUTICE%20furie.pdf
 - ✓ Calendarul emoțiilor! Desenați în calendar cum vă simțiți și ce v-a făcut să vă simțiți așa, în fiecare zi a săptămânii.

Ziua	Emoția/emoțiile mele	Ce m-a făcut să mă simt așa?
Luni		
Marti		
Miercuri		
Joi		
Vineri		
Sâmbătă		
Duminică		

- ✓ Scrieți numele fiecărei emoții cu culoarea care credeți că o reprezintă!
- ✓ Aveți șosete desperecheate? Sortați șosetele pe perechi, împerecheați-le și realizați cu ele fețe triste, fețe fericite, fricoase sau furioase.
- ✓ Pregătiți împreună gustări fericite, triste, furioase sau fricoase.

realizarea cu succes a activităților de către copii.

Dacă sugestiile noastre vă inspiră și copilul dumneavoastră preferă să aprofundeze altă temă, vă rugăm să îl încurajați în a face acest lucru, ba chiar vă rugăm să ne împărtășiți acest lucru.

Coordonator: Brănișteanu Rodica

Colectiv de lucru:

- Calistru Cristina
- Maier Nicoleta
- Moldovan Oana-Maria
- Molnar Lenuța

- Naghiu Silvia
- Onoe Ana Maria
- Palage Cristina
- Pop Alexandrina
- Popițan Viorica Adriana
- Turda Monica