

INNOWACJA PEDAGOGICZNA

„Moje emocje, czyli informuję
co dzieje się ze mną”



Termin realizacji: drugie śródrocze roku szkolnego 2024/2025

Opracowała: mgr Magdalena Zawacka

I Wstęp

Emocje w życiu człowieka są jak informacje o tym co się ze mną dzieje. Informacje te należy odpowiednio rozpoznawać i wyrażać gdyż determinują one wszelkie działania, ale również pomagają nam zrozumieć i poznać samych siebie. Ważne jest abyśmy już jako dzieci dobrze odczytywali własne stany emocjonalne i informowali o nich, wówczas świat dorosłych lepiej nas rozumie i szybciej reaguje. Dziecko jeśli uczy się je nazywać i rozumieć emocje, które przeżywa, przekłada się to bezpośrednio na jego lepsze funkcjonowanie i rozwój. Dzieci potrzebują nabycia umiejętności wyrażania własnych pragnień, potrzeb. My dorośli powinniśmy umieć odczytywać i właściwie reagować na dziecięce emocje, aby nauczyć ich zachowań akceptowalnych społecznie, adekwatnych do sytuacji. Przede wszystkim jednak poprzez otwartość na różne dziecięce reakcje emocjonalne zachęcać do proszenia o pomoc i wsparcie. Stąd pomysł warsztatów dotyczących emocji, skierowanych do uczniów klasy 3 a Szkoły Podstawowej nr 1 z Oddziałami Dwujęzycznymi i Sportowymi im. T. Kościuszki w Lidzbarku.

Proponowane zajęcia dadzą szansę na pozyskanie wiedzy na temat samych siebie, odczytywania własnych stanów emocjonalnych i ich przeżywania w sposób nienaruszający dobrostanu drugiej osoby.

Na zajęciach uczniowie będą mieli możliwość właściwego przeżywania i odczytywania własnych znaków emocjonalnych dzięki temu lepiej zrozumieją siebie i nauczą się szukania źródeł wsparcia w osobach dorosłych czy specjalistów takich jak psycholog, pedagog.

Innowacja polega na zintegrowaniu działań z zakresu refleksyjnego myślenia, przeżywania i rozumienia stanów emocjonalnych, uwrażliwiania na potrzeby własne i innych, a także lepszego funkcjonowania osobistego i społecznego w szerokim tego słowa znaczeniu. Prowadzi to do nabycia nowych kompetencji i stanowi ważny element w kształtowaniu zdrowej osobowości.

II. Cele innowacji

Cele główne:

- wzbogacanie wiedzy o znajomość przeżywanych stanów emocjonalnych,
- lepsze poznanie siebie i dostrzeżenie własnych potrzeb,
- większa tolerancja/ zrozumienie w stosunku do zachowań, postaw i funkcjonowania innych osób.

Cele szczegółowe innowacji:

- lepsze rozumienie zachowań własnych i osób z otoczenia,
- większa akceptacja siebie poprzez poznanie swoich reakcji emocjonalnych,
- zwrócenie uwagi na wpływ własnych działań na innych,
- uświadomienie uczniom z czym wiąże się impulsywne zachowanie/zachowania agresywne.

III. Termin wprowadzenia i okres trwania Innowacji

Zajęcia w ramach innowacji realizowane będą przez pedagoga, pedagoga specjalnego mgr Magdalenę Zawacką na ustalonych z wychowawcą klasy 3 a zajęciach oraz na przedmiocie religia – 2 razy w miesiącu przy uczestnictwie psychologa szkolnego.

IV. Adresaci innowacji

Innowacja adresowana jest do uczniów szkoły klasy 3 a.

V. Tematyka zajęć warsztatowych:

1. Poznaję swoje emocje
2. Uczę się właściwego przeżywania emocji
3. Co wolno, a czego mi nie wolno robić
4. Jak moje emocje wpływają na innych
5. Jak nauczyć się prosić o pomoc dorosłych
6. Rozpoznaję i informuję o swoich potrzebach
7. Czy jestem asertywny.
8. Czy mam problem z cyfryzacją- dopamina
9. To jest ok, jeśli prosisz o pomoc
10. To jest ok., że nie wszystko udaje ci się od razu

VI. Charakterystyka i opis innowacji

Program realizowany będzie w ramach spotkań dwa razy w miesiącu z tematyką powiązanych z realizacją Programu profilaktyczno – wychowawczego szkoły.

Będzie to cykl zajęć warsztatowych. Spotkania składać się będą z części teoretycznej i praktycznej. Bazując na materiałach plastycznych uczniowie wykonają ilustrację emocji z jakimi kończą dane warsztaty. Kluczowe będzie aktywizowanie uczniów.

VII. Procedury osiągania zamierzonych celów oraz rodzaje aktywności – planowane metody i formy pracy

Metody pracy: Metody stymulowania aktywności polegają na podążaniu za potrzebami uczniów przy jednoczesnym delikatnym kierowaniu i ukazywaniu im ciekawych treści. Aktywizowanie uczniów i wzbudzanie ich zainteresowania tematyką zajęć odbywać się będzie poprzez stosowanie atrakcyjnych form i

metod opartych na : • pokazie : filmy , prezentacje, • przekazie słownym - pogadanka; • działaniu w zespole/ forma zabawy • możliwości twórczego, spontanicznego wyrażania własnych emocji • praca z całą grupą.

Środki dydaktyczne: • Środki wspomagające: karty pracy, ankiety emocji •
Środki wizualne: filmy, prezentacje multimedialne, ilustracje emocji, plakaty.

VIII. Przewidywanymi efektami będą:

- aktywizacja uczniów - zainteresowanie własnymi emocjami, - rozwój umiejętności radzenia sobie z trudnymi emocjami, - zbudowanie pozytywnych relacji i rozwój postawy wsparcia wobec innych - integracja z grupą rówieśniczą, rozwój umiejętności współpracy - poszerzenie wiedzy odnośnie sposobów otrzymywania pomocy od osób dorosłych.

IX. Ewaluacja

Program zakończy ewaluacja polegająca na ankietowaniu uczestników programu/ ankiety emocji. Głównym zadaniem ewaluacji będzie uzyskanie odpowiedzi na pytanie, czy założenia i cele programu zostały osiągnięte. Zostanie przeprowadzona rozmowa z wychowawcą klasy na temat zachowania i postaw uczniów, a także ich obserwacja.