

EARLYPOLY EMO_408_HU

A szerző neve és intézménye: **Fenyvesi Kristóf**, Experience Workshop, Finnország

Formális és/vagy nemformális edukációs közegben használható: **Formális**

A leginkább releváns korosztály: **5-6**

Az ötlet/gyakorlat/feladat leírása: **Érzelmek felfedezői (Színezd ki az érzelmeimet)**

Anyagok: Különböző színű Poliuniverzum darabok (gondoskodjon róla, hogy minden gyermeknek legyen néhány darabja, amelyeken jól láthatóak az alapszínek – piros, kék, zöld, sárga); készítsen elő érzelmeket ábrázoló kártyákat vagy emoji arcokat is, amelyek az alapérzelmeket (boldogság, szomorúság, harag, nyugalom stb.) ábrázolják, valamint az érzelmekhez illő színes papírokat vagy szőnyeget (pl. kék kör a szomorúsághoz, sárga a boldogsághoz stb.), a csoport megbeszélése alapján. Opcionális: tükör, hogy a gyerekek gyakorolhassák az arckifejezéseket.

Tanulási célok: Segít a gyerekeknek felismerni és megnevezni a különböző érzelmeket, és összekapcsolni őket színekkel vagy absztrakt ábrázolásokkal; empátiát épít azzal, hogy megérteti velük, hogy mások másképp érezhetnek (társas tudatosság); ösztönözze a kreativitást és az önkifejezést azzal, hogy formákat és színeket használ az érzelmek ábrázolásához. A finommotoros képességek fejlesztése az érzelmek ábrázolásához szükséges darabok elrendezésével valósul meg.

A játék leírása és szabályai: Ez a játék a „*Színek és érzelmek*” reggeli kör tevékenység ihlette. A formákkal egy gyakorlatias csavart ad hozzá:

1. lépés: Beszélgetés – Gyűjtsd össze a gyerekeket egy körbe. Kezdd azzal, hogy beszélj az érzelmekről és a színekről: „*Milyen színűnek érzed magad, amikor boldog vagy? Talán sárga, mint a nap? Mi van a haraggal – az piros, mint a tűz?*” Csoportként döntsétek el, mely színek mely érzelmekhez kapcsolódnak (nincs rossz válasz). Például a gyerekek egyetérthetnek abban, hogy a zöld „nyugodt”, a kék „szomorú”, a piros „dühös”, a sárga „boldog” érzést kelt. Helyezzétek a színes érzelmekártyákat vagy szőnyeget középre referenciaként.

2. lépés: Alakzatok kiválasztása – Oszd szét a Poliuniverzum darabokat a gyerekek között. Most mutasd be az ötletet: „*Használjátok az alakzataitokat, hogy megmutassátok, hogyan érzitek magatokat ma.*” Minden gyerek kiválaszt egy alakzatot, amelynek színe megfelel a jelenlegi hangulatának vagy egy kijelölt érzelmnek. Ezt fogják használni, hogy megosszák az érzésüket a csoporttal. Például egy vidám gyerek egy élénk sárga kör alakzatot választhat.

3. lépés: Kifejezés és megosztás – A gyerekek egymás után felváltva megmutatják a választott alakzatot, és eljuttatják vagy leírják az érzelmet. Például: „*Kék háromszöget választottam. A kék a kedvenc színem, de egy kicsit szomorú is. A háromszögemnek van egy kis sárga sarka – ez az én boldog részem, ami kilát. Egy kicsit szomorú vagyok, mert a barátom nincs itt, de boldog is, mert szeretem a háromszög alakzatokat.*” Ösztönözze őket, hogy illő arckifejezést vagy pózt vegyenek fel (kapcsolódva a dráma/fizikai kifejezéshez). A csoport ezután kitalálhatja vagy megnevezheti az érzelmet, és felelheti a megfelelő

érzelemkártyát, ha van ilyen (ez elősegíti az empátiát – megfigyelik, hogyan mutatják ki az egyes gyerekek az érzelmeiket).

4. lépés: Csoportos “érzelem mozaik” – A tevékenység csúcspontjaként a gyerekek együtt dolgoznak egy „érzelmi mozaik” elkészítésén. Egy nagy papírlapra egymás után ráhelyezik a választott alakzatokat, így egy közös műalkotást hoznak létre. A darabokat talán egy hatalmas szív vagy egy mosolygós arc körvonalába rendezhetik. Ez a osztály abban a pillanatban érzett érzelmeinek skáláját jelképezi. Ez vizuálisan megerősíti, hogy mindannyiunknak vannak érzelmei, és ezek mind illeszkednek az osztály közösségébe.

Formatív értékelés: A megosztás során figyeljen a helyes érzelmi szókincs használatára, és figyelje meg, hogy a gyerekek képesek-e koherensen összekapcsolni a színeket az érzelmeikkel (ez az érzelmi tudatosságot mutatja). Jegyezze fel az egyes gyerekek kényelmi szintjét: ki fejezi ki lelkesen az érzelmeit, és ki félénk? Ezek a megfigyelések segítenek a szocio-érzelmi fejlődés támogatásában. A tevékenység után feltehető néhány kérdést: „Milyen érzés volt megosztani az érzelmeidet? Mit vettetek észre mások érzelmeiről?” Ez a reflexió méri az empátia fejlődését. Ezen kívül tegye ki az elkészült érzelem-mozaikot. Idővel visszatérhet rá, és megkérdezheti, hogy változott-e valakinek az érzelme, és a formák segítségével beszélhet az érzelmei kezeléséről. Ez a folyamatos párbeszéd összhangban áll a finn ECEC-megközelítésben hangsúlyozott önszabályozási és szociális kompetenciákon a gyermekeknél.

- *Miért jó ez a gyakorlat:* Kompetencia területek fejlesztése: művészetek/kifejezés (érzelmei felismerése és kifejezése), interakció (társas-érzelmi készségek), multimodális készség (a színek érzelmei szimbólumaként való értelmezése)
- *Kipróbálta-e már valaki ezt? Ha igen, mikor és hol?* -
- *Megjegyzések:* -