**Zajęcia kompetencji emocjonalno-społecznych**

**„Mój humor dzisiaj” i zaznacza swój stan emocjonalny**

1. Rozmowa tematyczna

● Dlaczego mam taki humor ?

● Co się stało, co się wydarzyło ?

● Czy chciałbyś opowiedzieć

Ćwiczenie izometryczne „Kłębuszek”.

2. Dzieci leżą w najwygodniejszej dla siebie pozycji. Na wyznaczony delikatny sygnał

muzyczny zwijają się w kłębuszek, chowają głowę, podkurczają nogi, na których

zaciskają ręce. Powrót pierwszej melodii oznacza przyjęcie pozycji wyjściowej.

Muzyka filmowa lat 60,70, Wrigt eses (Waterhip down) lub inna wybrana przez

rodzica muzyka.

3. Zabawa „Skała” wg W. Sherborne.

Dziecko dobiera się w parę– jedna osoba zamienia się w skałę, druga usiłuje tę skałę

przesunąć – ćw. siłowe. Zamiana ról. Refleksja na temat zabawy.