

AKTIVNOSTI ZA DJECU KOD KUĆE

Tema: *emocije*

Dob: 1+, 2+



JA U OGLEDALU

- **Cilj aktivnosti:** prepoznavanje i imenovanje emocija kod sebe i drugih
- **Potreban materijal:** ogledalo
- **Opis aktivnosti:** ispred ogledala zajedno pokušajte mimikom lica i tjelesnim pokretima pokazati emocije sreće, tuge, ljutnje i straha.



IGRAČKE I EMOCIJE

- **Cilj aktivnosti:** upoznavanje s emocijama
- **Potreban materijal:** djetetova najdraža igračka; lutka, plišanac
- **Opis aktivnosti:** Pokazujemo razne emocije na igračkama. Razgovarajmo s djetetom zašto se igračka tako osjeća.
npr. Medvjedić plače. – *zašto plače? gladan je?*
Nakon toga tješimo, nježujemo, hranimo medvjedića...



POKRETI UZ EMOCIJE

- **Cilj aktivnosti:**

Kako su djeca ove dobi još relativno mala i istražuju kako sebe i druge tako i emocije i osjećaje, najčešće razlikuju 3, odnosno 4 osnovne emocije:

- *SRETAN SAM*
- *TUŽAN SAM*
- *LJUT SAM*

A nešto kasnije :

- *STRAH ME*



- **Opis aktivnosti:** Tako malom djetetu možete ponuditi kao aktivnost fotografije s gestama lica : sretno, tužno, uplašeno i ljuto lice. Imenujte osjećaje zajedno s djetetom.
- Pokazujte mu mimikom lica i pokretima tijela što radimo kada smo : sretni (npr.smijemo se, plešemo, pjevamo...), tužni (plačemo...), ljuti (udaramo nešto, namrštimo lice...) uplašeni (širok otvorimo oči, drhti nam tijelo, sakrijemo se negdje...) Neka dijete upozna sve emocije i neka zna da je u redu izraziti ih. Bolje da izađu van nego da ostanu zarobljene u nama.
- Potražite s djetetom neki predmet koji će mu pomoći kad se osjeća npr. tužno (neka zagrlji najdražeg medu), ljuto (neka udara ručicama u neki jastuk)... kada oslobodi emocije i pokaže ih osjećat će se lakše.
- Razgovarajte s njim zašto je npr. tužno, tko ili što ga je naljutilo... kako to zajedno možemo riješiti (npr. ljut si jer ne možeš složiti kockice koje ti se stalno ruše? – evo ja ću ti pomoći zajedno ćemo biti uspješniji)



SVA LICA GLAZBE I PLESA

- **Cilj aktivnosti:** dati djetetu da iskaže svoje emocije kroz glazbu i pokret. Pomaže da se dijete poveže s odraslima koji razumiju zvukove i mogu ih opisati i približiti djetetu.
- **Opis aktivnosti:** pripremite glazbu različite glasnoće, tempa, ugođaja (tiho- glasno, brzo- polako, veselo- tužno). Pustite djeci glazbu i zajedno zaplešite. Promatrajte djetetov pokret i izraz lica s obzirom na glazbu koju čuje. Gledajte se u ogledalo i oponašajte izraze lica jedni drugih.

Linkovi za primjer pjesama:

https://www.youtube.com/watch?v=nZTJ5A_Yb3M

https://www.youtube.com/watch?v=hw8k_8yJQt0

<https://www.youtube.com/watch?v=jhRyB8cV0-M>

