

## Realizacja programu "Labirynt uczuć"

W naszym przedszkolu zakończyliśmy realizację wyjątkowego programu „**Labirynt uczuć**” autorstwa **Natalii Niemczyk**. Powstał on jako odpowiedź na codzienne wyzwania naszych maluchów związane z nazywaniem, rozpoznawaniem oraz radzeniem sobie z emocjami. Głównym celem tych zajęć było wsparcie rozwoju społeczno-emocjonalnego dzieci w pełnej korelacji z Podstawą Programową wychowania przedszkolnego. Przez ostatnie miesiące nasi podopieczni uczyli się akceptacji własnych stanów emocjonalnych, budowania poczucia własnej wartości oraz współpracy w grupie. Jak wyglądała nasza droga przez labirynt emocji? Program autorski został podzielony na dwa spójne bloki tematyczne, pełne angażujących zabaw, dramy, technik relaksacyjnych oraz metod aktywizujących. Część I: „Nazywam i rozpoznaję emocje” – skupiliśmy się tu na teorii i identyfikacji podstawowych stanów. Dzieci brały udział w zabawach takich jak „*Układamy emocje*”, „*Co czujemy, gdy...?*” oraz szukały emocji w znanych kreskówkach. Część II: „Akceptuję emocje” – to czas na praktykę, empatię i radzenie sobie z trudnymi uczuciami. Maluchy uczyły się poprzez ruch „*Kto się cieszy, ten skacze do góry!*”, ćwiczenia z uważności „*Widzę, słyszę i czuję!*”. Podczas zajęć wykorzystywaliśmy opowiadania z użyciem pacynek, historyjki obrazkowe, a także techniki plastyczne, które pozwalały dzieciom bezpiecznie przelać swoje nastroje na papier. Sukcesy naszych małych odkrywców - z dumą obserwujemy, jak ogromne postępy zrobiły dzieci z grup młodszej! Bieżąca ewaluacja i obserwacje przyniosły wspaniałe wnioski:

Wzrost samoświadomości - przedszkolaki bezbłędnie rozpoznają i nazywają podstawowe emocje (zadowolenie, smutek, szczęście, złość, przykrość, odwagę i zdziwienie).

Kompetencje społeczne: dzieci poznały konstruktywne, bezpieczne sposoby radzenia sobie ze złością. Znacznie chętniej rozmawiają o tym, co czują, zamiast wchodzić w konflikty rówieśnicze. Większa pewność siebie: systematyczna praca zaowocowała wiarą we własne możliwości i pięknym otwarciem się na potrzeby innych.

*Program przyniósł zakładane efekty i realnie podniósł jakość pracy naszej placówki. Dzieci wykazują się znacznie większą dojrzałością emocjonalną w codziennych sytuacjach, dlatego z radością będziemy kontynuować te założenia również w przyszłym roku.*