

## **Konspekt zajęć terapeutycznych - TUS**

**Temat:** Jak sobie poradzić ze smutkiem - ćwiczenia oddechowe na podstawie bajki terapeutycznej "Gucio się smuci".

**Cel ogólny:** Kształtowanie kompetencji emocjonalno-społecznych

**Cele szczegółowe:**

Dzieci uczą się czekać na swoją kolej wypowiedzi.

Dzieci słuchają bajki ze zrozumieniem.

Dzieci poznają sposób radzenia sobie z przykrymi myślami.

Dzieci uczą się kontroli oddechu.

**Pomoce dydaktyczne:** - bajka „Gucio się smuci – nagranie video i książeczka, memory z emocjami, bańki mydlane, słomki.

**Przebieg zajęć:**

1, "Rundka wstępna" - czyli co dzisiaj czujesz?

Dzieci opowiadają jakie uczucie odczuwają i z jaką sytuacją jest związane to uczucie.

**2. Obejrzenie bajki terapeutycznej "Gucio się smuci"**

Rozmowa na temat bajki – czyli co dzieci zapamiętały z opowiadania. Najważniejsze pytania : Dlaczego bohater się smucił? Jak sobie poradził ze smutkiem?

**3. Gra memory - "jak się dziś czujesz" - na podstawie bajki.**

Dzieci czekając na swoją kolej odkrywają karteczki z ilustracjami z bajki, przedstawiającymi to jak czuł się bohater.

**4. Ćwiczenia oddechowe**

Uczniowie ćwiczą oddech za pomocą słomek, robiąc bańki mydlane. Podkreślenie, że gdy jesteśmy smutni możemy przegonić złe myśli poprzez oddech.

**5. "Rundka kończąca - Dziękuję Ci za..."**

Prowadzący dziękuje dzieciom za czynności, które się im udały podczas zajęć. Praca domowa: ćwicz oddech przy użyciu balona. “Piątka” od prowadzącego na zakończenie zajęć.