

Zabawy pomagające w kształtowaniu poczucia własnej wartości

Zabawy są jednymi z najważniejszych narzędzi, jakimi dysponuje nauczyciel, by osiągnąć wyznaczony cel. Dlaczego? Bo dzieci po prostu je lubią. Dla nich jest to przyjemne spędzenie czasu. Poniżej zostaną zaprezentowane zabawy, które mogą być pomocne w podniesieniu samooceny poprzez poznanie siebie, swoich mocnych stron.

1. Pociąg z wagonami

Rozdajemy dzieciom pociąg z pustymi wagonami. Zadaniem ich jest narysowanie w pustych wagonach to, co lubią w sobie, swoje zalety. Dzieci mogą wymieniać się rysunkami i dorysowywać kolegom i koleżankom swoje propozycje w pustych okienkach wagoników.

2. Mój herb

Zadaniem dzieci jest stworzyć swój własny herb. Dostają gotowy szablon i wypełniają go zgodnie ze wskazaniem, np. moja dobra cecha, ulubiona potrawa, ulubiony bohater z bajki itp.

3. Karta umiejętności

Dziecko tworzy swoją indywidualną kartę umiejętności korzystając z obrazków. Inna możliwość to kolorowanie określonych symboli umiejętności, gdy się je opanuje na jednolitej karcie umiejętności (takiej samej dla wszystkich).

4. „Ja lubię- ja mam”

Zabawa identyfikacyjna. Dotyczyć one będą ulubionego pożywienia („ Ja lubię czekoladę mleczną”), ale też wyglądu („ Ja mam długie włosy”). Oprócz wybierania ilustracji, doklejania swojego symbolu lub etykiety z imieniem na gotowych planszach, można też próbować układać krótkie rymowane wierszyki o dziecku, zawierające jego cechy.

5. Kot i myszy

Jedno dziecko jest kotem, który ma łapać biegające myszki (pozostałe dzieci). Jedno dziecko zostaje wyznaczone na bohatera- który ratuje myszki przed kotem. Bohater ma za zadanie pomóc myszkom znaleźć schronienie. Na zakończenie zabawy myszki wręczają swemu obrońcy medal : „ Nasz bohater”.

6. Dary wróżki

Czytamy dzieciom fragment „ Śpiącej Królowny”. W momencie, gdy wróżki obdarowują królową prosimy dzieci, by narysowały swoje dary, które otrzymały. Musimy wyjaśnić dzieciom, że chodzi o pozytywne cechy, mogą to być też elementy wyglądu, które dziecko lubi w sobie. Następnie dzielimy się spostrzeżeniami słownie lub maszerując po sali dzieci oglądają swoje rysunki.

7. Pączek kwiatu

Chętne dziecko siada pośrodku kręgu w pozycji pączka kwiatu. Dzieci mają za zadanie „ podlewać” pączek miłymi słowami, które pomogą mu rozkwitnąć w piękny kwiat. Po kolei dzieci podchodzą do „pączka” i mówią : „ Lubię Cię za...”, „ Dziękuję Ci za...”. Dzięki tym słowom pączek zaczyna rozkwitać.

8. Przewodnik

Spośród turystów wyruszających na górską wyprawę wybieramy przewodnika, który ma za zadanie przeprowadzić ich bezpiecznie przez góry. Dzieci tworzą węża, mocno trzymając się za ręce. Przewodnik prowadzi pozostałe dzieci przez różne przeszkody zbudowane w sali. Gdy turyści zakończą wędrówkę, dziękują przewodnikowi za bezpieczną wędrówkę.

9. Lustro

Jedno dziecko staje się „odbiciem” drugiego i naśladuje jego ruchy.

10. Wiosłowanie

Dzieci siadają naprzeciw siebie, łąpią się za ręce i przeciągają naśladując ruch kajakarzy.

Powyższe zabawy mają na celu poznanie siebie, swoich mocnych stron. Pomagają również budować relacje z innymi, co przyczynia się do wzrostu samooceny. Niektóre to typowe zabawy ruchowe, które mogą zachęcić dziecko nieśmiałe do udziału w nich, kiedy nie chce np. wypowiadać się.

Opracowano na podstawie materiałów dla uczestników kursu

Specjalistycznego Centrum Edukacji EDU- MACH

„ Jak pomóc nieśmiałemu dziecku w przedszkolu?”