**SCENARIUSZ ZAJĘĆ ADAPTACYJNYCH**

* Uczestnicy Uczniowie klas IV-V
* Czas trwania 45 minut
* Cele ogólne :*Wsparcie adaptacji uczniów do nowych warunków szkolnych*
* Cele szczegółowe
1. *psychoedukacja w zakresie reakcji emocjonalnych typowych dla okresu adaptacji*
2. *budowanie spójności zespołu klasowego*
3. *stymulacja rozwoju kompetencji interpersonalnych, nazywania, wyrażania i rozumienia emocji*

**Zadanie 1. Czuję się dziś jak…**

Na początek nauczyciel prosi każdego uczestnika, by na jednej kartce dokończył samodzielnie zdanie „czuję się dziś jak…”. Dzieci mogą narysować zwierzę, przedmiot z którym się aktualnie identyfikują. Można podać kilka przykładów dla ułatwienia, np. czuję się dziś jak odważny lew albo czuję się dziś jak kipiące mleko, bardzo się denerwuję. Ważne jest, by pokazać dzieciom związek ich nastroju z miejscem, rzeczą, czy zwierzęciem jakie wybiorą. Nauczyciel zachęca, by uczniowie spróbowali przedstawić swoją wypowiedź graficznie. Po zakończeniu pracy prosi, by każdy pokazał swoją kartkę grupie i krótko opowiedział, co na niej jest.

**Zadanie 2. Potrzebuję….**

Wprowadź uczennice i uczniów w kolejną część zajęć, która będzie polegała na zidentyfikowaniu i nazwaniu ich potrzeb i oczekiwań w związku z pracą na lekcji. Rozdaj każdej osobie kilka zielonych i kilka czerwonych karteczek post-it. Poproś, aby każda osoba uczestnicząca dokończyła dwa zdania:

 ▷ Chciałabym/chciałbym, żeby… – zapisując je na zielonych karteczkach.

▷ Boję się, że… – zapisując je na czerwonych karteczkach.

**Zadanie 4. Przypominajki…**

Nowe zasady, które wprowadziliśmy w naszej szkole mogą być dla was trudne do zapamiętania. Ale jeśli każdy stworzy kilka karteczek – przypominajek i rozwiesimy je w klasie może będzie nam łatwiej. Wykorzystajcie kartę pracy i narysujcie lub napiszcie zasady, które uważacie za ważne.

Nauczyciel daje uczniom ok. 10 minut na narysowanie lub napisanie haseł, które dotyczą nowych reguł, mających na celu zmniejszenie ryzyka zakażenia COVID-19.  Nauczyciel następnie zbiera prace dzieci i rozkłada je tak, by każdy uczestnik warsztatu widział wszystkie.

**Zadanie 5** . **Znajdź rozwiązanie**

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy. Każda losuje opis trudnej sytuacji. Zadaniem każdej grupy jest stworzenie co najmniej 3 propozycji rozwiązania trudnej sytuacji (ale nie więcej niż 5). Następnie uczniowie wybierają w grupach najlepszą z propozycji. Na koniec wszystkie grupy prezentują na forum trudną sytuację oraz wybraną propozycję jej rozwiązania.

Ważne jest również to, by zwrócić uwagę uczniów na fakt, że pomocy i wsparcia w trudnych sytuacjach warto szukać u dorosłych osób (rodzice, psycholog czy pedagog szkolny, nauczyciele, konsultanci Telefonu 116 111).

**Podsumowanie zajęć**

Nauczyciel przypomina uczniom to, czego dowiedzieli się w trakcie zajęć lub zachęca ich do podzielenia się swoimi wrażeniami i spostrzeżeniami dotyczącymi zajęć i zdobytych informacji. Na koniec przypomina adres strony internetowej: www.116111.pl, numer darmowego Telefonu Zaufania dla Dzieci i młodzieży, jak również, gdzie w szkole dyżuruje psycholog i/lub pedagog, w jakich godzinach i jak można się z nim skontaktować. Przypomina również o sposobie kontaktu z nim samym (wychowawcą).