

Z uwagi na obecną sytuację przedstawiam poniżej 8 scenariuszów zajęć zajęć socjoterapeutycznych (wykonuj 2 na tygodniowo).

Powodzenia!

Scenariusz spotkania I

Temat:

„Jaki jestem?”

1. Ćwiczenie „Historia mojego imienia”

- Opisz historię swojego imienia: kto je wymyślił, czy wiąże

się z nim jakaś przygoda, jakie zdrobnienia lub inne formy imienia są lubiane, a jakie nie, itd.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

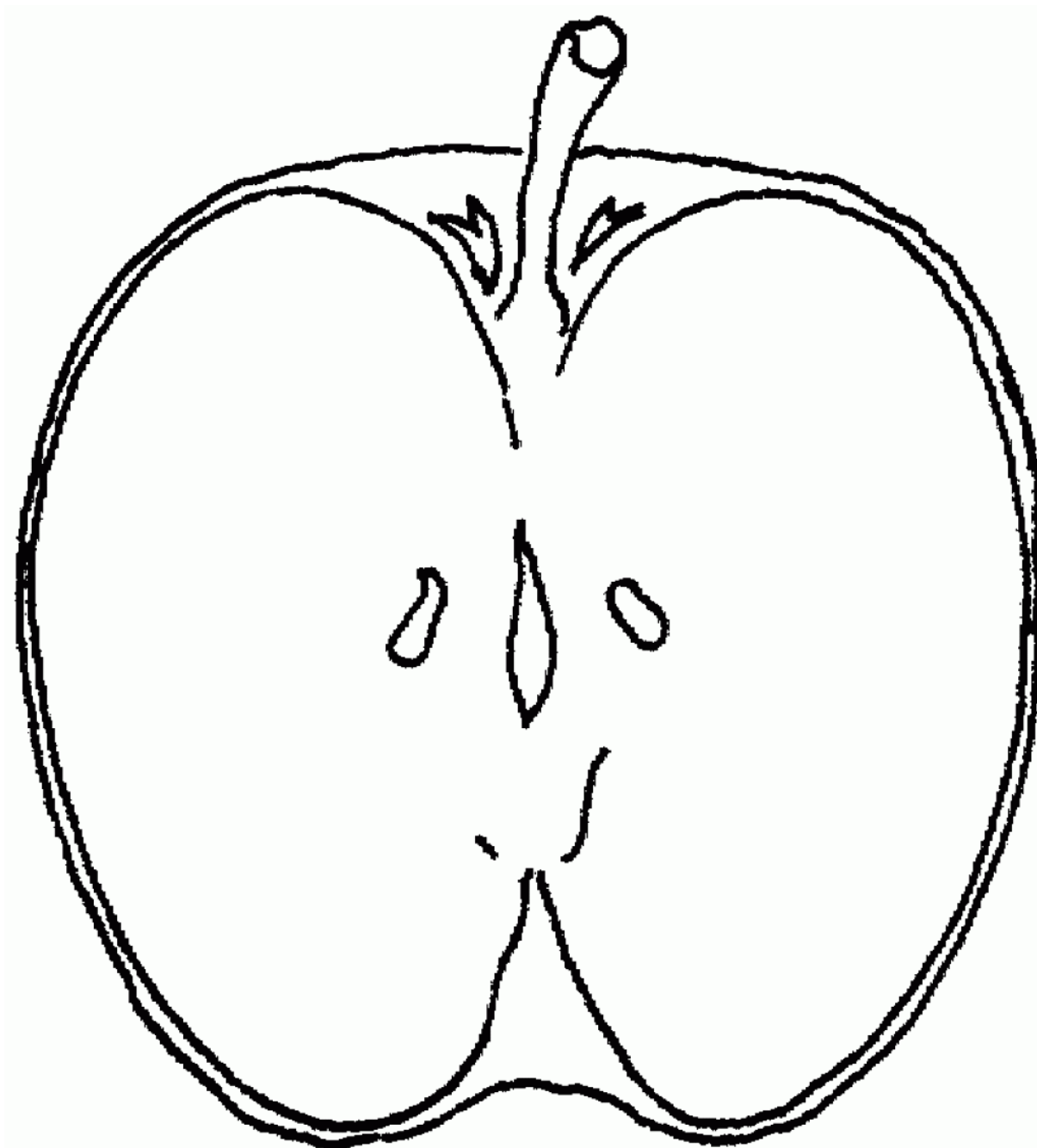
.....

.....

.....

2. „Jabłko”

Na poniżej przedstawionym jabłku wpisz w jednej połówce cech jakie posiadasz a w drugiej połówce jabłka wpisz cechy, które chciałbyś posiadać.



3. „Filiżanka”

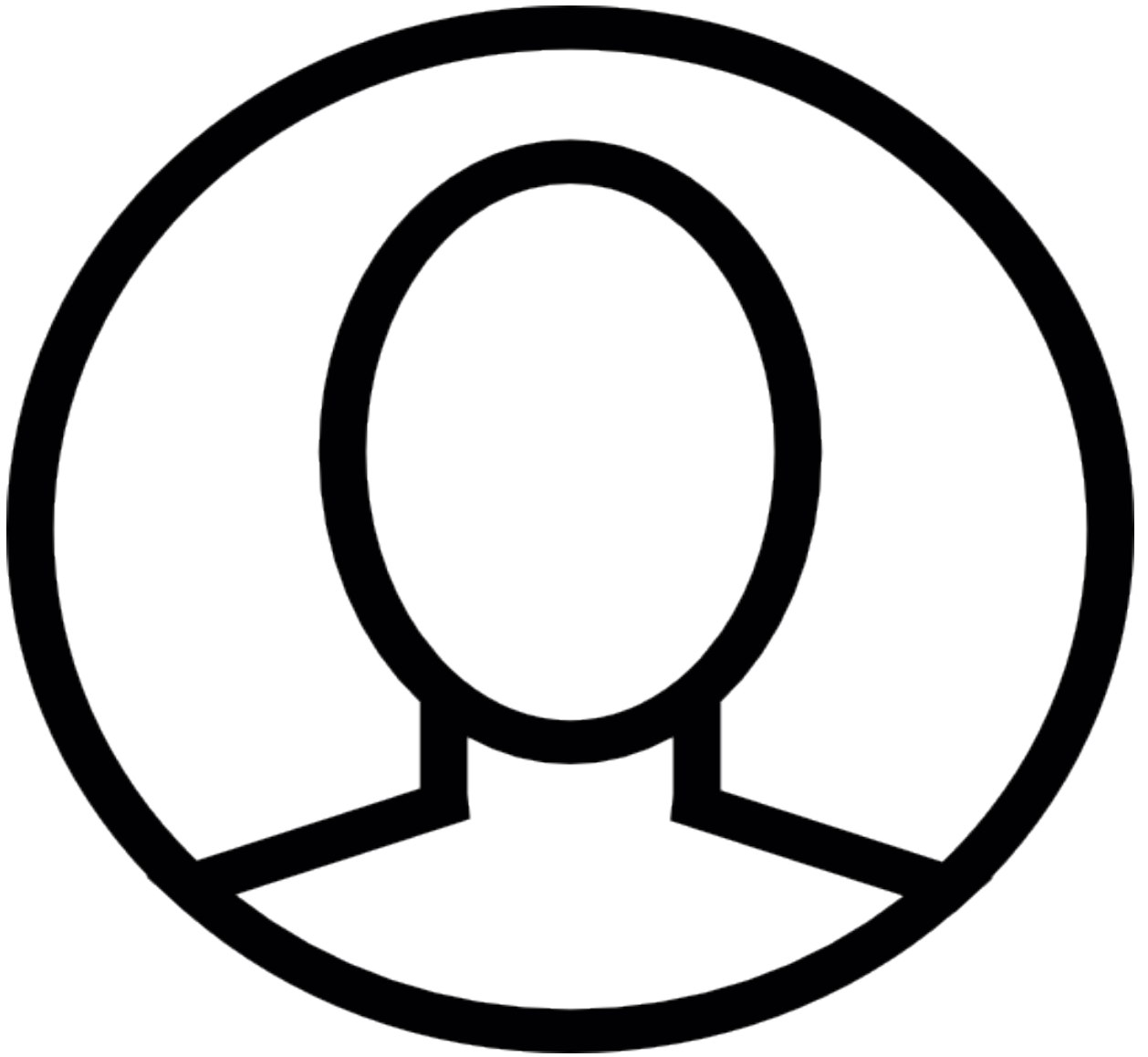
We filiżance wpisz cechy, które najbardziej w sobie lubisz.

.....
.....

2. Napisz 6 cech które ułatwiają kontakty i innymi ludźmi i dlaczego.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. W przedstawionym niżej konturze głowy wpisz swoje zalety a wady wpisz poza konturem.



4.Scenki

A. Koledzy i koleżanki w klasie namawiają cię, abyś przyłączył się do ich drużyny koszykarskiej. Ty jednak wolisz siatkówkę i chcesz przyłączyć się do innej klasy. Koledzy i koleżanki uważają Cię za zdrajcę. Jak się zachowasz?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

B.Jest klasówka nauczyłeś/łaś się ale obok kolega/koleżanka nic nie umie. Ciągłe Ci przeszkadza i domaga się od Ciebie odpowiedzi. Pani już zwraca na was uwagę. Jak się zachowasz?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

C.Odrobiłeś zadanie domowe. Było bardzo trudne i dużo czasu zajęło Ci uporanie się z nim.
Kolega/koleżanka w szkole prosi Cię o to abyś dała/ dał mu przepisać. Jak się zachowasz?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Scenariusz spotkania III

Temat:

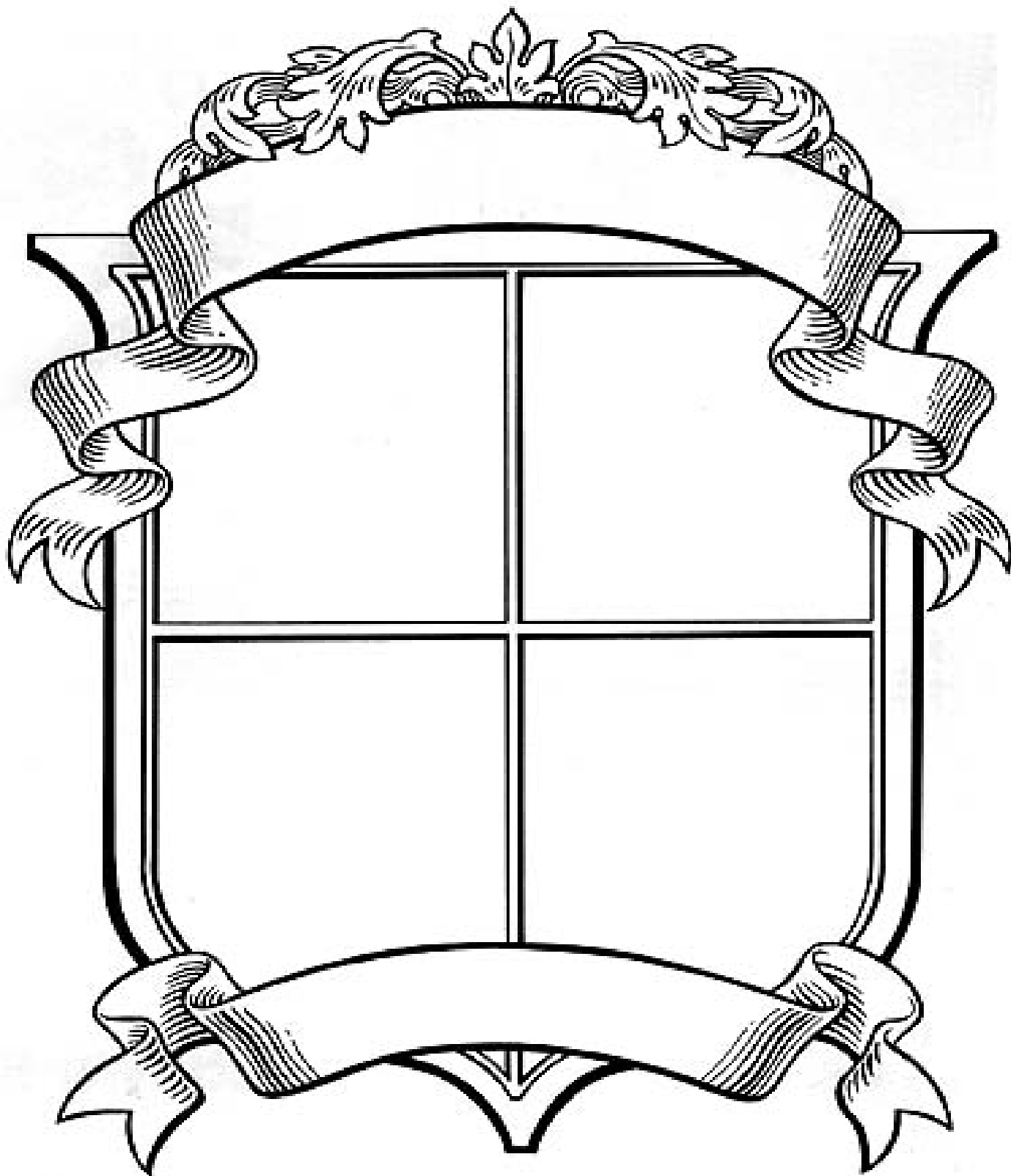
Nastrój

1.„Co miłego zdarzyło ci się w ostatnim tygodniu?”

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Ćwiczenie „Herb”

- poniżej masz przedstawiony symboliczny herb z czterema polami (ulubiony sposób spędzania wolnego czasu, sytuacje w których jestem radosny, moje marzenie, ulubiony deser) i wypełnia go



3.Co to jest nastrój? Definicja Słownik PWN

nastrój

1. «stan psychiczny utrzymujący się u kogoś przez pewien czas»
2. «wrażenia i odczucia, jakie mają osoby znajdujące się w jakimś miejscu w określonym czasie»

4. „W jakim nastroju jesteś?”

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. Gdy mam zły nastrój. Zdania do dokończenia załącznik 1.

Scenariusz spotkania IV

Temat:

„Co zrobić ze swoją złością?”

1. Proszę abyś obejrzał/ obejrzała film.

Załącznik 2.

2. Załącznik 3. <https://www.youtube.com/watch?v=beengSbMZoY>

3. Załącznik 4. To termometr wydrukuj go i uzupełnij tak jak ty się czujesz. Kolory wybieraj zgodnie z załącznikiem nr. 3.

4. Napisz jakie Ty masz sposoby na radzenie sobie ze złością.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Temat:

Scenariusz spotkania V

Temat:

„Mój świat.”

1. Kompozycja plastyczna „Mój świat”

- proszę aby na arkuszu papieru (format dowolny jednakże nie mniejszy niż A4), na środku narysować siebie swoje, następnie z kolorowych czasopism wyciąć ulubione przedmioty, kolory,

potrawy, zajęcia, zwierzęta,

2. <https://www.youtube.com/watch?v=DLtvnRvzTs0> – zobacz film

3. Załącznik 5 – do uzupełnienia

4. Ćwiczenie „Jestem wyjątkowy i niepowtarzalny”

- w tym ćwiczeniu chciałabym abyś przez lupę swoje zobaczył/zobaczyła swoje linie papilarne świadczące o niepowtarzalności i wyjątkowości

- następnie wykonują odciski palców i postaraj się z nich zrobić kwiat pod którym się podpiszesz

Scenariusz spotkania VI

Temat:

„Jestem”

1. Dokończ zadania:

„Jestem

„Najbardziej w klasie lubię osobę, która

2. Ćwiczenie „Co potrafię robić dobrze?”

- obrysuj swoje dłonie, a w konturach palców wypisz czynności, które

potrafisz robić dobrze

- następnie wytnij swoją dłoń i przyklej na kartkę A4

3. Ćwiczenie „Co inni we mnie lubią?”

Postaraj się własnymi słowami odpowiedzieć na to pytanie.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Scenariusz spotkania VII

Temat:

„Obok mnie...”

1. Ćwiczenie „Zwierzęta”

- na kartce wpisz nazwę zwierzęcia, do którego pod różnymi względami wydajesz się być podobny
- możesz narysować to zwierzę
- z drugiej strony wyjaśnij dlaczego wybrałeś właśnie to a nie inne zwierze.

2. Ćwiczenie „Co lubię w swoim wyglądzie?”

- weź lusterko i postaraj się odpowiedzieć na pytanie „Co lubię w swoim wyglądzie?”

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Ćwiczenie „Papierowe ja”

- na kartce papieru z jednej strony wypisujemy swoje cechy zewnętrzne a na drugiej stronie cechy charakteru

4. Ćwiczenie „Podróż w przyszłość”

- wyobraź sobie jakiś wybrany przez siebie moment w przyszłości: jak będzie wyglądało twoje życie, jakie osoby będą Ciebie otaczać, czym będziesz się zajmować

Napisz o swoich wyobrażeniach parę zdań □ □

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Scenariusz spotkania VIII

Temat:

„Moje marzenia”

1. Ćwiczenie „Złota rybko”

- proszę abyś wyobraził/a sobie, że masz złotą rybkę, gdyby nagle mogła ona spełnić jego dwa życzenia; to:

Napisz poniżej swoje wypowiedzi.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Ćwiczenie „Zaplanuj sobie coś miłego”

- masz za zadanie zaplanować sobie coś miłego na najbliższy czas, zapisz plany na kartce oraz określają kiedy i w jaki sposób je zrealizujesz.

3. Ćwiczenie „Jestem gwiazdą”

- zastanów się którą ze znanych gwiazd chciałbyś poznać, gdybyś mógł;

- następnie wykonuje maskę przedstawiającą tą osobę i spróbuje wcielić się w jej życie: co robi w wolnym czasie, jakimi ludźmi się otacza, jakie potrawy lubi najbardziej, gdzie wyjeżdża na urlop, itd.

4. Ćwiczenie „Jestem niepowtarzalny”

- masz za zadanie zastanowić się nad swoją niepowtarzalnością i opowiedzieć dlaczego uważasz, że jesteś niepowtarzalny/a

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....