

Ročný plán krúžkovej činnosti

Názov krúžku: Predškoláčik

Školský rok: 2023/2024

Priestory realizácie: telocvična MŠ

Časový rozsah: 45 minút

Forma: kolektívna

Vedúca krúžku: p. uč. Marta Varsíková, p. uč. Kristína Vraníková

Charakteristika krúžku

Hravou formou sa zameriame na rozvoj sociálno-emocionálnych zručností potrebných na zvládnutie pocitov, formovanie vzťahov - nadväzovať a udržiavať priateľstvá, získanie sebauvedomenia, riešenie problémov - vedieť sa vysporiadať s ťažkosťami v živote, zodpovedné rozhodovanie a stanovovanie vlastných cieľov.

Ciele krúžku

- ❖ Spoznávanie okolitého sveta
- ❖ Spracovávať a vyjadrovať emócie
- ❖ Vylepšovať úroveň komunikácie
- ❖ Nadväzovať a udržiavať priateľstvá
- ❖ Práca s mimikou, gestami, artikuláciou
- ❖ Rozvoj tvorivosti a kritického myslenia
- ❖ Rozvoj sociálno-emocionálnych zručností

Časovo- tematický plán krúžku

OKTÓBER	Oboznámenie detí o zameraní krúžku. Vytvorenie si svojich skupinových pravidiel a spoločného maskota, erbu skupiny.	Rozhovor v komunikačnom kruhu, voľba/ výroba maskota skupiny, spoločná práca- kresba, erb skupiny
NOVEMBER	Vytvoriť u detí pocit bezpečia, dôvery. Spoločne diskutovať o kladných pocitoch, analyzovať svoje pocity v našom priateľskom kruhu a všímanie si telesných prejavov pri kladných pocitoch. Vytvorenie spoločnej práce- koláč dôvery, priateľstva.	Diskusia, sebareflexia, dramatizácia kladných pocitov a situácií, kedy tieto emócie vznikajú. relaxačné cvičenia, „koláč dôvery a priateľstva“
DECEMBER	Zameranie sa na prehlbovanie priateľských vzťahov. Hranie rôznych modelových situácií a spoločné riešenie problémov- spoločné hľadanie riešení. Učiť deti relaxačnými technikami zvládať svoje emócie, Výroba darčeku pre kamaráta. Odpovedanie na otázky z dotazníka spoločnej práce v skupine.	Dotazník- spoločná práca v skupine, dramatizácia rôznych problémových situácií a spoločné hľadanie riešenia, relaxačné cvičenia, darček pre kamaráta.
JANUÁR	Rodinní príslušníci- vlastnosti členov rodiny, vzájomné vzťahy, rodinné zvyky. Povinnosti, ktoré musím vykonávať.	Kresba rodiny, rozhovor kedy som sa doma cítil dobre/zle? Čo by som si želal pre svoju rodinu? Hranie rolí- rôznych členov rodiny, spoločná kresba- môj bezpečný hrad
FEBRUÁR	Vedieť hovoriť o pocitoch, pomenovať problém. Je normálne cítiť sa smutný. Čo s tým pocitom viem urobiť, aby som sa cítil lepšie?	Hry a techniky na zvládanie nepríjemnej emócie. Relaxačný kútik.

MAREC	Sebareflexia, sebazpoznanie, sebadôvera, sebaláska. Spoznávanie svojich vlastností- pozitívnych aj negatívnych, cviky na ich zvládnutie.	Koláč pozitívnych a negatívnych vlastností, rozhovor, moja mandala, meno+ vlastnosť, moja budúcnosť.
APRÍL	Oddych pre telo aj dušu, vedieť zrelaxovať, jogové cviky, meditácia, techniky upokojenia sa v záťažových situáciách.	Meditačné cviky, jednotlivé jogové polohy- (poloha mačky, psa, bociana, dieťaťa, stromu, kobry, motýľa), jogová zostava- pozdrav slnku, uvoľňovacie techniky.
MÁJ	Zhodnotenie cieľov krúžku, prejavy lásky, vyjadrovať pocity vďaky, spoločné činnosti a rozhovory, čo som sa nové dozvedel, dal mi tento krúžok niečo?	Kresba postavy zo všetkých členov krúžku-náš anjel, rozhovor, hry na prejavy dôvery- slepec a kamarát, kto je môj kamarát a prečo, prejavy kamarátstva.

