

## EMOCIJŲ PAŽINIMO IR NUSIRAMINIMO KAMPELIS



**47,00€**

Savireguliacijos ugdymo rinkinys VISAI ŠEIMAI ar GRUPEI! Tinka nuo 2-3 metų lavinti emocijų pažinimą ir tinkamą jausmų reiškimą.

Rekomenduoja psichologai.

**SKU:** N/A | **Categories:** [Atmintis, dėmesys, mąstymas](#), [Emocinis intelektas](#), [Emocinis intelektas](#), [Kalba ir žodynas](#), [Kompetencijų ugdymas](#), [Lavintojams](#), [Lietuvos gamintojų žaislai](#), [Specialūs poreikiai](#), [Vaikų psichologija ir pedagogika](#), [Žaislai 2-3 m. vaikui](#), [Žaislai 3-5 m. vaikui](#), [Žaislai 5-7 m. vaikui](#) | **Tag:** [Eqhub](#)

### GALLERY IMAGES



### PRODUCT DESCRIPTION

#### Kas įeina į rinkinį:

- Laminuotas jausmų valdymo plakatas (200 gsm., A1 formato), padedantis pastebėti ir mokinti vaiką suvaldyti pyktį ir tinkamai paleisti apėmusius jausmus jų neneigiant, neskiriant į blogus ir gerus.
- 27 laminuotos jausmų ir emocijų kortelės (350 gsm.), kurios moko tiek vaikus, tiek pačius suaugusiuosius atpažinti ir įvardyti savo ir aplinkinių emocijas bei jausmus.
- 18 laminuotų nusiramino kortelių-būdų (350 gsm.), kurios padeda vaikui ne tik vizualiai

matyti jausmų paleidimo galimybes, išsirinkti tuo metu tinkamiausią būdą, bet ir skatina savarankiškos savireguliacijos.

- 5 tuščios kortelės (350 gsm.) jūsų atrastiems naujiems nusiramino būdams ar emocijoms.
  - Maišelis prireikus susidėti korteles.
  - Daugkartiniai VELCRO lipdukai kortelėms ant plakato klijuoti.
    - Išsamią naudojimosi instrukciją.
  - 6 didesni lipdukai plakatui pritvirtinti.
    - Speciali tūta plakatui gabenti.

### **Naudojimo emocijų kortelėmis ir plakatu rekomendacijos:**

**Žaidžiant su mažesniais nei 2-3 metų vaikais rekomenduojame priemonę naudoti su priežiūra (priklauso nuo vaiko smulkiosios motorikos raidos, bet taip, kaip darote vartant knygeles). Nors kortelės ir laminuotos, jos nėra storo kartono ar medinės, todėl gali susilankstyti.**

1. Pristatykite šį rinkinuką kaip VISOS šeimos / klasės nusiramino kampelį. Neretai įvairūs pokalbiai apie emocijų įveikimą vaikams jau siejasi su ilgais moralais ir sunkiais išgyvenimais, todėl labai kviečiu įsitraukti visiems.
2. Peržiūrėkite visas korteles, aptarkite nupieštas emocijas ir jausmus, pabandykite jas kartu atvaizduoti. Galite kartu prisiminti situacijas (ir savo, ir vaiko), kuriose jautėtės taip, kaip pavaizduota kortelėse.
3. Aptarkite nusiramino būdus. Greičiausiai jau kažkuriuos jūs ir jūsų vaikas sąmoningai ar nesąmoningai renkatės (pvz. mano imant pykti ar sukilus nerimui yra gilus kvėpavimas). Pasidžiaukite, jeigu pavyks atpažinti situacijas ir jausmus, kurių metu abiems pavyksta tinkamai išveikti.
4. Pasikabinkite plakata, suklijuokite lipdukus (jeigu vaikas nori, leiskite jam padėti, lai tai būna jūsų smagus laikas kartu - kuo daugiau teigiamų emocijų lai sukasi aplink šį įrankį) ir padrąsinkite kartu suklijuoti korteles pagal paveikslėlius plakate.
5. Užklijuokite po vieną kortelę, parodydami, kaip šiuo metu jaučiatės jūs ir paklauskite to paties vaiko. Galite tuomet perskaityti garsiai, kad visi jausmai yra geri.
6. Pažaiskite su skirtingomis emocijomis ir nusiramino būdais. Paspėliokite močiutės, senelio nusiramino būdus. Pabaigoje išsirinkite vieną emociją ar jausmą ir nusiramino būdą, kurį abu pabandykite panaudoti kitą kartą.
7. Jeigu vaikas nori, leiskite ir jam vienam pažaisiti su įrankiu tiek, kiek jam norisi, o atradus naujų emocijų ar įveikos būdų juos kartu nusipieškite, užsirašykite.

**Išsamią instrukciją, emocijų įveikos būdus taikant šią priemonę rasite rinkinyje.**

**Prekės video:** <https://www.youtube.com/watch?v=RMTidUnn6ew>

## **PSICHOLOGAI IR PEDAGOGAI REKOMENDUOJA TURĖTI ŠĮ RINKINĮ KIEKVIENO NAMUOSE**

Štai pradinių klasių mokytoja [Neringa Ašmenaitė "Emocijų pažinimo ir nusiraminimo kampelių" jau senokai integravo savo darbe](#), kurį labai mėgsta ir naudoja klasės vaikai. Net ir pamokų metu kiekvienas vaikas pajautęs sunkesnes emocijas gali skirti minutėlę nebijodamas, kad kažko nespės ar praleis, atsistoti ir nukeliauti prie emocijų plakato bei kortelių, atrasti vyraujančias emocijas, išsirinkti, kaip norėtų klasėje jaustis, bei kaip tą pasiekti, panaudojant nusiraminimo korteles, tarp kurių net 18 skirtingų nusiraminimo būdų!

1



