



FELUŚ i GUCIO GRAJĄ W EMOCJE

GRA EDUKACYJNA

ilustracje Marianna Schoett



Emocje towarzyszą nam od urodzenia. Małe dzieci są nimi przepełnione, a nie potrafią ich jeszcze nazwać ani nad nimi panować. **Rozpoznawanie i nazywanie emocji to pierwszy krok do zdobycia umiejętności radzenia sobie z nimi, a także do rozwoju inteligencji emocjonalnej i kompetencji społecznych.** Wsparciem w tym procesie może być gra *Felus i Gucio grają w emocje*, zachęcająca do rozmowy o swoich uczuciach i doświadczeniach. Uczymy dzieci wyrażania emocji, przyglądania się swoim reakcjom na nie. Odwołujemy się do zmysłowego odbierania świata, porównując dane uczucia z tym, co dzieciom bliskie i łatwe do opisanie. Gra wspiera rodziców oraz może być przydatna w pracy pedagogów. Warto korzystać z niej razem z książką *Felus i Gucio poznają emocje*.

Katarzyna Kozłowska
autorka książek z serii *Felus i Gucio*



OPIS GRY

Gra skierowana jest do dzieci, które ukończyły 3. rok życia. Jednocześnie może się bawić 6 dzieci. Uczestnicy będą używać wszystkich lub tylko niektórych elementów zestawu. Wybór zależy od wieku i umiejętności dziecka oraz rodzaju zabawy.

Gra ma charakter konwersacyjny. Opiera się przede wszystkim na rozmowie, odpowiadaniu na pytania oraz opowiadaniu. Ten rodzaj aktywności szczególnie sprzyja **naucze rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji.**

3 podstawowe rodzaje zabaw w tym zestawie to: **memo, kalambury i konwersacje.** Wszystkie można przeprowadzić w gronie rodzinnym lub w większej grupie, np. w przedszkolu. Tym samym **gra wspiera także rodzica i nauczyciela w trudnych rozmowach z dzieckiem o emocjach.**

ZAWARTOŚĆ PUDEŁKA:

- kostka zmysłów
- 48 żetonów emocji (po 16 w 3 kolorach)
- 8 dwustronnych kart sytuacji
- 8 dwustronnych kart konwersacji
- poradnik z pomysłami na gry

KOSTKA ZMYSŁÓW

Znajduje się na niej Gucio przedstawiający 5 zmysłów oraz wizerunek Felusia i Gucia oznaczający dowolny zmysł wskazany przez gracza.



wzrok



słuch



węch



smak



dotyk



dowolny zmysł



ZETONY EMOCJI

Znajdują się na nich obrazki z Guciem, który pokazuje emocje za pomocą mimiki i gestów, oraz nazwy emocji. Żetony różnią się kolorami ramek wokół obrazków (tak jak karty sytuacji i karty konwersacji) oraz kolorami tła na odwrocie.



DWUSTRONNE KARTY SYTUACJI

Przedstawiają po 1 zdarzeniu z życia Felusia i Gucia na każdej stronie. Karty z numerami 1-4 dotyczą 8 podstawowych emocji, a karty 5-8 odnoszą się do bardziej złożonych uczuć.



DWUSTRONNE KARTY KONWERSACJI

Ułatwiają rozmowy o zdarzeniach na kartach sytuacji i towarzyszących im emocjach oraz wzbogacają słownictwo dziecka.

nazwa emocji i kontekst zdarzenia

wyrażenia pomagające zrozumieć, czym jest dana emocja oraz jak można ją wyrazić

przykładane według stopnia trudności pytania pomocne w opisywaniu zdarzeń na karcie sytuacji

przykładowe wypowiedzi ułatwiające poznanie emocji dzięki zmysłom

1 **RADOŚĆ**
wspólna zabawa w sali zabaw

PRZYDATNE WYRAZENIA

- jestem radosny
- chcę mi się skakać
- smięję się i kłosezczę
- bawię się z innymi!
- chcę, by ta chwila trwała jak najdłużej!
- cieszę się

PYTANIA POMOCNICZE

- CO robią Felus i inne dzieci? CO robi Gucio?
- DLACZEGO Felus się uśmiecha?
- O CZYM myśli Felus? CO mówi? CO czują inni?
- CZY kiedyś czułeś się podobnie? Opowiedz o tym.
- CO sprawia, że czujesz radość? GDZIE wtedy jesteś?

ZMYSŁY I EMOCJE

- Ręce: jest kolorowa jak kolorski.
- Nos: worki „burki”.
- Ręce: palce palce, kolorowe.
- Ręce: jest świdro jak wrzaz.
- Ręce: wzdryga się jak „żur!”

WSKAZÓWKA:

W narożnikach obu rodzajów kart znajdują się numery 1-8, dzięki którym łatwiej odnaleźć komplet do rozmów.



Przed zabawą zapoznaj się z poniższą tabelą.

poziom	nazwa emocji	numer karty	nazwa emocji
dzieci młodsze	RADOŚĆ	1	SMUTEK
	SPOKÓJ	2	ZŁOŚĆ
	DUMA	3	WSTYD
	ODWAGA	4	STRACH
dzieci starsze	CIEKAWOŚĆ	5	NUDA
	WDZIĘCZNOŚĆ	6	ZAZDROŚĆ
	WSPÓŁCZUCIE	7	OBOJĘTNOŚĆ
	SZCZĘŚCIE	8	TĘSKNOTA

W czasie gry poznajemy 16 różnych emocji. Wszystkie zostały przedstawione kontrastowo, np. na kartach z numerem 1: radość i smutek, co dodatkowo podkreślają kolory ramek lub tła. Nie sugerujemy jednak, która z emocji jest negatywna, a która pozytywna. Tym bardziej nie dzielimy ich na dobre i złe. Wszyscy mamy uczucia. Towarzyszą nam stale. Każde z nich odczuwamy inaczej. Wszystkie są nam potrzebne i tak samo ważne.

ZABAWY DLA DZIECI MŁODSZYCH

Pomysły w tej części poradnika odnoszą się do podstawowych emocji i uczuć przedstawionych na kartach 1-4 oraz odpowiadających im żetonach emocji. Wraz z wiekiem i możliwościami dziecka zakres ten stopniowo rozszerzamy o karty 5-8 i właściwe żetony.

ZABAWA 1. EmoROZMOWY



JAKI JEST CEL GRY?

- Porozmawiać o zdarzeniach z życia Felusia i Gucia oraz towarzyszących im emocjach.

CO BĘDZIE POTRZEBNE?

- 4 karty sytuacji i 4 karty konwersacji (z numerami 1-4)
- kostka zmysłów (w wariantcie trudniejszym)

CO ROBIMY?

KROK 1: Dorosły prowadzący zabawę tworzy wachlarz z kart sytuacji, a dziecko losuje jedną z nich i wybiera zdarzenie, o którym będą rozmawiać.

KROK 2: Dorosły dobiera właściwą kartę konwersacji (z takim samym numerem w narożniku).

KROK 3: Zadaniem dziecka jest opisać zdarzenie i spróbować odgadnąć, o jaką emocję chodzi. Aby mu to ułatwić, dorosły odczytuje pytania pomocnicze oraz używa w rozmowie wyrażań z karty konwersacji.

WSKAZÓWKI:

W tej zabawie można wykorzystać odpowiednie żetony emocji jako nagrodę (punkty), np. gdy dziecko prawidłowo rozpozna RADOŚĆ, otrzymuje żeton z tą samą nazwą emocji.

WARIANT TRUDNIEJSZY (Z KOSTKĄ ZMYŚŁÓW)

KROKI 1-3 są identyczne jak w wariantcie podstawowym.

KROK 4: Dziecko wykonuje rzut kostką zmysłów. Jego zadaniem jest odnaleźć na opisywanej ilustracji coś, co wiąże się z wylosowanym zmysłem, np. gdy kostka pokazuje SMAK, a opisywane zdarzenie to samodzielność przy śniadaniu i złość (karty z nr 2), można wskazać gorzki smak grejpfrutów.

KROK 5: Dorosły zadaje dziecku pytanie, które łączy świat zmysłów i emocji w opisywanym zdarzeniu, np.: „Jak smakuje złość? Czy ma przyjemny smak?“, a dziecko odpowiada: „Nie jest przyjemna. Jest gorzka jak grejpfrut“.



Jak smakuje złość?

Złość jest gorzka jak grejpfrut.

W ten sposób pokazujemy dziecku, że mówienie o tym, co czujemy, wcale nie jest trudne. Wystarczy opisywać nasze emocje za pomocą tego, co jest nam znane i łatwe do nazwania.

WSKAZÓWKI:

Gdy na kostce wypadnie WZROK, warto zapytać o kolor lub kształt związany z wydarzeniem i towarzyszącą mu emocją, np.: „Jakiego koloru jest złość?“. Z kolei SŁUCH pozwala wprowadzić do rozmów o emocjach wyrazy dźwiękonaśladowcze, np. „Ups!“ (WSTYD), „Ech!“ (TĘSKNOTA), „Hurra!“ (RADOŚĆ).

wzrok



Jak wygląda..?

słuch



Jak brzmi..?

węch



Jak pachnie..?

smak



Jak smakuje..?

dotyk



Jaka/jaki jest..?

Więcej inspiracji do rozmów o emocjach znajduje się w tabeli obok.

ZMYŚŁ	PYTANIA POMOCNICZE	PRZYKŁADOWE WYPOWIEDZI
wzrok	Jakiego koloru jest...? Jaki kształt ma...? Jak wygląda...? Jaka/jaki jest...? Co widzisz, gdy...? Gdzie mieszka...?	Szczęście mieszka w moim domu , gdy wszyscy razem się bawimy. Jest mi smutno . Czuję się tak, jakby nad moją głową wisiała czarna chmura .
słuch	Jaki dźwięk wydaje...? Jak brzmi...? Co słyszysz, gdy...? Jakim instrumentem można wyrazić...? Co mówisz/wołasz, gdy czujesz...?	Spokój mruczy jak mój kot. MRA! MRA! Obojętność zatyka uszy i nie słyszy innych.
węch	Jaki zapach ma...? Czym pachnie...? Co czujesz, gdy...? Czym mogłaby/mógłby być...?	Wdzięczność pachnie ciastem ze śliwkami , które upiekłem razem z babcią. Tęsknota ma zapach mojej mamy.
smak	Jaki smak ma/przypomina...? Jak smakuje...?	Radość jest słodka jak arbuz. Zazdrość jest gorzka jak ciemna czekolada.
dotyk	Co robi...? Jaka/jaki jest...? Co czujesz, gdy...? Czym mogłaby/mógłby być...? Ile waży...? Jak okazesz...?	Wdzięczność to uścisk i ciepło dłoni. Złość jest kaktusem z ostrymi kolcami.

ZABAWA 2. EmoMEMO



JAKI JEST CEL GRY?

- Znaleźć, rozpoznać i nazwać jak najwięcej par emocji (żetonów).

CO BĘDZIE POTRZEBNE?

- 16 żetonów emocji w 2 kolorach (po 8 tych samych „emocji”, różniących się kolorem tła na odwrocie)

CO ROBIMY?

KROK 1: Żetony mieszamy i rozkładamy obrazkami do dołu w 4 rzędach po 4 żetony lub w formie „bużki” pokazującej nastrój graczy.



KROK 2: Rozpoczyna najmłodszy gracz lub ten, który najlepiej naśladowa minę i gesty Gucia z wylosowanego żetonu (można do tego celu użyć żetonów w trzecim kolorze).

KROK 3: Zadaniem graczy jest odnaleźć 2 takie same emocje (parę żetonów). Każdy gracz w swoim ruchu odkrywa 2 żetony (po 1 z każdego koloru). Gdy znajdzie parę, wypowiada na głos nazwę emocji i zabiera żetony. Jeśli nie uda mu się znaleźć pary, odkłada żetony na pierwotne miejsce i stara się zapamiętać ich położenie.

KTO WYGRYWA?

Wygrywa ten, kto znajdzie, rozpozna i nazwie więcej par. W przypadku remisu gracze cieszą się wspólnym zwycięstwem.

PRZYDATNE WSKAZÓWKI:

1. Przy odkrywaniu żetonów warto opisywać to, co przedstawiają: „Ojej! Ale Gucio tutaj ziewa! Widać, że bardzo się nudzi. Gdzie jest drugi znużony Gucio? Nie, nie tutaj. Ten Gucio zasłania łapką oczy, więc czuje wstyd. Poszukajmy dalej!”. W ten sposób zwracamy uwagę dziecka na to, jak emocje mogą zmieniać wygląd i reakcje naszego ciała. Dzięki temu dziecko powtarza nowe słowa i utrwala połączenie nazwy emocji z jej fizycznym uzewnętrznieniem w postaci mimiki, gestów i wrażeń.
2. Gdy dziecko rozumie już, czym są zmienność i kontrastowość emocji, możemy zwiększyć stopień trudności. Zadaniem graczy jest odnaleźć 2 przeciwstawne emocje tworzące parę żetonów, np. radość i smutek. Pozostałe zasady oraz warunki wygranej nie zmieniają się.

ZABAWY DLA DZIECI STARSZYCH

Pomysły w tej części poradnika odnoszą się do wszystkich emocji, które poznajemy dzięki tej grze. Jeśli jednak ograniczymy liczbę kart do 4 (karty z numerami 1-4), możemy bawić się także z młodszymi dziećmi.

ZABAWA 1. EmoLOTERYJKA



JAKI JEST CEL GRY?

- Porozmawiać o zdarzeniach z życia Felusia i Gucia oraz towarzyszących im emocjach.

CO BĘDZIE POTRZEBNE?

- 8 kart sytuacji (z numerami 1-8)
- 16 odpowiadających im żetonów emocji (w 1 kolorze tła na odwrocie)

CO ROBIMY?

KROK 1: Uczestnicy rozkładają żetony obrazkiem do dołu, a dorosły prowadzący zabawę tworzy wachlarz z kart sytuacji.

KROK 2: Najmłodszy gracz losuje 1 kartę i kładzie ją na środku, wybranym obrazkiem do góry.

KROK 3: Gracze kolejno odkrywają po 1 żetonie i rozmawiają o tym, co to za emocja i czy pasuje do zdarzenia na karcie. Jeśli żeton jest właściwy, kładą go obok karty obrazkiem do góry i losują kolejny. Jeśli żeton nie pasuje, odkładają go na miejsce i losują inny, aż do wyczerpania żetonów.

Zabawa kończy się, gdy porozmawiamy o wszystkich zdarzeniach z życia Felusia i Gucia lub gdy skończy się ustalony przez nas czas na grę.

PRZYDATNE WSKAZÓWKI:

1. Raz dopasowany żeton wraca do gry, co oznacza, że można go użyć kilka razy, jeśli dana emocja pasuje do omawianego zdarzenia.
2. Gdy żaden z żetonów emocji nie pasuje do zdarzenia, gracze odwracają kartę lub losują nową, by móc kontynuować rozmowę według tych samych kroków.
3. Do jednego zdarzenia można dopasować więcej niż jeden żeton emocji. W ten sposób dziecko uczy się, że wszyscy mają prawo czuć różne emocje w tej samej sytuacji. Za każde takie prawidłowe dopasowanie możemy przyznawać punkty. Korzystamy wówczas z żetonów w pudełku, np. gdy dziecko poprawnie dopasuje żeton RADOŚĆ, w nagrodę otrzymuje żeton z tą samą nazwą emocji, lecz innym kolorem tła na odwrocie. W tym wariantcie wygrywa ten, kto zdobył najwięcej punktów.
4. Żetonów emocji można użyć w taki sam sposób do rozmów o zdarzeniach przedstawionych w książce *Felus i Gucio poznają emocje*.



ZABAWA 2. EmoKALAMBURY



JAKI JEST CEL GRY?

- Odgadnąć, o jaką emocję chodzi, i zebrać jak najwięcej żetonów.

CO BĘDZIE POTRZEBNE?

- 32 żetony emocji w 2 kolorach (po 16 tych samych „emocji” różniących się kolorem tła na odwrocie)
- 8 kart sytuacji (z numerami 1-8)
- kostka zmysłów (w wariantie trudniejszym)

CO ROBIMY?

KROK 1: Pierwszy zestaw żetonów mieszamy i rozkładamy obrazkami do dołu.



KROK 2: Dorosły prowadzący zabawę bierze drugi zestaw żetonów oraz karty sytuacji.



KROK 3: Rozpoczyna gracz, który ma dziś dobry humor. Losuje 1 żeton z rozłożonego zestawu w taki sposób, by obrazek był widoczny tylko dla niego i prowadzącego zabawę. Wylosowana emocja jest hasłem, które będą musieli odgadnąć pozostali gracze (jak w kalamburach).



HASŁO: DUMA

KROK 4: Zadaniem gracza jest pokazać daną emocję za pomocą gestów i mimiki, a zadaniem pozostałych graczy – odgadnąć, o jaką emocję chodzi. Gdy się to uda, gracz, który pokazywał daną emocję, zachowuje swój żeton jako punkt, a gracz, który

odgadł – otrzymuje właściwy żeton (z tą samą nazwą) od osoby prowadzącej zabawę.

KTO WYGRYWA?

Wygrywa ten, kto odgadnie hasło jako pierwszy, a na koniec gry ten, kto ma najwięcej żetonów. W przypadku remisu gracze cieszą się wspólnym zwycięstwem.



PRZYDATNE WSKAZÓWKI I DODATKOWE POMYSŁY:

1. Jeśli gracze nie wiedzą, o jaką emocję chodzi, wówczas osoba prowadząca zabawę pokazuje im właściwą kartę sytuacji. W ten sposób gra zamienia się w kalambury obrazkowe: gracze próbują nazwać emocję na podstawie ilustracji.



2. Można skrócić grę poprzez określenie czasu jej trwania. Zamiast grać do wyczerpania wszystkich żetonów emocji, dajemy sobie np. 10 minut. Wówczas o zwycięstwie decyduje liczba zdobytych punktów (żetonów).

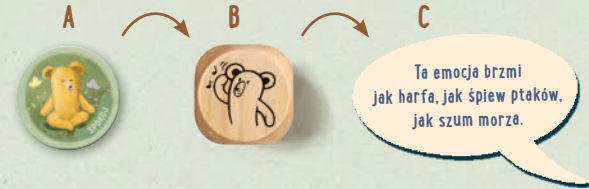
WARIANT TRUDNIEJSZY (Z KOSTKĄ ZMYSŁÓW)

CO ROBIMY?

KROKI 1-4 oraz warunki wygranej są identyczne jak w wariantcie łatwiejszym.



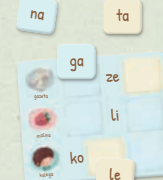
KROK 5: Gracz wykonuje rzut kostką zmysłów. Jego zadaniem jest pokazać lub wyrazić słowami daną emocję za pomocą skojarzeń ze zmysłem na kostce, np. jeśli żeton emocji to SPOKÓJ (A), a kostka zmysłów wskazuje na SŁUCH (B), gracz może: zamknąć oczy, uśmiechnąć się, udawać, że leży w hamaku, lub opowiedzieć (C) pozostałym graczom, jak brzmi spokój, np. „Ta emocja brzmi jak harfa, jak śpiew ptaków, jak szum morza”.



PRZYDATNE WSKAZÓWKI I DODATKOWE POMYSŁY:

1. Gracze nie mogą używać nazwy danej emocji wprost. Pomocne tu będą wyrażenia znajdujące się na kartach konwersacji oraz w tabeli przy zabawie EmoROZMOWY.
2. Jeśli uczestnik zabawy wylosuje na kostce wizerunek Felusia i Gucia, może wyrazić daną emocję tak, jak chce.

POLECAMY INNE PRODUKTY Z SERII:



Rozpoznawanie i nazywanie emocji – zarówno własnych, jak i cudzych – jest bardzo ważne. Dziecko powinno umieć opisywać swoje stany wewnętrzne, a więc skutecznie komunikować otoczeniu, co czuje, żeby w razie potrzeby móc liczyć na pomoc.

Zestaw *Feluś i Gucio grają w emocje* pozwala na rozpoczęcie rozmowy o wielu różnych emocjach. Dzięki licznym przydatnym wyrażeniom i przykładom sytuacji sprawdzi się w edukacji emocjonalnej najmłodszych. Uwzględni etap rozwoju poznawczego młodego człowieka oraz jego preferencje, przez co łączy naukę z zabawą i rozwija fluencję emocjonalną, czyli umiejętność wspierającą zdrowie psychiczne.

Anna Lewandowska

psycholożka, psychoterapeutka CBT w trakcie certyfikacji

Gra może tworzyć
zestaw edukacyjny
razem z bestsellerową
książką *Feluś i Gucio
poznają emocje*.



© Copyright by Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”, Warszawa 2023

Ilustracje: Marianna Schoett

Autorka gry: Justyna Kesler

Konsultacja merytoryczna:

Katarzyna Kozłowska, Anna Lewandowska

Redaktor prowadząca serii *Feluś i Gucio*: Katarzyna Lajborek

Opieka redakcyjna: Magdalena Korobkiewicz

Korekta: Joanna Kończak

Opracowanie DTP: Karia Korobkiewicz



Obejrzyj
wideoinstrukcję

 Wydawnictwo
NASZA KSIĘGARNIA

ul. Apteczna 6, 05-075 Warszawa-Wesoła

