

# DEJAVNOSTI ZA OTROKE

## BRANJE ZA STARŠE

**Čustvena inteligenca** pomeni, da otrok zna prepoznati svoja čustva, jih poimenovati, občutiti v svojem telesu in jih skozi telo tudi pretočiti. Otrok se postopoma torej nauči zavedati sebe.

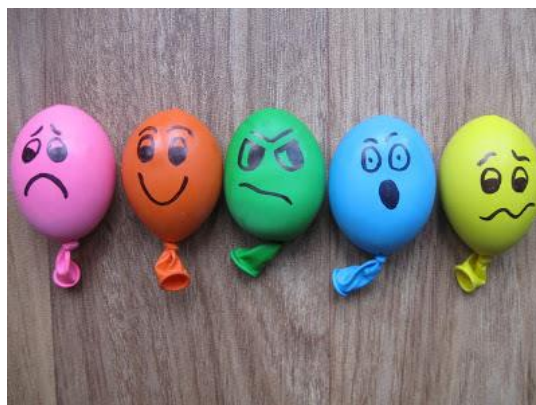
Na povezavi si lahko preberete zelo zanimiv intervju Janje Urbančič, mentorice za osebno rast ter sočutno in avtentično vzgojo, z naslovom: [Kako vzgojiti čustveno inteligentnega otroka?](#)

## DEJAVNOSTI ZA SPODBUJANJE ČUSTVENE INTELIGENCE

1. **Izražanje čustev s kamni** je preprosta, zanimiva in praktična dejavnost, ki jo lahko ustvarjate skupaj z otroki. Poiščite nekaj ploščatih kamnov in z akrilnimi barvami narišite dele obraza – različne oblike oči in ust (vesele, navdušene, jezne, žalostne) ter nos in ušesa. Z otroki ustvarite različne obraze ter se pogovarjajte o čustvih, ki ste jih ustvarili – kako se počutimo in kako ravnamo, ko se tako počutimo.



2. Enostavni **baloni**, napolnjeni z domačim plastelinom in narisanimi obrazi, so odlični za razpravo o čustvih in vadbo mišic majhnih prstkov.



Za domače testo potrebujete enako razmerje moke in soli (ena skodelica moke + ena skodelica soli) ter ravno toliko vode, da se sestavine med seboj povežejo. Balone napolnite s testom in otrokom pustite, da sami narišejo različne obraze.



3. **Zgodbe in pravljice** so odlično orodje za raziskovanje čustev in pogovore o njih.



4. Serija petih **Lahkonočnic** pomaga prepoznati, poimenovati ter reševati čustvene izzive in izlive.

**Lahko noč otroci! In dobro jutro, čustva!**

5. Z otroki se lahko igrate tudi **socialno igro Nemo kričanje**, katere namen je predvsem sproščanje in izražanje čustev. Potek igre: otroci s telesno govorico kažejo različna čustva, iztočnice dajete starši: smeh, jok, zaskrbljenost, jeza...

Pripravila: Kaja Kink