

EMOCIJŲ TYRĖJAI

EMOCINIO INTELEKTO BŪRELIS



Kviečiame **4–6** metų vaikus į smagų ir įtraukiantį būrelį, kuriame mokysimės pažinti, suprasti ir valdyti savo emocijas.



Būrelio metu lavinama:

- ★ Vaiko empatija
- ★ Emocijų reiškimas
- ★ Problemų sprendimas
- ★ Socialiniai įgūdžiai
- ★ Pasitikėjimas savimi
- ★ Emocijų pažinimas
- ★ Pykčio valdymas
- ★ Kantrybė
- ★ Dėmesio sutelkimas
- ★ Atsparumas ir saviraiška



Metodai: Žaidimai Meditacija Joga

Kvėpavimo pratimai

Kūrybinės ir sensorinės veiklos

Trukmė: • 30 min 1 k/sav

Kaina: • 35 eur/mėn

*Skaiciuojama tik už lankytas pamokas





Vaikystėje išmokti suprasti ir valdyti savo emocijas – tai vienas svarbiausių įgūdžių visam gyvenimui.



BŪRELIS „EMOCIJŲ TYRĖJAI“ PADEDA VAIKAMS GERIAU PAŽINTI SAVO JAUSMUS IR SUPRASTI, KAIP SU JAIS ELGTIS KASDIENĖSE SITUACIJOSE.

Emocinis intelektas – svarbi šių laikų kompetencija, padedanti moksluose, santykiuose, darbe bei kasdieniame gyvenime.

ŠIŲ KOMPETENCIJŲ TECHNOLOGIJOS NEGALI PAKEISTI!

Čia vaikai mokosi nusiraminti, kai supyksta, išlaukti, kai nori visko čia ir dabar ir rasti sprendimus sudėtingose situacijose.

Tai padeda jiems lengviau bendrauti su kitais, kurti draugystes ir spręsti konfliktus be pykčio ar ašarų.



Būrelyje reguliarių veiklų pagalba VAIKAI:

- ugdo **empatijos** jausmus,
- pradeda geriau suprasti **kitų emocijas**,
- mokosi būti **dėmesingi** aplinkiniams,
- stiprina **pasitikėjimą** savimi,
- stiprina gebėjimą **išreikšti savo mintis bei jausmus**,
- lavina **dėmesio koncentraciją ir kantrybę** – įgūdžius, kurie itin svarbūs mokykloje.





KAIP?



Vientisa programa ciklais

Pamokos vyksta ciklais (temomis) pagal unikalią, vientisą metinę programą, ***kad vaikai galėtų nuosekliai gilinti*** įgūdžius ir juos įtvirtinti savo gyvenime.

Žaidimai, patyrimai

Kiekvienai temai skiriamos 4 pamokos, kurių metu vaikai per ***žaidimus, situacijas ir patyrimines veiklas*** mokosi konkretaus gebėjimo – pavyzdžiui, emocijų pažinimo, pykčio valdymo ar dėmesio sutelkimo.



1 kartas / sav.

Siekiant geriausio rezultato ir ilgalaikės naudos vaikui, rekomenduojame būrelį lankyti nuosekliai – 1 kartą per savaitę visus mokslo metus. Toks formatas leidžia vaikui ***ne tik išmokti, bet ir pritaikyti įgūdžius kasdienėse situacijose, stebėti savo pažangą ir augti.***

Individualus pritaikymas

Tačiau suprantame, kad ne visada įmanoma įsipareigoti ilgam laikui, todėl siūlome ir lankstų variantą. Galite rinktis tik jums aktualias temas (modulius), pavyzdžiui: „Pykčio valdymas“ ar „Dėmesio sutelkimas“ ir lankyti tik tas 4 pamokas jums patogiu grafiku.



Žinių įtvirtinimas

Lankančių būrelį vaikų tėvai reguliariai gaus el. laiškus su ***patarimais, užduotimis ir informacija***, kaip būrelio metu įgytas žinias įtvirtinti ir taikyti namuose.

KONTAKTAI BŪRELIO UŽSAKYMUI:



EMOCIJŲ TYRĖJAI

EMOCINIO INTELEKTO BŪRELIS



**KAD LABIAU SUPRASTUME SAVE IR KITUS,
O EMOCIJAS PAVERSTUME SUPER GALIA!**



100 zuikiu

www.100zuikiu.lt

labas@100zuikiu.lt

+370 672 38711