

СЕВЕРИН ГИ
васпитачица и ауторка блога *За позитивно васпитање,*
намењеног родитељима даровите деце

50 активности за надарену ДЕЦУ

Превела с француског
Гордана Бреберина



мала лагуна

ПРЕДГОВОР

Дуго смо мислили да су натпросечне способности неке деце повезане само са њиховим високим коефицијентом интелигенције. Такву децу смо звали „надареном“ и мислили смо да су због својих интелектуалних способности изузетно успешна у учењу и савладавању одређених вештина. Сматрало се да је будућност такве деце зацртана. Као да натпросечне способности и надареност јемче успех у школи и послу.

Али сада знамо да би било превише поједностављено мислити како је то њихова једина посебност. Иако су резултати које постижу на тестовима интелигенције много виши од просечних резултата које постижу њихови вршњаци, да би се открило дете високог потенцијала, потребно је сагледати и структуру његове личности, као и начин на који контролише осећања. Зато су осим термина „даровито“ и „надарено дете“ данас у употреби термини који теже да буду свеобухватнији, као што су „дете високог потенцијала“, „дете натпросечних способности“. Ови термини настоје да укажу да су посреди деца која се на разним пољима развијају другачије од друге деце. Бољи резултат на тесту интелигенције, али и смањена латентна инхибиција, посебан начин на који њихов мозак обрађује информације и разгранато мишљење, неки су од знакова високог потенцијала.

Методe позитивног васпитања помажу тој деци да се спокојније развијају.

Као васпитачица специјализована за рад са децом са посебним потребама, помажем породицама деце високог потенцијала да примењују те методе, поштујући притом особености њихове деце. Помажем им такође да разраде индивидуализоване пројекте намењене деци, уз поштовање вредности и начина функционисања сваке појединачне породице. Та породична динамика је повезана са праћењем саме деце како би им се омогућило да превазиђу свакодневне тешкоће и да се што спокојније развијају.

На наредним страницама ћете пронаћи активности које су осмишљене тако да циљају најчешће слабости вашег детета натпросечних способности. Активности се брзо изводе, а дете ће моћи да их изводи само или у друштву. Добро је да будете уз њега док то ради. То ће ојачати ваше везе и помоћи вам да боље разумете своје дете и његове особености.

Желим вам лепу породичну пустоловину,

Северин Ги

САДРЖАЈ

1 Препознавање и изражавање осећања 5

Активност 1: Свеска осећања	6
Активност 2: Лестве осећања	7
Активност 3: Пантомима	8
Активност 4: Нацртајте осећање	9
Активност 5: Снажни као горила	10
Активност 6: Точак осећања	11
Активност 7: Мој кишобран	12
Активност 8: Како се осећам?	13
Активност 9: Лице осећања	14
Активност 10: Укрштене речи	16

2 Јачање самопоштовања 17

Активност 11: Моја свеска успеха	18
Активност 12: Мој цвет самопоштовања	19
Активност 13: Чик да вас видим!	20
Активност 14: Моје сунце и звезде	21
Активност 15: Коцкица самопоштовања	22
Активност 16: Тегла „Ја могу“	23
Активност 17: Мој необични портрет	24
Активност 18: Мој акростих	25
Активност 19: Лептир самопоуздања	26
Активност 20: Цитати за бојење	28

3 Опуштање и смиривање..... 29

Активност 21: Слушајте у тишини	30
Активност 22: Ја сам сунце	31
Активност 23: Мандала	32
Активност 24: Јога инспирисана животињама	34
Активност 25: Мој емоционални резервоар	36
Активност 26: Такмичење у кревељењу	37
Активност 27: Лепе приче	38

Активност 28: Свећа	40
Активност 29: Масажа	41
Активност 30: Кеса за смеће	42

4 Повезивање с природом 43

Активност 31: Лов на благо	44
Активност 32: Посматрање инсеката	45
Активност 33: Прављење хербаријума	46
Активност 34: Семе клија	47
Активност 35: Моја природна мандала	48

5 Развијање креативности 49

Активност 36: Заједнички цртеж	50
Активност 37: Снешко Белић	51
Активност 38: Украсна посуда	52
Активност 39: Сликање сламчицом	53
Активност 40: Правите предмете од глине	54

6 Овладавање ненасилном комуникацијом 55

Активност 41: Постаните детектив	56
Активност 42: Видим, видим нешто... ..	57
Активност 43: Судови и опажања	58
Активност 44: Диригент	59
Активност 45: Откријте своје потребе	60
Активност 46: Дрво потреба	62
Активност 47: Кућа потреба	64
Активност 48: Јасни захтеви	65
Активност 49: Решавам сукоб	66
Активност 50: Остваривање снова	68

Карте за исецање

Препознавање и изражавање осећања

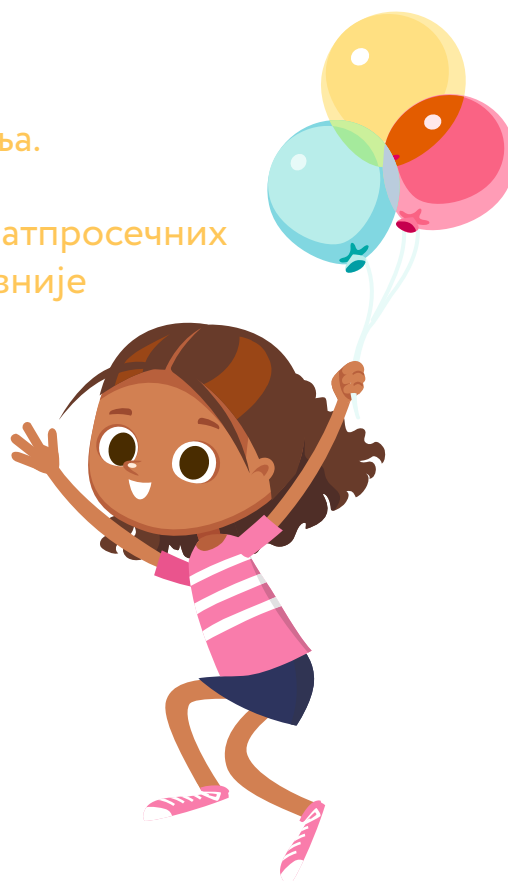


Многој деци је тешко да контролишу осећања.

Та тешкоћа је нарочито изражена код деце натпросечних способности зато што она понекад интензивније изражавају осећања од друге деце.

Да бисмо помогли таквој деци да постигну емотивну равнотежу, морамо им помоћи да развију емоционалну интелигенцију.

У овом поглављу ћете пронаћи десет активности које ће омогућити вашем детету да боље упозна и разуме своја осећања.



1

Активност 1: Свеска осећања

Осећања су приказана свуда око нас: у рекламама, у вашим омиљеним часописима. Треба само да их препознате. Шта чекате?!

ВРЕМЕ: неодређено. **ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО:** стари часописи, каталози..., маказе, лепак, листови картона. **УЧЕСНИЦИ:** један, али могу да учествују и родитељи.

Ви сте на потезу



- 1 Исеците карте осећања на крају ове књиге. Залепите једну у врху картона.
- 2 Урадите исто са осталим картама и листовима картона.
- 3 Сада потражите слике које приказују осећања у часописима које имате на располагању.
- 4 Одабране слике залепите на одговарајући лист картона.
- 5 Замолите неку одраслу особу да споји листове самолепљивом траком. Добићете свеску осећања.

Савет

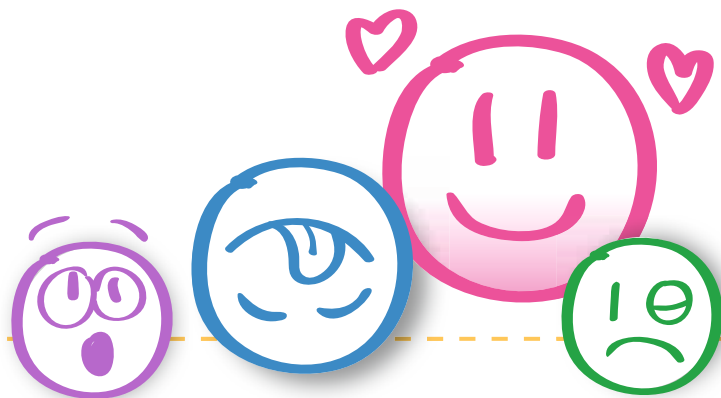
Ваше дете не треба да жури, нема потребе да направи целу свеску за један дан. Ова активност може да се изведе из више наврата.

Зашто је ова активност корисна?

Ваш мозак се развија и још не уме да разуме и контролише осећања која имате. Осим тога, мала зона у мозгу која људима омогућава да искусе осећања код вас је нарочито осетљива зато што имате натпросечне способности. Да бисте боље следили и контролисали своја осећања, упознајте се с њима и укротите их.

Варијанта

Када дете добро упозна шест основних осећања, предложите му да уради ово исто са секундарним осећањима: задовољство, одушевљење, понос, нелагода, узбуђење, љутња...

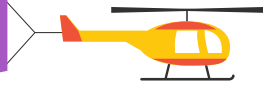


Активност 2: Лестве осећања

Захваљујући овим лествама, лакше ћете приказати снагу својих осећања и говорити о њима.

ВРЕМЕ: 5 мин. ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО: лист картона, бојице, маказе. УЧЕСНИЦИ: један.

Ви сте на потезу



- 1 Нацртајте лестве са десет великих пречага.
- 2 Обележите пречаге бројевима од један до десет. Ако треба, замолите родитеље да вам помогну.
- 3 Обојте лестве.
- 4 Зажмурите. Шта осећате? Радост, тугу, изненађење, гађење...?
- 5 Ако ваше осећање није нарочито јако, место му је на првој пречаги ваших лестви. Ако је пак веома јако, сместићете га на врх.
- 6 Покажите прстом пречагу на којој се налази ваше осећање.

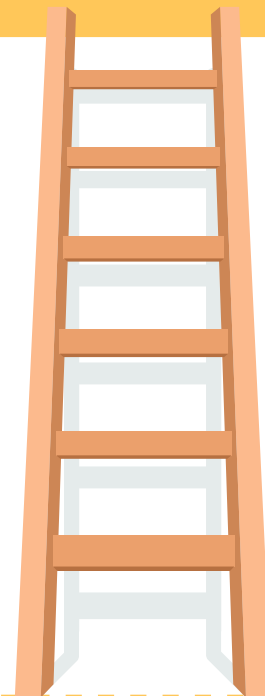
Варијанта

Уместо лестви можете да користите цртеж топломера са степенима, уколико ће то вашем детету бити јасније.

Зашто је ова активност корисна?

Ако увидите снагу свог осећања, смишлићете неко решење како бисте га спречили да вас превише омета.

Трудите се да ваше осећање не стигне до последње пречаге на лествама! Ако покажете својим родитељима колико је оно снажно, они ће вам помоћи да разрадите стратегије за његово изражавање и брже повратите смиреност и спокојство.



Активност 3: Пантомима

Приказивање неког осећања помоћу пантомиме омогућава нам да га препознамо и код себе и код других. Јесте ли спремни? Почните!

ВРЕМЕ: 5 мин. по осећању. ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО: карте осећања на крају ове књиге. УЧЕСНИЦИ: најмање два.

Ви сте на потезу



- 1 Седите прекопута саиграча.
- 2 Ставите карте на сто, лицем окренутим надоле.
- 3 Извуците насумице једну карту из гомиле.
- 4 Имате пет минута да дочарате помоћу пантомиме осећање приказано на карти!

Савет

Пластифицирајте карте осећања које се налазе на крају књиге, пошто ћете их користити за више активности! Не уводите сва секундарна осећања одједном. Сваки пут додајте по једно осећање, али претходно проверите да ли је оно познато вашем детету.

Варијанта

Пошто је дете савладало шест основних осећања, игра може да се отежа додавањем секундарних осећања: задовољство, умор, понос, нелагода, узбуђење...

Зашто је ова активност корисна?

Приказујући осећања помоћу пантомиме, открићете да се она изражавају телом. Да бисте дочарали неко осећање, треба вам цело тело.

Осим тога, различити људи изражавају осећања на различите начине. Зато је понекад тешко докучити како се други осећају. То је, међутим, неопходно да бисмо имали добру комуникацију са људима из свог окружења. Кад успемо да замислимо себе на њиховом месту, моћи ћемо да прилагодимо начин на који се према њима опходимо.



Активност 4: Нацртајте осећање

Треба да дочарате осећање помоћу цртежа или да га погодите на основу цртежа. Пажња, не смете говорити за време активности!

ВРЕМЕ: колико год вам треба. **ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО:** шест карата осећања на крају књиге, које су ваши родитељи пластифицирали, листови хартије, бојице. **УЧЕСНИЦИ:** најмање два.

Ви сте на потезу



- 1 Ставите карте осећања на сто тако да су окренуте лицем надоле.
- 2 Договорите се са саиграчем колико поена је потребно освојити за победу у партији. Онда извуците једну карту.
- 3 Нацртајте осећање које треба да дочарате.
- 4 Да ли ће га ваш саиграч препознати? Ако га препозна, освајате један поен!
- 5 Сада ваш саиграч извлачи карту и црта осећање које је на њој приказано. Ако погодите о којем је осећању реч, он осваја један поен.



Зашто је ова активност корисна?

Време за цртање није ограничено. Можете да се инспиришете цртежом на карти коју сте извукли, али и да се ослоните на сећања која у вама буде дато осећање.

Овој активности можете да прибегнете и када вас обузме неко врло снажно осећање које не успевате да искажете речима. Цртеж је добар начин да људима из своје околине кажете шта осећате.

Савет

Уколико имате утисак да је дете обузело неко снажно осећање које не уме да опише речима, предложите му да га нацрта.

Варијанта

Ако је дете овладао цртањем основних осећања, можете да додате и секундарна.

Активност 5: Снажни као горила

Бес је упечатљиво осећање. Склони смо да га испољавамо на груб начин. Али то није једино решење!

ВРЕМЕ: колико год желите. ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО: ништа.
УЧЕСНИЦИ: један (али могу да учествују и родитељи).

Ви сте на потезу



- 1 Корачајте један минут напред-назад, ударајући се песницама о груди, као горила, и ударајући једном, па другом ногом о земљу.
- 2 Урадите то поново, али се сада ударајте песницама посред груди, у ритму у којем трупкате.
- 3 Наставите да изводите све ове покрете и притом наизменично нагињите полако главу уназад, а затим приближавајте браду грудима.
- 4 Забављајте се тако што ћете опонашати оглашавање горице или певати. Нагло престаните, па крените из почетка!
- 5 Кад осетите да сте избацили из тела сву енергију беса, спустите руке поред тела и полако дишите.

Зашто је ова активност корисна?

Бес је обично веома снажно осећање и служи нам да се изборимо с тугом. Као што видите, бес је важан за вашу равнотежу. Склони смо, међутим, да га испољавамо кроз насилно понашање, што нам неће помоћи да се боље осећамо. Напротив, имаћемо осећај кривице и ситуација ће бити још тежа...

Ако ову активност изводите кад сте потпуно смирени, овладаћете ненасилним обликом изражавања беса, што ће вам бити од користи када он почне да расте у вама.

Савет

Гнев има одређену функцију у нашем животу. Не треба да га потискујемо, већ да га испољимо на начин који није насилан, али нам омогућава да се изборимо с тугом.

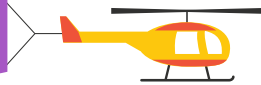


Активност 6: Точак осећања

Да бисмо могли да контролишемо неко осећање, треба најпре да га препознамо. Точак осећања упозорава околину на оно што се дешава у нама.

ВРЕМЕ: не журите! **ШТА ЈЕ ПОТРЕБНО:** лист картона, компас, бојице, прибадача. **УЧЕСНИЦИ:** један.

Ви сте на потезу



- 1 Нацртајте велики круг на картону.
- 2 Исеците га.
- 3 Поделите га линијама на шест једнаких делова.
- 4 У сваком делу прикажите једно осећање помоћу цртежа: радост, тугу, гађење, бес, изненађење и страх.
- 5 Испод цртежа напишите о ком је осећању реч.
- 6 Нацртајте стрелицу на слободном делу листа картона.
- 7 Причврстите је за центар круга помоћу прибадаче.
- 8 Причврстите точак на зид у дневној соби помоћу обострано лепљиве траке.

Зашто је ова активност корисна?

Осећања нас често обавештавају да нека наша потреба није задовољена. Постоје основне потребе, као што су потреба за храном, кретањем... И постоје емоционалне потребе, као што је потреба да се осећамо вољено.

Ваши родитељи су ту да одговоре на те потребе. Ако схвате које вас је осећање обузело у одређеном тренутку, они ће задовољити вашу потребу како би вас умирили. Овај точак ће вам помоћи да саопштите околини шта осећате.



Савет

Деца натпросечних способности су често осетљива на ауторитет.

Да ваше дете не би доживело ову вежбу као наређење које мора да изврши, предложите му да вам само покаже своје осећање на точку.

