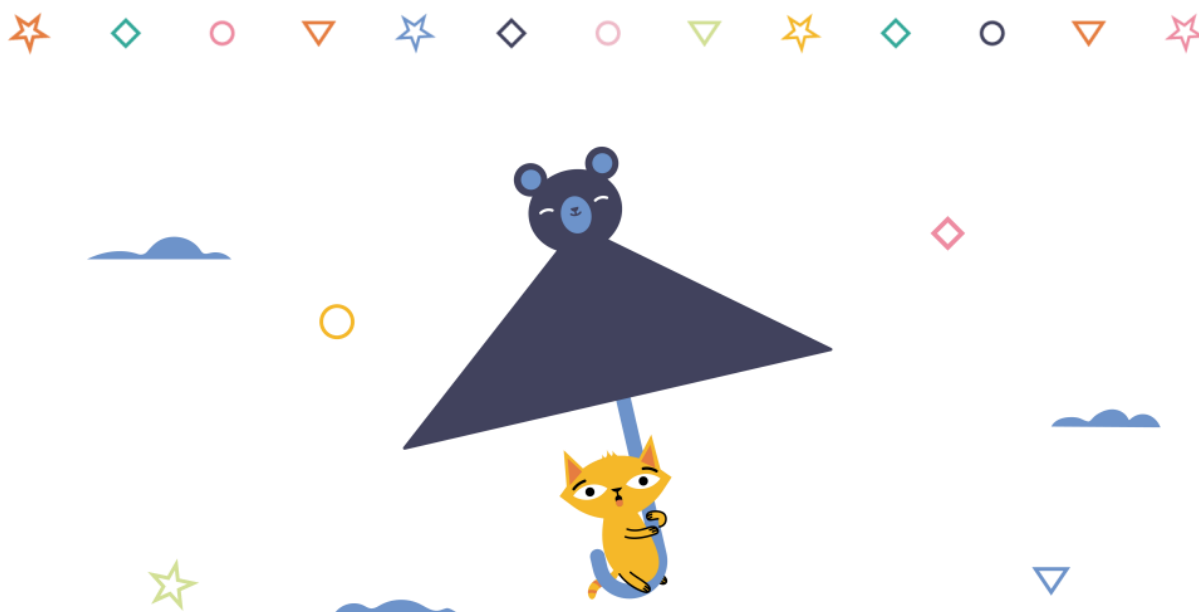


Experimentera

Upprepning är viktigt för att lära sig emotionella färdigheter, och det är viktigt att knyta teman och frågor till barnens vardag. Aktiviteterna och uppgifterna i denna utbildning skulle kunna integreras t.ex. i dagliga morgon- eller dagsgrupper. Det är viktigt att skapa en lugn, tolerant och lugn atmosfär.



– Vad är det för ljud? Kom, vi tittar.

Låt oss åka på ett känslöäventyr

Välkommen med på känslöäventyret! När man åker på äventyr behöver man ett fordon. Uula och Halli har en kartongbil. Ert fordon kan vara en flygande matta eller ett tåg, eller kanske ni kan flyga själv! Under denna stund lyssnar vi också på ljud och funderar på vilket ljud ditt eget fordon skulle kunna ge ifrån sig.

För stunden behöver du:

- Stolar, kuddar, gymmattor eller kartonglådor för fordon
- Om ni vill kan ni använda olika föremål eller musikinstrument för att producera ljud



Låt oss göra vårt eget magiska teleskop

Tillverka med barnen ett magiskt teleskop för var och en.

För dem behöver du:

- toalettpappersrullar eller hushållspappersrullar
- Egentillverkad målfärg

Gör er egen målfärg och måla toalettpappersrullarna. Man kan göra trygga målarfärger själv genom att använda olika livsmedel. Man kan hitta olika recept på nätet och det lönar sig att prova dem tillsammans med barnen. Låt barnen känna, utforska och blanda ingredienserna själva, förutom livsmedelsfärgen.



Jag tittar och använder kikare

När man är på äventyr är det viktigt att stanna upp och ta en titt på vad som finns runt omkring sig. I den här stunden används det magiska teleskopet för att utforska miljön. Vilka färger ser ni? Vilka former ser ni? Vilka saker ser ni? Med magiska teleskop kan man se allt som runt omkring verkligen finns. Dessutom kan man också se fantasibilder. Underbara stunder med kikaren!

- Utforska er omgivning tillsammans, antingen utomhus eller inomhus, med förundran och nyfikenhet.
 - Blund först och lyssna på omgivningens ljud.
- Efter det, se er omkring. Vilka former, färger och ytor ser ni? Gå sedan ut och utforska miljön genom beröring. Hur känns stolens yta? Hur golvet? Hur trädbarkens yta, hur sten, snö eller is? Hur doftar de?



Jag utforskar och känner

Genom att fokusera på olika sinnesförmågelser kan vi hjälpa oss själva att gå vidare från en alltför utmanande känsla. Sinnesförmågelser tar känslans plats och gör att det känns lättare. Detta är bra att öva på genom att utforska tillsammans, genom att undra och förnimma. I denna stund utforskas och känns, kanske också lite stökas och blandas. Denna stund kan också hållas utomhus, fast i en närliggande skog.

För stunden behöver du skålar som utforskas med olika sinnen, såsom:

- En vaxduk för att skydda golvet eller bordet
- Isbitar
- Varmt vatten
- Potatismjöl
- Farinsocker
- Kottar
- Persilja



Låt oss beröra

Förbered dig inför stunden genom att samla in så många olika föremål med olika känsla: lätta, tunga, hårda, mjuka, töjbara och oböjliga. Obs! Många återvinningscentraler låter dig gratis söka föremål för undervisningsändamål. Fråga om möjligheten på din ort. Vardagliga föremål fungerar också bra i det här spelet.

- Lägg ett föremål i taget i påsen. Vad har gömt sig där?
- Låt barnen turas om att känna på föremålet i påsen.
- Vägled barnen att tänka på hur olika ytor känns? Är ytan hård eller mjuk? Slät eller grov? Är föremålet lätt eller tungt? Kallt eller varmt?
- Känns föremålet behagligt eller obehagligt? Gillar barnet hur föremålet känns?
- När alla har fått känna på föremålet, kan barnen turas om att lyfta upp föremålet ur påsen. Vad avslöjas därifrån? Hurudan är den? Vilken färg har den?
- Fundera tillsammans på vilka slags ljud föremålen kan ge upphov till. Låt barnen visa genom att själv göra ljud.

- Hur kunde föremålet röra sig? Låt barnen visa genom att röra sig själva eller genom att flytta på föremålet.



Dofter och förnimmelser

- Gör tillsammans doftburkar eller doftpåsar.
- Gör magisk sand tillsammans: recept för att göra magisk sand för två personer
för barn: 4 dl vetemjöl, 4 dl majsstärkelse, 1 dl olja (kryddor eller matfärg för att färga degen).
- För att färga ris kan du lägga ris, några droppar livsmedelsfärg och en skvätt vinäger för att fixera färgen i en fryspåse. Kom ihåg att livsmedelsfärg färgar dina fingrar enkelt och effektivt.
- Gör tillsammans isbitar som ni färgar med livsmedelsfärg. Man kan också lägga kryddor och växter in i isbitarna.



Känslomosaik

- Samla tillsammans med barnen olika naturmaterial: bark, kottar, stenar, grenar, hö, barr, sand, mossa.
- Limma naturmaterialen på t.ex. plywood. Detta skapar en stor yta med olika saker att känna på.
- En känslomosaik kan också göras till exempel av tygbitar med olika känsla: släta, sträva, mjuka, silkeslena, fluffiga.



Jag experimenterar och leker

Vi leker tillsammans med silkespapper. Hur känns dess yta? Hur känns det om man sätter den mot sin egen kind? Hur skulle det kännas att gömma sig under pappret? Hur rör sig pappret om man kastar det i luften?

För stunden behöver du:

- Hela silkespappersark eller
- Strimlat silkespapper



Hallis och Uulas känslotrut

När man ger sig ut på äventyr kontrolleras vädret i känslotruten. Skinner solen klart på himmelen eller samlas molnen framför den? Ni kan använda Halli-Nalles känslokort och känslövädertkort för att göra er egen väderrapport. Tillsammans kan ni bygga av en stor kartong ert eget känslofaktverk, där varje barn i tur och ordning kan visa sitt aktuella känslöväder. Det lönar sig att göra känslöväderrapporterna till daglig rutin eller del av morgon- eller dagsgruppen. Med Halli-nalles känslokort och väderlekst kort kan ni också tillsammans fundera över vilka känslor som skulle kunna passa dem eller vilken väderlek och nalles uttryck skulle kunna passa ihop.

För stunden behöver du:

- Halli-nalles känslokort utskrivna (i materialet Känslovirtuoser)
- Känslöväderlekst kort utskrivna (i materialet Känslovirtuoser)
- En stor kartonglåda, helst en som barnen kan få plats i.



Mina egna känslouttryck

Utforska tillsammans Halli-nalles känslobilder, hur ser glad, ledsen, rädd eller arg ut?

- Utforska ditt eget och din väns uttryck framför spegeln. Vilka olika arga, glada,

rädsla eller ledsna uttryck har ni? Hur ser uttrycket, och hållningen?

- Hurdana tonlägen hör ihop med olika känslor?
- Välj tillsammans en mening eller ett ord. Utforska tillsammans, hur ansiktsuttryck och tonfall påverkar betydelsen och tolkningen av en mening eller ett ord.



Känslors ljud

- Ta en bild eller video av varje barns egen väderrapport på en surfplatta eller mobiltelefon.
- Tillsammans skriver ni upp de ord som hör ihop med rapporten. Vilket känslord beskriver enligt barnets mening bäst rapportens väder?
- Vilka andra ljud är förknippade med väderrapporteringen?
- Ni kan också inkludera en berättelse om barnets känslor i rapporten.



Känslor som smittar

- Lek en lek där känslor, uttryck, gester och rörelser smittar av sig.
- En av spelarna gör en grimas. Andra speglar grimasen tillbaka. Förutom uttryck kan man spegla varandras ställning, rörelser och tonfall.
- Spegla varandra både i grupp och i par.



– Låt oss stanna upp en stund för att reflektera i lugn och ro över denna känslasoppa.

Känslasoppa

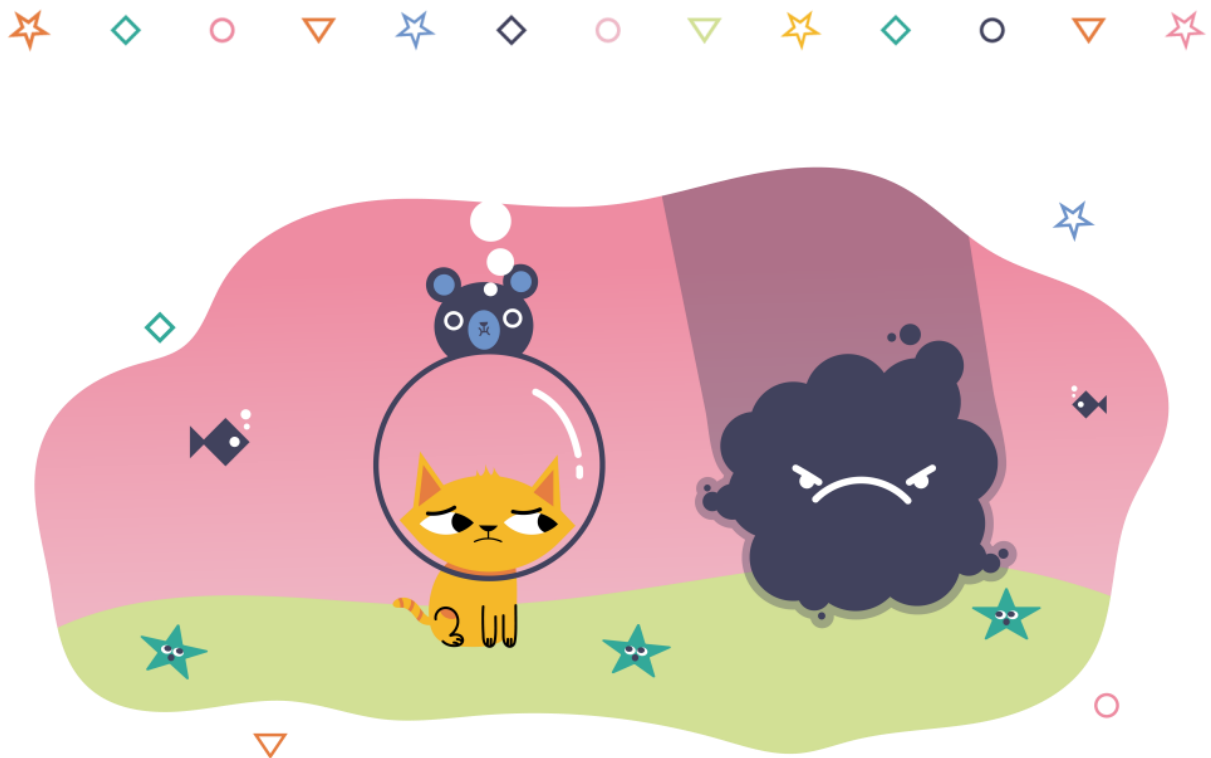
Halli-nalle och Uula-katten möter en känslasoppkastrull som kokar över. Övontat kokar soppan över!

Droppar av glädje och fågelsång hälls från en flaska i känslasoppan, iver och vågors ljud. Men vad är den där konstiga flaskan vars innehåll gör att soppan bubblar lustigt? Måne man kunde göra något för att soppan inte ska koka över?



Vi släpper ut ilskan

- Gör olika känslorflaskor av plastflaskor, livsmedelsfärg, glitter, vatten och genomskinligt lim.
- Välj musiken redo.
- Välj en flaska och fundera tillsammans på vilka känslor som kan gömma sig i den. Släpp känslan fri. Pröva tillsammans för att se hur den släppta känslan rör sig och vilket ljud den ger ifrån sig.
- Hur påverkar känslor kroppens ställning och vikt, rörelsernas hastighet och storlek? Rör er och experimentera tillsammans. Rör på dig själv också!
- Lek en lek där man växlar mellan att röra sig och stanna upp. Känslan släpps och den förvalda musiken spelas. Barnen rör sig tills musiken slutar. Sedan stoppas rörelsen och man blåser några gånger för att få stormmolnet längre bort.
- Fundera tillsammans på vad man kan göra om man blir arg: stampa, knyta nävarna och öppna dem, luta mot väggen, gå ifamn, blåsa, dansa, gå argt, berätta för en vuxen.



– Vad är detta?

Jag upptäcker och godkänner

På havets botten hittar katten Uula känsloklumpdjur. Det har inte hörts och setts och har därför vuxit sig ganska stor. Under den här stunden utforskar och undersöker vi känsloklumpdjur och funderar, vad man kunde göra med dem.

För stunden behöver du:

- Känsloklumpdjur i olika färger
- Före stunden kan ni göra känsloklumpar tillsammans, fast av massa eller magisk deg.



Känslorens former och färger

- Sprid ut en stor yta med rullpapper på golvet och välj musiken färdigt.
- Rita med fri hand konturerna av en människa på ett papper, eller be ett barn lägga sig ner på pappret en stund för att vara modell för konturerna.
- Välj den känsla som ska behandlas.
- Fundera tillsammans med barnen på var i kroppen känslan bor. Be barnet lägga handen där det tror att känslan finns.
- Fundera tillsammans på vilken färg och form känslan kan ha.

- Låt barnen måla eller färglägga olika former och rörelser av känslor på de ställen av pappersbilden av människan, där de tror att känslorna bor.
- Om ni vill kan ni måla med kryddor och safter. Ta er tid att känna varmt vatten och utforska kryddor, deras färger och dofter.
- Ta slutligen ett foto av arbetet.



Vad påverkar känslorna?

- Skriv ut till exempel Pikku Kakkonens kommunikationskort.
- Placera Halli-nalles känslokort på golvet.
- Sprid också kommunikationskort på golvet.
- Be barnen att turas om att välja en bild.
- Fundera tillsammans på vilka känslor det som visas på bilden väcker hos barnet. Om bilden till exempel visar en bok, fundera på hur barnet känner om att läsa.
- När ni har tillsammans reflekterat över känslorna, kan barnet föra bilden till det Halli-nalles känslokort som hör ihop med motivet på bilden.



- Alla känslor kan ses och höras.

Materiaali Mediametkan verkkosivuilla: [Experimentera – Mediametka ry](https://www.mediametka.fi/)