

Zestaw gotowych, tematycznych scenariuszy zajęć

Uaktywniamy maluchy



~ twójpsycholog

© COPYRIGHT by TwójPsycholog, 2022

U Aktywniamy maluchy

Zestaw gotowych, tematycznych scenariuszy zajęć

Autorzy i autorki: Olga Szałucho, Lena Smolarek, Ewelina Adamus-Pinda, Zespół TwójPsycholog

Wybór tematów i opieka merytoryczna: Olga Szałucho

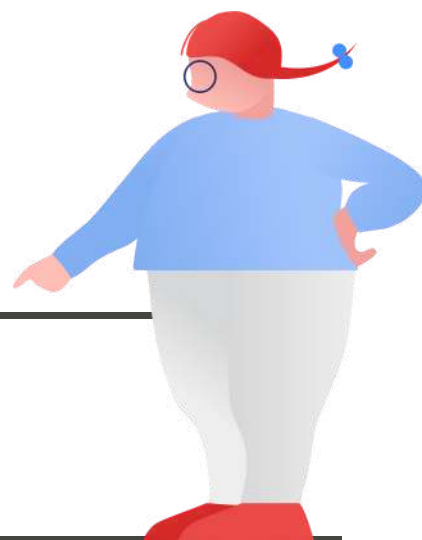
Redakcja i korekta: Zespół TwójPsycholog

Grafiki: icons8.com, Nina Markaryan

Opracowanie graficzne: Karolina Sadłowska (TwójPsycholog)

Wydanie pierwsze, 2022

Spis treści



05

WSTĘP: CZEŚĆ! + KIM JESTEŚMY?

autorzy: TwójPsycholog

08

**5 ZABAW WSPOMAGAJĄCYCH ROZŁADOWANIE
NAPIĘCIA EMOCJONALNEGO**

autorka: Ewelina Adamus-Pinda

14

5 SZYBKICH ZABAW NA NUDE

autorka: Olga Szałucho

17

**5 CIEKAWYCH ZABAW UMIŁAJĄCYCH
DŁUGĄ PODRÓŻ**

autorka: Olga Szałucho

20

**JAK ROZPOZNAWAĆ W SOBIE ZŁOŚĆ? JAK SOBIE
Z NIĄ RADZIĆ? SCENARIUSZE ZAJĘĆ**

autorka: Olga Szałucho

31

**15 SCENARIUSZY ZAJĘĆ INTEGRACYJNYCH
MAJĄCYCH NA CELU ZABAWĘ I RADOŚĆ**

autorka: Olga Szałucho

57

**15 SCENARIUSZY ZAJĘĆ MUZYCZNO-
PLASTYCZNO- RUCHOWYCH**

autorka: Olga Szałucho

85

**WPROWADZENIE W TEMATYKĘ WOJNY
W UKRAINIE**

autorka: Olga Szałucho

91

3 SCENARIUSZE ZAJĘĆ DOTYCZĄCE EMOCJI

autorka: Lena Smolarek

101

MATERIAŁY DO WYDRUKU



Cześć!

Cieszymy się, że zestaw scenariuszy zajęć „UAktywniamy maluchy” trafił w Twoje ręce. Znajdziesz w nim wiele tematycznych zabaw, które mogą pomóc dzieciom w poradzeniu sobie z różnymi trudnościami: napięciem emocjonalnym, złością, czy nudą. Niektóre z nich mogą również wprowadzić je w tematykę wojny w Ukrainie.

Materiały przygotowały Specjalistki z zakresu pracy z dziećmi i zdrowia psychicznego: [Olga Szałucho](#), [Lena Smolarek](#) oraz [Ewelina Adamus-Pinda](#). Powstały po to, by wesprzeć wszystkie osoby, które spędzają czas z dziećmi. Chcieliśmy ułatwić organizowanie ich czasu wolnego! Będą one przydatne zarówno dla rodziców bawiących się z danym maluchem indywidualnie, jak i animatorów, wolontariuszy czy nauczycieli sprawujących opiekę nad większymi grupami w środowisku szkolnym/przedszkolnym lub rozmaitych ośrodkach.

Całość składa się z wielu pojedynczych zabaw, jak i gotowych zestawów scenariuszy zajęć przeznaczonych dla dzieci w różnych wieku. Na końcu znajdują się materiały - załączniki do pojedynczych scenariuszy. Zawiera ona również sporo linków – kliknięcie w dane elementy przeniesie Cię do dodatkowych treści lub wybranych stron.

Oprócz scenariuszy przygotowaliśmy również poradnik "Jak rozmawiać z dziećmi o wojnie?", który zawiera sporo merytorycznych wskazówek. Śmiało pobierz i podeślij osobom, którym mogą się one przydać.

Wszystkiego dobrego,

Zespół TwójPsycholog



Kim jesteśmy?

TwójPsycholog

Jesteśmy [platformą](https://twojpsycholog.pl) pomagającą w znalezieniu profesjonalnej pomocy psychologicznej dopasowanej do potrzeb danej osoby – oferujemy proste i szybkie umówienie się do sprawdzonego specjalisty zdrowia psychicznego. Edukujemy, poruszamy trudne tematy, normalizujemy, dzielimy się wiedzą psychologiczną i oddajemy głos Specjalistom z różnych dziedzin poprzez nasze media społecznościowe, bloga, webinary oraz akcje społeczne. Pomagamy również Psychologom_żkom, Psychoterapeutom_tką oraz ośrodkom w organizowaniu i usprawnianiu codziennej pracy, by mogli mocniej skupić się na pomaganiu pacjentom, a mniej na marketingu i organizowaniu swoich kalendarzy. Dowiedz się więcej: <https://twojpsycholog.pl/o-nas>

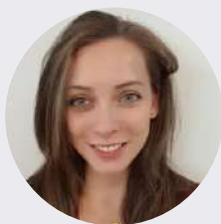


Fundacja PROMENADA

We wszystkich działaniach związanych ze wsparciem osób odczuwających skutki wojny w Ukrainie towarzyszy nam [Fundacja PROMENADA](https://www.fundacijapromenada.pl/), której wolontariusze między innymi świadczą bezpłatne konsultacje. Misją Fundacji jest szeroko rozumiana pomoc i wsparcie wobec osób, które znajdują się aktualnie w sytuacjach, w których tego potrzebują. Składa się ona w większości z psychologów i psychoterapeutów, którzy współpracują również z innymi specjalistami m.in. seksuologiem czy radcą prawnym. Naczelnymi zasadami Fundacji są: poszanowanie godności drugiego człowieka oraz dobro Pacjenta. Dowiedz się więcej: <https://www.fundacijapromenada.pl/>



Autorki



Olga Szałucho

Pedagog specjalny, oligofrenopedagog, surdopedagog, specjalista edukacji integracyjnej i włączającej.



O autorce

Jestem absolwentką Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie. Ukończyłam studia licencjackie na kierunku pedagogika niepełnosprawnych intelektualnie oraz surdopedagogika a studia magisterskie na kierunku edukacja integracyjna i włączająca. Swoje doświadczenie zdobyłam podczas wielu godzin praktyk w warszawskich placówkach edukacyjnych i terapeutycznych. Pracowałam w oddziale integracyjnym w przedszkolu oraz placówce terapeutycznej ukierunkowanej na dzieci w spektrum autyzmu.



Lena Smolarek

Psycholog



O autorce

Psycholożka i psychoedukatorka. Pracuję z młodzieżą w liceum oraz udzielam konsultacji online. W wolnym czasie tworzę psychoedukacyjny profil na Instagramie [@nadziejawchorobiepsychicznej](https://www.instagram.com/nadziejawchorobiepsychicznej/) i prowadzę [podcast](#).



Ewelina Adamus-Pinda

Psycholog, Diagnosta psychologiczny, Interwent kryzysowy, Psycholog dzieci i młodzieży, Psycholog sądowy



O autorce

Z wykształcenia jestem dyplomowanym psychologiem o specjalności klinicznej, terapeutą dzieci i młodzieży, certyfikowanym diagnostą oraz trenerem rozwoju osobistego. Podczas swojej przygody z psychologią zdobyłam również wykształcenie z zakresu terapii pedagogicznej, terapii EEG Biofeedback, interwencji kryzysowej, psychologii sądowej, arteterapii i psychologii pozytywnej. Obecnie kształcę się w kierunku uzyskania certyfikatu psychoterapeuty w nuncie integracyjnym. Psychologia i oddziaływania w jej zakresie są moją ogromną pasją i powołaniem, w związku z czym nieustannie rozwijam się i poszerzam swoją wiedzę, umiejętności oraz kompetencje.

5

Zabaw wspomagających rozładowanie **napięcia emocjonalnego**



Papierowe kulki złości

POTRZEBNE MATERIAŁY

kartki papieru (np. stare gazety, ulotki itp.), plastikowa butelka, kosz na śmieci/ pojemnik

INSTRUKCJA

Zabawa ta pomocna będzie w sytuacjach, w których dziecko doświadcza złości lub frustracji.

- 1 Należy przygotować papierowe kartki (idealnie przydadzą się do tego stare gazety, ulotki itp.).
- 2 Następnie należy poinstruować dziecko o zasadach i celu wykonywanej zabawy, np.: „każdy z nas się złości, to naturalna emocja, którą odczuwamy w sytuacjach, w których ktoś przekroczył nasze granice, nasze przedsięwzięcie się nie powiodło lub gdy po prostu coś nam się nie udało lub „nie poszło po naszej myśli”. W sytuacjach takich warto jednak pamiętać, aby wyrażać swoją złość w taki sposób, aby nie skrzywdzić innych oraz siebie. My wykorzystamy do tego kartki papieru. W sytuacji złości i frustracji będziemy je zgniatać tak szybko, jak tylko potrafimy, przygotowując tym samym papierowe kulki złości”.
- 3 Następnie można przygotować cel, np. plastikową butelkę, lub otwarty kosz na śmieci. Zadaniem dziecka będzie strącenie butelki lub wrzucenie kulki złości do kosza. Pomocna może być wówczas instrukcja:
 - „Zgniotłeś swoją złość w kulkę. Teraz wrzuć ją z siebie do kosza”,
 - lub "Zgniotłeś swoją złość. Teraz wyrzuć ją z siebie i strąć przeszkodę”.
- 4 Po zabawie następuje wspólne sprzątanie papierowych kulek.

Zdmuchnij świeczkę

POTRZEBNE MATERIAŁY

świeczka/piórko/kartka papieru

INSTRUKCJA



Celem tej zabawy jest nauka głębokiego oddychania. Uczymy dziecko wdychania powietrza przez nos, a następnie powolnego wydmuchiwanie przez usta tak, aby zdmuchnąć świeczkę.

- 1 Przed przystąpieniem do zabawy należy zaprezentować dziecku opisany sposób oddychania.
- 2 Następnie zapalamy świeczkę i siadamy z dzieckiem 30cm od płomienia, zachęcając do jego zdmuchnięcia.
- 3 Po każdym zdmuchnięciu świeczki odsuwamy się z krzesłem o 30cm. Dziecko instruujemy, że dmuchamy tylko z miejsca siedzenia, tzn. nie wstajemy i nie podchodzimy do świeczki.

Tym samym wzmacniamy siłę i umiejętność oddychania oraz uczymy cierpliwości i tolerowania frustracji.

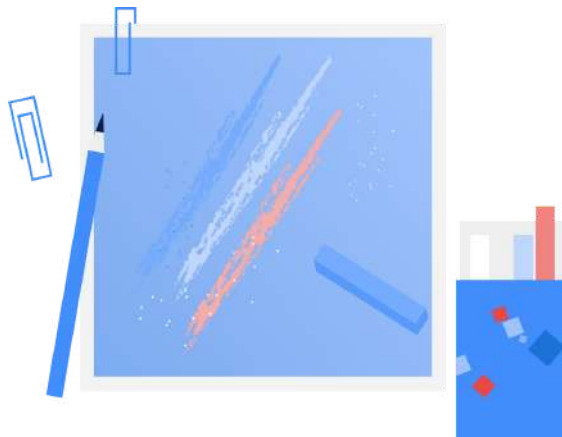
Świeczkę zastąpić można piórkiem lub kartką papieru. Wówczas zadanie będzie polegało na zdmuchnięciu piórka/kartki ze stołu, tak, aby spadła na podłogę.

Rozpoznawanie i nazywanie emocji

POTRZEBNE MATERIAŁY

kartki papieru, kredki, pisaki, nożyczki

INSTRUKCJA



- 1 Przygotowujemy 6 kartek papieru oraz kolorowe kredki/pisaki.
- 2 Na każdej kartce rysujemy z dzieckiem słoneczko a w nim jedną z emocji: strach, złość, smutek, radość, zaskoczenie, spokój.
- 3 Następnie wycinamy słoneczka. Celem początkowych prac jest stworzenie 6 słoneczek przedstawiających wspomniane powyżej emocje.
- 4 Następnie posługujemy się stworzonymi obrazkami, aby określić doświadczaną obecnie emocję (zadanie to wykonuje opiekun i dziecko).
- 5 Przechodzimy do zabawy: na przemian z dzieckiem opisujemy sytuacje mogące wywołać określoną emocję, np. „wesłam do pokoju a tam stało wielkie pudełko owinięte kokardą”. Zadaniem drugiej osoby jest wskazanie odpowiedniego słoneczka odzwierciedlającego emocję, której mogła doświadczyć osoba opowiadająca historię.
- 6 Następnie role się odwracają.

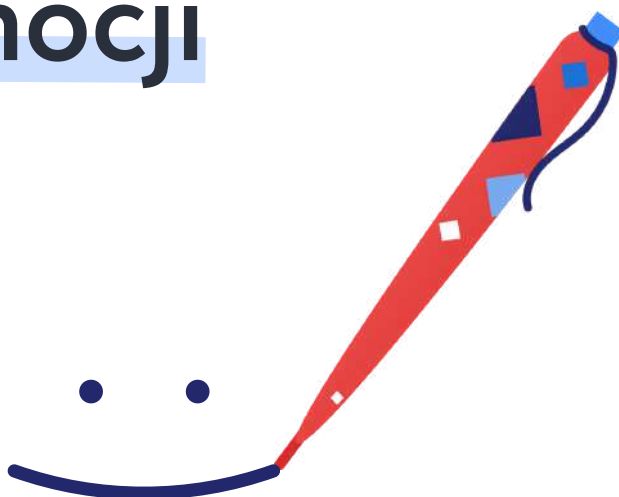
Poprzez opowiadanie historii oraz dobieranie do nich emocji uczymy dziecko rozpoznawania i nazywania stanów emocjonalnych a także identyfikowania sytuacji wywołujących poszczególne emocje.

Ekspresja emocji

POTRZEBNE MATERIAŁY

kartki papieru, długopis, nożyczki.

INSTRUKCJA



- 1 Na kartce papieru zapisujemy kolejno, w odstępach zdania: „ale wysoko!”, „jaka czarna ziemia!”, „zimny śnieg”, „gdzie jest pies?”, „zejdź natychmiast!”, „nie pójdę tam”, „jaki piękny widok!”, „lubię cię”, „nie chce tego robić”, „to niebezpieczne”, „pomogę ci”.
- 2 Następnie wycinamy zdania, tworząc kartoniki. Każdy zginaemy na pół, aby zapisane zdanie nie było widoczne.
- 3 Na drugiej kartce zapisujemy sposoby ekspresji emocji: wesoło, ze strachem, z zaskoczeniem, niechętnie, żartobliwie, ze smutkiem, ze wstydem, z dumą, lekceważąco, spokojnie.
- 4 Analogicznie wycinamy i zaginamy. Tworzymy dwie kupki, z których na przemian z dzieckiem będziemy losować zdania i sposoby ekspresji.
- 5 Zadaniem uczestników zabawy będzie wypowiedzenie wylosowanego zdania z określoną, wylosowaną ekspresją, np. „pomogę ci” na wesoło, „gdzie jest pies?” ze strachem. Nie ujawniamy ekspresji, którą wylosowaliśmy, jest to zagadka dla pozostałych uczestników.
- 6 Następnie osoba, która prawidłowo odgadła prezentację losuje zdanie i ekspresję dla siebie. Jeśli dzieci będą doświadczały trudności podczas zgadywania, można posłużyć się pytaniem pomocniczym, np. „z jakim uczuciem Ania powiedziała to zdanie” albo: „jakie uczucia wzbudza w tobie wypowiedź Ani?”

Zabawa sensoryczna z woreczkami



POTRZEBNE MATERIAŁY

nasiona/ziarna/makaron/mąka/ sól/cukier/ziemia/ kamyczki różnej wielkości/piasek/trawa/małe gałązki/woda, woreczki strunowe lub zwykłe, chustka.

INSTRUKCJA

- 1 Zawartość tj. różne nasiona, ziarna, kamyczki itp. wsypujemy do woreczków, tak, aby każdy woreczek miał swoją parę, a następnie szczelnie je zamykamy/zawijujemy (dodatkowo woreczki można zabezpieczyć taśmą klejącą).
- 2 Zapoznajemy dzieci z nazwami zawartości i prosimy, aby ułożyły w rzędzie obok siebie takie same woreczki, jednocześnie próbując nazywać ich zawartość.
- 3 Następnie zawiązujemy oczy chustką osobie, której zadaniem będzie identyfikacja woreczków i kładziemy przed nią wszystkie woreczki.
- 4 Zadaniem uczestnika będzie odszukanie par woreczków za pomocą dotyku a następnie nazwanie ich zawartości.

Zabawa ta stymuluje u dziecka zmysł wzroku, dotyku i słuchu oraz rozwija integrację sensoryczną i sferę poznawczą.

5

szybkich zabaw na nudę



Wiek: 3-6 lat

MAŁPKA

Zadaniem dziecka jest wspinanie się po rodzicu jak po drzewie. Rodzic może utrudniać dziecku zabawę, udając, że wieje silny wiatr i mocno kołysze drzewem.

PRZESYPYWANKI

Do tej zabawy potrzeba różnych naczyń i różnych materiałów sypkich typu: ryż, makarony, płatki owsiane itp. Proponujemy dziecku różne sposoby przysypywania, tworzenia dań na niby, jazdy autkami pomiędzy górami, wydobywanie zasypianych przedmiotów itp.

FRYZJER

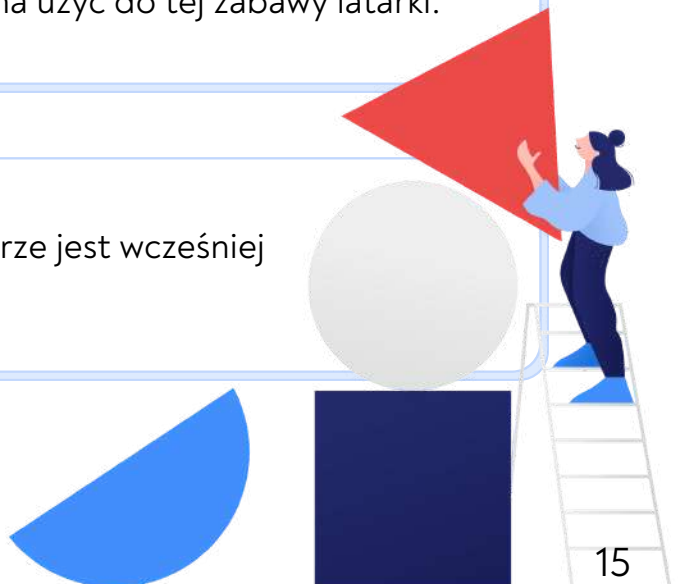
Najlepszy sposób by umilić mamie czas :) Zabawa polega na tym, by zaopiekować się włosami mamy w najlepszy możliwy sposób. Należy pamiętać o dokładnym umyciu włosów – oczywiście na niby, następnie ich rozczesaniu, a na koniec zrobienie najpiękniejszej fryzury na bal.

POSZUKIWACZE

Zabawa polega na odnajdywaniu przedmiotów o konkretnym kształcie, kolorze lub fakturze. Jeśli jest ciemno można użyć do tej zabawy latarki.

KALAMBURY

Stara dobra zabawa w każdej sytuacji. Dobrze jest wcześniej określić kategorie do zgadywania.



Wiek: 7-10 lat

LUSTRO

Zabawa polega na naśladowaniu ruchów drugiej osoby. Aby utrudnić, można po każdym 3 ruchach eliminować z zabawy jedną partię ciała, np. na początku pokazuje całe ciało, następnie zastygają nogi a reszta ciała pokazuje, kolejna eliminacja to ręce, zatem może pokazywać tylko głowa.

PREZENT

Dziecko ma za zadanie otworzyć prezent, którym jest rodzic zwinięty w kulkę. Gdy uda się oderwać jedną część ciała, nie może ona być znowu „przyklejona”. Gdy prezent zostanie otworzony, mocno tulimy dziecko. Następnie kolej na to, aby dziecko było „prezenterem”.

CO CI NARYSOWAŁEM?

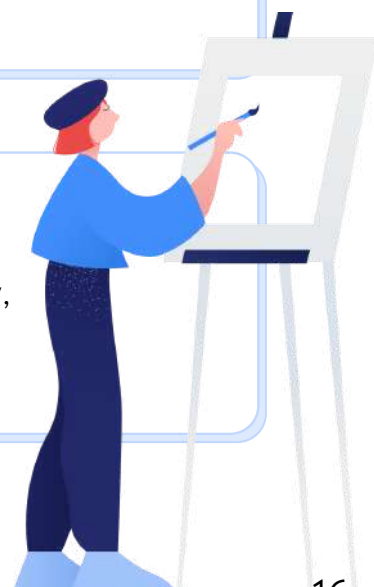
Zabawa polega na rysowaniu palcem po plecach różnych przedmiotów, zwierząt, liter lub cyfr. Osoba, która jest kartką, musi odgadnąć co to za rysunek.

CHODZIMY JAK...

Zabawa polega na poruszaniu się, tak jak dane zwierzę np.: słoń, pies, kot, żabka, wąż, królik, żółw itp.

NALEŚNIK

Zabawa polega na zwinięciu dziecko w rulon w kocu. Robimy to raz szybko raz wolno. Na koniec ugniatamy ciało i udajemy, że jemy. Następnie dziecko musi zwinąć rodzica w rulon.



5

**ciekawych zabaw
umilających długą podróż**



Wiek: 3-6 lat

OPOWIEŚCI SZALONEJ MAMY/ CIOCI

Każdy maluch uwielbia, gdy opiekun się wygłupia. Opowiedzenie szalonej historii, w której np. mama wyleciała raketą kosmiczną wraz ze swoimi dziećmi przebranymi za kosmiczne chomiki, by odszukać zaginiony skarb króla leniwca, będzie na pewno dobrym pomysłem.

ZNAJDŹ JAK NAJWIĘCEJ...

prosimy dziecko by podczas podróży znalazło i policzyło np.: wszystkie czerwone auta, krowy na polu, latające bociany itp.

ŚPIEWANIE

Wspólne śpiewanie ulubionych piosenek jest zawsze dobrym pomysłem.

ZAGADKI

zabawa polega na naprzemiennym zadawaniu sobie zagadek. Mogą one dotyczyć zwierząt, przedmiotów, bajek lub jedzenia.

NAŚLADUJ MNIE

zabawa polega na wybijaniu rękoma rytmów o kolana. Można zacząć od prostych rytmów typu:

- uderzenie, pauza, uderzenie, pauza;
- uderzenie, uderzenie, pauza;
- uderzenie, pauza, uderzenie, uderzenie.



Wiek: 7-10 lat

MOJE OCZY WIDZĄ COŚ W KOLORZE/NA LITERĘ...

Zabawa polega na naprzemiennym zgadywaniu przedmiotów /ludzi/ zwierząt z najbliższego otoczenia. Dla dzieci młodszych zgadujemy po kolorze, a dla starszych po pierwszej literze wyrazu.

KIM JESTEM?

Zabawa polega na odgadnięciu kim jest druga osoba za pomocą zadawanych pytań. Przed rozpoczęciem zabawy należy ustalić kategorię, mogą to być postacie z: bajek, filmów, rodziny, znani piosenkarze, aktorzy oraz osoby z show biznesu.

ZAWODY KCIUKÓW

Zabawa polega na złapaniu się za dłonie tak, aby kciuki wystawały do góry. Na dany znak kciuki muszą się siłować, wygrywa ten kto przygniecie kciuk drugiej osoby.

NASZA OPOWIEŚĆ

Zabawa polega na tym, aby opowiedzieć wspólnie jedną zwariowaną opowieść. Każdy z uczestników może powiedzieć tylko jedno zdanie. Im bardziej zwariowane, wymyślone zdania tym śmieszniejsza może być opowieść.

ŁAŃCUSZEK SŁÓW

Zabawa polega na tym, aby powiedzieć słowo na ostatnią literę wcześniejszego wyrazu np. but-traktor- robak- kij. Dla utrudnienia można wybrać kategorię np.: imiona, przedmioty, zwierzęta.

Jak rozpoznawać w sobie złość? Jak sobie z nią radzić?

scenariusze zajęć



Scenariusz 1.



Temat	"Moje emocje"
Wiek uczestników	3-4 lata
Czas trwania zajęć	20 minut
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego.
Cele szczegółowe	• dziecko zna dwa sposoby rozładowania silnego napięcia emocjonalnego: tupanie nogami, głębokie oddychanie. • dziecko wie, kiedy zastosować techniki uspokajające.
Pomoce dydaktyczne	kartki papieru
Metody pracy	pokazu i obserwacji, przykładu, ćwiczeń
Formy pracy	grupowa- zindywidualizowana.

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Zabawa orientacyjno - porządkowa „ Pada deszcz- świeci słońce”.
Na hasło „świeci słońce” dzieci biegają swobodnie po sali, na hasło „pada deszcz” – dzieci stają plecami przyklejonymi do ściany.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Przedstawienie dzieciom celu zabaw.
"Dziś nauczymy się, jak sobie radzić, gdy jesteśmy bardzo zdenerwowani i źli".
Dzieci podają przykłady takich sytuacji.
- 4 Zabawa „Tupnij nogą”.
Dzieci ustawiają się w kole, na znak prowadzącego dzieci tupią najmocniej jak potrafią (ok 10 sek.), na kolejny znak stoją nieruchomo jak drzewa (10 sek.).
Powtarzamy 5-7 razy.

5

Zabawa „Chuchnij dmuchnij”.

Dzieci dostają po kartce papieru, zgniatają je w kulkę. Z kulkami w ręku, ustawiają się jednym końcem sali, kładą się na brzuchu, kulki papierowe kładą przed sobą. Ich zadaniem jest przedmuchiwanie kulki na drugi koniec sali.

ZAKOŃCZENIE

6

Podsumowanie zabaw

Zwrócenie uwagi na dwa sposoby radzenia sobie w sytuacji mocnego zdenerwowania: mocne tupanie nogami, głębokie oddychanie.

Scenariusz 2.

Temat	„Emocjonalny taniec”.
Wiek uczestników	3-4 lata
Czas trwania zajęć	20 minut
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego
Cele szczegółowe	• dziecko zna dwa sposoby rozładowania silnego napięcia emocjonalnego: przytulanie oraz taniec. • dziecko wie, kiedy zastosować techniki uspokajające.
Pomoce dydaktyczne	urządzenie do odtworzenia ulubionej piosenki dzieci np. telefon lub magnetofon z płytą CD
Metody pracy	pokazu i obserwacji, przykładu, ćwiczeń
Formy pracy	grupowa - zindywidualizowana, w parach

WSTĘP



1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa orientacyjno - porządkowa „Kot jest, kota nie ma”

Na hasło „kot jest”- dzieci przychodzą na czworaka do nauczycielki, na hasło „kota nie ma”- dzieci biegają po sali.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Przedstawienie dzieciom celu zabaw.

„dzisiaj nauczymy się, jak sobie radzić, gdy jesteśmy bardzo zdenerwowani i źli”.
Dzieci podają przykłady takich sytuacji.

4 Zabawa „Klej na przytulanie”

dzieci dobierają się w pary, zadaniem każdego dziecka jest przytulanie drugiego dziecka- z zachowaniem ostrożności! Można podzielić przytulanie na części ciała: plecy, brzuszek, nogi, ręce, głowę.

5 Zabawa „Taniec połamaniec”

na dźwięk ulubionej piosenki, dzieci tańczą: najszybciej, najwolniej, jak roboty, koty, słonie, bociany, żabki i króliki. Pomiędzy każdym odtworzeniem piosenki, jest przerwa, w której dzieci stoją nieruchomo.

ZAKOŃCZENIE

6 Podsumowanie zabaw.

Zwrócenie uwagi na dwa sposoby radzenia sobie w sytuacji mocnego zdenerwowania: przytulanie oraz taniec.



Scenariusz 3.

Temat	„Zmyj z siebie złość”.
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 minut
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego.
Cele szczegółowe	• dziecko zna sposób rozładowania silnego napięcia emocjonalnego - zabawy manualne. • dziecko, wie kiedy zastosować techniki uspokajające. • dziecko potrafi zastosować poznane techniki w praktyce.
Pomoce dydaktyczne	szklanki i łyżki dla każdego uczestnika, woda
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, pogadanka, pokaz i obserwacja, przykład, ćwiczenia.
Formy pracy	grupowa- zindywidualizowana.

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa „Prezent”.

Zabawa polega na dobraniu się w pary. Jedna osoba zwiija się w kulkę, obejmując rękoma nogi. Zadaniem drugiej osoby jest „rozpakowanie prezentu”. Zamiany w parach i zamiany par.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Rozmowa

Nauczyciel pyta dzieci, jaki znają emocje, w jakich sytuacjach się denerwują i jakie mają sposoby na uspokojenie się.

4

Zabawa „Przelej wodę”

Zadaniem każdego dziecka jest przelanie jak najwięcej wody do kubeczka za pomocą łyżki w czasie 1min.

5

Zabawa „Myjnia”

Dzieci ustawiają się w rzędzie, nogi mają szeroko rozstawione. Pierwsze dziecko „Auto” czołga się pod nogami reszty uczestników „Myjni”. Dzieci za pomocą delikatnego dotyku masują –myją- dziecko. Każde dziecko powinno być autem.



ZAKOŃCZENIE

6

Opisanie zabaw i ich celów.

Rozmowa z dziećmi na temat zaufania do drugiej osoby i zwracania uwagi na jego potrzeby.

Scenariusz 4.

Temat	„Rozładuj się”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego
Cele szczegółowe	• dziecko zna dwa sposoby rozładowania silnego napięcia emocjonalnego: silne wciskanie rąk w podłogę, głębokie oddychanie. • dziecko, wie kiedy zastosować techniki uspokajające. • dziecko potrafi zastosować poznane techniki w praktyce
Pomoce dydaktyczne	kartki papieru
Metody pracy	pogadanka, pokaz i obserwacja, przykład, ćwiczenia
Formy pracy	grupowa- indywidualizowana, w parach

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa „Jeż”

Dzieci siedzą w kółku, jedno dziecko jest w środku. Dzieci mówią wierszyk: „Na dywanie siedzi jeż, co on robi, to my też. Co robisz języku?” , na hasło "co robisz języku" dziecko w środku pokazuje jakąś czynność, reszta dzieci to powtarza. Język wybiera na swojego następcę osobę, która najlepiej wykonała jego ćwiczenie.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Przedstawienie dzieciom celu zabaw

Dziś nauczymy się, jak sobie radzić, gdy jesteśmy bardzo zdenerwowani i źli. Zadaniem dzieci jest opisanie 1 sytuacji, w której bardzo się zdenerwowali i co wtedy zrobili.

4 Rozmowa

Nauczyciel objaśnia dzieciom, że każda emocja jest normalna, każdy ma prawo się zdenerwować, smucić, płakać, ale też być radosnym. Ważne jest by w odpowiedni sposób rozładować swoje emocje.

5 Zabawa „Dziura w ścianie”

Zadaniem każdego dziecka jest znalezienie sobie kawałka podłogi lub ławki. Na znak wszyscy mocno wbijają dłonie w ławkę, jakby chcieli zrobić dziurę w ławce. Po ok 10 sek. robią przerwę i strzepują dłonie. Czynność powtarzamy ok 5-7 razy.

6 Zabawa „Zdmuchnij to”

Każde dziecko dostaje kawałek papieru. Zadaniem jest jak najdalsze przesunięcie kartki po podłodze za pomocą w dziesięciu dmuchnięć.

ZAKOŃCZENIE

7 Opisanie zabaw i ich celów.

Rozmowa z dziećmi, który sposób był dla nich lepszy, ciekawszy i bardziej zrozumiały.

Scenariusz 5.

Temat	„Schemat”.
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego.
Cele szczegółowe	• dziecko zna dwa sposoby rozładowania silnego napięcia emocjonalnego: liczenie do 10 oraz głębokie oddychanie. • dziecko, zna schemat napięcia emocjonalnego. • dziecko jest świadome, że każda emocja ma swoją przyczynę. • dziecko potrafi zastosować poznane techniki w praktyce
Pomoce dydaktyczne	komputer, piórka lub małe kawałki papieru
Metody pracy	pogadanka, pokaz i obserwacja, przykład, ćwiczenia
Formy pracy	grupowa- zindywidualizowana

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Przedstawienie tematu zajęć i ich celu.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Omówienie przyczyn, które wywołują w nas stres.
Podkreślenie, że zawsze jest jakaś przyczyna silnych emocji.

4

Przedstawienie dzieciom schematu napięcia emocjonalnego:

przyczyna-> emocja-> napięcie ciała -> wypowiedziane słowa.

5

Omówienie, jak ważne jest prawidłowe rozładowanie napięcia emocjonalnego.

6

Zabawa „Inspektor gadżet”

Wyświetlenie na monitorze komputera obrazka przedstawiającego sytuację, w której osoba jest silnie zdenerwowana. Omówienie jej na podstawie schematu.

7

Zabawa „Rosnące drzewo”

Dzieci kucają, nauczyciel liczy wolno do 10. Zadaniem dzieci jest powolne wstawanie w tym czasie. Pozycja ostateczna to stanie na palcach z wyciągniętymi rękoma do góry. Powtarzamy zabawę 4 razy. Lecz za ostatnim razem, dzieci zamykają oczy i same po cichu liczą sobie czas.

8

Zabawa „Moje maleństwo”

Każde dziecko dostaje piórko lub mały kawałek papieru i kładzie sobie na dłoni. Zadaniem każdego uczestnika jest delikatne i długie dmuchanie na materiał w taki sposób, aby nie spadło z dłoni.

ZAKOŃCZENIE

9

Omówienie schematu emocjonalnego

i podkreślenie jak ważne jest nazwanie emocji i znalezienie przyczyny zdenerwowania. Podsumowanie techniki liczenia do 10 oraz głębokiego oddychania.



Scenariusz 6.



Temat	„Jestem cool”.
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min
Cel główny	rozwijanie umiejętności rozładowania napięcia emocjonalnego.
Cele szczegółowe	• dziecko zna dobre i złe zachowania podczas silnego wzburzenia emocjonalnego, • dziecko potrafi opisać swoje dobre cechy, • dziecko widzi i opisuje pozytywne cechy kolegów i koleżanek z grupy.
Pomoce dydaktyczne	długopisy, duży arkusz papieru i mazaki (ewentualne zapisywanie na tablicy kredowej lub suchościeralnej)
Metody pracy	pogadanka, mapa myśli
Formy pracy	grupowa- zindywidualizowana

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Przedstawienie tematu zajęć i ich celu.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Przypomnienie dzieciom schematu napięcia emocjonalnego:
przyczyna-> emocja-> napięcie ciała -> wypowiadane słowa.

4

Omówienie, co można robić podczas silnych emocji a czego nie.

Wykonanie dwóch map myśli na tablicy: co mogę robić gdy się zdenerwuję oraz czego nie mogę robić, gdy jestem zdenerwowany.

5

Zabawa „Jestem wartościowy”

Zabawa polega na wpisywaniu kolegom i koleżankom na palcach u dłoni komplementów. Na koniec dzieci odczytują swoje ulubione komplementy.

ZAKOŃCZENIE

6

Podsumowanie zajęć.

7

Masaż w kole „Pizza”

Dzieci siedzą w kole plecami do siebie. Nauczyciel dyktuje przepis na pizzę z instrukcją masażu:

Mąką na blachę BUCH!

(posypujemy plecy dziecka mąką, na koniec delikatnie przyciskamy całą dłoń)

Potem woda idzie w RUCH!

(dłonią rysujemy fale i zawijasy)

Trochę drożdży, trochę soli,

ugniatamy plecy jak ciasto

Jak już ciasto wyrobimy

(ugniatamy dalej...)

To składniki położymy

(kciukiem dociskamy punktowo w różnych miejscach)

Najpierw sos, a potem serek.

(masujemy całą dłonią, drobimy palcami)

A na koniec CIACH! plasterzek.

(kantem dłoni dotykamy, do pleców dziecka, imitujemy krojenie nożem)

I tutaj następuje pełna swoboda: możemy dodawać cebulkę, oliwki, paprykę, pieczarki, salami, kielbaskę, ananasa, kukurydzę, tuńczyka, szpinak... Lub pozostać przy wersji podstawowej

A gdy pizza już gotowa.

(rysujemy duży okrąg, przeciągamy samogłoski mówiąc pizza, gotowa)

To do buzi nam się chowa. MNIAM, MNIAM, MNIAM!

(gilgoczymy partnera)



15

**scenariuszy zajęć
integracyjnych mających
na celu zabawę i radość**



Scenariusz 1.

Temat	„Poznajmy się”
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko zna imiona reszty grupy, • dziecko potrafi wskazać osoby, które lubią to co ona
Pomoce dydaktyczne	dobry nastrój prowadzącego ;)
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, pogadanka, pokazowa
Formy pracy	grupowa zindywidualizowana

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa „Iskierka”

Dzieci siedzą w kole, trzymają się za ręce, po kolei mocno ściskają się za dłonie bez użycia słów.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Zabawa „Jak masz na imię?”

Dzieci siedzą w kole, nauczyciel trzyma misia i mówi swoje imię, podaje misia kolejnej osobie- ona mówi imię poprzednika a następnie swoje: „ to jest Pani Ola, a ja mam na imię Antoś”, i tak po kolei.

4

Zabawa „Kto lubi..?”

Nauczyciel pyta np: „kto lubi czekoladę, ten skacze jak piłeczka?” Te dzieci, które lubią to, wykonują polecenia nauczyciela. Zadajemy około 6-8 pytań.

5

Zabawa „Turlamy się”

Dzieci kładą się na końcu sali na plecach. Na znak wszyscy razem turlają się do drugiej ściany w sali.

ZAKOŃCZENIE

6

Ponowna zabawa „Iskierka”.

Scenariusz 2.

Temat	„Razem różniej”
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dzieci potrafią współpracować w grupie, • dzieci potrafią czekać na swoją kolej.
Pomoce dydaktyczne	miś
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, ćwiczeń
Formy pracy	grupowa

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa „Podaj dalej”

Dzieci stoją w kole, podają sobie misia nad głowami, mówiąc imię osoby której dają misia.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Zabawa „Stary niedźwiedź”

Jedno z dzieci leży skulone i udaje śpiącego niedźwiedzia. Reszta dzieci chodzi w koło "niedźwiedzia" i powtarza słowa „Stary niedźwiedź mocno śpi, stary niedźwiedź mocno śpi, my się go boimy, na palcach chodzimy, jak się zbudzi to nas zje, jak się zbudzi, to nas zje. Pierwsza godzina niedźwiedź śpi, druga godzina niedźwiedź chrapie. trzecia godzina niedźwiedź łapie!” i w tym czasie niedźwiedź się budzi i "rzuca się" w stronę dzieci. Dzieci uciekają, żeby nie dać się złapać niedźwiedziowi. Dziecko, które zostanie złapane przez niedźwiedzia, zostaje "niedźwiedziem".

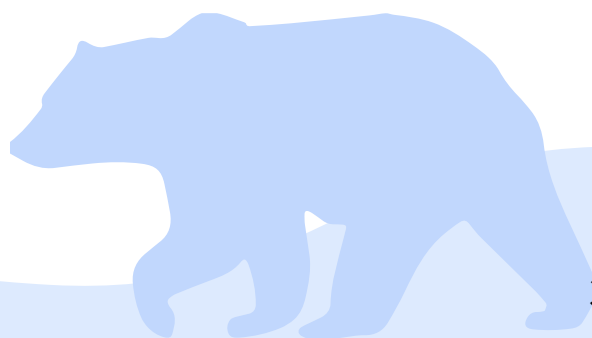
4 Zabawa „Gąsienica”

Dzieci dzielą się na grupy ok 5 osobowe, siadają jedno za drugie w rozkroku, trzymają nogi dziecka przed nimi. Zadaniem dzieci jest wspólne przemieszczenie się na drugi koniec sali bez puszczenia nóg kolegi. Grupa, która dotrze do celu pierwsza- wygrywa.

ZAKOŃCZENIE

5 Podziękowanie za udział

Dzieci dziękują sobie wzajemnie przybijając „piątki” stopami.



Scenariusz 3.

Temat	„W parach”
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko reaguje na polecenia nauczyciela, • dziecko potrafi współpracować w parze
Pomoce dydaktyczne	dobry nastrój prowadzącego ;)
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn
Formy pracy	grupowe, w parach

WSTĘP

1

Zabawa : „Palec pod budkę,

Bo za minutkę Zamykam budkę. Budka zamknięta.” Dzieci biegają po sali, w wybranym momencie nauczyciel zaczyna rymowankę. Dzieci mają za zadanie jak najszybciej przybiec i włożyć swój palec w dłoń nauczyciela.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

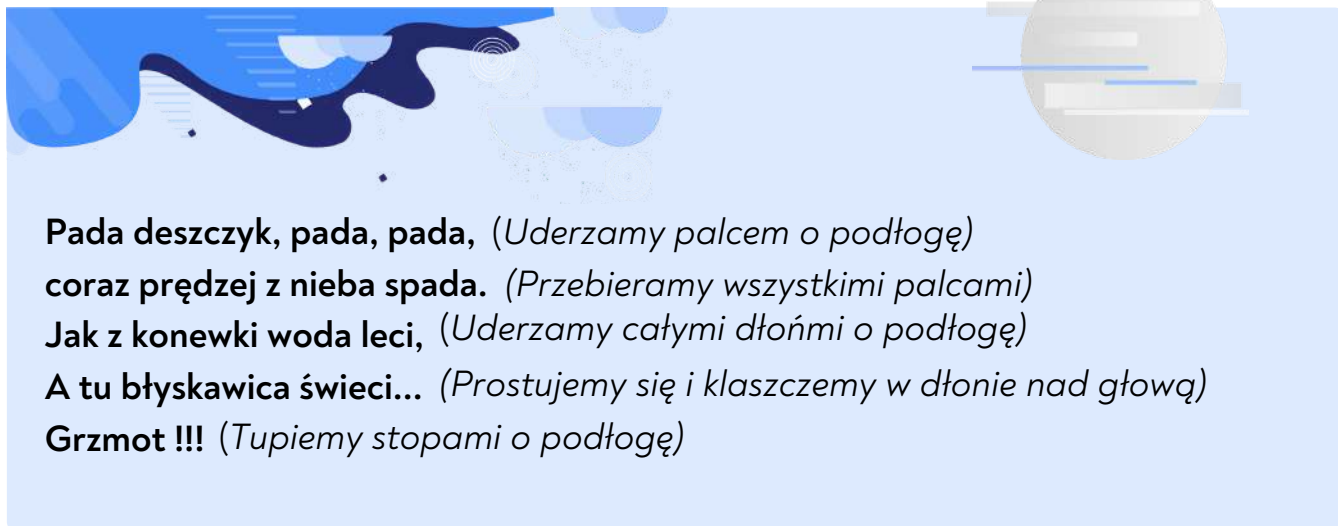
Dzieci dobierają się w pary.

- zabawa 1: dzieci siedzą plecami do siebie i próbują się przepychać.
- zabawa 2: jedno dziecko robi mostek, a drugie 3 razy przechodzi pod mostkiem. Zamiana ról.
- zabawa 3: jedno dziecko wykonuje ruch ręką/ nogą/ głową, a drugie je naśladuje. Zamiana ról.

ZAKOŃCZENIE

3

Dzieci siadają w kole i wykonują zabawę paluszkową:



Pada deszczyk, pada, pada, (*Uderzamy palcem o podłogę*)
coraz prędej z nieba spada. (*Przebieramy wszystkimi palcami*)
Jak z konewki woda leci, (*Uderzamy całymi dłońmi o podłogę*)
A tu błyskawica świeci... (*Prostujemy się i klaszczemy w dłonie nad głową*)
Grzmot !!! (*Tupujemy stopami o podłogę*)

Scenariusz 4.

Temat	„Detektyw”
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko zwraca uwagę na innych uczestników zajęć, • dziecko potrafi naśladować ruchy zwierząt
Pomoce dydaktyczne	dobry humor prowadzącego :)
Metody pracy	ćwiczeń, pokazowa
Formy pracy	grupowe zindywidualizowane

WSTĘP

1

Powitanie każdego dziecka osobno

np: „Witaj Kasiu, jaką masz piękną spineczkę”.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Detektyw”

Nauczyciel opisuje dziecko, nie podając jego imienia. Zadaniem grupy jest odgadnięcie, o kim mówi nauczyciel.

3

Zabawa „Chodzę jak..”

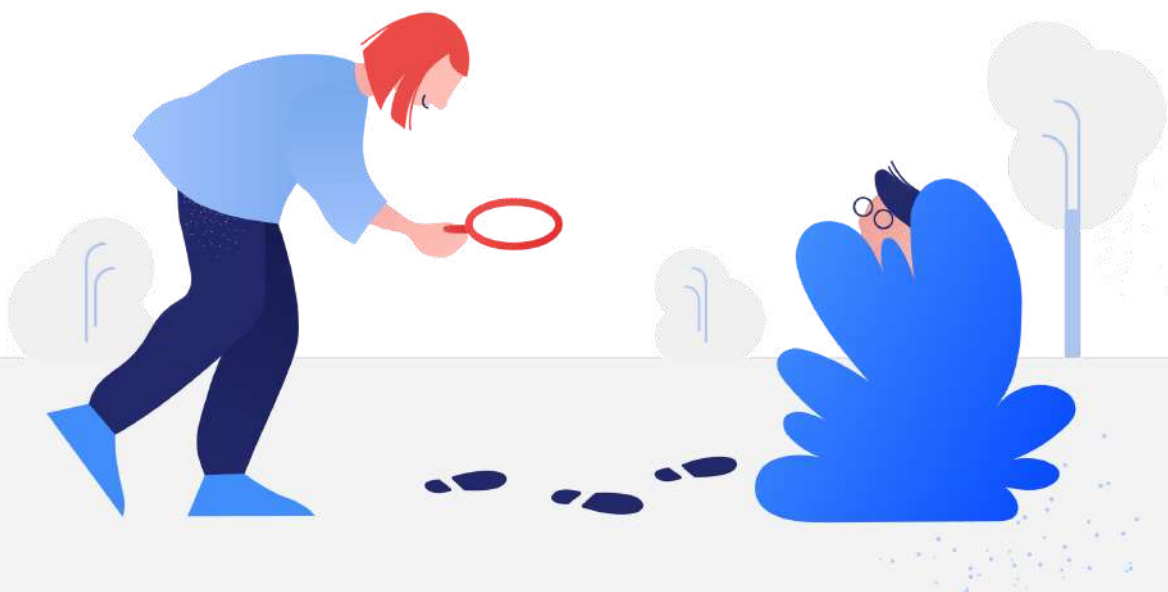
Nauczyciel podaje nazwy różnych zwierząt, a zadaniem dzieci jest poruszanie się jak dane zwierzę np.: kot, ślimak, koń, kura, dżdżownica.

ZAKOŃCZENIE

4

Zagadki

Dzieci siedzą w kole, nauczyciel coraz ciszej zadaje zagadki „co to jest...?” np. „....żółte i świecie na niebie?”, „... robi muuu?”, „...jest brązowe i słodkie?”.



Scenariusz 5.

Temat	„Pobawmy się”.
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko potrafi współpracować w grupie, • dziecko potrafi czekać na swoją kolej.
Pomoce dydaktyczne	6x plecaki/ poduszki/ buty, dwie piłeczki, duży miś
Formy pracy	grupowa zindywidualizowana
Metody pracy	ćwiczeń, pokazowa, pogadanka

WSTĘP

1

Ulubiona zabawa

Dzieci siedzą w kole, każde z nich opowiada o swojej ulubionej zabawie.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Tor przeszkód”

Nauczyciel układa dwa takie same tory przeszkód, które składają się z: biegu do slalomu z plecaków/ poduszek/ butów, rzuceniu piłeczką do celu i powrót. Dzieci dzielą się na dwie drużyny. Grupa, która pierwsza pokona tor przeszkód wygrywa.

3

Zabawa „Baloniku nasz malutki”

Dzieci trzymają się za ręce i stoją ściśnięte w kole. Powiększają koło wraz ze słowami „Baloniku nasz malutki, rośnij duży okrągłutki, balon rośnie, że aż strasz, przebrał miarkę no i bach!” na słowo: bach, dzieci puszcza się za ręce i upadają na ziemię.

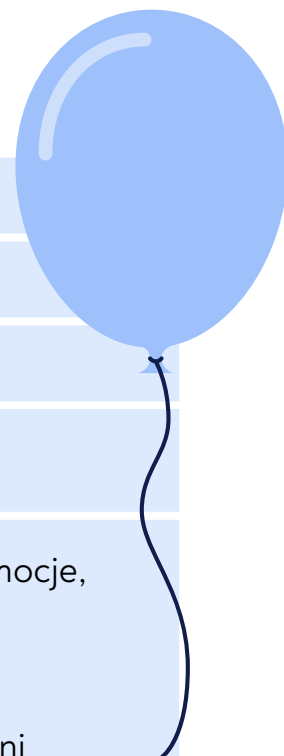
ZAKOŃCZENIE

4

Zabawa z misiem

Dzieci leżą w kole, na plechach, głowami skierowanymi do środka. Nogami podają sobie największego misia jakiego będą potrafiły znaleźć w sali.

Scenariusz 6.



Temat	„Jak masz na imię”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko poznaje imiona innych osób, • dziecko zwraca uwagę na to co lubią inni uczniowie, • dziecko szanuje wybory innych dzieci
Pomoce dydaktyczne	worek z narysowanymi lub wydrukowanymi obrazkami zwierząt: wąż, słoń, lew, żaba i małpa (każdego zwierzęcia po 5), obrazki złożone na 4
Metody pracy	pogadanka, pokaz, ćwiczeń
Formy pracy	grupowa zindywidualizowana, praca w grupach

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Zabawa „Mam na imię...”

Zadaniem dzieci jest przedstawienie się i powiedzenie, co najbardziej lubi jeść/ ulubioną bajkę/ ulubioną zabawkę. Następna osoba musi powiedzieć jak ma imię i co lubi jej poprzedniczka, a następnie przedstawić siebie.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3 Zabawa „Dzika Afryka”

Nauczyciel prosi dzieci o wylosowanie jednej karteczki, na której jest narysowane jedno zwierzę. Na znak nauczyciela wszyscy naśladują ruchy tych zwierząt, nic nie mówiąc muszą dobrać się w grupy. Każde zwierzę musi odnaleźć swoje stado: wężę, słonie, lwy, żaby.

4 Zabawa „Kalambury”

Dzielimy grupę na dwie podgrupy. Zadaniem dzieci jest odgadnięcie przedstawionej bajki/ filmu/ osoby przedstawianej przez swojego kolegę. Wygrywa grupa, która pierwsza zgadnie 4 zagadki.

ZAKOŃCZENIE

5 Zabawa „Głuchy telefon”

Dzieci siedzą w kole, nauczyciel wymyśla hasło i po cichu podaje go dalej. Zadaniem dzieci jest najcichsze przekazanie hasła dalej.



Scenariusz 7.

Temat	„Zabawy w parach”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko uczy się kontrolować własną siłę, • dziecko uczy się współdziałania z partnerem,
Pomoce dydaktyczne	sprzęt do odtworzenia muzyki relaksującej np.telefon.
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn
Formy pracy	praca w parach, grupowa

WSTĘP

1 Powitanie dzieci.

2 Przypomnienie imion dzieci za pomocą zabawy „Szybka piłka”
Dzieci stoją w kole, ich zadaniem jest rzucanie do siebie piłki i wymawianie imienia osoby, do której rzucają.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

Dzieci dobierają się w pary:

3 Zabawa "Turlanie"

Dziecko leży na podłodze. Drugie dziecko turla je w różne strony. Zamiana ról.

4

Zabawa "Wóz"

dziecko ciągnie za kostki drugie dziecko, które leży na plecach. Zamiana ról.

Dzieci dobierają się w nowe pary.

5

Zabawa "Walka kogutów"

Dzieci kucają naprzeciwko siebie. Otwartymi i zwróconymi do siebie dłońmi razem próbują się przepychać i nawzajem przewrócić. Zamiana ról.

6

Zabawa „Dźwignia”

Siedząc przodem do siebie i trzymając się mocno za ręce, dziecko kładzie się na plecach. Drugie dziecko przyciąga je do siebie. Zamiana ról.

ZAKOŃCZENIE

7

Dzieci leżą swobodnie na dywanie, słuchają muzyki w tle.

**Scenariusz 8.**

Temat	„Zabawa dookoła nas”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko zna imiona większości grupy, • dziecko potrafi czekać na swoją kolej, • dziecko zna tekst rymowanek „<i>Chodzi lisek koło drogi</i>”

Pomoce dydaktyczne	dobry nastrój prowadzącego ;)
Metody pracy	ćwiczeń
Formy pracy	grupowe

WSTĘP

- 1 Powitanie każdego dziecka piosenką do melodii „*Panie Janie*”.

Tekst: „Witaj... (imię dziecka), Witaj... (imię dziecka)
 Jak się masz? Jak się masz?
 Wszyscy Cię witamy, bardzo pozdrawiamy,
 Bądź wśród nas! Bądź wśród nas!”

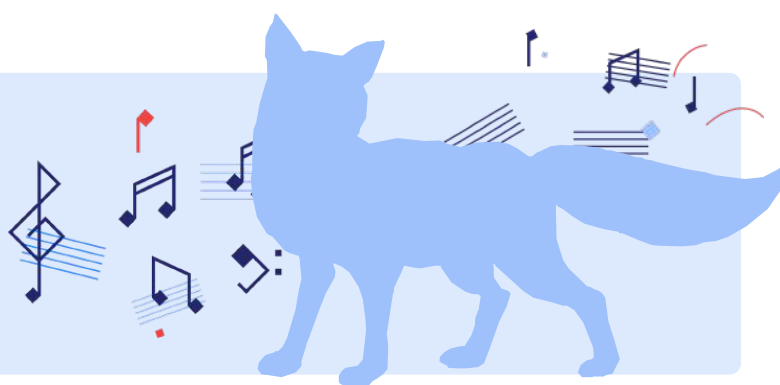
Hey!

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Zabawa „*Chodzi lisek koło drogi*”

Dzieci siadają po turecku w kręgu, każdy uczestnik kładzie ręce za plecami, na podłodze, dłońmi do góry. Jedno z dzieci tzw. „lisek” chodzi w koło z piłeczką w rękę (może być kulka z papieru) w rytm śpiewanej przez dzieci piosenki.

„Chodzi lisek koło drogi,
 Cichuteńko stawia nogi,
 Cichuteńko się zakrada,
 Nic nikomu nie powiada.”



W trakcie śpiewu „lisek” podkłada delikatnie piłeczkę jednemu z siedzących dzieci i szybko ucieka wokół kręgu. Obdarowane dziecko musi liska złapać, gonitwa trwa do momentu aż „lisek” okrąży krąg i siądzie na zwolnione przez dziecko miejsce. Dziecko z piłeczką zostaje nowym „liskiem” i zabawa zaczyna się od początku.

3

Zabawa „Pająk i muchy”

Na zawołanie "pająk!", zastygają w bezruchu. Osoba pełniąca funkcję pająka wychodzi na spacer pomiędzy uczestnikami, uważnie obserwując czy ktoś się nie porusza. Ten kto nie wytrzyma w bezruchu, zabierany jest do "sieci" (miejsce z boku pola zabawowego). Gdy pająk na chwilę wraca do sieci, muchy mają możliwość swobodnego fruwania, aż do następnego polowania.

ZAKOŃCZENIE

4

Zabawa w parach „Malunki”

Dzieci nawzajem "malują" sobie na plecach różne przedmioty i zgadują co to jest. Zaczynamy od prostych form, jak np. piłka, kwiatek, dom, przechodząc później do bardziej skomplikowanych jak np. bałwan, samochód, żaglówka.

Scenariusz 9.

Temat	„Statek”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko potrafi współpracować w grupie, • dziecko potrafi pożyczyć dany przedmiot, • dziecko potrafi się dzielić. • dziecko wie jak opisać prace grupy.
Pomoce dydaktyczne	kartony, taśmy, flamastry, rolki po papierze toaletowym, folie, kijki
Metody pracy	projektu
Formy pracy	grupowa

WSTĘP

1

Przedstawienie planu działania.

Dzieci dobierają się w grupy 5 osobowe, dostają kartony, flamastry, taśmy, kijki, rolki po papierze toaletowym, folie. Ich zadaniem jest stworzyć statek/ łódź podwodną z dostępnych materiałów

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Każda grupa tworzy swój statek z dostępnych elementów.

Nauczyciel pomaga każdej grupie, nie hamuje ich twórczej pracy.

ZAKOŃCZENIE

3

Dzieci omawiają swoje dzieła.

Scenariusz 10.

Temat	„Słoń Trąbalski”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko potrafi uważnie słuchać wiersza, • dziecko potrafi namalować postać z wiersza, • dziecko współpracuje w grupie.
Pomoce dydaktyczne	3 krzesła, koc, wiersz „Słoń Trąbalski”, kolorowe, mazaki
Metody pracy	projektu
Formy pracy	grupowa- zindywidualizowana

WSTĘP

- 1 Nauczyciel czyta wierszyk „*Słoń Trąbalski*”.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Nauczyciel przedstawia temat i cel zajęć.
- 3 Nauczyciel prosi, aby dzieci podzieliły się na dwie grupy
rozdziela role w każdej parze: 2 krokodyle, kowal, Biały Ząbek, Tomasz, Kachna, 2 słonie, Bania.
- 4 Dzieci mają za zadanie narysować na swojej ręce swojego bohatera.
- 5 Nauczyciel w tym czasie przygotowuje scenę dla aktorów (3 krzesła okryte kocem).
- 6 Nauczyciel czyta jeszcze raz wiersz,
a dzieci ruszają swoimi bohaterami w odpowiednim momencie w tekście.

ZAKOŃCZENIE

- 7 Omówienie i podziękowanie za udział w zabawie.



Scenariusz 11.

Temat	„Poznajemy imiona”
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko zna imiona innych osób z grupy • dziecko potrafi wskazać osobę o danym imieniu, • dziecko współpracuje w grupie, • dziecko zna zasady gier zespołowych
Pomoce dydaktyczne	długopis, tekst masażu „Zoo”
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, pokazowa, ćwiczeń
Formy pracy	zespołowa, w parach

WSTĘP

1

Powitanie uczestników

Przedstawienie siebie- nauczycielki, powiedzenie parę słów o sobie i oczekiwaniach wobec zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Długopis władzy”

Dzieci siadają w kole, dziecko otrzymuje długopis i mówi jak mają na imię wszystkie osoby przed nią a na koniec sama się przedstawia. Dzieci mogą sobie podpowiadać imiona.

4

Zabawa „Most”

Wszystkie dzieci ustawiają się obok siebie bokiem, przyjmują pozycję klęk podparty, poprawiają „most”, aby nie było „dziur”, pierwsza osoba wstaje, mówi swoje imię i zaczyna delikatnie czołgać się PO moście. Gdy dojdzie do końca mostu, staje się jego ostatnią częścią. Z drugiego końca zaczyna czołgać się kolejna osoba.

5

Zabawa „Berek Czarodziejski”

Nauczyciel prosi jedną osobę, aby była berkiem. Jeśli berek dotknie jakiejś osoby, ta staje z szeroko rozstawionymi nogami i rękoma ku górze w bezruchu. Aby mogła dalej biegać, inni uczestnicy muszą przejść pod jej nogami. Berek zmienia się co 2 min.

ZAKOŃCZENIE

7

Masaż „Zoo” w parach.

Nauczyciel odczytuje wierszyk i demonstruje ruchy:

Tu w zoo zawsze jest wesoło (dziecko leży na brzuchu)
tutaj małpki skaczą wkoło (po plecach ruchy naśladujące skoki po okręgu)
tutaj ciężko chodzą słonie (naciskanie płaskimi dłońmi)
biegną zebry niczym konie (lekkie stukanie pięściami)
żółwie wolno ścieżką człapią (lekkie przykładanie dłoni na płasko)
w wodzie złote rybki chlapią (muskanie wierzchem i wewnętrzną stroną dłoni)
szop pracz, takie czyste zwierzę (pocieranie rękami, naśladowanie prania)
ciągle sobie coś tam pierze
struś dostojnie wkoło chodzi (powolne kroczenie dwoma palcami)
śpieszyć mu się nie uchodzi.

A w najdalszej części zoo

dwa leniwce się gramolą (powolne posuwanie dłońmi od boków ku środkowi)
wolno wchodząc na dwa drzewa (posuwanie dłońmi od dołu do góry)
gdzie się każdy z nas wygrzewa
i zapada w sen głęboki... (zatrzymanie dłoni).”



Scenariusz 12.

Temat	„Ja lubię... Ty lubisz...”
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko rozumie, że każdy jest inny, wiele nas łączy ale i wiele dzieli, • dziecko potrafi współpracować w zespole, • dziecko zna imiona kolegów i koleżanek, • dziecko potrafi pracować pod presją czasu
Pomoce dydaktyczne	piłka, budzik
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, pokazowa, ćwiczeń
Formy pracy	zespołowa

WSTĘP

1

Powitanie dzieci.

Każdy uczestnik przypomina swoje imię i mówi jak się dziś czuje.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Kto co lubi”

Jedno dziecko wychodzi na środek i mówi co lubi (owoc/warzywo/ bajkę/ film/ grę/ słodycz itp), osoby, które lubią to co on wychodzą do niego na środek. Z osób, które są razem z nim, wybiera jedną (która jeszcze nie była) i teraz ona mówi co najbardziej lubi.

3

Zabawa „Myjnia”

Dzieci ustawiają się w rzędzie, nogi mają szeroko rozstawione. Pierwsze dziecko „Auto” czołga się pod nogami reszty uczestników „Myjni”. Dzieci za pomocą delikatnego dotyku masują –myją- dziecko. Każde dziecko powinno być autem.

4

Zabawa „ Piłka parzy”

Dzieci ustawiają się w kole, nauczyciel nastawia budzik na 2 min. Zadaniem uczestników jest podawanie sobie piłki jak najszybciej, z wcześniejszym powiedzeniem imienia osoby, do której będzie podawać piłkę. Zabawa trwa , aż zadzwoni budzik. Osoba , która będzie miała w ręce piłkę , gdy zadzwoni budzik odpada z gry. Zabawę powtarzamy min 5 razy. Za każdym razem inaczej ustawiamy budzik : od 30 sek. do 3 min.

ZAKOŃCZENIE

5

Dzieci stoją dalej w kole

i wyciszają swoje emocje za pomocą zamknięcia oczu i głębokiemu oddychaniu (20 sek.).

6

Podziękowanie za udział w zabawach.

Scenariusz 13.

Temat	„Zaufaj mi”
Wiek uczestników	8-10 latki.
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	integracja grupy
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko potrafi zaufać drugiej osobie podczas zabawy, • dziecko rozpoznaje inne dzieci po ubiorze i zachowaniu, • dziecko potrafi się skoncentrować i współpracować.
Pomoce dydaktyczne	piłka
Metody pracy	ćwiczeń, pokazowa
Formy pracy	grupowa, zespołowa, indywidualna

WSTĘP

1

Powitanie uczestników zwrotami z różnych krajów.

(dzieci powtarzają po nauczycielu): Доброго ранку, Dzień dobry, Good morning, Bonjour, Guten Morgen, Buenos días, Buon giorno.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Baba Jaga Patrzy”

Jeden z uczestników jest Babą Jagą, znajduje się w pewnej odległości od reszty grupy (w swoim domu) i jest odwrócony tyłem. Gracze biegną w kierunku Baby Jagi. Po wypowiedzeniu słów przez Babę Jagę: raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy odwraca się do graczy. Wszyscy uczestnicy zabawy zastygają – nie mogą się poruszać, mówić, śmiać się. Baba Jaga stara się ich sprowokować, np. rozbawiając. Jeżeli ktoś się poruszy lub zaśmieje, musi wrócić do punktu startu. Po chwili Baba Jaga wraca do swojego domu i się odwraca plecami do uczestników i cykl się powtarza. Celem graczy jest dotarcie do Baby Jagi, gdy ona nie patrzy i dotknięcie jej. Zwycięzca zajmuje miejsce Baby Jagi.

3

Zabawa „Poszukuje sławnej osoby”

Dzieci siadają blisko nauczyciela. Nauczyciel wybiera jedną osobę, która będzie detektywem. Detektyw zadaje pytania nauczycielowi, który wybrał w myślach jedną osobę z grupy. Nauczyciel może odpowiadać tylko „tak” lub „nie”. Gdy detektyw zgadnie, o którą osobę chodziło, nauczyciel mocno tę osobę przytula i gilgocze. Teraz ta osoba jest detektywem.

4

Zabawa „Kamerzysta”

Dzieci dobierają się w pary, jedna osoba ma zamknięte oczy, trzyma swoją rękę na ramieniu kolegi/żanki i jest oprowadzany po sali. Co 10 kroków zatrzymują się i kamerzysta otwiera oczy i nazywa pierwszą rzecz jaką zobaczył. Po 40 krokach jest zamiana w parach. A następnie wymieszanie par.

ZAKOŃCZENIE

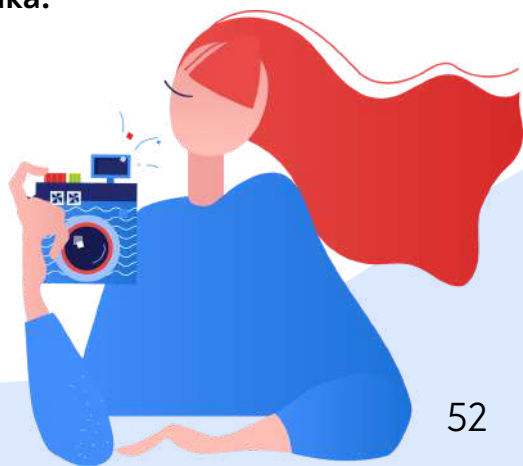
5

Dzieci leżą w kole, głowami skierowanymi do środka.

Ich zadaniem jest podawanie sobie piłki nogami.

6

Podziękowanie za udział w zabawach.



Scenariusz 14.

Temat	„Razem lecz osobno”
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko potrafi zaufać kolegom podczas zabawy, • dziecko potrafi współpracować w grupie, • dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa,
Pomoce dydaktyczne	lina lub skakanka
Metody pracy	Ruch Rozwijający W. Sherborn, praktycznego działania.
Formy pracy	grupowa

WSTĘP

1

Przywitanie się z każdym dzieckiem

schematem ruchów ciała: żółwik, beczka i piąteczka, obrót, stopa, stopa.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Zabawa „Rzut”

Dzieci dobierają się w grupy 3 osobowe. Jedno dziecko stoi tyłem do pozostałej dwójki. Zamyka oczy i odchyła się do tyłu, pozostała dwójka łapie delikatnie tę osobę i następuje zamiana rolami.

3

Zabawa „Gąsienica”

Dzielimy dzieci na dwie grupy. Siadają jeden za drugim w rozkroku. Trzymają ramiona osoby przed sobą. Na znak przesuwać się po podłodze jak najszybciej. Drużyna, która pierwsza dotrze do mety, wygrywa. Można powtórzyć zabawę.

4

Zabawa „Przeciąganie liny”

Dzieci dobierają się w dwie grupy, na znak nauczyciela zaczynają przeciągać linę. Wygrywa drużyna, która przeciągnie przeciwników na swoją stronę.



ZAKOŃCZENIE

5

Dzieci stoją dalej w kole

i wyciszają swoje emocje za pomocą zamknięcia oczu i głębokiego oddychania (20 sek.).

6

Podziękowanie za udział w zajęciach.

Scenariusz 15.

Temat	„Zawody”
Wiek uczestników	8-10 latki.
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	integracja grupy.
Cele szczegółowe	• dziecko wyzwala w sobie pozytywne emocje, • dziecko rozwija w sobie poczucie bezpieczeństwa, • dziecko potrafi wygrywać i przegrywać, • dziecko zna zasady gry fair play, • dziecko potrafi się skoncentrować, • dziecko potrafi wykonywać dokładnie zadania pod presją czasu.
Pomoce dydaktyczne	10 kijków od szczotki, piłka, hula hop
Metody pracy	praktycznego działania
Formy pracy	grupowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

Dzieci dobierają się w pary. Następnie dzielą na dwie grupy. Zawody polegają na jak najszybszym pokonaniu odcinka. Wygrana para z każdej grupy, rywalizuje z najszybszą parą z drugiej grupy. Wygrana para otrzymuje wielkie brawa od reszty uczestników.

2

Każda para otrzymuje jeden kij od szczotki.

Trzymając się w pasie, kładzie kij na górnej części stopy (po jednej nodze u jednej osoby). Zadaniem każdej pary jest jak najszybsze pokonanie odległości około 5 metrów bez przewrócenia kija.

3

Każda para dostaje dwa kijki i piłkę.

Dzieci trzymają kijki za ich końce, utrzymując tym samym piłkę na kijkach. Zadaniem każdej pary jest jak najszybsze pokonanie odległości około 5 metrów bez upuszczenia piłki.

4

Każda para ustala kto jest „taczka” a kto „ogrodnikiem”.

Konkurencja polega na jak najszybszym pokonaniu trasy, gdzie jedna osoba opiera się na rękach, a druga osoba trzyma ją za nogi w górze, w pozycji taczki.

ZAKOŃCZENIE

5

Gratulacje dla wygranych par.

6

Zabawa wyciszająca.

Dzieci stają w kole trzymając się za ręce, zadaniem dzieci jest przesuwanie hula hop po kole nie puszczając rąk i przechodząc przez środek hula hopa.

15

scenariuszy zajęć muzyczno-plastyczno- ruchowych



Scenariusz 1.



Temat	„Zwierzęta wiejskie”
Wiek uczestników	3-4 latki.
Czas trwania zajęć	20 min.
Cel główny	poznanie zwierząt gospodarstwa domowego.
Cele szczegółowe	• dziecko uczestniczy w zabawie ruchowej, • dziecko reaguje na słowne polecenia, • dziecko usprawnia motorykę dużą i małą, • dziecko rozwija zmysł estetyczny, • dziecko z bogactwa słownictwa związane z gospodarstwem.
Pomoce dydaktyczne	ilustracje zwierząt: kura, krowa, świnia, koń, owca, kolorowanki z w.w. zwierzętami, kredki.
Metody pracy	oglądowe, słowne
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Przedstawienie na ilustracji zwierząt wiejskich:
kura, krowa, świnia, koń, owca.
- 3 Naśladowanie odgłosów zwierząt.

4

Zabawa ruchowa: naśladowanie ruchów zwierząt.

5

Kolorowanie wybranego zwierzęcia.

ZAKOŃCZENIE

6

Wystawa prac dzieci.

Scenariusz 2.

Temat	„Stary Donald farmę miał”
Wiek uczestników	3-4 latki.
Czas trwania zajęć	20 min.
Cel główny	nauka piosenki „ <i>Stary Donald farmę miał</i> ”
Cele szczegółowe	• dziecko zna kolejność występowania zwierząt w piosence „Stary Donald farmę miał”, • dziecko potrafi naśladować dźwięki zwierząt: krowa, świnia, kura, gęś, kaczka, owca, kot, pies, • dziecko rozwija słownictwo bierne i czynne.
Pomoce dydaktyczne	odtwarzacz muzyki, ilustracje zwierząt: krowa, świnia, kura, gęś, kaczka, owca, kot, pies.
Metody pracy	oglądowe, słowne.
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa.

WSTĘP

1

Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2 Odtworzenie piosenki „Stary Donald farmę miał”

wraz z naśladowaniem odgłosów zwierząt.

3 Przedstawienie kolejność występowania zwierząt za pomocą ilustracji:

krowa, świnia, kura, gęś, kaczka, owca, kot, pies.

4 Nauka piosenki poprzez wspólne śpiewanie:

Tekst piosenki:

1

"1. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie krowę miał ija, ija o!
Krowa mu, krowa – mu, krowa – mu,
mu, mu. Ija, ija o!

2

2. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie świnkę miał ija, ija o!
Świnka chrum, świnka – chrum, świnka
– chrum, chrum, chrum. Ija, ija o!

3

3. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie kury miał ija, ija o!
Kury ko, kury – ko, kury – ko, ko, ko.
Ija, ija o!

4

4. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie gąskę miał ija, ija o!
Gąska gę, gąska – gę, gąska – gę, gę,
gę. Ija, ija o!

5

5. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie kaczkę miał ija, ija o!
Kaczka kwa, kaczka – kwa, kaczka –
kwa, kwa, kwa. Ija, ija o!

6

6. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie owce miał ija, ija o!
Owce be, owce – be, owce – be, be,
be. Ija, ija o!

7

7. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie kotka miał ija, ija o!
Kotek miau, kotek – miau, kotek –
miau, miau, miau. Ija, ija o!

8

8. Stary Donald farmę miał ija, ija o!
A na tej farmie pieska miał ija, ija o!
Piesek – hau, piesek – hau, piesek –
hau, hau, hau. Ija, ija o!

9

9. Stary Donald farmę miał ija, ija o!"

ZAKOŃCZENIE

5

Naśladowanie ruchów zwierząt

podczas swobodnego tańca do piosenki „Stary Donald farmę miał”.

Scenariusz 3.

Temat	„Miś”
Wiek uczestników	3-4 latki.
Czas trwania zajęć	20 min.
Cel główny	poznanie zwyczajów funkcjonowania niedźwiedzi.
Cele szczegółowe	• dziecko rozróżnia niedźwiedzia brunatnego, polarnego i bajkowego, • dziecko wie co je niedźwiedź, • dziecko wie, że niedźwiedź brunatny zasypia w sen zimowy, • dziecko potrafi nazwać części ciała niedźwiedzia, • dziecko wykonuje estetycznie pracę plastyczną, • dziecko potrafi bawić się w zabawę „Stary niedźwiedź mocno śpi”.
Pomoce dydaktyczne	ilustracje ilustracji różnych niedźwiadków: brunatny, polarny, Uszatek, Paddington, kartka z misiem do wyklejania, klej magiczny, kasza gryczana, bibuła, kredki
Metody pracy	oglądowe, słowne, praktycznego działania
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Przedstawienie na ilustracji różnych niedźwiadków: brunatny, polarny, uszatek, paddington.

3

Omówienie wyglądu misia.

4

Omówienie snu zimowego, pożywienia oraz niebezpieczeństwa
związanego ze spotkaniem z prawdziwym niedźwiedziem.

5

Wykonanie wyklejanki misia różnymi fakturami.

(uszy i łapki wykleić bibułą, brzusek kaszą gryczaną, twarz pokolorować kredkami).

ZAKOŃCZENIE

6

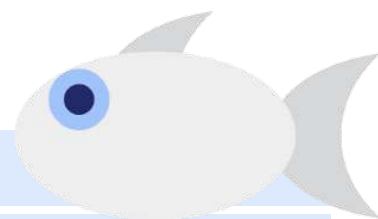
Zabawa „Stary niedźwiedź mocno śpi”

Z grona uczestników wybiera się tzw. niedźwiedzia, pozostałe dzieci łąpią się za ręce i chodzą w kółko śpiewając piosenkę. Niedźwiedź siedzi w środku kręgu i na samym końcu piosenki, gdy padają słowa „trzecia godzina niedźwiedź łapie”, musi złapać jedno z uciekających dzieci. Tym samym, złapane dziecko zostaje niedźwiedziem i zabawa zaczyna się od początku.

„Stary niedźwiedź mocno śpi (bis),
My się go boimy,
Na palcach chodzimy,
Jak się zbudzi to nas zje (bis).
Pierwsza godzina, niedźwiedź śpi,
Druga godzina, niedźwiedź chrapie,
Trzecia godzina, niedźwiedź ŁAPIE!!!”



Scenariusz 4.



Temat	„Złota rybka”
Wiek uczestników	3-4 latki.
Czas trwania zajęć	20 min.
Cel główny	• poznanie opowieści o złotej rybce, • poznanie morału opowiadania.
Cele szczegółowe	• dziecko zna treść opowiadania, • dziecko potrafi uważnie słuchać opowiadania, • dziecko, potrafi wraz z nauczycielem opowiedzieć treść przeczytanej bajki, • dziecko zna morał płynący z bajki, • dziecko pozwala na malowanie swojej dłoni, • dziecko rozwija sprawność manualną, • dziecko rozwija koordynację wzrokowo-ruchową.
Pomoce dydaktyczne	tekst bajki „Złota rybka”, białe arkusze papieru, żółta farba, pędzelek, oczka samoprzylepne, wycięte 25 małych koron, klej.
Metody pracy	oglądowe, słowne, bajkoterapia.
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa.

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Opowiadanie „Złota rybka”.

Dzieci swobodnie siedzą lub leżą na dywanie, nauczyciel czyta opowiadanie „Złota rybka”.

3

Wspólnie z dziećmi nauczyciel opowiada historie złotej rybki.

4

Podsumowanie bajki za pomocą morału:

Z bajki płynie przekonanie o tym, że każdy powinien cieszyć się z tego co posiada i nie wykorzystywać innych do realizacji swoich celów i pragnień. Swoje marzenia powinniśmy spełniać poprzez własną, pokorną pracę. Bajka uczy, że nie należy żądać zbyt wiele, ponieważ można wszystko stracić – uczy umiaru.

5

Wykonanie pracy plastycznej:

Odbicie rączki pomalowanej żółtą farbą na kartce, doklejenie oczka i korony.

ZAKOŃCZENIE

6

Wystawa prac plastycznych.

Scenariusz 5.

Temat	„Sałatka owocowa”
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	nauka tańca.
Cele szczegółowe	• dziecko rozwija motorykę dużą, • dziecko potrafi zapamiętać kolejność ruchów, • dziecko rozwija umiejętność poczucia rytmu, • dziecko wyzwala z siebie pozytywne emocje, • dziecko rozładowuje napięcie emocjonalne, • dziecko rozumie potrzebę zdrowego odżywiania

Pomoce dydaktyczne	odtwarzacz muzyczny.
Metody pracy	praktycznego działania.
Formy pracy	zbiorowa zindywidualizowana.

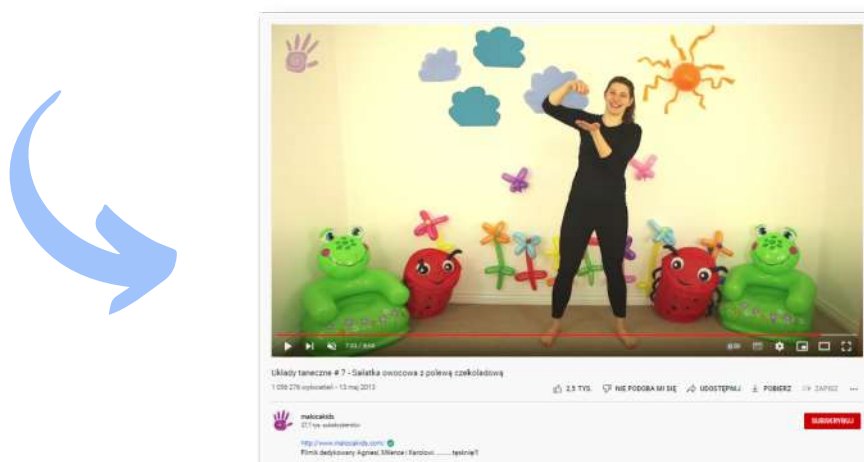
WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 **Wybranie razem z dziećmi 3 ulubione owoce,**
które będą występować podczas tańca (muszą to być owoce, które można zrywać z krzaczka np. truskawki oraz zrywać z drzewa np. banany).
- 3 **Przypomnienie o zasadach zdrowego żywienia,**
w tym o potrzebie dostarczania organizmowi witamin zawartych w owocach.
- 4 **Przedstawienie ruchów wykonywanych podczas tańca:**
 - marsz, skłon i udawanie zrywania np. truskawek,
 - obrót, ruch naprzemienny dłoni udający cięcie nożem,
 - bieg, wyciągnięcie rąk do góry w celu udawania zrywania np. bananów,
 - obrót, ruch naprzemienny dłoni udający cięcie nożem,
 - marsz, skłon i udawanie zrywania np. porzeczek, obrót, ruch naprzemienny dłoni udający cięcie nożem,
 - duże ruchy wyprostowanych rąk, przypominające wsypywanie owoców z deski do miski,
 - ręce proste i udające mieszanie wielką łyżką, udawanie polewania czekoladą,
 - ruch przypominający nakładanie łyżką sałatki na talerz.

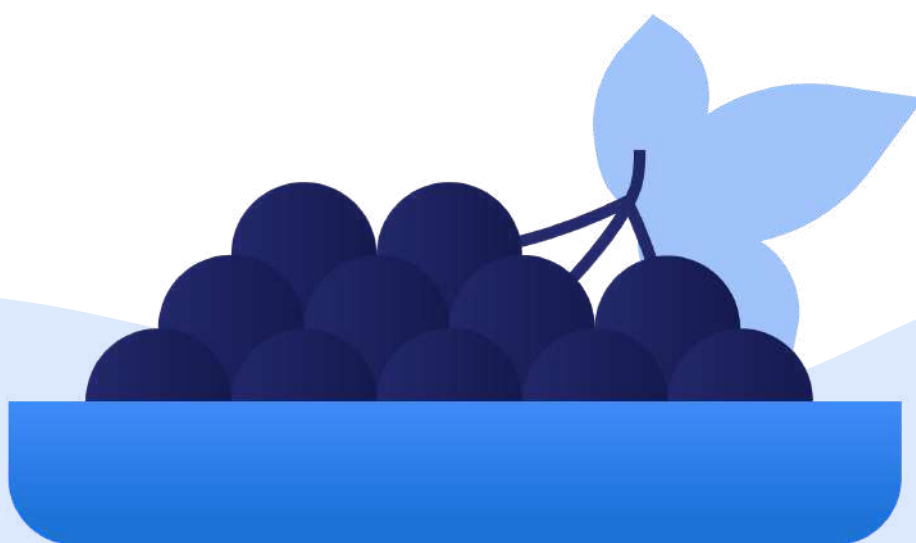
Link do nauki układu tanecznego w wykonaniu Malocakids „Sałatka owocowa z polewą czekoladową”: https://www.youtube.com/watch?v=Vkiw9i_mQSo do piosenki Gustavo Lima „Balada”.



5 Taniec do piosenki.

ZAKOŃCZENIE

6 Swobodny taniec do ulubionej piosenki wybranej przez dzieci.



Scenariusz 6.

Temat	„Podwodny świat”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	poznanie morskich stworzeń
Cele szczegółowe	• dziecko potrafi nazwać zwierzęta morskie: ryby, rekiny, wieloryby, delfiny, meduzy, koniki morskie, raki, węże wodne, żółwie, ośmiornice, • dziecko rozróżnia ww. zwierzęta, • dziecko rozwija zmysł przestrzenny, • dziecko potrafi współpracować w grupie, • dziecko rozwija zdolności manualne, • dziecko rozwija motorykę dużą.
Pomoce dydaktyczne	odtwarzacz filmów na YouTube, obrazki stworzeń morskich (ryb, rekina, wieloryba, delfina, meduzy, konika morskiego, raka, węża wodnego, żółwia, ośmiornicy), karton, kolorowe kartki, nożyczki, farby, nitki, pędzle
Metody pracy	oglądowe, pogadanka, praktycznego działania.
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Pogadanka dotycząca samopoczucia dzieci.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3

Obejrzenie filmu *"Podmorskie głębine"*.

Link do filmu: <https://www.youtube.com/watch?v=XMz-AxiEV2w>.



4

Omówienie stworzeń morskich

Wraz z pokazywaniem ilustracji: ryby, rekiny, wieloryby, delfiny, meduzy, koniki morskie, raki, węże wodne, żółwie, ośmiornice.

5

Zabawa „Znajdź rybki”

Dzieci siedzą w kole, wybrane dziecko zamyka oczy, nauczyciel po cichu chowa wszystkie obrazki stworzeń morskich w sali. Zadaniem dziecka jest odszukanie wszystkich obrazków, dzieci mogą pomagać mówiąc ciepło/zimo.

6

Zabawa „Rekin łapie”

Nauczyciel wybiera dwie osoby, które będą rekinami. Ustawiają się na środku sali. Ich zadaniem jest złapanie jak najwięcej rybek (pozostałe dzieci, które stoją pod ścianą), które chcą się przedostać na drugą stronę oceanu. Jeśli jakaś rybka zostanie złapana, siada na środku sali, tworząc mur pomocniczy dla rekinów. Wygrywa rybka, która zostanie jako ostatnia nie złapana.

ZAKOŃCZENIE

7

Stworzenie wspólnego akwarium z kartonu.

Scenariusz 7.



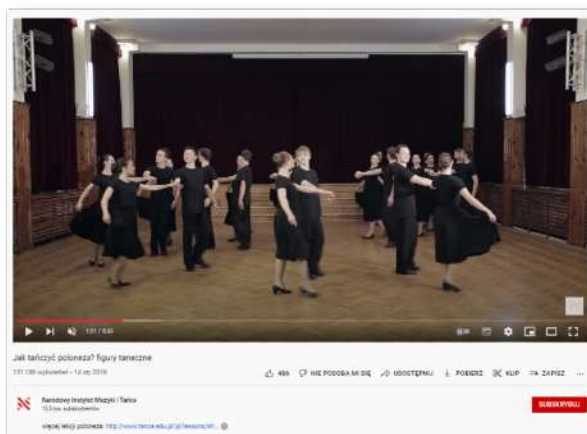
Temat	„Poloneza czas zacząć”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	nauka tańca „Polonez”
Cele szczegółowe	• dziecko zna zasady tańca poloneza, • dziecko zna podstawowe figury w tańcu, • dziecko potrafi utrzymać tempo podczas tańca
Pomoce dydaktyczne	sprzęt do odtworzenia filmu na YouTube
Metody pracy	pogadanka, praktycznego działania
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa.

WSTĘP

- 1 Przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Przedstawienie utworu muzycznego wraz z układem tanecznym:
Link do nagrania: https://www.youtube.com/watch?v=d_tvfCGqTGc



- 3 **Przedstawienie podstawowego kroku „Poloneza”.**
(raz dwa trzy- na „raz” partnerzy lekko uginają kolana)
- 4 **Przedstawienie podstawowych figur:**
marsz po kole, rozejście, tunel.
- 5 **Nauka tańca.**

ZAKOŃCZENIE

- 6 **Podziękowanie za udział.**

Scenariusz 8.

Temat	„Tworzymy origami”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	dziecko potrafi składać origami
Cele szczegółowe	• dziecko wie co to jest origami, • dziecko potrafi złożyć samolot, kota i psa, • dziecko rozwija koordynację wzrokowo-ruchową, • dziecko rozwija wyobraźnię przestrzenną
Pomoce dydaktyczne	kartki A4, narzędzia piśmiennicze
Metody pracy	praktycznego działania
Formy pracy	indywidualna

WSTĘP

- 1 **Przedstawienie tematu zajęć.**
- 2 **Omówienie na czym polega origami.**

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Dzieci dostają po 6 kartek formatu A4
- 4 Nauczyciel demonstruje krok po kroku jak wykonać origami (samolot, pies, kot), dzieci naśladują jego ruchy na swoich kartkach.

Tutaj znajdziesz konkretne instrukcje:

- <https://mamotoja.pl/male-dziecko/gry-i-zabawy/origami-dla-dzieci-10-skladanek-pokazanych-krok-po-kroku-30592-r1/>
- <https://miastodzieci.pl/tag/origami/>

- 5 Dekorowanie origami według uznania.

ZAKOŃCZENIE

- 6 Swobodna zabawa origami.



Scenariusz 9.

Temat	„Dinozaury”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	poznanie dinozaurów.
Cele szczegółowe	• dziecko potrafi wymówić nazwę dinozaura, • dziecko zna najważniejsze informacje dotyczące dinozaurów, • dziecko rozwija sprawność manualną, • dziecko potrafi zgodnie konkurować w parze
Pomoce dydaktyczne	figurki/ilustracje dinozaurów (triceratops, tyranozaur, stegozaur, ankylozaur), kolorowanki z dinozaurami, kolorowy papier/bibuła, klej
Metody pracy	oglądowe, słowne, ćwiczeń
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa, w parach

WSTĘP

- 1 Powitanie każdego dziecka okrzykiem „wraaaaaauu”.
- 2 Przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 **Wykopaliska**
Dzieci dostają miski z piaskiem i pędzelki, ich zadaniem jest delikatne wykopanie figurek (ewentualnie ilustracji) dinozaurów za pomocą pędzelka.

4

Nauka nazw wydobytych dinozaurów:

triceratops, tyranozaur, stegozaur, ankylozaur.

5

Przedstawienie najważniejszych informacji dotyczących dinozaurów:

żyły ponad 237mld lat temu. Były bardzo duże dinozaury (35m), jak i bardzo małe (45 cm). Dinozaury to gady, odżywiały się roślinami, jak i innymi zwierzętami. Wyginęły przez uderzenie meteorytu w ziemię. Dzięki paleontologom możemy dowiedzieć się, jak wyglądały, jak żyły i jak funkcjonowały te gady.

6

Zabawa „Walka dinozaurów”

Dzieci dobierają się w pary, kucają i za pomocą dłoni muszą przewrócić przeciwnika.

7

Praca plastyczna:

Stworzenie dinozaura za pomocą wydzieranki z papieru.

ZAKOŃCZENIE

8

Wystawa prac plastycznych.

Scenariusz 10.

Temat	„Polska i Ukraina”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min
Cel główny	poznanie podobieństw i różnic Polski i Ukrainy
Cele szczegółowe	• dziecko potrafi wymienić podobieństwa i różnice obu krajów, • dziecko kształtuje umiejętność wypowiadania się na dany temat, • dziecko współpracuje w grupie, • dziecko potrafi zaufać swojemu koledze/koleżance, • dziecko ma poczucie bezpieczeństwa.
Pomoce dydaktyczne	mapa Europy, ilustracje flag i herbów Polski i Ukrainy, komputer z dostępem do internetu, odtwarzacz muzyki, muzyka relaksacyjna dla dzieci
Metody pracy	oglądowe, słowne, Ruch Rozwijający W. Sherborn
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci wybranym przez nich sposobem:**
piątka, podanie ręki, przytulenie, piątka stopami.
- 2 Rozmowa dotycząca ich samopoczucia.**
- 3 Przedstawienie tematu zajęć.**

ZAJĘCIA GŁÓWNE

4

Przedstawienie mapy Europy.

Wskazanie gdzie leży Polska a gdzie Ukraina. Dzieci delikatnie obrysowują granice między krajami.

5

Wskazanie przez dzieci obu stolic.

6

Porównanie flag i herbów. Wskazanie podobieństw i różnic.

7

Dzieci podają dodatkowo swoje przykłady podobieństwa i różnic obu krajów.

Nauczyciel pokazuje w internecie wybrane przez dzieci przykłady.

8

Dzieci dobierają się w pary.

9

Zabawa „Przyklejone plecy”

Dzieci stają plecami do siebie dotykając się. Ich zadanie to usiąść na podłodze bez odrywania pleców. Próbuje tak długo, aż się im uda.

10

Zabawa „Odchylenie”

Dzieci stoją twarzami do siebie, dotykając się palcami u stóp. Trzymając się za ręce próbują się wspólnie odchylić do tyłu, nie tracąc równowagi.

11

Zabawa „Przytulanie kołysanie”

Dzieci w parach siadają jedno za drugim. Dziecko z tyłu przytula dziecko z przodu kołysząc je na boki bardzo powoli i delikatnie. Po około minucie zamiana ról.

ZAKOŃCZENIE

12

Dzieci kładą się na podłodze.

Słuchając muzyki relaksacyjnej odpoczywają ok 2 min.

Scenariusz 11.

Temat	„Ukraina”
Wiek uczestników	7-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	kształtowanie postawy patriotycznej
Cele szczegółowe	• dziecko zna symbole narodowe Ukrainy, • dziecko potrafi przeczytać etykietę: flaga, herb, stolica, • dziecko potrafi napisać: flaga, herb, stolica, Ukraina, • dziecko potrafi wskazać na mapie: Ukrainę, Kijów, swoje miasto, rzekę Dniepr, morze Czarne, morze Azowskie, Polskę, • dziecko rozwija sprawność manualną dłoni, • dziecko rozwija poczucie przynależności do Ukrainy, • dziecko rozwija swój patriotyzm
Pomoce dydaktyczne	ilustracje: flagi, herbu i stolicy Ukrainy- Kijowa, kartki z napisami: flaga, herb, stolica, białe arkusze papieru, mazaki, mapa Europy, kartki z herbem Ukrainy do wyklejania, plastelina
Metody pracy	oglądowe, słowne
Formy pracy	zbiorowa zindywidualizowana

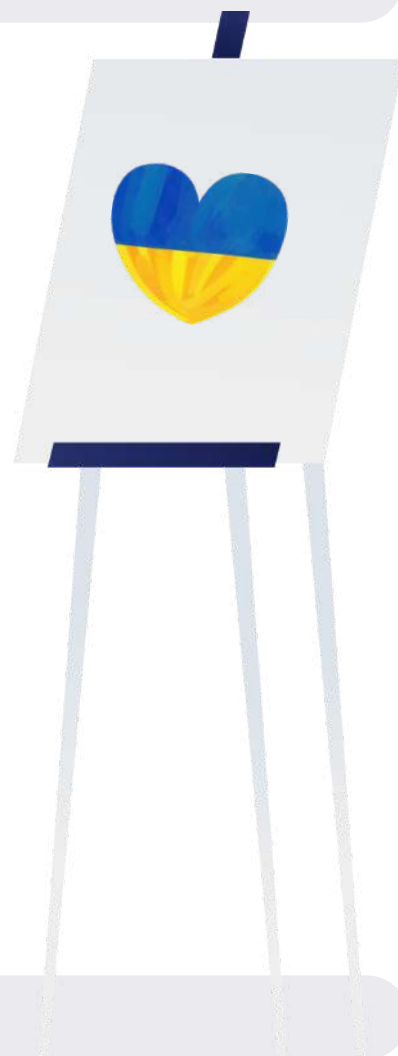
WSTĘP

1

Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Przedstawienie ilustracji dotyczących flagi, herbu i stolicy Ukrainy- Kijowa.
- 3 Dopasowywanie napisów pod odpowiednią ilustrację: flaga, herb, stolica.
- 4 Przepisywanie mazakiem na dużym arkuszu papieru ww. nazw.
- 5 Odszukiwanie na mapie Ukrainy, swojej miejscowości, stolicy, głównych rzek, mórz, Polski.
- 6 Wykonanie herbu Ukrainy za pomocy wyklejania plasteliną.



ZAKOŃCZENIE

- 7 Wystawa prac plastycznych.

Scenariusz 12.

Temat	„Polska”
Wiek uczestników	7-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	poznanie Polski.
Cele szczegółowe	• dziecko zna symbole narodowe Polski, • dziecko potrafi przeczytać etykietę: flaga, herb, stolica, • dziecko potrafi napisać: flaga, herb, Polska, • dziecko potrafi wskazać na mapie: Ukrainę, Polskę, Warszawę, morze Bałtyckie, góry, Wisłę, jeziora, • dziecko potrafi współpracować w grupie
Pomoce dydaktyczne	ilustracje: flagi, herbu i stolicy Polski - Warszawy, kartki z napisami: flaga, herb, stolica, białe arkusze papieru, mazaki, mapa Europy, duże arkusze papieru, różne narzędzia plastyczne
Metody pracy	oglądowe, słowne
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa, grupowa

WSTĘP

1

Przedstawienie tematu zajęć.

Pogadanka na temat Polski, co dzieci wiedzą o Polsce.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Przedstawienie ilustracji dotyczących flagi, herbu i stolicy Polski- Warszawy.
- 3 Dopasowywanie napisów pod odpowiednią ilustrację: flaga, herb, stolica.
- 4 Przepisywanie mazakiem na arkuszu A4 papieru ww. nazw.
- 5 Odszukiwanie na mapie: Polski, Ukrainy, Warszawy, głównych rzek, morza Bałtyckiego, gór, jezior.
- 6 Porównanie symboli narodowych Polski i Ukrainy.
- 7 Podział dzieci na grupy 4 osobowe
grupowe wykonanie pracy plastycznej „Flaga Polski” na dużym arkuszu papieru według inwencji twórczej grupy.

ZAKOŃCZENIE

- 8 Wystawa prac plastycznych.



Scenariusz 13.

Temat	„Just Dance”
Wiek uczestników	7-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	nauka wybranego tańca.
Cele szczegółowe	• dziecko potrafi wykonać taniec, patrząc się na wzór, • dziecko potrafi współpracować w grupie, • dziecko rozwija poczucie rytmu, • dziecko usprawnia funkcje motoryczne, • dziecko zna zasady gry fair play
Pomoce dydaktyczne	odtwarzacz YouTube: komputer, tablet, telefon
Metody pracy	oglądowe, słowne
Formy pracy	grupowe

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Pogadanka dotycząca samopoczucia dzieci.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Dzieci dobierają się w grupy 5 osobowe.
- 4 Każda grupa ma za zadanie jak najlepiej odtworzyć wybrany przez siebie Taniec Just Dance z YouTube. Każda grupa ma 10 min na wybranie odpowiedniego filmiku i przyjrzenie się mu.

- 5 Każda grupa przedstawia swój taniec na forum klasy.
- 6 Nauczyciel ocenia, która grupa najlepiej się zaprezentowała.
- 7 Grupa, która wygrała wybiera zabawę/ aktywność, w jaką cała klasa będzie się bawić.

ZAKOŃCZENIE

- 8 Zabawa wygranej grupy.

Scenariusz 14.

Temat	„Smok Wawelski”
Wiek uczestników	7-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	poznanie legendy o Smoku Wawelskim
Cele szczegółowe	• dziecko zna legendę, • dziecko potrafi czytać treść legendy z podziałem na role, • dziecko potrafi odpowiadać pełnym zdaniem na zadane pytania, • dziecko potrafi wykonać kukiełki z papieru, • dziecko zna zasady odgrywania ról w teatrzyku kukiełkowym, • dziecko rozwija mowę bierną i czynną
Pomoce dydaktyczne	treść legendy o Smoku Wawelskim, małe kolorowanki postaci z legendy: Szewczyk, rycerze, król, smok, wykałaczkę, taśma, kredki
Metody pracy	inscenizacja, pogadanka
Formy pracy	indywidualna, grupowa

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci i przedstawienie tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Odczytanie legendy.
- 3 Czytanie legendy przez dzieci z podziałem na role:
narrator (osoba, która czyta najlepiej), Szewczyk, 3 rycerzy, król Krak.
- 4 Odpowiadanie na pytania :
Kto mieszkał w jamie pod Wawelem ? Co robił smok? Kto próbował pokonać smoka? Na jaki pomysł wpadł mały szewczyk? Co się stało ze smokiem ?
- 5 Praca plastyczna:
wykonanie kukiełek smoka, szewczyka, rycerzy, króla.
- 6 Wystawienie przez dzieci teatrzyku kukiełkowego.

ZAKOŃCZENIE

- 7 Wspólne wyciągnięcie morału z legendy.



Scenariusz 15.

Temat	„Syrenka Warszawska”
Wiek uczestników	7-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	poznanie legendy o Syrence warszawskiej.
Cele szczegółowe	• dziecko uważnie słucha czytanego tekstu, • dziecko potrafi śledzić tekst czytany przez innych uczniów, • dziecko potrafi ułożyć poprawnie pytanie do tekstu, • dziecko odpowiada na pytania pełnym zdaniem, • dziecko rozwija sprawność manualna.
Pomoce dydaktyczne	treść legendy o Syrence warszawskiej, plastelina
Metody pracy	pogadanka, słowne
Formy pracy	indywidualna, zbiorowa

WSTĘP

- 1 Powitanie uczniów i przedstawieni tematu zajęć.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 2 Odczytanie legendy przez nauczyciela.
- 3 Czytanie legendy przez uczniów po 3 zdania.

4

Uczniowie zadają sobie nawzajem pytania do tekstu.

5

Wykonanie pracy przestrzennej: syrenka z plasteliny.

ZAKOŃCZENIE

6

Wystawa prac.



Wprowadzenie w tematykę wojny w Ukrainie

scenariusze zajęć



Scenariusz 1.

Temat	„Wojna w Ukrainie”
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	30 min.
Cel główny	poznanie podstawowych aspektów wojny w Ukrainie.
Cele szczegółowe	• dziecko wie co to jest wojna, • dziecko jest świadome, że wiele razy wybuchły wojny na świecie, • dziecko zna głównego winowajcę wojny na Ukrainie, • dziecko jest świadome swoich emocji, • dziecko czuje się bezpiecznie
Pomoce dydaktyczne	kartki papieru, przybory piśmiennicze .
Metody pracy	pogadanka
Formy pracy	zbiorowa zindywidualizowana

WSTĘP

- 1 Powitanie dzieci.
- 2 Zapytanie dzieci co dziś dobrego im się przydarzyło.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

- 3 Pogadanka na temat kłótni między kolegami.
Podkreślenie, że jest to taka mała wojna między nimi.

4

Poprowadzenie rozmowy kierowanej :

Co to jest wojna? Zwrócenie uwagi uczniów, że wiele razy w historii ludzkość wybuchały wojny. Podkreślenie, że żadna ze stron nigdy nie jest w pełni wygrana.

5

Wyjaśnienie kto jest agresorem Wojny na Ukrainie

(W. Putin a nie wszyscy mieszkańcy Rosji) i dlaczego doszło do wybuchu wojny (chęć powiększenia swych ziem).

6

Pogadanka dotycząca bezpieczeństwa dzieci w Polsce

(W tym podkreślenie roli NATO dla dzieci 7 letnich).

7

Wyjaśnienie emocji jakie mogą towarzyszyć teraz dzieciom i ich rodzicom

(złość, smutek) oraz podkreślenie, że mają prawo czuć takie emocje.

8

Wykonanie swobodnej pracy plastycznej

dotyczącej uczuć jakie teraz im towarzyszą.

ZAKOŃCZENIE

9

Wspólne przytulanie.

Scenariusz 2.

Temat	„Wojna w Ukrainie”
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min.
Cel główny	poznanie podstawowych aspektów wojny w Ukrainie
Cele szczegółowe	• dziecko wie co to jest wojna, • dziecko jest świadome, że wiele razy wybuchały wojny na świecie, • dziecko zna głównego winowajcę wojny na Ukrainie, • dziecko jest świadome swoich emocji, • dziecko wie jak rozładować napięcie emocjonalne, • dziecko czuje się bezpiecznie, • dziecko rozwija poczucie przynależności do Ukrainy, • dziecko rozwija swój patriotyzm
Pomoce dydaktyczne	duża ilość gazet lub zwykłych kartek, duże arkusze papieru (5sztuk), przybory piśmiennicze
Metody pracy	rozmowa kierowana
Formy pracy	zbiorowa zindywidualizowana, grupowa.

WSTĘP

1

Powitanie dzieci.

2

Każde dziecko opowiada o tym kiedy czuje się najbardziej bezpieczne.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

3

Rozmowa kierowana

Wszyscy wiemy, że aktualnie toczy się wojna na Ukrainie.

- Kiedy ona wybuchła? (24.02.2022r.)
- Kto zaatakował Ukrainę? (W. Putin- nie cała ludność rosyjska)
- Dlaczego to zrobił? (chęć władania większą częścią ziem)
- Kiedy się skończy? (nie wiemy. Muszą porozumieć się władze obu Państw)
- Czy jesteśmy teraz bezpieczni? (Tak. Jesteśmy w Polsce, Polska jest w NATO- czyli organizacja, która wzajemnie się wspiera i broni swojego terytorium)

Na wszystkie te pytania ostatecznie odpowiada nauczyciel, rzeczowo, empatycznie, lecz bez złości, płaczu.

4

Rozmowa dotycząca tego co teraz uczniowie mogą robić

aby pomóc swojej ojczyźnie (stworzenie mapy myśli na tablicy lub arkuszu papieru): uczyć się, udzielać się wolontarystycznie, dbać o pamięć tradycji narodowych, wspierać swoją rodzinę spędzając z nią dużo czasu itp.

5

Wyjaśnienie emocji jakie mogą towarzyszyć teraz dzieciom i ich rodzicom

(złość, smutek, wrogość) oraz podkreślenie, że mają prawo czuć takie emocje. Podkreślenie jak ważne jest rozładowywanie napięcia emocjonalnego w pożądany sposób.

6

Zabawa „ Rozładuj się”

Dzieci mają zadanie na sygnał tupać mocno nogami. Nauczyciel robi przerwy co 10-15 sek.

7

Zabawa „Kosz na śmieci”

Dzieci dostają kilka kartek gazet/ papieru, ich zadaniem jest pomyśleć o tym co ich denerwuje, zgnieść tą złość i wyrzucić papier do kosza. Następne kartki mogą porwać. Czynność powtarzamy min. 4 razy.

8

Dzieci dzielą się na grupy 4-5 osobowe.

Wykonują wspólnie pracę plastyczną „Moja Ukraina”.

ZAKOŃCZENIE

9

Wystawa prac plastycznych.

3

scenariusze zajęć dotyczące emocji



Scenariusz 1.

Temat	Emocje
Wiek uczestników	3-4 latki
Czas trwania zajęć	20 min
Cel główny	• rozwijanie umiejętności rozpoznawania podstawowych emocji • rozróżnianie podstawowych stanów emocjonalnych • doskonalenie adekwatnego nazywania podstawowych emocji
Cele szczegółowe	• dostrzega emocje na twarzach dzieci • potrafi na podstawowym poziomie odróżnić stany emocjonalne od siebie nawzajem • nazywa stany emocjonalne w ramach swoich możliwości
Pomoce dydaktyczne	Książka <i>"Uczucia Libby Walden"</i> (Wydawnictwo Natuli), utwór Youtube – „ <i>Nasze emocje</i> ” Śpiewające brzdące
Metody pracy	Słowne: instruowanie dzieci, wspólne śpiewanie, rozmowy, czytanie Czynne: śpiewanie Oglądowe: obserwacja mimiki twarzy i zachowania prowadzącej

WSTĘP

1 Osoba prowadząca kieruje poniższe słowa do dzieci:

Tematem naszej dzisiejszej zabawy są emocje – radość, smutek, złość i strach.

- Radość jest wtedy, gdy uśmiechamy się i skaczemy z radości.
- Smutek pokazuje się wtedy, kiedy chce nam się płakać.
- Złość to uczucie, które zjawia się, kiedy coś nas bardzo zdenerwowało.
- Strach przychodzi, kiedy czegoś się przestraszymy i chcemy daleko uciekać.

Czy znacie te emocje? Dzisiaj poznajemy je bliżej.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2 Nazywanie podstawowych emocji (słuchanie piosenki ["Nasze emocje" Śpiewające brzdące](#) i wspólne śpiewanie z osobą prowadzącą):

Fragment:

Ref.: Radość, smutek, złość i strach.

Tyle uczuć mieszka w Nas.

To emocje Nasze są, które wyjść na zewnątrz chcą.

Płyną z serca spontanicznie.

Od kołyski w Nas mieszkają.

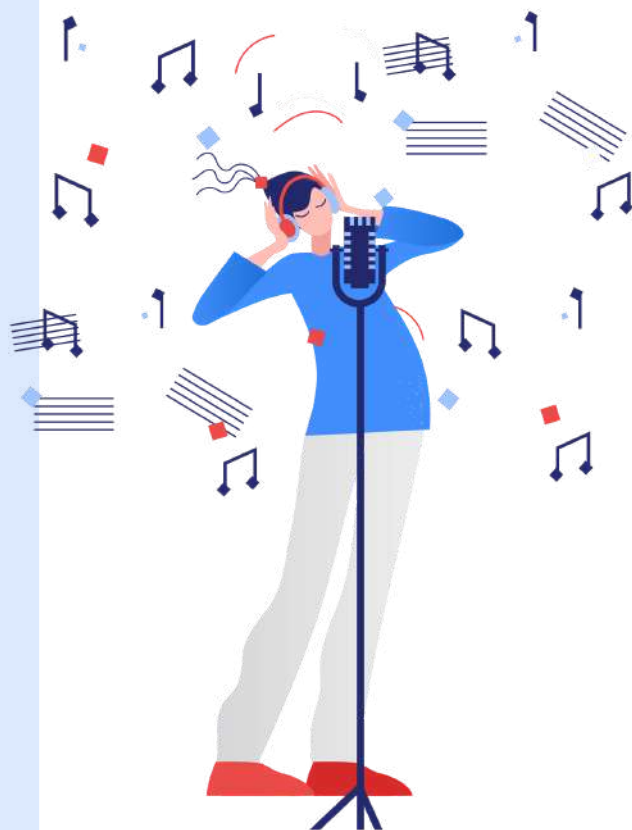
I się zdarza bardzo często, że o sobie znać nam dają.

Ref.: Radość, smutek, złość i strach.

Tyle uczuć mieszka w Nas.

To emocje Nasze są, które wyjść na zewnątrz chcą.

**Nie ma wcale nic w tym złego,
że się czasem zezłościły,
że czujemy wstyd lub smutek.
My z tym sobie poradzimy!**

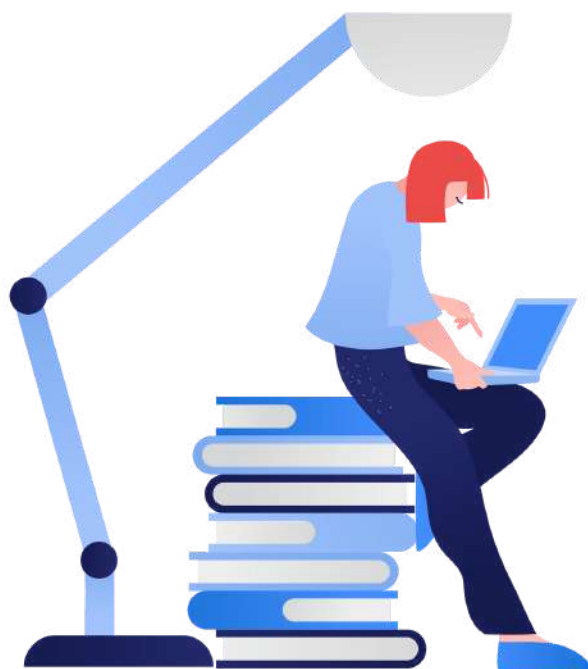


Rozpoznawanie i rozróżnianie emocji (czytanie książki „*Uczucia L. Walden*” i przedstawianie uczuć przez osobę prowadzącą):

Dzieci siedzą w kółku na dywanie. Osoba prowadząca czyta książkę, dostosowując mimikę twarzy i ton głosu do treści książki.

- Między innymi czytając o radości, mówi pewnie i wesoło. Uśmiecha się i skacze do góry.
- Przedstawiając smutek, używa ściszonego głosu i usta ma wygięte w dół.
- Przy złości podnosi lekko głos i krzywi się, łapie się za głowę.
- Przedstawiając strach, wydaje z siebie okrzyk, zakrywa usta ręką, szeroko otwiera oczy.

Zachęca dzieci do pokazywania na twarzach i ruchami ciała odczuwania podstawowych emocji opisanych w książce.



Scenariusz 2.

Temat	Emocje
Wiek uczestników	5-7 latki
Czas trwania zajęć	40 min
Cel główny	• rozwijanie umiejętności rozpoznawania podstawowych emocji i wskazywania ich na podstawie ich charakterystycznych przejawów • rozróżnianie podstawowych stanów emocjonalnych i zdolność do przedstawienia ich poprzez reakcje mimiczne i zachowanie • doskonalenie adekwatnego nazywania bardziej złożonych emocji
Cele szczegółowe	• dostrzega emocje u innych dzieci i potrafi je prawidłowo nazwać • odróżnia stany emocjonalne od siebie nawzajem • rozumie przejawy uczuć i potrafi zaprezentować emocje
Pomoce dydaktyczne	Książka „<i>Rozśpiewane emocje, czyli piosenki o uczuciach</i>” <i>Uczuciometr</i>” Susanna Isern (Wydawnictwo Dwukropek), 10 podpisanych kartek A4 przedstawiających emocje na „buźkach” – adekwatne do emocji reakcje mimiczne (tj. radość, smutek, złość, strach, wstręt, wstyd, zaskoczenie, zazdrość, zawiść i miłość), kartki samoprzylepne typu post-it, flamastry
Metody pracy	Słowne: wyjaśnianie, instruowanie dzieci, wspieranie przy problemach, rozmowy, czytanie historyjek, śpiewanie Czynne: wykonywanie konkretnych zadań przez dzieci przy pomocy specjalisty (rysunki przedstawiające reakcje mimiczne, scenki), taniec

WSTĘP

1

Poznanie i nazywanie emocji (wspólne czytanie książki „*Rozśpiewane emocje, czyli piosenki o uczuciach*” oraz słuchanie piosenki)

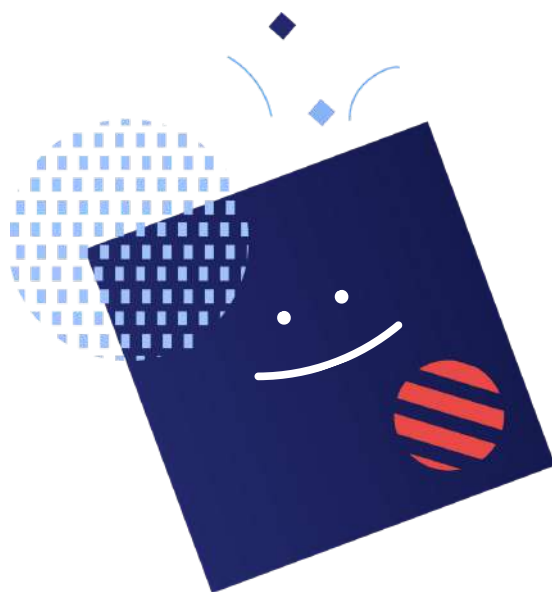
Osoba prowadząca prosi dzieci, żeby usiadły na dywanie w kółku. Rozpoczyna czytanie książki, w której po kolei nazywane i opisywane są emocje. Dzieci proszone są o wyszukanie na ilustracjach postaci, które odczuwają dane emocje i wyjaśnienie dlaczego. Następnie osoba prowadząca odtwarza piosenki załączone do książki, które dotyczą 10 uczuć – radości smutku, złości, strachu, wstrętu, wstydu, zaskoczenia, zazdrości, zawiści i miłości (treść utworów dotyczy opisu uczucia, jego przejawów i sposobów radzenia sobie z nim). Dzieci są zachęcane do tańca w parach.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Rozpoznawanie emocji (rysunki przedstawiające reakcje mimiczne)

Osoba prowadząca rozdaje każdemu dziecku po 10 kartek samoprzylepnych typu post-it i flamastry. Wskazuje na tablice, na której znajdują się 10 podpisanych buziek z minami przedstawiającymi uczucia – radość, złość, smutek, strach, wstręt, wstyd, zaskoczenie, zazdrość, zawiść, miłość. Następnie osoba prowadząca prosi dzieci o przerysowanie po jednej buźce na każdej kartce. Każde dziecko ma do dyspozycji 10 kartek z własnymi, podpisanymi rysunkami buziek.



Rozróżnianie emocji (przedstawienie emocji poprzez scenki).

- Osoba prowadząca prosi każde dziecko o odwrócenie kartek z rysunkami na drugą stronę i położenie przed sobą.
- Następnie z zamkniętymi oczami losuje jedną kartkę przedstawiającą reakcję mimiczną, przekazuje każdemu kolejnemu dziecku i prosi o niepokazywanie jej innym osobom.
- Dzieci są proszone o zastanowienie się, jak mogą przedstawić wylosowaną przez siebie emocję, żeby nie zdradzić jej nazwy.
- Po 5 minutach są po kolei proszone o przedstawienie na środku sali swojej emocji (mogą prosić o pomoc osoby prowadzącej).
- Po przedstawieniu scenki przez jedno dziecko, pozostałe dzieci zgadują, która emocja była przedstawiona.
- Po udzielaniu poprawnej odpowiedzi dzieci są pytane, co wskazywało na daną emocję u przedstawiającego dziecka.

Scenariusz 3.

Temat	Emocje
Wiek uczestników	8-10 latki
Czas trwania zajęć	45 min
Cel główny	• poszerzenie wiedzy na temat emocji i umiejętności rozpoznawania złożonych stanów emocjonalnych • rozróżnianie emocji i ich wpływu na nasze życie • poznanie podstawowych sposobów regulacji emocji
Cele szczegółowe	• wie, czym są emocje, nazywa je i dostrzega ich złożoność • potrafi odróżnić proste oraz bardziej skomplikowane stany emocjonalne od siebie nawzajem • rozumie wpływ emocji na swoje zachowanie i zna sposoby regulacji emocji
Pomoce dydaktyczne	25 „Tygodniowych tablelek uczuć” (format A4), 25 List przykładowych uczuć (format A4), 25 arkuszy „Emocje i ja” (format A4), 5 tablelek „Przewodnik emocjonalny” (format A4)
Metody pracy	Słowne: wyjaśnianie, instruowanie, wspieranie, rozmowy Czynne: wykonywanie konkretnych zadań przy pomocy specjalisty (burza mózgów, praca indywidualna)

WSTĘP

1

Zdobycie wiedzy na temat emocji i rozpoznawanie stanów emocjonalnych („Tygodniowa tabelka uczuć”)

Osoba prowadząca rozdaje każdemu dziecku „Tygodniową tabelkę uczuć” oraz listę przykładowych uczuć. Dzieci są proszone o wypełnienie tabelki zgodnie z własnymi przeżyciami w tym tygodniu. Jeżeli dzieci nie pamiętają niektórych dni, nie jest to kłopot. Mogą wpisać tylko to, co pamiętają, a tabelkę zabrać do domu i wypełnić w inne dni. Po wykonaniu zadania dzieci dzielą się kolejno swoimi zapiskami z innymi dziećmi. Na koniec osoba prowadząca podkreśla, że każdy z nas odczuwa bardzo różne emocje w czasie swojego dnia i tygodnia, to jest normalne i każdy ma do tego prawo.

ZAJĘCIA GŁÓWNE

2

Poznanie wpływu różnych emocji („Emocje i ja”)

Osoba prowadząca wręcza dzieciom arkusze „Emocje i ja” do wypełnienia z niedokończonymi zdaniami. Każde dziecko pracuje indywidualnie. Osoba prowadząca również wypełnia swój arkusz. Na koniec wszyscy czytają swoje odpowiedzi i rozmawiają o wpływie emocji na człowieka.

Fragment:

Kiedy jestem zła/y...

Kiedy odczuwam smutek...

Cieszę się na widok...

Czasami boję się...



Wstęp osoby prowadzącej: „Każdy z nas przeżywa emocje, które na nas wpływają – na nasze samopoczucie, humor czy motywację. Warto wiedzieć, że emocje są ważne. Pomagają nam rozumieć siebie. Czasem jest trudno, kiedy pojawia się silna emocja. Nie zawsze wiemy co zrobić. Jednak dzisiaj znajdziemy wspólnie dużo sposobów na emocje.”

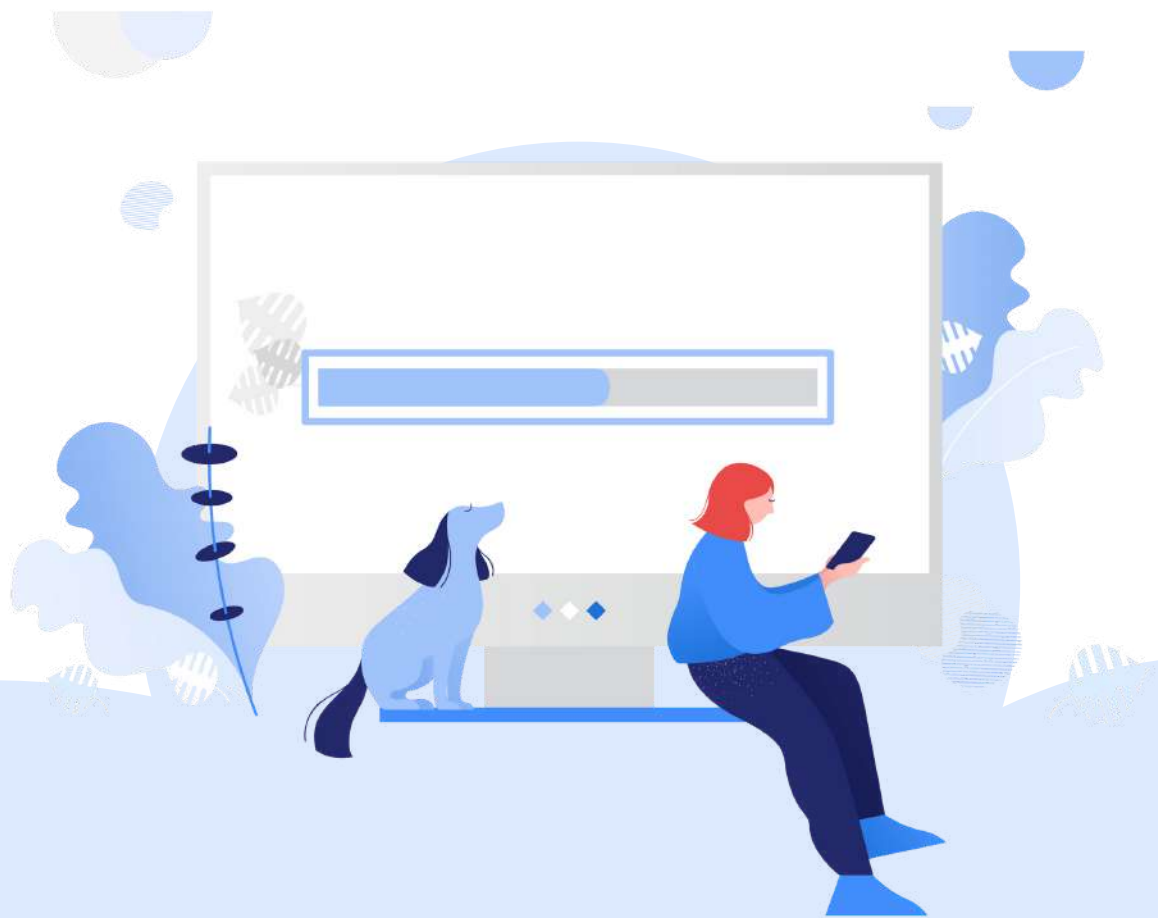
Osoba prowadząca dzieli dzieci na 5 równych grup. Każda grupa ma za zadanie podyskutować i wypełnić wspólnie tabelkę „Przewodnik emocjonalny”.

Jeżeli dzieci nie rozumieją zadania, osoba prowadząca szczegółowo tłumaczy i pomaga, jeżeli zachodzi taka potrzeba.

Na koniec każda grupa kolejno wychodzi na środek sali. Osoba prowadząca zachęca do odczytywania, ale również pokazywania swoich pomysłów (np. przy emocji radość dziecko wymienia taniec/śpiew i gdy ma ochotę może zatańczyć lub zaśpiewać, z kolei przy smutku dziecko może napisać przytulenie i w ramach prezentacji przytulić koleżankę lub kolegę).



Materiały do wydruku



Słoń Trąbalski - Julian Tuwim

1

Był sobie słoń, wielki - jak słoń.
Zwał się ten słoń Tomasz Trąbalski.
Wszystko, co miał, było jak słoń!
Lecz straszny był zapominalski.
Słoniową miał głowę
I nogi słoniowe,
I kły z prawdziwej kości słoniowej,
I trąbę, którą wspaniale kręcił,
Wszystko słoniowe - oprócz pamięci.

2

Zaprosił kolegów - słoni - na karty
Na wpół do czwartej.
Przychodzą - ryczą: „Dzień dobry,
kolego!”
Nikt nie odpowiada.
Nie ma Trąbalskiego.
Zapomniał! Wyszedł!
Miał przyjść do państwa Krokodyłów
Na filiżankę wody z Nilu:
Zapomniał! Nie przyszedł!
Ma on chłopczyka i dziewczynkę,
Miłego słonika i śliczną słoninkę.
Bardzo kocha te swoje słońięta,
Ale ich imion nie pamięta.
Synek nazywa się Biały Ząbek,
A ojciec woła: „Trąbek! Bombek!”
Córeczce na imię po prostu Kachna,
A ojciec woła: „Grubachna!
Wielgachna!”

3

Nawet gdy własne imię wymawia,
Gdy się na przykład komuś przedstawia,
Często się myli Tomasz Trąbalski
I mówi: „Jestem Tobiasz Bimbalski”.
Żonę ma taką - jakby sześć żon miał!
(Imię jej: Bania, ale zapomniał).
No i ta żona kiedyś powiada:
„Idź do doktora, niechaj cię zbada,
Niech cię wyleczy na stare lata!”
Więc zaraz poszedł - do adwokata,
Potem do szewca i do rejenta,
I wszędzie mówi, że nie pamięta!
„Dobrze wiedziałem, lecz zapomniałem,
Może kto z panów wie, czego chciałem?”

4

Błąka się, krąży, jest coraz później,
Aż do kowala trafił, do kuźni.
Ten chciał go podkuć, więc
oprzytomniał,
Przypomniał sobie to, co zapomniał!
Kowal go zbadał, miechem podmuchał,
Zajrzał do gardła, zajrzał do ucha,
Potem opukał młotem kowalskim
I mówi: „Wiem już, panie Trąbalski!
Co dzień na głowę wody kubetek
Oraz na trąbie zrobić supetek”.
I chlust go wodą! Sekundę trwało
I w supet związał trąbę wspaniałą!
Pędem poleciał Tomasz do domu.
Żona w krzyk: „Co to?” – „Nie mów
nikomu!
To dla pamięci!” – „O czym?” – „No...
chciałem...”
- „Co chciałeś?” – „Nie wiem! Już
zapomniałem!”

Legenda o Smoku Wawelskim

Dawno temu, gdy polskimi ziemiami rządził król Krak, w Krakowie pojawił się smok. Było to ogromne zwierzę, o zielonej skórze, długim ogonie i paszczy wypełnionej ostrymi zębami. Smok zadomowił się w jamie pod zamkiem i żądał, aby raz w tygodniu składano mu ofiarę w postaci krowy. Jeżeli nie spełniono jego zachcianki, porywał ludzi.

Na mieszkańców Krakowa padł blady strach, jednak znalazło się kilku śmiazków, którzy twierdzili, że zdołają pokonać smoka. Niestety żaden z nich nie wracał z wyprawy do jamy potwora. Zarówno król, jak i poddani stracili już nadzieję na ratunek. Co tydzień stada bydła boleśnie się kurczyły, gdyż smok wymagał zawsze najdorodniejszych sztuk. Martwiono się, co będzie, gdy pożre już wszystkie krowy.

Gdy wydawało się, że wszystko już stracone i lud Krakowa czeka zagłada, na dworze Kraka pojawił się ubogi szewczyk.

- Panie mój, myślę, że jestem w stanie pokonać dręczącego Was smoka - zwrócił się do króla, nisko się kłaniając.

W królewskiej sali rozbrzmiały śmiechy rycerzy.

- Patrzcie go, śmieciek się znalazł.

- Nie wiesz, że smoka nikt nie jest w stanie pokonać?

- Zabił już wielu wybitnych wojaków! Jak możesz się z nimi równać?

Jednak Krak był mądrym władcą i wiedział, że nie można marnować żadnej szansy na uwolnienie się od groźnej bestii.

- Dobrze, szewczyku. Pokonaj smoka, a zostaniesz sowicie nagrodzony.

Szewczyk uklonił się i odszedł, obmyślając swój plan. Niebawem wszystko miał już przygotowane. Zabił najdorodniejszego barana, jakiego udało mu się znaleźć, a potem wypchał go siarką i dokładnie zaszył. Zarzucił sobie go na plecy i udał się w kierunku smoczej jamy. Najciszej jak tylko zakradł się do samego wejścia, rzucił wypchanego barana i uciekł. Wkrótce z groty wyszedł smok, zwabiony zapachem świeżego mięsa i dostrzegając barana, natychmiast go pożarł. Siarka ukryta w zwierzęciu od razu zaczęła działać, powodując u smoka ogromne pragnienie. Rzucił się w kierunku Wisły i pił, pił, pił, pił... Wydawało się, że jeszcze chwila i wypije całą Wisłę! I wtedy nagle rozległ się ogromny huk. Smok wypił tak dużo wody, że po prostu pękł. Pomysłowy chłopiec został bohaterem całego miasta, a król sowicie go wynagrodził.

Złota rybka

Był pewien chłop, co już czterdzieści lat łowił ryby, ale bardzo mu się nie wiodło. Raz zarzucił sieci – wyłowił tylko morską trawę; zarzucił je drugi raz, patrzy, a tu rybka, nieduża, ale złota. Dopieroż to rybka prosi go, żeby ją puścił do wody:

- Puść mnie, co tylko będziesz chciał, to ci dam – powiada rybka. Tak go prosiła, że ją w końcu puścił.

Wraca chłop do domu i mówi do żony:

- Wiesz, złapałem dzisiaj złotą rybkę, alem ją puścił, bo bardzo o to prosiła. Tyle, że mi obiecała, że co tylko będę chciał, to mogę dostać. Żona na to:

- Oj, głupiś, głupi. Idź zaraz i poproś ją, żeby nam dała nowe koryto, bo stare się nam rozsypało.

Poszedł chłop do morza, stanął na brzegu, zdjął czapkę i prosi, żeby rybka dała im nowe koryto. Wyszła rybka nad wodę i przemówiła:

- Idź do domu, idź.

Wraca chłop do domu, patrzy, stoi przed chałupą nowe koryto. Żona się ucieszyła, ale pomyślała sobie: >>Jak tak, to i więcej mogłaby nam rybka dać<<.

- Idźże do niej, poproś, żebym była gospodynią z własnym gruntem i nową chałupą.

Poszedł chłop nad wodę, zdjął kapelusz, ale nie śmie nic mówić.

Wychyla się rybka z fali i pyta:

- Czego jeszcze chcesz?

Wytłumaczył jej, czego się żonie zachciało, a rybka mu na to, żeby wracał do domu.

Wraca chłop, patrzy, a tam stoi nowa chałupa, a jego żona już bogatą gospodynią, chodzi sobie, nic nie robi, tylko pokrzykuje na parobków i służące. Jeszcze tego było jej za mało; po jakimś czasie powiada znów do męża zachłanna kobieta:

- Idź no do tej twojej rybki, powiedz jej, żebym została wielką panią, z własnym dworem, końmi, powozem i służbą.

Poszedł, poprosił, wraca do domu, a tu jego żona, ubrana w piękną suknię, siedzi sobie i wydaje rozkazy służbie, nic nie robi. Ale i to jej nie starczyło, znów wysyła chłopą z nowym zadaniem:

- Na co mi być panią, kiedy mogę być samą królową. Idź, powiedz rybce, żeby mi tu stanął pałac królewski, a ja żebym była w nim królową.

Poszedł chłop nad wodę, a rybka i to zrobiła. Przychodzi do domu, a tu jego żona chodzi w koronie, pełno pań i panów, służby i strażników z pałaszami; pytają go, czego tu chce. On na to, że do żony, czyli królowej, chciałby się dostać. Roześmieli się na to, a żona nie chciała na niego patrzeć, kazała go wygnać i psami poszczuła. Tak było przez tydzień, królowa z samymi królami się zabawiła, a po tygodniu kazała zawołać męża i mówi:

- Mało mam służby, idź no do rybki i powiedz jej, żeby przyszła do mnie na służbę.

Chłop się zląkł, ale co było robić. Poszedł nad wodę, czapkę zdjął, przeprosza rybkę i powiada jej, czego znów żonie się zachciało. Rybka na to nic się nie odezwała, tylko machnęła ogonkiem w obie strony i znikła w fali. Pomedytował chłop chwilę, a potem wraca do domu. Patrzy – nie ma zamku królewskiego, ani służby, ani panów, stoi stara chałupa pod lasem, jak stała, a jego żona siedzi na progu, płacze i zszywa podarte sieci.

Źródło: www.czasdzieci.pl

Syrenka Warszawska

Dawno temu wśród pradawnej puszczy, na brzegu Wisły, stała rybacka osada. Krążyła w niej legenda o syrenie mieszkającej w głębinach Wisły, jednak nikt tej tajemniczej istoty dotąd nie widział. Czasami rybacy słyszeli tylko jej śpiew, gdy wracali w nocy z połowów. Jedni mówili, że to szum trzcin, lecz inni słyszeli jej śpiew z bliska i wiedzieli, że jest obdarzona cudownym głosem.

Pewnego dnia trzech rybacy spotkali się na brzegu.

- Jeśli złapiemy syrenę i zawieziemy ją księciu, dostaniemy mnóstwo złota - powiedział jeden z nich.

- Musielibyśmy wypłynąć w nocy na rzekę i ukryć łódź w nadbrzeżnych trzcinach. Ale trzeba by było wziąć ze sobą pochodnię, bo w ciemnościach niczego nie zobaczymy - dodał drugi.

- W takim razie poczekajmy do pełni księżyca. Wtedy będzie jaśniej i nie będziemy potrzebowali ognia - odezwał się trzeci.

Pokiwali głowami i umówili się, że wypłyną za kilka dni, gdy księżyc będzie w pełni. Kiedy nadeszła noc, zaczaili się w łodzi nieopodal brzegu, trzymając w dłoniach mocną sieć.

Nie czekali zbyt długo. Syrena wypłynęła z fal i usiadła na jednym z przybrzeżnych głazów, a potem zaczęła śpiewać. Rybacy urzeczeni jej głosem przez dłuższą chwilę nie byli w stanie się poruszyć, aż wreszcie najstarszy z nich otrząsnął się i wyjął z kieszeni wosk.

- Zatkajcie tym uszy - powiedział, podając go towarzyszom.

Rybacy włożyli wosk w uszy i nie słysząc już urzekającego śpiewu syreny, zarzucili na nią sieć. Przerażoną wyciągnęli na brzeg i zanieśli do jednej z chat. Postawili na straży najmłodszego rybaka, a sami udali się przygotować wóz, którym zamierzali zawieźć syrenę do księcia. Młody rybak przyglądał się syrenie z zaciekawieniem i kiedy zobaczył, że otwiera usta, odetkał sobie uszy, aby usłyszeć co mówi.

- Wypuść mnie, proszę.

- Jak to? Mam cię uwolnić? - zapytał zdziwiony.

- Tak. Uwolnij mnie i chodź ze mną - odpowiedziała syrena i zaczęła cichutko nucić jedną ze swych pieśni.

Zauroczonej jej głosem rybak wziął ją na ręce i zaniósł na brzeg Wisły. W tym czasie pozostali rybacy wrócili do chaty po syrenę. Gdy zobaczyli, że izba jest pusta, ruszyli w pogoń.

Lecz było już za późno. Syrena dopływała już do środka rzeki. Przestraszony krzykami młody rybak również skoczył do wody i płynął do syreny, mimo nawoływań pozostałych, aby wracał na brzeg. Syrena zatrzymała się jeszcze na chwilę i zawołała do stojących na brzegu:

- Śpiewałam dla was co noc, bo was polubiłam! Chciałam wam towarzyszyć, żeby w razie potrzeby ostrzec was przed niebezpieczeństwem! A wy złapaliście mnie jak zwykłą rybę i chcieliście sprzedać za garść złota! Dlatego was opuszczam. Jeżeli wrócę, to tylko z mieczem i tarczą, aby was bronić. Ale pojawię się tylko wtedy, gdy niebezpieczeństwo będzie tak wielkie, że sami sobie nie poradzicie.

Po tych słowach syrena zniknęła na zawsze. Nikt też już nigdy nie widział młodego rybaka, który podążył za nią.

Dziś na miejscu rybackiej wioski stoi wielkie miasto - Warszawa. Mieszkańcy nie zapomnieli o swojej syrenie. Na brzegu Wisły stoi jej pomnik. Z tarczą i mieczem uniesionym do góry, strzeże bezpieczeństwa miasta. Jednak do tej pory, pomimo różnych dziejów Warszawy, ani razu się nie pojawiła. A to oznacza, że wciąż jeszcze nie nadszedł czas wypełnienia jej obietnicy.

Tygodniowa tabelka uczuć

Dzień tygodnia	Co czułem/czułam?	Dlaczego?	Co zrobiłem/zrobiłam?
Poniedziałek			
Wtorek			
Środa			
Czwartek			
Piątek			
Sobota			
Niedziela			

Lista przykładowych uczuć

Radość

Zadowolenie

Ekscytacja

Wstyd

Frustracja

Irytacja

Oburzenie

Ból

Szczęście

Wdzięczność

Ulga

Duma

Miłość

Zmęczenie

Lęk

Nuda

Niezadowolenie

Zniecierpliwienie

Samotność

Nieszczęście

Zmartwienie

Złość

Smutek

Strach

Zazdrość

Poczucie winy

Obojętność

Wstręt

Rozczarowanie

Wyrzuty sumienia

Bezradność

Bezsilność

Panika

Stres

Tęsknota

Spokój

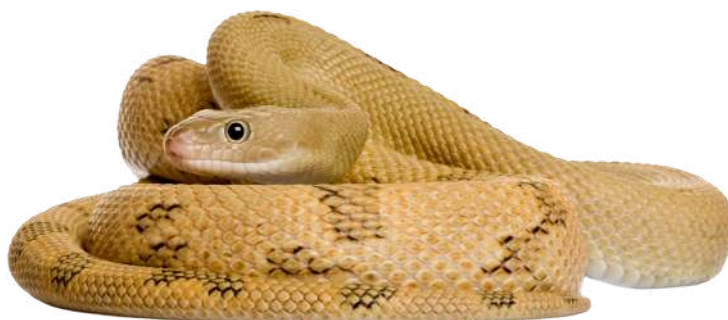
Emocje i ja

1. Kiedy jestem zła/y.....
2. Złości mnie.....
3. Kiedy odczuwam smutek.....
4. Smuci mnie.....
5. Cieszę się na widok.....
6. Najbardziej lubię, gdy.....
7. Czasami boję się.....
8. Wstydzę się, gdy.....
9. Kiedy jest mi wesoło.....
10. Jestem zły, kiedy.....
11. Denerwuję się, gdy.....
12. Wstydzę się, gdy.....
13. Czuję się zazdrosny/a, kiedy.....
14. Jestem zaskoczony/a na widok.....
15. Czuję nudę, kiedy.....
16. Panikuję, gdy.....
17. Jestem rozczarowana/y, kiedy.....
18. Mam wyrzuty sumienia, ponieważ.....
19. Nudzę się, kiedy.....
20. Czuję ekscytację na widok.....

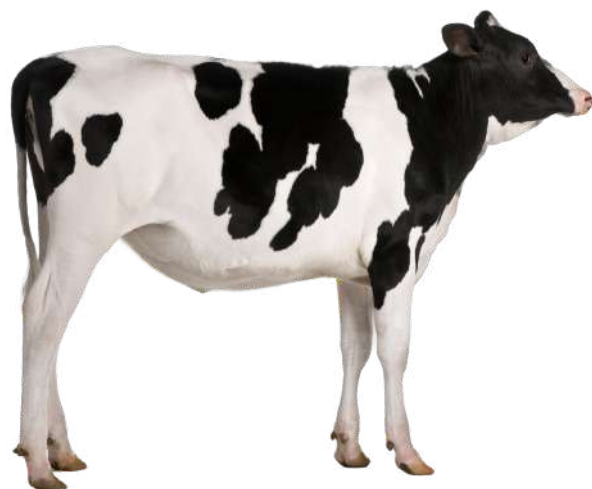
Przewodnik emocjonalny

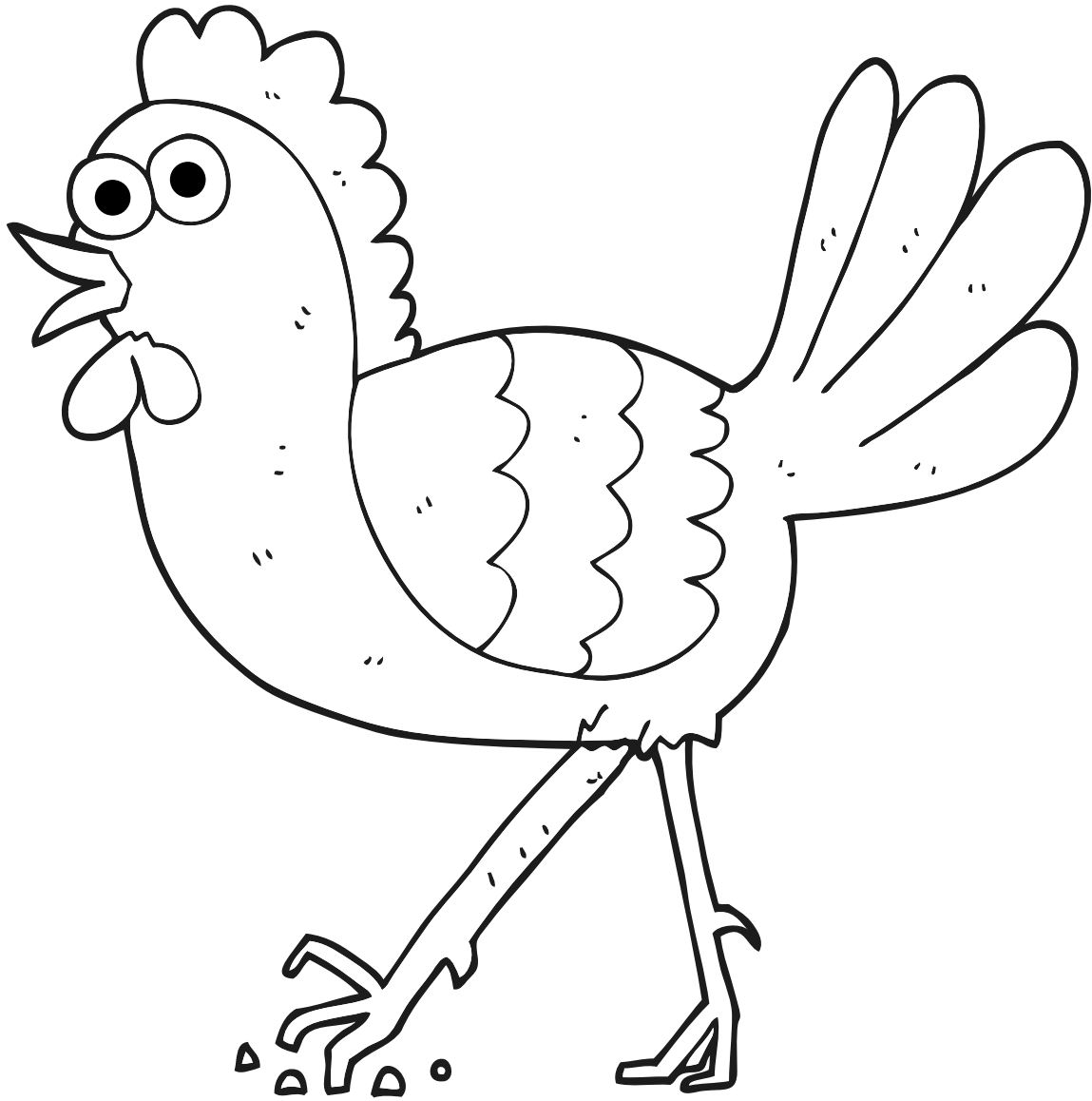
EMOCJA	CO ROBIĆ?
radość	
złość	
strach	
smutek	
stres	
zmęczenie	
samotność	
wyrzuty sumienia	

Zabawa „Dzika Afryka”

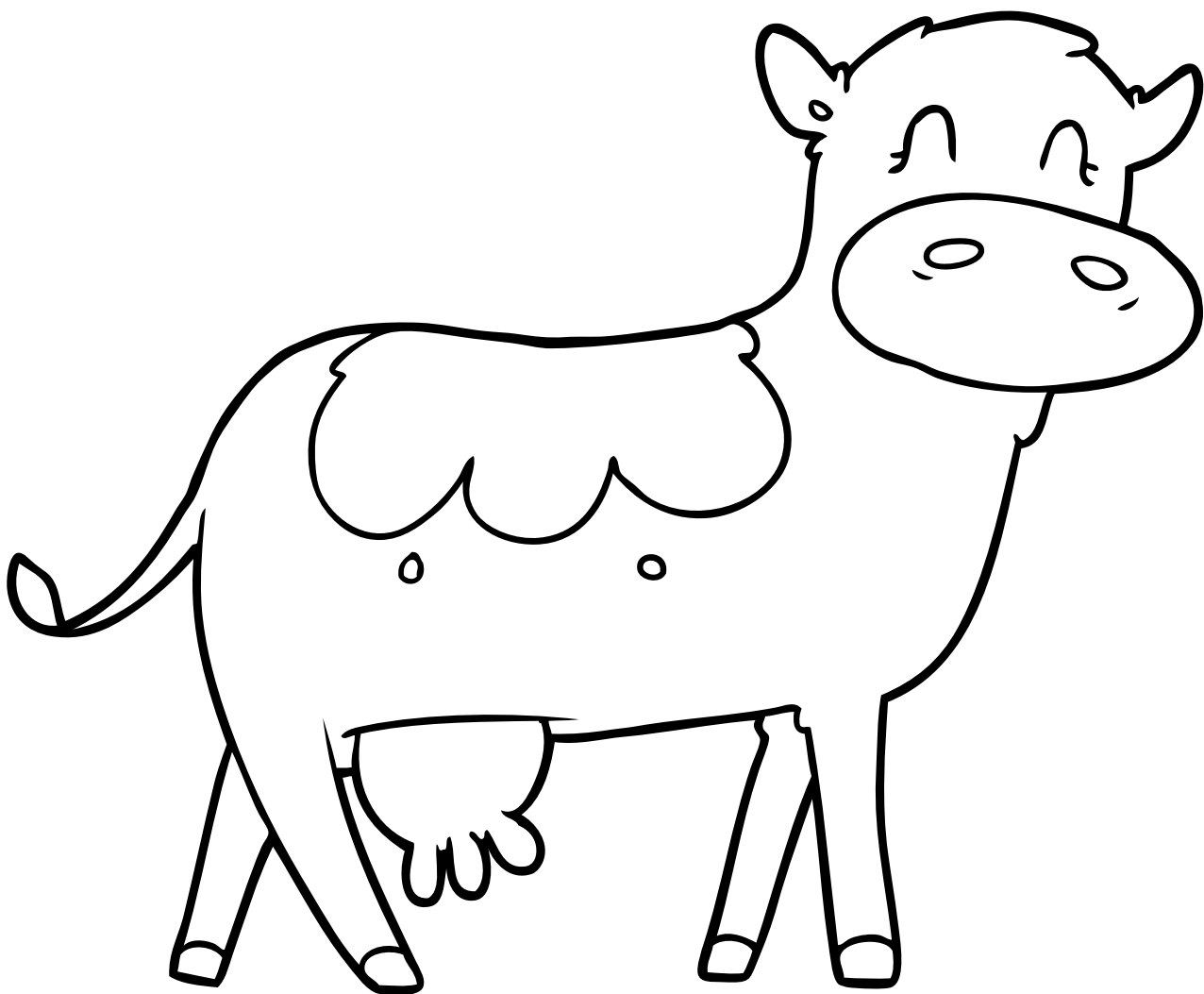


Scenariusz „Zwierzęta wiejskie”

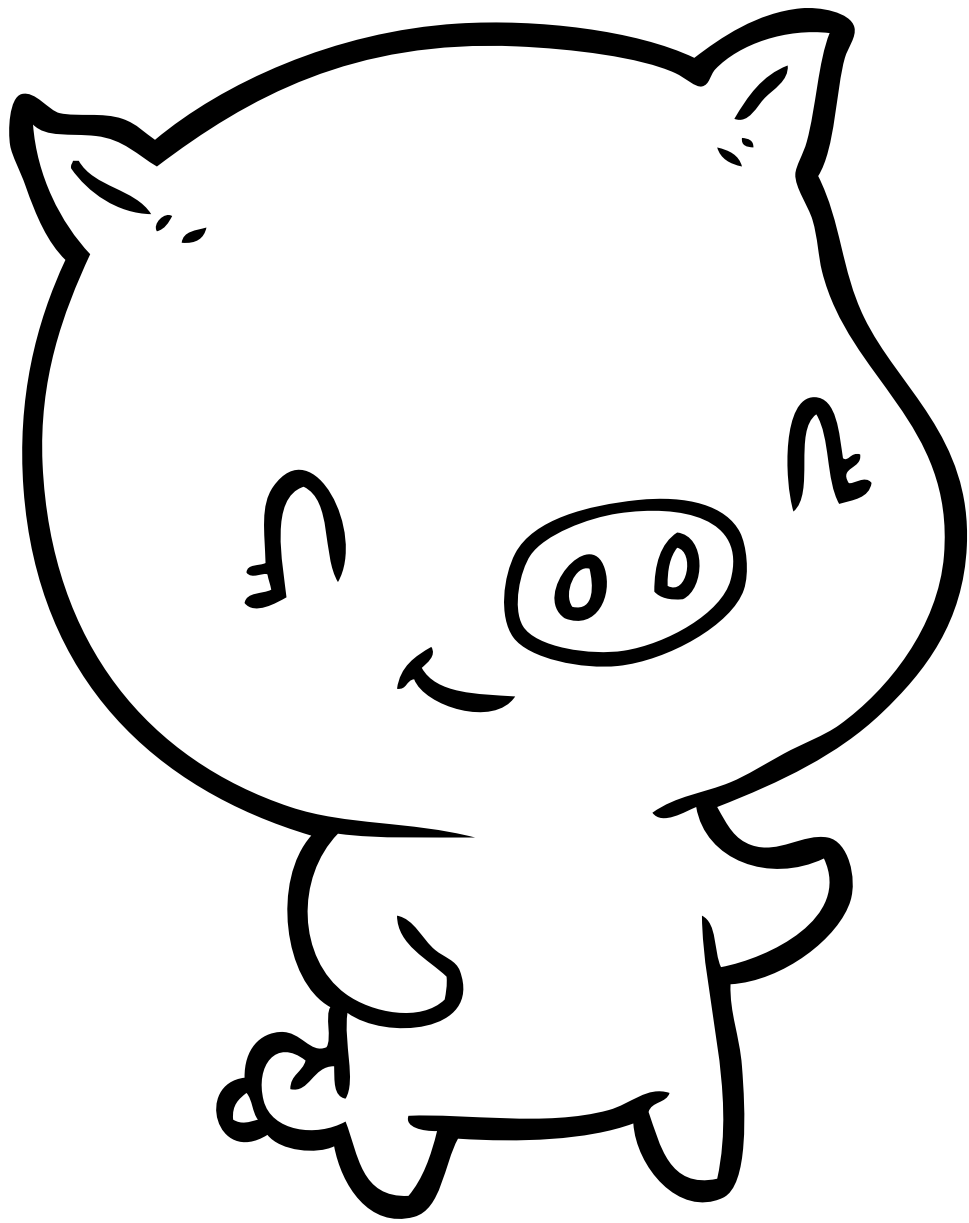




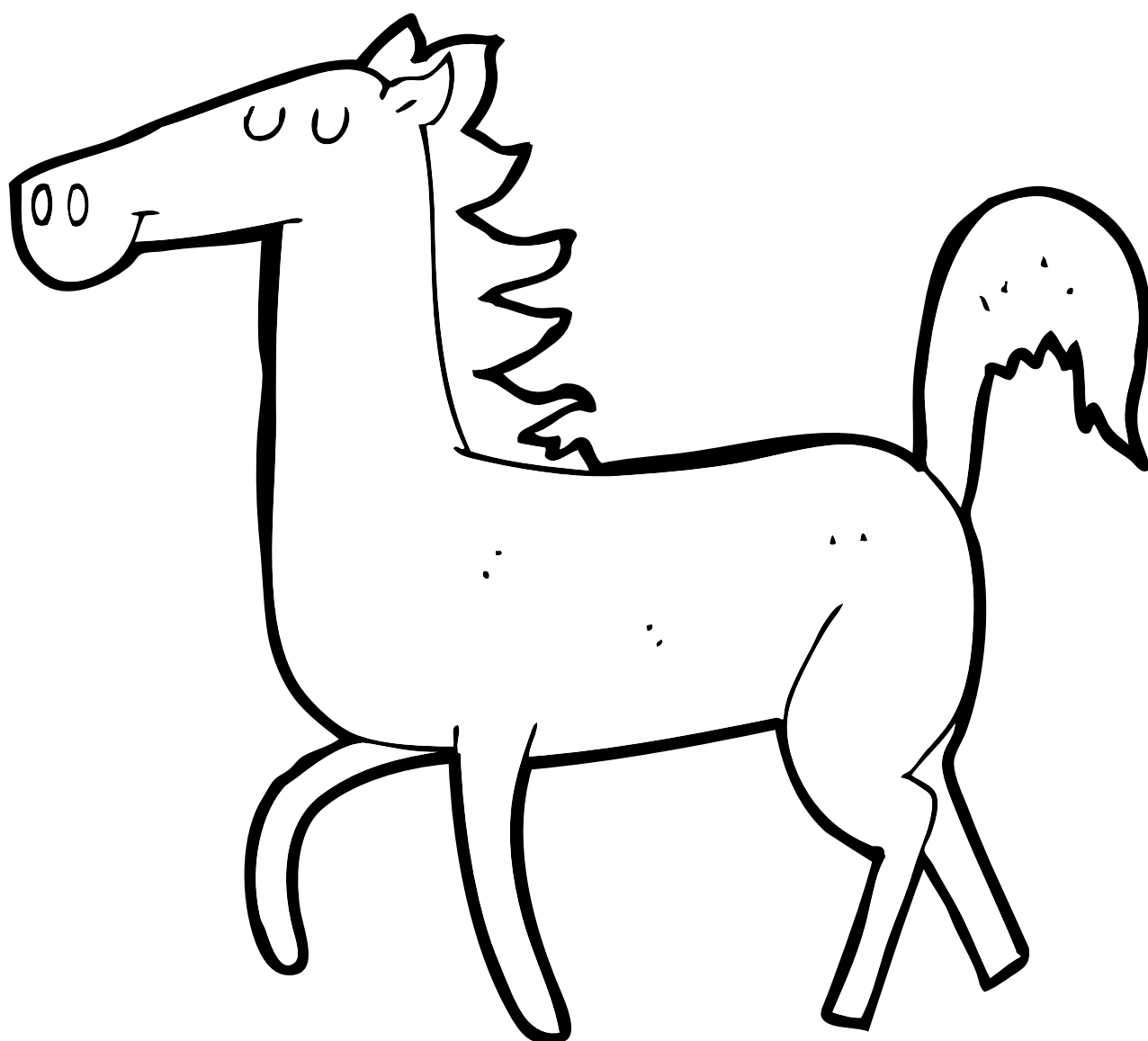
KURA



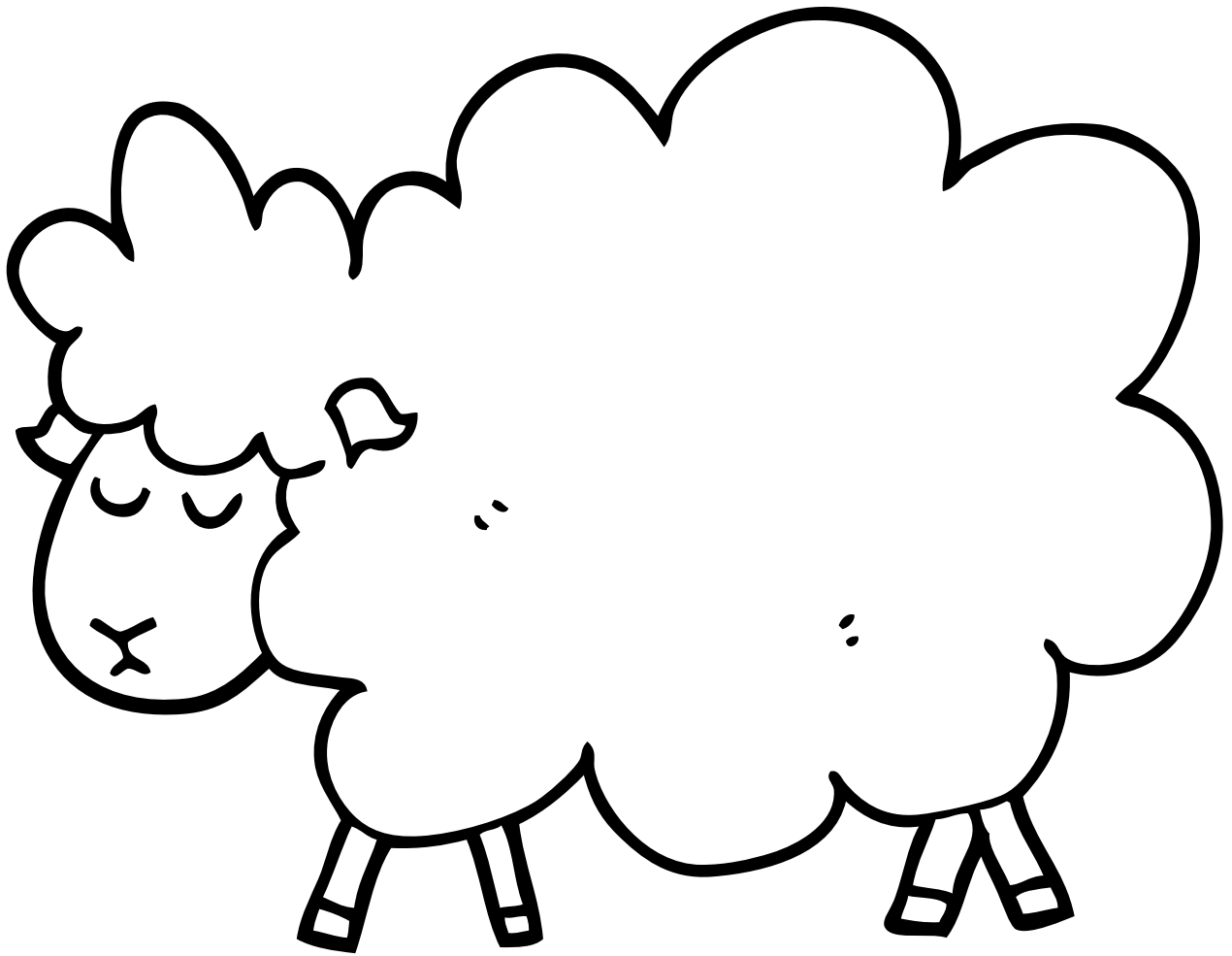
KROWA



ŚWINIA

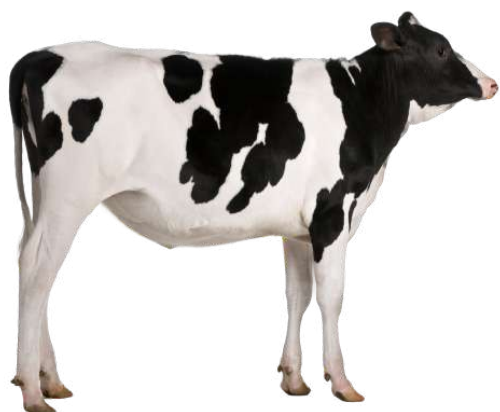


KOŃ



OWCA

Scenariusz „Stary Donald Farmę miał”



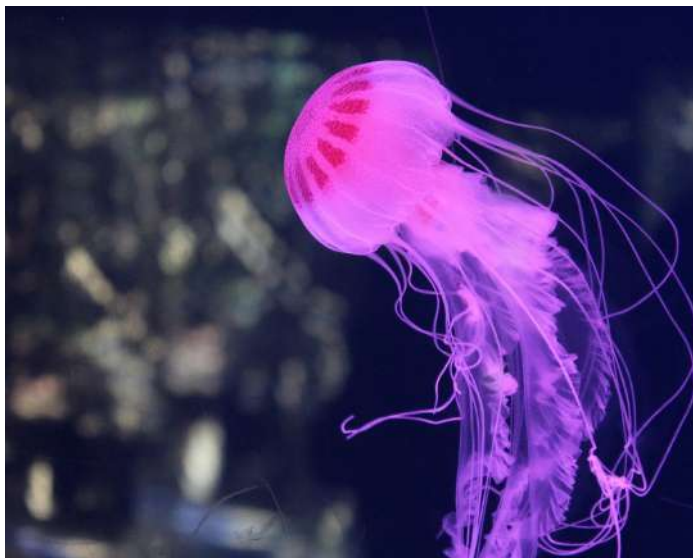
Scenariusz „Miś”



MIS

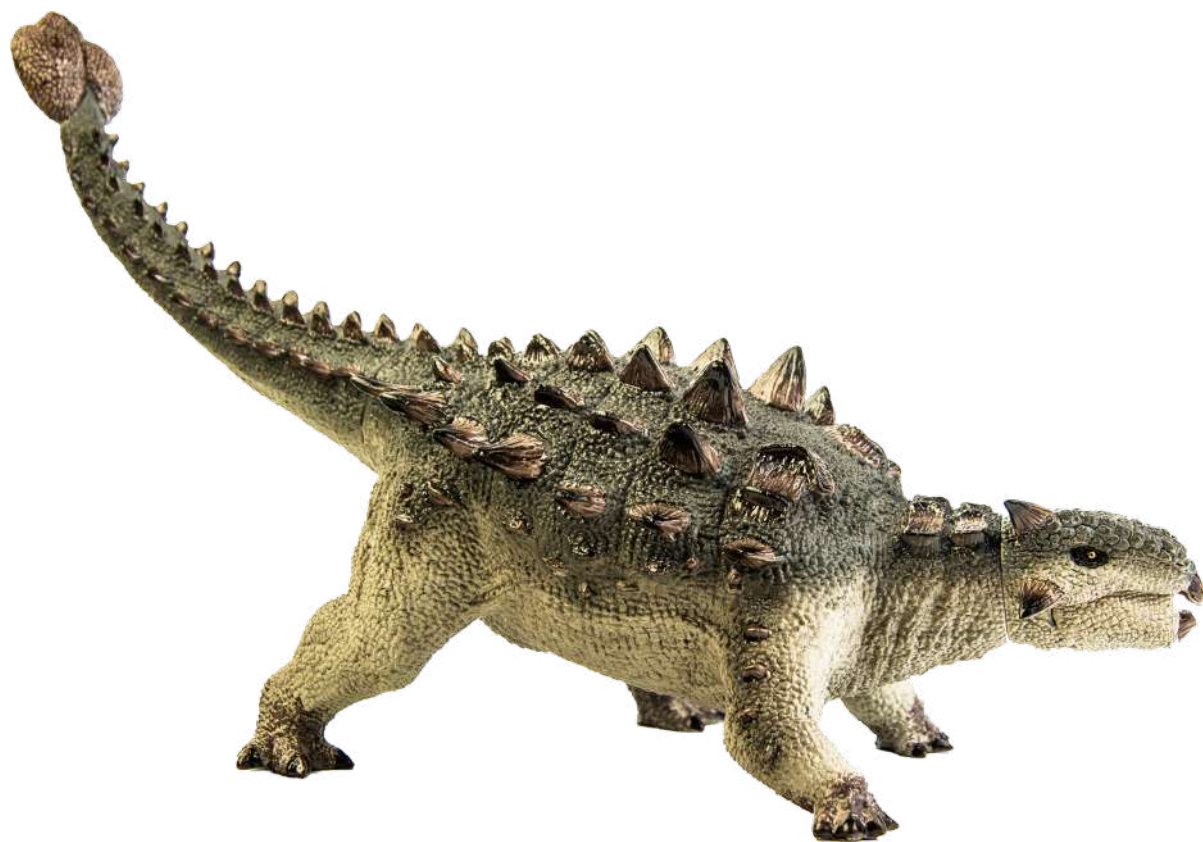


Scenariusz „Podwodny świat”

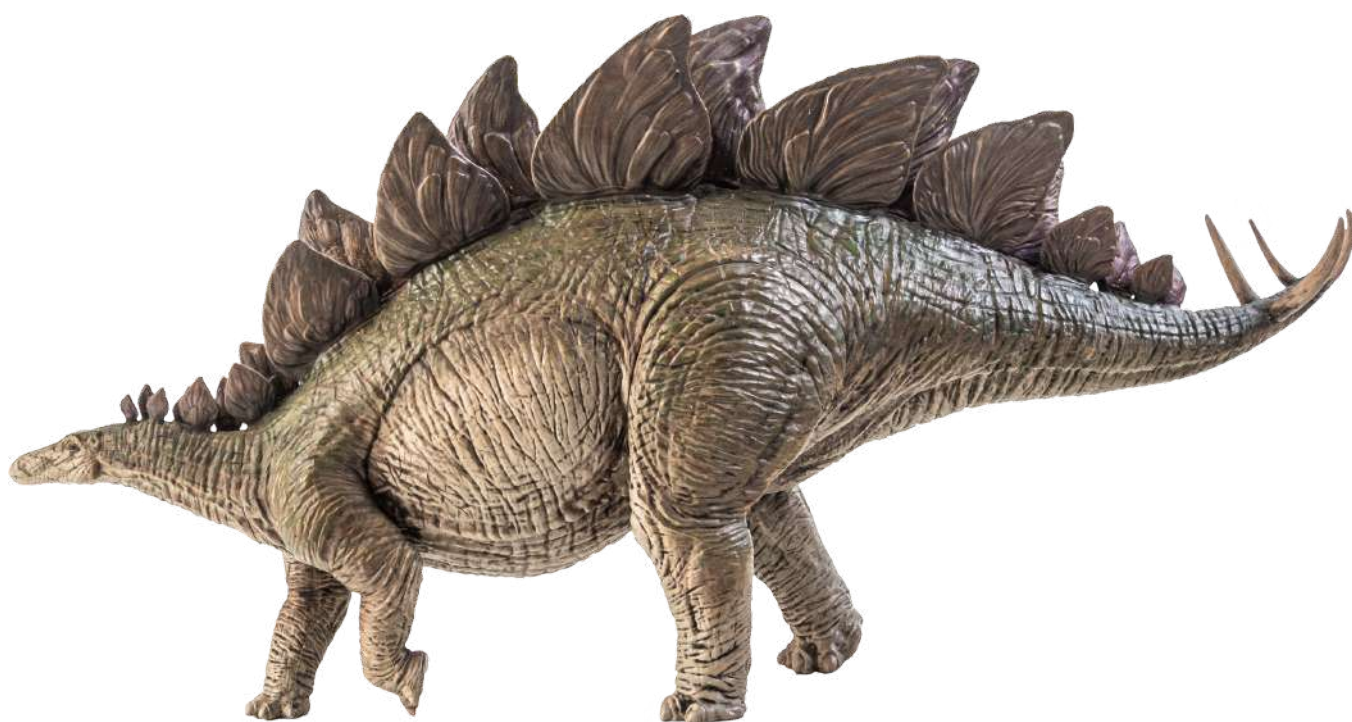




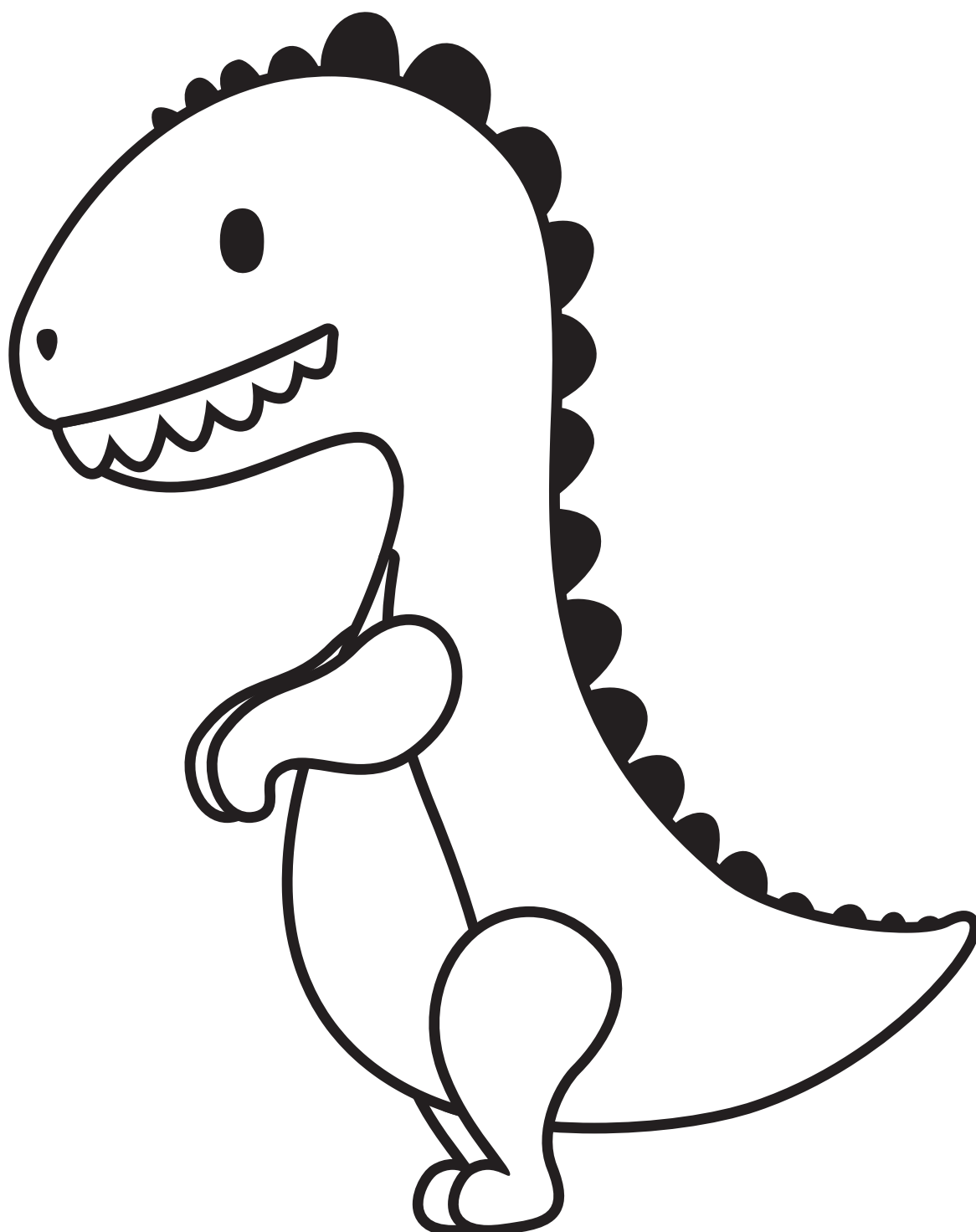
Scenariusz „Dinozaury”



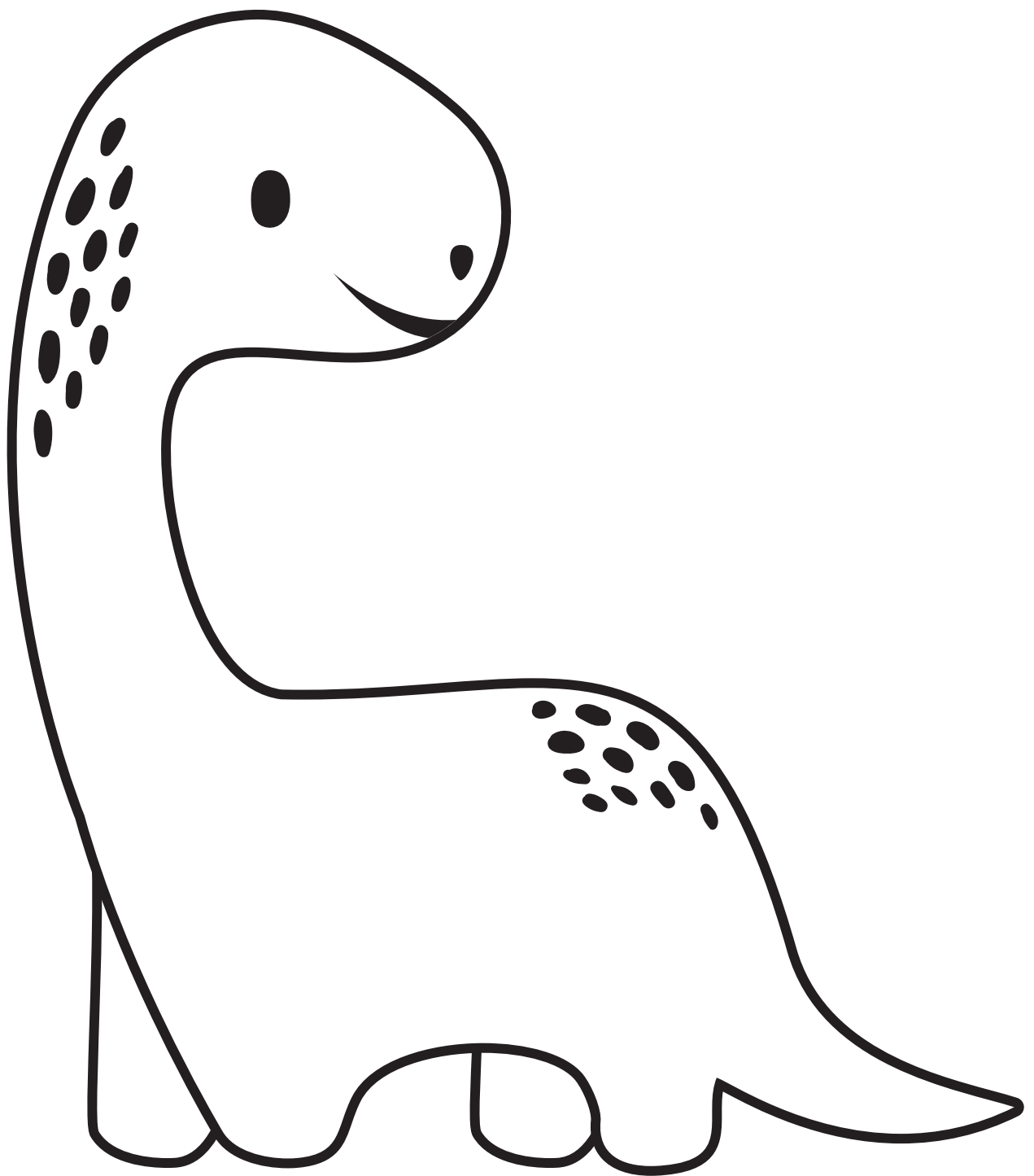
Scenariusz „Dinozaury”



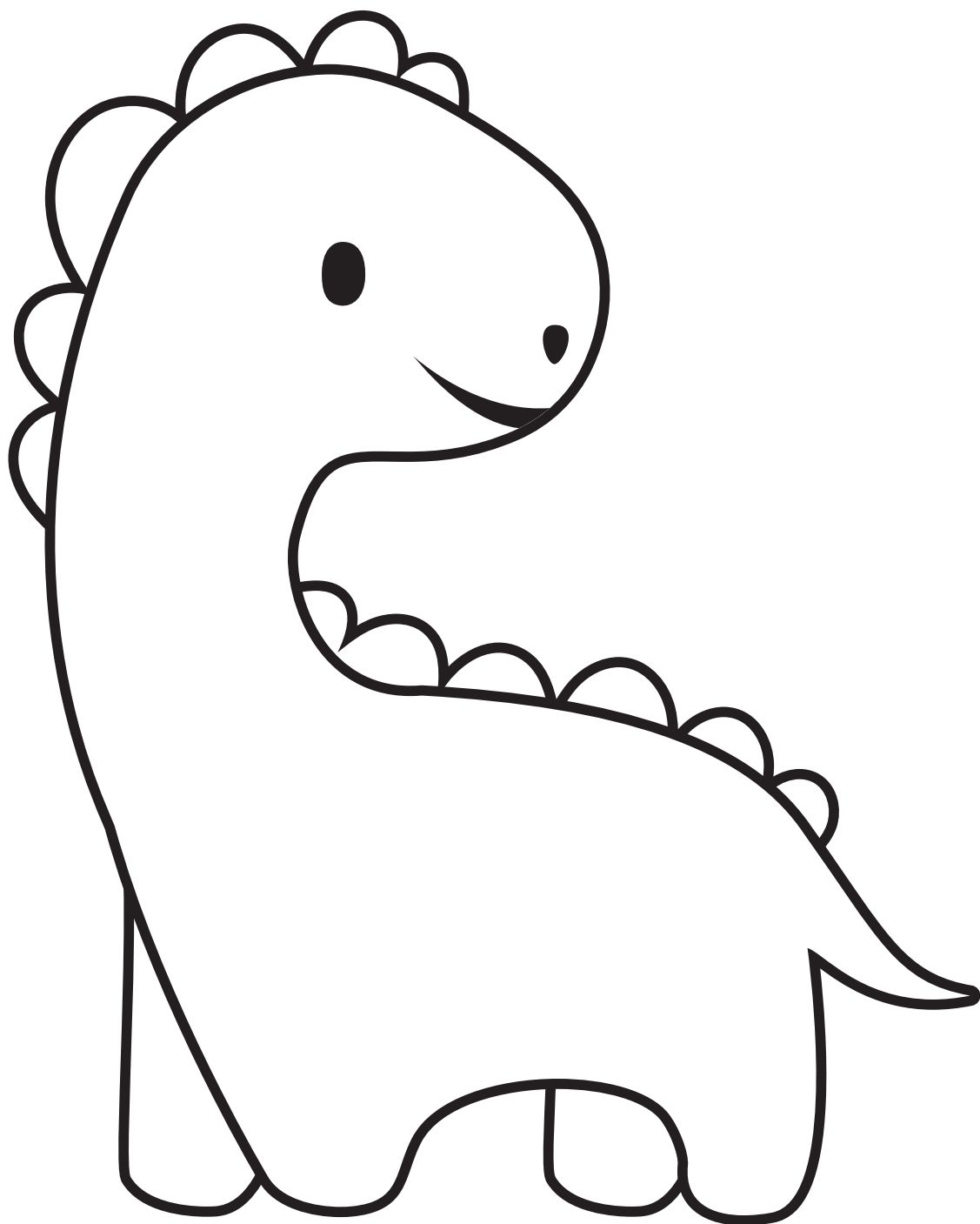
POKOLORUJ
DINOZAUURA



POKOLORUJ
DINOZAUURA

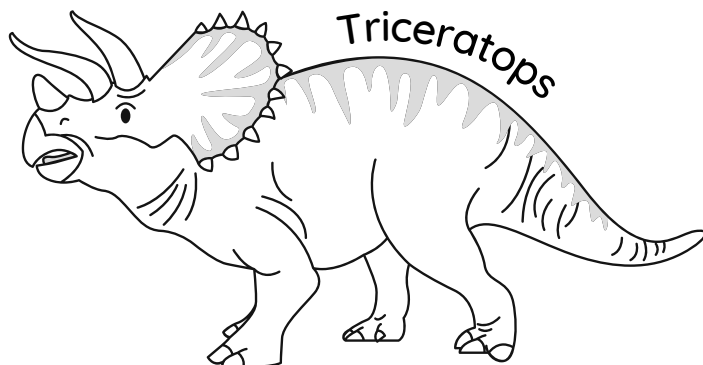


POKOLORUJ
DINOZAUURA

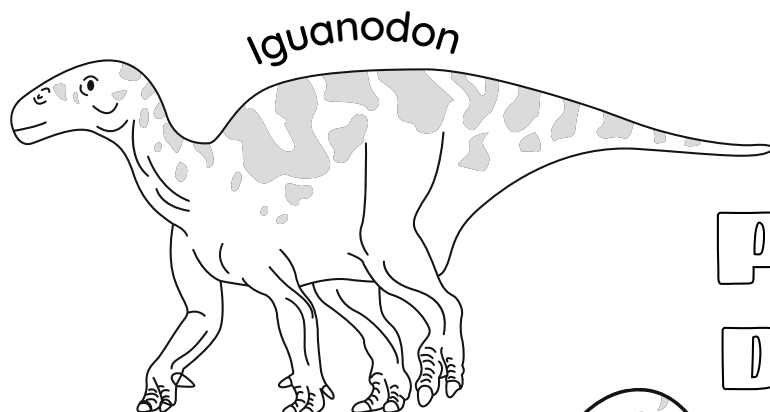




Pteranodon

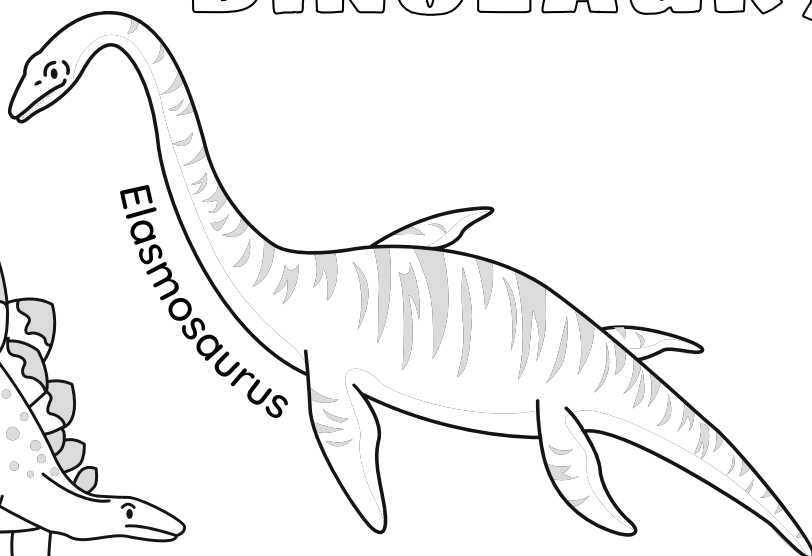


Triceratops

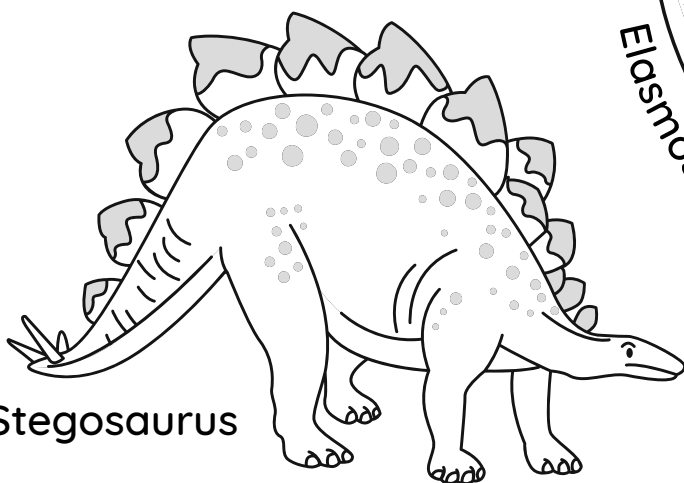


Iguanodon

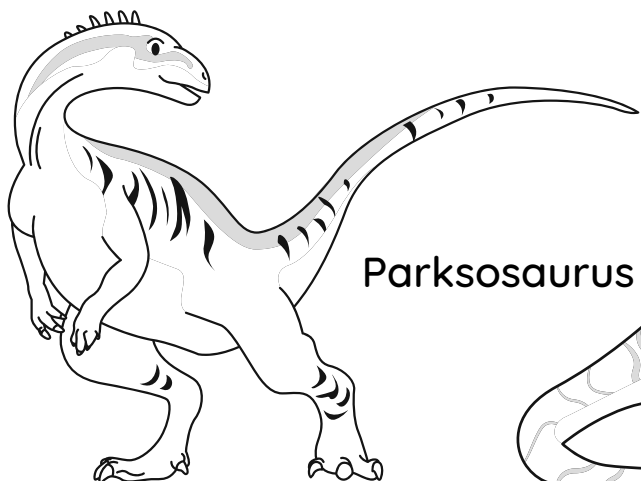
POKOLORUJ DINOZAURY



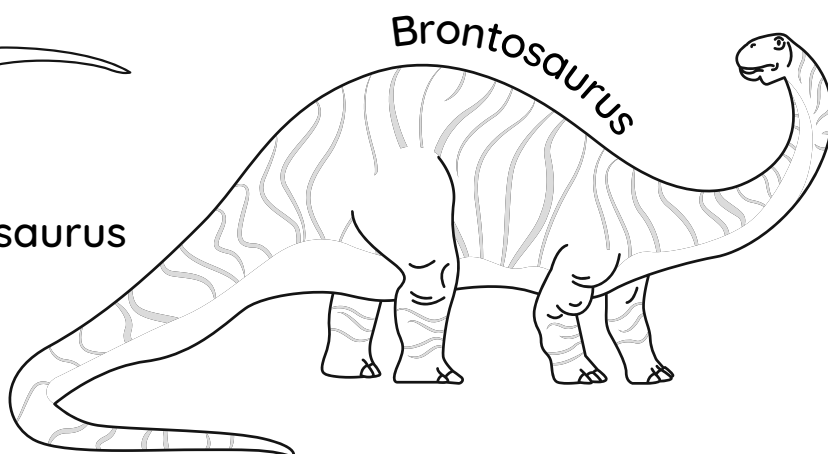
Elasmosaurus



Stegosaurus



Parkosaurus



Brontosaurus

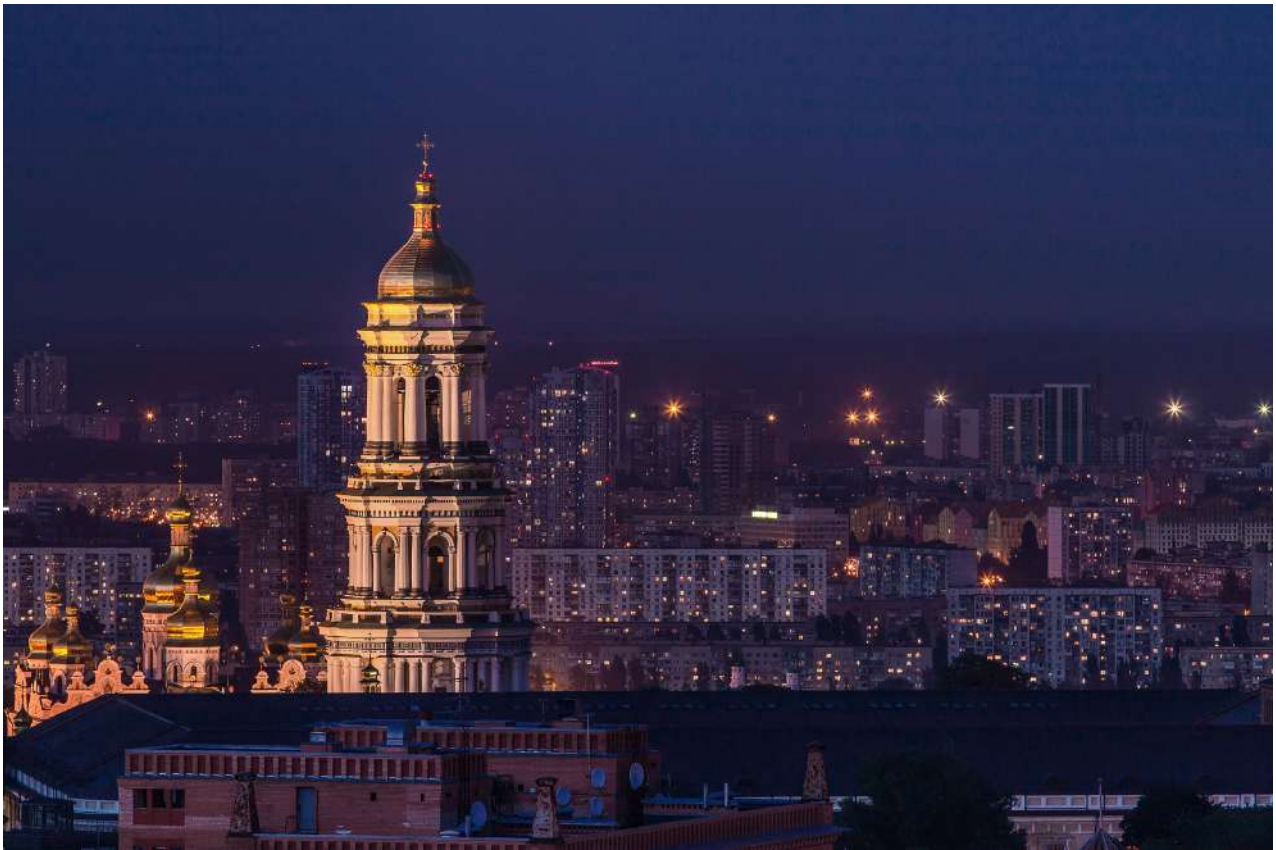
Scenariusz „Polska i Ukraina”





Scenariusz „Ukraina”







Scenariusz „Polska”





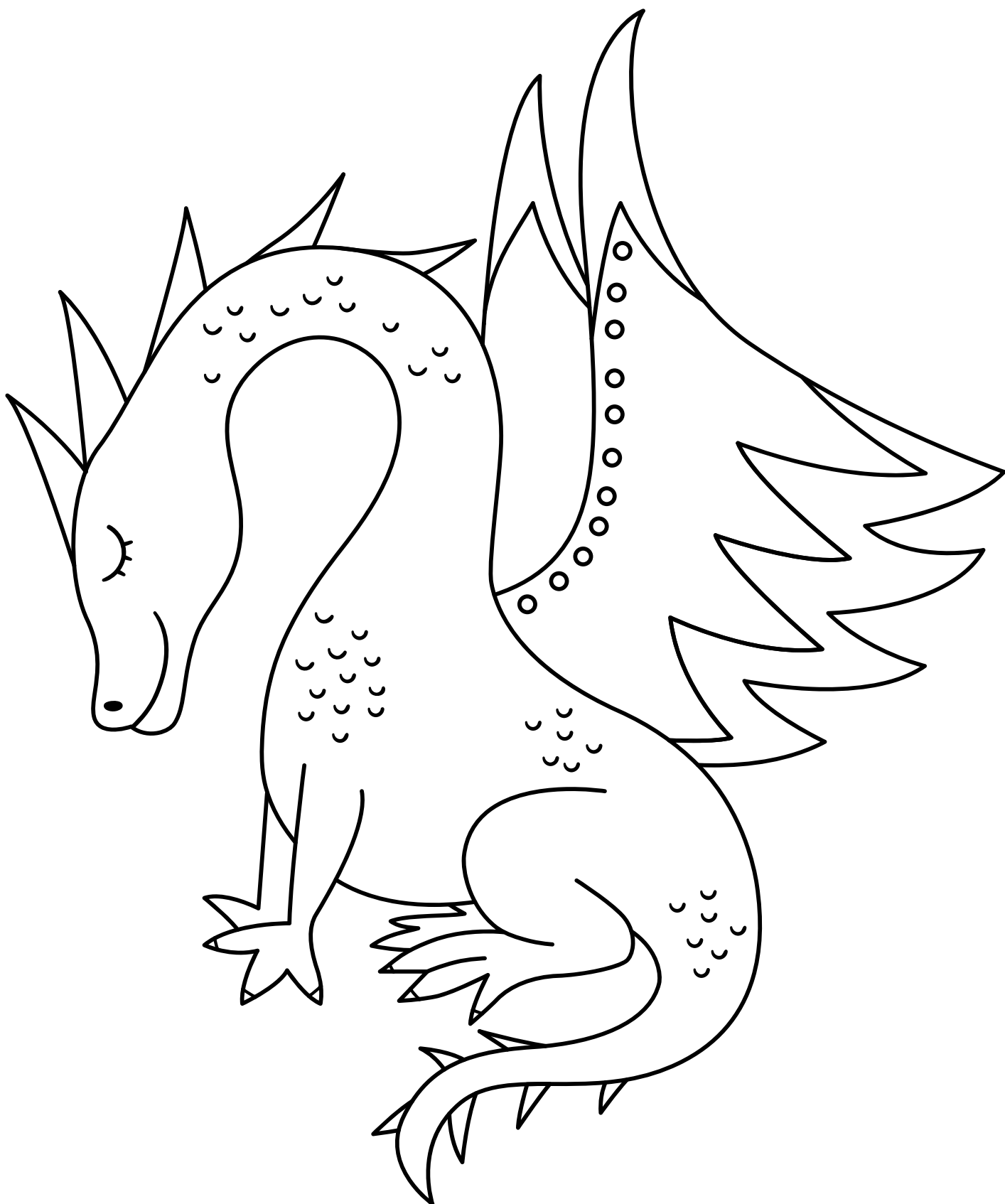
KRÓL



SZEWczyk



SMOK



RYCERZ

