

14.05.2020

Temat tygodnia: Wrażenia i uczucia

Temat dnia: Jak śmiesznie wygląda strach!

Środki dydaktyczne: kartka, kredki, słomka, gazeta, krepina, taśma klejąca

Cele:

- rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze strachem
- zachęcanie dzieci do zwracania się do innych po pomoc

Zadanie 1

Ćwiczenie oddechowe:

Dziecko tnie kartkę A4 na małe kawałeczki, następnie układamy je na stole i dajemy dziecku słomkę. Zadaniem dziecka jest tak długo dmuchać w słomkę, aż wszystkie małe karteczki zostaną zdmuchnięte na podłogę.

Zadanie 2

Kto może nam pomóc, gdy się boimy? – rozmowa na temat sposobów radzenia sobie ze strachem na podstawie doświadczeń dzieci i opowiadania Renaty Piątkowskiej „Zły sen”.

Zły sen, Renata Piątkowska

Jak ja nie lubię, gdy śni mi się ten pies. Jest duży, czarny i zły. Stoi na mojej drodze i warczy. Gdy unosi górną wargę, widać białe, ostre kły. Ale najgorsze są jego oczy, niespokojne i błyszczące. Śledzi nimi każdy mój ruch. We śnie na widok tego psa ogarnia mnie taki strach, że nie mogę uciekać ani wzywać pomocy. Mogę tylko płakać, więc robię, co mogę. Tej nocy znowu czarny pies pojawił się przede mną. Wydawał się większy i bardziej groźny niż zwykle. Przysłoniłem oczy ręką, żeby go nie widzieć, i głośno zapłakałem. Obudził mnie głos taty: – Tomku, to tylko zły sen. Już dobrze syneczku. Śnił ci się ten pies, prawda? – Tak, to znowu on – chlupałem. – Tato, zostań ze mną. Jak będziesz blisko, to on nie wróci. Będzie się bał – poprosiłem. – W porządku – tata uśmiechnął się i otulił mnie pierzyną. Bałem się tego psa, więc pomyślałem, że najlepiej będzie, jak nie zmrużę już oka do rana. Ledwo tak postanowiłem, natychmiast zasnęłam. Pies też chyba zasnął, bo tej nocy nie pojawił się już w moim śnie. Nie dał jednak o sobie zapomnieć, bo cały czas słyszałem jego ponure warczenie. Co gorsza, słyszałem je również rano, gdy się już obudziłem. Dopiero po chwili dotarło do mnie, że ten okropny dźwięk wydaje z siebie mój tata. Okryty kocem, chrapał w fotelu tuż obok mojego łóżka. Nie do wiary, że można spać i jednocześnie tak strasznie hałasować – pomyślałem i cichutko wymknąłem się z pokoju. W kuchni krzątała się mama.

Zanim postawiła na stole śniadanie, opowiedziałem jej mój sen. Na koniec dodałem: – Ten pies jest paskudny i nie wiem, czemu ciągle się mnie czepia.

– Wiesz, w tej sytuacji dziwię się, że nie poprosiłeś o pomoc Zmorka. – mama pokręciła głową z niedowierzaniem. – Kto to jest ten Zmorek? – spytałem zaskoczony. – Och, Zmorek to taka dziwna postać. Najbardziej ze wszystkiego przypomina jamnika. Wielkiego, latającego jamnika. Z aksamitnymi skrzydłami, okrągłym brzuszkiem i wąskim pyszczkiem. Nie jest piękny, ale bardzo pożyteczny. Zmorek zjada złe sny. Na zawołanie pożera je, jakby to był makaron. Wciąga koszmary i zjawy, nawet te najdłuższe i najstraszniejsze. Młaska przy tym i niestety czasem mu się odbija, ale wtedy po złych snach nie ma już ani śladu. A Zmorek krótkimi łapkami gładzi brzusek i już rozgląda się za następnym nieszczęśnikiem, którego męczą nocne zmyry. Dlatego gdy następnym razem przyśni ci się ten okropny pies, to zawołaj: „Zmorku, tutaj!”, a on nadleci w jednej chwili. Zje twój zły sen, jakby to było ciastko z kremem. Wiem, co mówię, bo sama też nie raz wzywałam Zmorka i nigdy nie zawiódł. – Tobie, mamusiu, też śnił się czarny pies? – spytałem zdziwiony. – No, niekoniecznie pies. Śniły mi się inne okropieństwa. – Jakie? Jakie? – chciałem wiedzieć. Na przykład, że wygrałeś konkurs na najbardziej upartego chłopczyka na świecie. Albo, że w twoim przedszkolu wydano zakaz gotowania zupy jarzynowej, a dzieci karmiono wyłącznie chipsami i czekoladą – wyliczała mama. – Ale to nie są żadne koszmary! Sam chciałbym mieć takie piękne sny. Dziwię się, że Zmorek w ogóle chciał je zjeść! – zawołałem. – Jemu tam wszystko jedno. Pożarł wszystko co do okruszyny. Młasnął jęzorem i odleciał. Gdy mama powiedziała młasnął jęzorem, przyszła mi do głowy pewna piękna myśl. – Mamo, czy ten Zmorek pojawia się tylko we śnie? Czy nie mógłby przylecieć choć raz do przedszkola? Gdybym zawołał: „Zmorku, tutaj!” i pokazał mu Jolkę, dałby radę wciągnąć ją jak makaron? Bo ona ciągle pokazuje mi język, młaska przy stole i chwali się, że już dwa razy była w szpitalu. No, jak myślisz, Zmorek mógłby to zrobić dla mnie? – spytałem z nadzieją w głosie. – Nie, na pewno nie. On może przyjść tylko we śnie. Zje złego, czarnego psa, ale Jolki nie tknie – wyjaśniła mama. – A tak w ogóle, to dlaczego ja nie byłem jeszcze w szpitalu? – spytałem ze złością. Mama, zamiast odpowiedzieć po ludzku, wzniosła oczy do nieba. A ja pomyślałem, że jeśli Zmorek nie może przylecieć do przedszkola, to trudno. Za to, jeśli przyśni mi się Jolka to go zawołam i Zmorek zrobi, co do niego należy. Fajnie jest mieć takiego kolegę. Dobrze, że mama mi o nim powiedziała. Teraz nie mogę się doczekać, kiedy znowu przyśni mi się ten czarny pies.

Pytania rodzica:

Jakiego snu bał się Tomek?

O co chłopiec poprosił tatę, gdy obudził się w nocy?

Dlaczego, mimo że chłopiec spał z tatą, wciąż słyszał warczenie?

Co poradziła Tomkowi mama na jego sen o złym psie ?

Co robił Zmorek?

Co trzeba zrobić, by pojawił się Zmorek?

Kto pomógł Tomkowi poradzić sobie ze złym psem?

A Ty jak radzisz sobie, gdy się boisz?

Zadanie 3

Jak śmiesznie wygląda strach – projektowanie, wycinanie, przyklejanie

Dziecko dostaje gazety, krepinę i taśmę klejącą. Wymyśla jak użyć zgromadzonych materiałów, aby zmienić je w coś strasznego.

Drze, wycina, dokleja do ubrania gazetę i krepinę, robi opaskę na głowę lub prostą maskę.

Zadanie 4

W domu czuję się bezpiecznie – karta pracy:

Znajdź różnicę między obrazkami:



Zadanie 5

„Już się nie boję” – dziecko rysuje na kartce to czego się boi, następnie zgniata kartkę i wyrzuca do kosza. Teraz strach jest w koszu! Dziecko krzyczy : „Już się nie boję !”

Opracowała Angelika Kruk