

Czwartek 30.04.2020r.

Temat: „Strach ma wielkie oczy”

1. „Kto się boi bardziej?” – wysłuchanie przez dzieci wiersza Agnieszki Frączek „Bestia”, rozmowa na temat treści utworu – odpowiedzi dzieci na pytania:

Czy dziecko zobaczyło bestię? Dlaczego pomyślało, że to bestia? Kto się bardziej bał: dziecko żuczka czy żuczek dziecka?

Wyjaśnienie dzieciom przysłowia „Strach ma wielkie oczy” - *to czego się boimy jest najczęściej wyolbrzymiane przez nas samych , pewne rzeczy nie są tak straszne jak nam się wydaje. Czasem boimy się tego, czego dobrze nie znamy. Coś, co podpowiada nam wyobraźnia i strach powoli się wyolbrzymia. A wystarczy czasem spojrzeć drugi raz, przyjrzeć się, zbadać, zasięgnąć informacji o tym, co nas wystraszyło, żeby dojść do wniosku, że tak naprawdę nie ma się czego bać. Czasem winę za to, że się boimy, ponoszą niewłaściwe bajki, które oglądamy, lub gry komputerowe przeznaczone dla starszych. To przez nie wyobrażamy sobie duchy lub potwory tam, gdzie ich nie ma.*

Bestia

Aaa! Ratunku! Aaa! W pokrzywach
łazi bestia przeraźliwa!

Drepcze w kółko: człap!, człap!, człap!,
przebierając mnóstwem łap
i machając: mach,! mach,! mach!
parą skrzydeł. Rety! Ach!
A w dodatku nosi zbroję...!
Aaa! Ratunku! Ja się boję!
Boję się, lecz nie uciekam,
bo ogromnie jestem ciekaw,
jak się zwie ten dziwny stwór?
Nie ma dzioba...ani piór...
Może to jest nosorożec?
Lub kosmita? Trudno orzec.

Wreszcie zerkam nań bez lupki...
Stwór jest miły i malutki.
O! To żuczek. Zwykły owad!
Biedak się przede mną schował!!!



Warto porozmawiać z dziećmi, że nie tylko one się boją, odczuwają strach w różnych sytuacjach. Każdy człowiek się czegoś boi, każdy ma swoje „strachy”, które powodują, że nie czujemy się wtedy dobrze, bo nasze ciało reaguje na strach (np. boli nas brzuch, głowa, pocimy się, szybciej oddychamy, nasze serce zaczyna szybciej bić, drżą nam ręce i nogi...) i mamy wtedy chęć uciekać albo ze strachu nie możemy wykonać jakiegoś zadania. Nie brzmi to wszystko przyjemnie, prawda? Ale wiecie już, że obok uczuć przyjemnych odczuwamy również emocje nieprzyjemne. Ważne jest, aby umieć sobie z nimi poradzić – każdy musi znaleźć swój sposób. W przypadku strachu może trzeba go oswoić, porozmawiać z kimś bliskim, przyjrzeć się mu z bliska, bo czasem się okazuje, że ma on tylko wielkie oczy. Strach spełnia też ważną rolę – pozwala nam uniknąć sytuacji, która może zagrażać naszemu zdrowiu a nawet życiu. Nie myślcie, że strachu trzeba się wstydzić, że strach to brak odwagi. Odwaga to właśnie czasem próba pokonania strachu, oswojenia go. Zatem odwagi Kochani! Strachy na Lachy!

Obejrzyjcie fragment programu o Domisiach, wsłuchajcie się czego bały się te leśne elfy.

<https://youtu.be/QAkXFZ6-ciQ>

- 2. Zabawa ruchowa z piosenką „Tańce połamańce”** – czas na trochę ruchu (zapraszamy wszystkich domowników, może taniec przegoni jakieś strachy ☺).

<https://youtu.be/MG6iPAU2b0I>

- 3. Zabawy z lusterkiem** – a teraz pojedynek na miny dziecka i kogoś z domowników (wygrywa oczywiście ten, kto zrobi straszniejszą minę). Propozycja wykorzystania w zabawie lusterka, żeby dziecko mogło dostrzec jak wygląda jego twarz, gdy robi groźną minę i wtedy, gdy udaje, że się czegoś boi.
- 4. „Wyteż wzrok”** – propozycja zabawy dla dzieci, która ćwiczy spostrzegawczość i uczy odczytywać emocje na twarzy innych ludzi. Zadaniem dzieci jest wskazanie dziecka, które się czegoś przestraszyło, a następnie nazywa inne emocje przeżywane przez bohaterów ilustracji. Innym wariantem zabawy jest poproszenie dziecka o wskazanie postaci, która jest....(np. szczęśliwa, wściekła, zdziwiona, zrozpaczona).



Download from
Dreamstime.com

This watermark-free vector image is for previewing purposes only.

60785380

Kankhem | Dreamstime.com



5. Wysłuchanie piosenki „Fruzia i nocne strachy” – uważne wysłuchanie piosenki dla dzieci i odpowiedź na pytanie: jaki sposób znalazła Fruzia na pokonanie strachu przed nocnymi strachami, marami i widziadłami. Brzmi groźnie ale Fruzia oswoiła ten strach. Jak? Już wiesz?

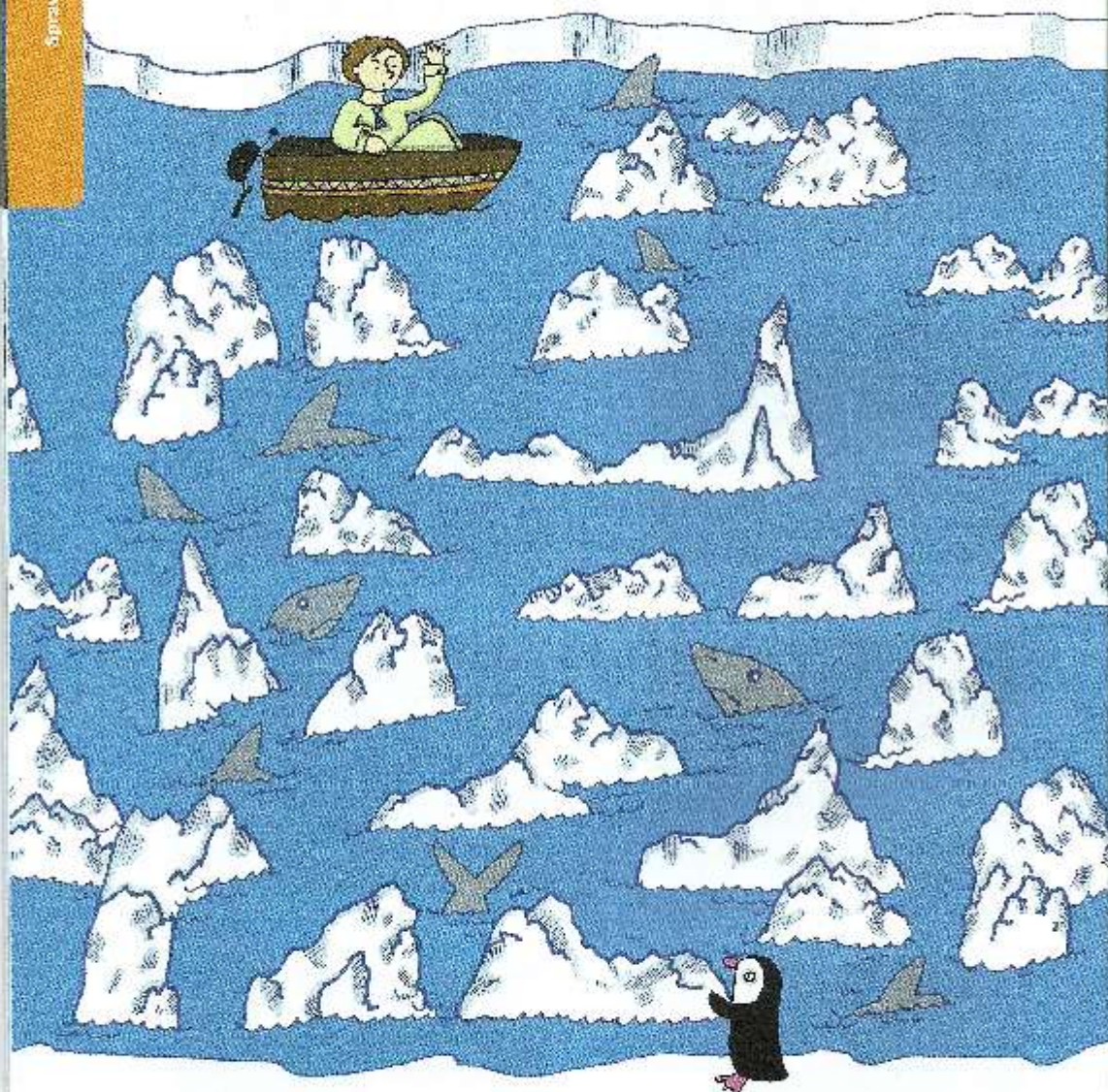
<https://youtu.be/S1NUhP68FuQ>

6. Propozycja pracy plastycznej – przedstaw, jak wyglądałby Twój strach, gdyby był rośliną, zwierzęciem lub postacią zamieszkującą inną planetę. Można wykorzystać dowolne materiały plastyczne (kredki, farby, krepina, plastelina) lub zrobić kolaż z wyciętych materiałów z gazet.

Chętnie przyjrzymy się tym strachom, więc jeśli zrobicie tę pracę, przyslijcie ją do nas ☺.

7. Karta pracy „Uwaga rekin” - dzieci prowadzą drogę przez labirynt, a następnie liczą rekiny na obrazku i wpisują taką samą liczbę kresek w ramkę.

1. Pomóż chłopcu bezpiecznie przepłynąć na drugi brzeg, omijając rekiny. Zaznacz jego drogę kredką.
- Policz pływające w wodzie rekiny. W pustej ramce narysuj tyle kresek, ile widzisz rekinów.



8. Propozycja pracy technicznej



zrob to sam!



Moja twarz



- Przygotuj: ołówek, arkusze kartonu i papieru w różnych kolorach, korkową podkładkę, pinezki, nożyczki, talerzyk.
- Na białym kartonie odrysuj koło za pomocą talerzyka.
- Wytnij koło i umieść je na korkowej podkładce.

- Z kolorowych papierów powycinaj oczy, nos i usta.



- Do białego koła przypnij elementy twarzy pinezkami.
- Poruszaj elementami twarzy tak, aby pokazywać różne emocje (np. złość, radość, smutek, zdziwienie). Nazywaj te emocje.



„OPOWIADANIE O DZIEWCZYNCE, KTÓRA WSZYSTKIEGO SIĘ BAŁA”

„Była sobie mała dziewczynka, która wszystkiego się bała. Bała się owadów, bała się wiatru, burzy i deszczu.

Bała się psów i kotów. Bała się, że wywróci się na rowerze, że potknie się biegnąc. Przestała wychodzić z domu, bo się bała.

Ale w domu też wszystko powodowało strach. W nocy słabo spała, bo chciała mieć włączone światło. Bała się, że się zakrztusi przy jedzeniu, jadła więc coraz mniej. Bała się tego, co było i tego, co sobie wymyśliła. Dzień po dniu było coraz gorzej. Dziewczynka już się nie uśmiechała, nie miała koleżanek i kolegów, było jej coraz trudniej w jej życiu.

Bardzo chciała być odważna i się nie bać. Ale bardzo się bała. Coraz ciemniej robiło się dookoła niej, coraz smutniej i coraz zimniej.

Aż kiedyś usłyszała od swojej mamy bardzo ważną radę.

Odwaga to nie jest brak strachu, odwaga to dogadanie się ze swoim strachem.

Gdy zrozumiała, że może się bać, zrobiło jej się lżej. Gdy zrozumiała, że strach jest normalny, że nie trzeba przed nim uciekać to nie był już taki straszny.

I dzień po dniu zaczęło się jej poprawiać. Zaczęła dogadywać się ze swoim strachem. Bo nie był on już jej wrogiem, stał się pomocnikiem. I każdy mały strach, a potem każdy duży strach potraktowała bardzo poważnie. Nie uciekała i nie chowała się przed nim. Zaczęła się z nim dogadywać.

I wreszcie mogła wyjść z domu, zobaczyć znowu słońeczko. Mogła poczuć zapach kwiatów i nie uciekać przed pszczołami i osami. Mogła iść nad wodę a nawet wskoczyć do basenu – bo nauczyła się pływać. I tak w jej życiu znowu pojawiło się światło i radość. A do tego, dzięki temu, że знаła swój strach – nie robiła głupich rzeczy.

A wieczorem nie musiała się bać, że jest ciemno, bo wiedziała już, że jak jest ciemno to można dobrze i smacznie spać. Kładła się do swojego łóżeczka uśmiechnięta, gasiła światło i mogła wspaniale śnić. Rano wstawała wypoczęta i miała więcej siły, aby być odważną”

