

„W harmonii ze sobą i światem” (07.05.2012)

Scenariusz zajęć z zastosowaniem metody malowania 10 palcami

Temat: **Co pomaga, a co szkodzi zdrowiu? – malowanie 10 palcami. Trening relaksacji i afirmacji.**

Cele terapeutyczno-wychowawcze:

- kształcenie i wzmacnianie pożądanych postaw wobec samego siebie i innych osób;
- propagowanie działań prozdrowotnych;
- wdrażanie zasad zdrowego stylu życia;
- wzbogacanie zasobu słownictwa dzieci;
- rozwijanie umiejętności wypowiadania się na dany temat;
- zdobywanie nowych doświadczeń plastycznych;
- rozwijanie myślenia przyczynowo-skutkowego, wyobraźni, koncentracji uwagi oraz aktywności ruchowej i twórczej;
- usprawnianie koordynacji wzrokowo- ruchowej;
- doskonalenie sprawności manualnych;
- wyciszanie lęków;
- hamowanie pobudliwości nerwowej;
- obniżanie napięcia lękowego i niepokoju;
- wzmacnianie wiary we własne siły,
- dodawanie pewności siebie;
- budowanie poczucia własnej wartości;
- poprawa relacji w grupie.

Pomoce dydaktyczne:

- gra dydaktyczna „Żyj zdrowo”
- plansza z piramidą żywieniową
- karty pracy
- płyta CD z muzyką relaksacyjną

- arkusze szarego papieru
- farby do malowania palcami
- taktipalec
- miseczki
- pinezki

Przebieg zajęć:

I. Powitanie

Nauczyciel kolejno wita dzieci, które:

- często uśmiechają się
- mają wiele koleżanek i wielu kolegów
- dbają o higienę zębów
- dbają o czystość swego mieszkania
- lubią zabawy na świeżym powietrzu
- uprawiają jakiś sport
- lubią owoce i warzywa.

Dzieci, których dotyczy powitanie, machają ręką.

II. Zabawa wstępna

1. „*Salatka owocowa*” – zabawa integracyjna
2. „*Żyj zdrowo*” – dobieranie obrazków dotyczących:
 - zdrowego odżywiania się
 - dbania o czystość i higienę osobistą
 - dbania o czystość otoczenia

Rozmowa kierowana w oparciu o obrazki

3. „*Zasady zdrowego stylu życia*” – burza mózgów, następnie rozmowa kierowana obejmująca następujące zagadnienia:
 - zasady racjonalnego żywienia
 - używki
 - aktywny tryb życia

- dbanie o higienę osobistą i czystość otoczenia
- ubieranie się stosownie do pogody
- relaks i zdrowy sen
- pozytywny stosunek do życia
- dobre relacje z innymi ludźmi
- uwalnianie się od napięć i negatywnych emocji

4. *Rozwiż rebus* – załącznik nr 1

III. Praca właściwa

1. *„Co pomaga, a co szkodzi zdrowiu?” – malowanie 10 palcami*

Uczniowie malują palcami oraz z wykorzystaniem taktipalca. Nauczyciel obserwuje pracę dzieci: ich ustosunkowanie się do tworzywa, element czasu, element ruchu, zachowanie się wobec kolorów.

W czasie wykonywania pracy dzieci odpowiadają na pytania nauczyciela dotyczące jej treści, np.:

- co namalowaliście?
- z czym kojarzy się Wam to, co namalowaliście?
- jakie ma to dla Was znaczenie?

2. *Ekspozycja prac*

IV. Podsumowanie

Dzieci wypowiadają się na temat przeprowadzonych zajęć, co im się najbardziej podobało. Oceniają swoje zaangażowanie i pracę.

V. Zakończenie zajęć

1. Relaksacja przy muzyce połączona z głębokimi wdechami i wydechami oraz wizualizacją
2. Wypowiadanie afirmacji

VI. Pożegnanie

Iskierka przyjaźni

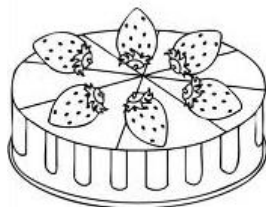
Załącznik nr 1

Rozwiąż rebus

u



rt



zdro



ża