



KLASA II

BLOK: ADAPTACJA I INTEGRACJA.

Budowanie klimatu do efektywnego uczenia się.

20 scenariuszy (do realizacji 4 scenariusze dziennie przez 5 kolejnych dni - łącznie 20 godzin)

Komentarz:

- Blok „ADAPTACJA...” jest przewidziany do realizacji przez pierwsze 5 dni po rozpoczęciu się roku szkolnego.
- Celem bloku tematycznego jest:
 - łagodna adaptacja uczniów do trybu uczenia się szkolnego, po wakacjach.
 - integracja dzieci nowoprzybyłych.
 - oraz zbudowanie/wzmocnienie integracji klasy, zbudowanie klimatu bezpieczeństwa, zaufania i współpracy – w takich warunkach nauka przebiega efektywniej.
- Przypomnienie zasad i rytuałów klasowych. Wzmocnienie więzi i modelowanie pozytywnych zachowań społecznych.
- Utrwalanie nawyku uczenia się w odpowiednich warunkach, a także opanowanie umiejętności koncentracji uwagi (co we współczesnych czasach jest bardzo trudne, a koncentracja uwagi ma fundamentalne znaczenie dla przebiegu kariery szkolnej uczniów).
- Ponadto celem bloku tematycznego jest:
 - budowania pozytywnej motywacji do nauki,
 - odważnego doskonalenia własnych kompetencji w zakresie prezentacji społecznej
 - doskonalenie pracy w grupie, współdziałania,
 - kształtowania nawyków efektywnego uczenia się i umiejętnością samoregulacji (poznaniem w praktyce ćwiczeń fizycznych, które wspierają efektywne uczenie się)
 - kreatywności językowej, plastycznej, ruchowej



BLOK: ADAPTACJA i INTEGRACJA.
Podstawowe warunki efektywnego uczenia się.

Scenariusze nr 1 – nr 20 (łącznie 20 godzin)

Edu- kacje	Polonis- tyczna	Techni- ka	Plastyka	Muzyka	Wych. fizycz.	Matema- tyka	Przyrod- nicza	Społeczna
Rodzaje edukacji	3 g	0,5g	1 g	0,5g	4g	1g	2,5g	7,5g
Razem	20 g							

Komentarz:

Blok tematyczny pt. „ADAPTACJA i INTEGRACJA. Podstawowe warunki efektywnego uczenia się” jest przewidziany do realizacji przez pierwsze 5 dni roku szkolnego.

- Pierwsze dnia bloku nauczyciel przedstawia CELE całego bloku w języku zrozumiałym i atrakcyjnym dla ucznia – podkreślając znaczenie dobrego klimatu, poczucia bezpieczeństwa dla efektywnego uczenia się.
- Na początku dnia nauczyciel przedstawia CEL zajęć, które będą realizowane tego dnia w języku zrozumiałym i atrakcyjnym dla ucznia, powtarza cele przy każdym module oraz wyjaśnia na co będzie zwracał uwagę.
- Na zakończenie dnia – jest podsumowanie dnia, omówienie tego, czego dzieci się nauczyły, co im się podobało, co sprawiało trudności.

TEMAT/cele:	UMIEJĘTNOSCI
<p>Dzień 1.</p> <p>TEMAT: ZNOWU W SZKOLE. POWITANIE UCZNIÓW.</p> <p>Scenariusz nr 1: Jacy jesteśmy po wakacjach. Przywitanie uczniów.</p> <p>Scenariusz nr 2: Zabawy matematyczne integrujące klasę, przypomnienie co potrzebne jest do rozwoju.</p> <p>Scenariusz nr 3: Zapoznanie ze słownictwem i zwyczajami grzecznościowymi</p> <p>Scenariusz nr 4: Plastyczne zabawy integrujące. Nauka zauważania</p>	<p>Uczeń poznaje /utrwała znajomość pojęć, zagadnień, zasad (konkretne pojęcia, zagadnienia, zasady są wymienione w temacie scenariusza).</p> <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Poznaje kolegów ○ Czuje się bezpiecznie ○ Jest empatyczny ○ Współpracuje w grupie ○ Poznaje zasady funkcjonowania w grupie (kontrakt) ○ Jest kreatywny w wyrażaniu się poprzez ruch, taniec, śpiew, rysunek



pozytywnych cech u siebie i innych.

**ESPOŁ: 2,5 g. MAT: 0,5 g EPLA: 0,5 g
EPOL: 0,5 g**

Dzień 2

TEMAT: Lepiej się zapoznajemy, budujemy wspólne zasady.

Scenariusz nr 5: Zapoznanie z piosenką „Szybko”, integrujące zabawy ruchowe w oparciu o czynności dnia codziennego.

Scenariusz nr 6: Wspólne przygotowanie pikniku, zapoznanie ze sztuką ilustrującą zwyczaj piknikowania.

Scenariusz nr 7: Wspólne zabawy wstępem do budowania wspólnych zasad. Tworzenie kontraktu.

Scenariusz nr 8: Zapoznanie uczniów z technikami mierzenia czasu. Ćwiczenia w obsłudze zegara i poczuciu czasu.

**ESPOŁ: 1,5 g. MAT: 0,5 g EPLA: 0,5 g
EPOL: 0,5 g WF: 0,5 g TECH: 0,5 g**

Dzień 3.

TEMAT: Nasze sukcesy nasze porażki - zapoznanie z tym co nas buduje.

Scenariusz nr 9: Ćwiczenia w wyobrażaniu sobie celu.

Scenariusz nr 10: Zapoznanie ze narzędziami wspierającymi naukę, ćwiczenia ruchowe na zwiększenie wytrwałości.

Scenariusz nr 11: Zapoznanie i trening czynności domowych. Poznajemy wynalazki.

Scenariusz nr 12: Trening wspierania dobrym słowem, zapoznanie uczniów z komunikacją bez przemocy.

ESPOŁ: 1,5 g. EPOL: 0,5 g WF: 2g

- Aktywnie uczestniczy w zajęciach
- Prezentuje swoje umiejętności i talenty
- Ma pozytywny stosunek do nauki
- Rozwija samodzielność w myśleniu i działaniu
- Przejawia ciekawość poznawczą
- Ma poczucie sprawczości, osobistego wpływu na sytuacje, w których uczestniczy.
- Wypowiada się w uporządkowany sposób na różne tematy
- Uważnie słucha
- Poznaje ćwiczenia, które wspierają efektywne uczenie się (relaksacyjne, na koncentrację uwagi)
- Rozumie, że aktywność umysłowa wymaga odpowiedniego przygotowania (rozruchu)
- Rozwija inteligencję emocjonalną



Dzień 4

TEMAT: Nauka ciekawą podróżą.

Scenariusz nr 13: Nauka wzmacniających komunikatów, znaczenie motywujących słów.

Scenariusz nr 14: Szukanie przykładów ilustrujących wytrwałość w procesie powstawania produktów. Pokazanie drogi produktów od producenta do konsumenta.

Scenariusz nr 15: Wytrwałość jako niezbędny element osiągnięcia celów.

Scenariusz nr 16: Szukanie wytrwałych zachowań w świecie zwierząt.

ESPOŁ: 1,5 g. PRZY: 2,5 g

Dzień 5

TEMAT: Emocje sprzyjają nauce. Zapoznanie z emocjami, wspieranie stabilności emocjonalnej.

Scenariusz nr 17: Rozwijanie poczucia stabilności i ekspresyjnego wyrażania emocji poprzez ruch

Scenariusz nr 18: Nauka ekspresyjnego wyrażania emocji poprzez ruch i nazywanie emocji

Scenariusz nr 19: Cienie i inne straszdyła sposobem na oswojenie trudnych emocji. Zapoznanie z nazewnictwem uczuć.

Scenariusz nr 20: Oswojenie z trudnymi emocjami poprzez sztukę i muzykę.

**ESPOŁ: 0,5 g. MUZ: 0,5 g EPOL: 1,5 g
WF: 1,5 g**

Zastosowane skróty:

ESPOŁ: edukacja społeczna

EPOL: edukacja polonistyczna

MAT: edukacja matematyczna

WF: wychowanie fizyczne

TECH: zajęcia techniczne

EPLA: edukacja plastyczna

PRZ: edukacja przyrodnicza

EMUZ: edukacja muzyczna



DZIEŃ 1. SCENARIUSZE NR 1 – NR 4

TEMAT: ZNOWU W SZKOLE. POWITANIE UCZNIÓW.

Klasa: II szkoła podstawowa.

CZAS REALIZACJI: 4g.

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

SCENARIUSZ NR 1:

Jacy jesteśmy po wakacjach. Przywitanie uczniów.

W sytuacji, gdy klasa zmienia swój skład - uczniowie opuścili klasę lub pojawiają się nowi, Nauczyciel (N) z rozpoczęciem roku szkolnego rozpoczyna proces integracji od początku. Bez zintegrowania dzieci na nowo - poprzednie działania mogą okazać się niewystarczające. Nawet w obrębie tej samej grupy, uczniowie zmieniają się po wakacjach, przybierają nowe role i wchodzi do szkoły z inną niż w pierwszej klasie energią. Nie wolno oczekiwać, że praca nad zespołem klasowym wykonana w pierwszej klasie będzie wystarczająca i efektywna przez wszystkie następne lata. Nie ma też czegoś takiego jak integracja na wystarczającym poziomie - zawsze można polepszyć współdziałanie, co bezpośrednio przekłada się na efekty nauczania.

Proponujemy wzmacnianie integracji w klasie, ale także tworzenie programów integrujących dzieci między klasami (starsi opiekują się młodszymi, klasy równoległe mają wspólne działania).

1. Powitanie uczniów i przedstawienie celu dnia przez Nauczyciela (N.).
2. N. wraz z dziećmi siada na dywanie, na środku kręgu stoi papierowe/ pudełkowe łóżeczko a w nim klasowa Pacynka/ Miś. Pacynka spała przez całe wakacje, należy wszystkimi siłami ją obudzić, wołając: „ Już jesteśmy!”. N. animuje zabawkę, tak aby uczniowie musieli namawiać i zachęcać ją do wstania. Prosimy, aby szukali argumentów, które skłonią Postać do uczestniczenia z nimi w poznawaniu świata. Brawa dla wszystkich.
3. Specjalne powitanie nowych osób. N. wstaje z nowym uczniem, prosi by każdy z uczniów podszedł, podał dłoń „nowemu” i się przedstawił - uczniowie mówią swoje imię i dorzucają coś o sobie np. z kim siedzieli w zeszłym roku, co lubią jeść albo swoją cechę, mogą też powiedzieć jak chcą pomóc „nowemu” np. „pokaże ci gdzie jest stołówka, itp.
4. Jeśli jacyś uczniowie odeszli z klasy, N. mówi o tym, tłumaczy przyczyny. Może uczniowie zechcą napisać list do kolegi?



5. Części wspólne. Uczniowie siedzą w kręgu. Nauczyciel rozpoczyna zabawę w podobieństwa. Przypomina, że pomimo różnic jest sporo rzeczy, które nas łączą. Uczniowie mogą przejąć inicjatywę i wymyślać zagadnienia sami.

Nauczyciel prosi, aby wstawali lub podnosili rękę uczniowie, którzy:

- mają jasne włosy
- mają imię na literę K
- urodzili się w grudniu
- lubią pomarańcze
- pływali w wakacje w jeziorze, morzu lub rzece
- mają w domu kota
- tęsknili za obiadami w szkole
- spotkali się w wakacje
- lubią Pipi Pończoszkę
- widzieli coś ciekawego w wakacje
- potrafią jeździć na rowerze
- potrafią zrobić samodzielnie kanapki
- wiedzą jaki jest dzień tygodnia
- lubią chodzić na bosaka
- zbierali w wakacje grzyby
- jechali konno
- mają siostrę
- znają kogoś w tej szkole (żartobliwa zachęta do tego aby wstali wszyscy)
- w wakacje trochę się nudzili

(N. dobiera kategorie tak, aby żadne dziecko, nie czuło się pominięte i mogło choć kilka razy wstać. Ważne jest aby dzieci mieszały się pod względem kategorii).

6. Kalambury. Do zabawy zgłaszają się ochotnicy. Uczniowie bez wypowiedzenia słów, przy pomocy gestów i rysunków i rebusów na tablicy, opowiadają o tym, co było najciekawsze na wakacjach- wybierają. Grupa zgaduje. Zabawa trwa do wyczerpania ochotników. Nauczyciel także uczestniczy aktywnie opowiadając o swoich wakacjach. Na koniec uczniowie mają swobodny czas na opowiadanie sobie wrażeń z wakacji w dowolnych grupach.



SCENARIUSZ NR 2:

Zabawy matematyczne integrujące klasę, przypomnienie co potrzebne jest do rozwoju.

1. Mierzmy się. N. opowiada uczniom, że podczas wakacji dzieci szybko rosną. Przypomina o poruszonym w klasie pierwszej temacie, jak dbać o jabłka, jakie składniki są potrzebne do rozwoju człowieka, roślin, podkreśla rolę słońca w budowaniu kości (witamina D). Uczniowie stają w rzędzie, jeden za drugim od najwyższego do najniższego. Odwracają się do fotografii zbiorowej Nauczyciel robi zdjęcie. Każdy z uczniów podchodzi do miarki i sprawdza swój wzrost-zapisuje go na karteczce. N. sumuje wzrost klasowy o podaje ile mierzy cała klasa. Wspólnie zastanawiamy się jak wysoką klasą razem jesteśmy, czego można byłoby osiągnąć stojąc jeden na drugim.
2. Ważenie. N. wagę. Każdy z uczniów warzy się i zapisuje swoją wagę na karteczce. Nauczyciel także bierze udział w ważeniu. Sumujemy wagę całej drugiej klasy. Jak wszyscy zważa się indywidualnie, pozwalamy uczniom sprawdzać różne kombinacje np. jeśli uczniowie siedzą parami dodają swoje wartości z karteczek (nauczyciel pomaga w liczeniu) i sprawdzają próbując stanąć wspólnie na wadze. Zabawa umożliwia różne kombinacje: sprawdzamy, który rząd jest najcięższy, chłopcy czy dziewczynki, możemy zważyć plecaki.
3. Terminarz. N. pokazuje mały kalendarz ścienny. Dzieli uczniów na 10 grup, każda z grup losuje jeden z miesięcy w roku szkolnym. N. Rozdaje kartki A3 lub większe. Z nich będzie utworzony klasowy kalendarz. Na początek N. opowiada ile dni trwać będzie rok szkolny, oblicza wspólnie z uczniami ile w roku szkolnym jest wolnych dni, pokazuje i zapisuje na tablicy i terminy ferii, świąt, wydarzeń szkolnych. Każda z grup przygotowuje jedną kartę kalendarza, ozdabia ją oraz odnajduje i zaznacza wypisane terminy na tablicy. Uzupełnia kalendarz o uroczystości szkolne. N. rozdaje też kolorowe karteczki, przyklepione do konkretnych miesięcy przypominają, że do zaplanowania są np. daty wycieczki, dyskoteki itp.
4. Terminarz c.d - uczniowie starają sobie przypomnieć kiedy mają urodziny- jeśli nie pamiętają- nauczyciel pomaga sięgając do dany z dziennika. Każdy zaznacza swój dzień - rysując swój portret i pisząc swoje imię przy dniu swoich urodzin. Nauczyciel też uczestniczy w zabawie.



SCENARIUSZ NR 3:

Zapoznanie ze słownictwem i zwyczajami grzecznościowymi

1. N. pyta uczniów o zwyczaje. Gdy spotykamy kogoś znajomego na ulicy, gdy rano się budzimy i widzimy rodziców, na szlaku górskim... Jak się witamy? Przypomnienie form grzecznościowych. Pozwalamy uczniom zaprezentować ich zwyczaje powitaniowe - np. „żółwik”. N. podsumowując podkreśla w jaki sposób witamy/żegnamy bliskich, znajomych, obcych, panie w sklepie, starsze osoby itp. N. zaznacza z prawidłowymi formami grzecznościowymi.
2. Co zmieniło się w szkole, co jest takie same? (Zadanie służy zmniejszeniu poziomu lęku, oswojeniu z nowościami, trenowaniu uważności, modelowaniu zachowań uprzejmych). Uczniowie wraz nauczycielem spacerują po szkole. Zanim wyruszą N. przypomina o zasadach zwiedzania. Spacerują szukając nowości - odnowionych ścian, nowych tabliczek, kwiatki inne niż do tej pory, może ktoś nowy z obsługi. Zaglądają do biblioteki, stołówki, „składzików” lub do szatni - uczniowie witają się z pracownikami szkoły.
3. Powrót do klasy. Nauczyciel dzieli tablice na dwie części podpisując- ZNAJOME/ NOWE. Rozdaje uczniom karteczki samoprzylepne lub zwykłe (wtedy potrzebne są magnesy do przyczepienia do tablicy).
4. Każdy z uczniów wypisuje na karteczkach to, co dla niego w szkole jest nowe, co jest stare, znajome. Uczniowie podchodzą do tablicy i przyczepiają karteczki do odpowiedniej części tablicy.
5. Po zebraniu informacji od wszystkich N. grupuje karteczki z takimi samymi zagadnieniami. Może się okazać, że te same miejsca, rzeczy są po obu stronach. N. tłumaczy, że jest to możliwe aby dla kogoś coś było nowe a dla kogoś innego znane, nieznajome.
6. N. i uczniowie rozmawiają o nowościach - ważne jest aby N. docenił to, jeśli uczniowie zauważyli zmianę w wystroju, elementach szkoły.
7. N. podkreśla jak dużo jest znajomych elementów w szkole, gdy jest się uczniem drugiej klasy. Pyta uczniów czy było podobnie, gdy byli pierwszy dzień w szkole w zeszłym roku.



SCENARIUSZ NR 4:

Plastyczne zabawy integrujące. Nauka zauważania pozytywnych cech u siebie i innych.

1. Portret klasy. Uczniowie dobierają się w pary. Siadają naprzeciwko siebie. dostają rzeczy do malowania. Każdy z uczniów maluje, rysuje lub szkicuje portret kolegi. Nauczyciel deklaruje się jako pilnowacz czasu. Będzie przypominał „przeszkadzajkę” i słownie ile jeszcze jest czasu do końca.

Warto, by N. pokazał kilka rodzajów portretów wyjaśniając, że portret nie musi być idealnie przedstawiać kogoś kogo widzimy.

Dziś uczniowie są artystami i mają za zadanie wydobyć z kolegi najciekawsze, najładniejsze cechy.

2. Uczniowie zanim zaczną malować, mają za zadanie znaleźć 3 rzeczy jakie podobają im się w koledze/ koleżance i im to powiedzieć. Przygotowując portret pamiętając o wspomnianych 3 rzeczach.

3. N. przypomina o dobrym humorze i dystansie do siebie samych.

4. Zakończenie. Podsumowanie dnia.

Wystawa prac portretów.

OPCJONALNIE:

Robienie wspólnego zdjęcia klasowego w różnych ustawieniach.

Nauczyciel kładzie się na dużej kartce szarego papieru. Uczniowie obrysowują jego postać (rozdamy ołówki lub kredki- kontur postaci poprawiamy flamastrami dopiero, gdy nauczyciel wstanie). Uczniowie kolorują sylwetkę nauczyciela, dorysowują usta, oczy, atrybuty np. okulary, ołówek, torba.



DZIEŃ 2. SCENARIUSZE NR 5 – NR 8

TEMAT: LEPIEJ SIĘ POZNAJEMY, BUDUJEMY WSPÓLNE ZASADY.

Klasa: II szkoła podstawowa

CZAS REALIZACJI: 4 g.

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

SCENARIUSZ NR 5:

Zapoznanie z piosenką „Szybko”, integrujące zabawy ruchowe w oparciu o czynności dnia codziennego.

1. N. wita uczniów i Pacynkę. Przedstawia cel dnia.

2. zaprasza uczniów do odśpiewania piosenki i poruszania się przy muzyce.

Nauczyciel rozdaje tekst Danuty Wawiłow pt. „Szybko”.

Szybko, zbudź się, szybko, wstawaj!

Szybko, szybko, stygnie kawa!

Szybko, zęby myj i ręce!

Szybko, światło gaś w łazience!

Szybko, tata na nas czeka!

Szybko, tramwaj nam ucieka!

Szybko, szybko, bez hałasu!

Szybko, szybko, nie ma czasu!

Na nic nigdy nie ma czasu?

A ja chciałbym przez kałuże
iść godzinę albo dłużej,
trzy godziny lizać lody,
gapić się na samochody
i na deszcz, co leci z góry,
i na żaby, i na chmury,
cały dzień się w wannie chlapać
i motyle żółte łapać
albo z błota lepić kule
i nie spieszyć się w ogóle...

Chciałbym wszystko robić wolno,
ale mi nie wolno?

https://www.youtube.com/watch?v=wCa4P94d_U



3. Zabawy ruchowe w szybko - wolno. Dzieci poruszają się swobodnie, N. sygnalizuje tempo poruszania się przeszkadzającą. Rytm nadaje sposób poruszania się:

a) szybko- uczniowie naśladują następujące czynności- nauczyciel pokazuje co mają robić:

- otwarcie oczu - mruganie (szybko , wolno)
- wymachy rękami
- czesanie
- mycie zębów
- jedzenie
- pakowanie plecaka
- ubieranie się
- picie
- jedzenie
- czesanie włosów
- marsz lub bieg do samochodu/ autobusu
- inne wymyślone przez uczniów

b) świat w zwolnionym tempie. Uczniowie robią powoli wszystkie wymienione wyżej czynności

c) Świat w stop klatce. Uczniowie szybko wykonują czynności wg poleceń nauczyciela; na znak przeszkadzającą zatrzymują się w bezruchu.

3. Uważne chodzenie. Uczniowie ustawiają się na z jednej strony sali, na znak mają przejść na drugi koniec. Zadanie polega na tym, aby iść stópkami, stawiając stopę jedna za drugą w linii prostej.

4. Uważne chodzenie. Zadanie takie samo jak wyżej, tylko uczniowie idą tyłem.

5. Uważne wychodzenie. Uczniowie wychodzą z sali. Zabawa polega na tym, aby nic w tym czasie nie mówić. Jeśli ktoś się odezwie - inni nie mają zwracać mu uwagi, każdy dba o to by wytrzymać dwie minuty w ciszy. Idąc na zewnątrz obserwujemy przedmioty wokół i liczymy w głowie ile zauważyliśmy przedmiotów o kolorze np. zielonym. Na zewnątrz N. sygnalizuje przeszkadzającą koniec ciszy, pyta o liczbę przedmiotów.

6. Uważne literki. Uczniowie losują literki. Stoją w jednym rzędzie pod ścianą w kolejności alfabetycznej (może być na sali gimnastycznej lub na zewnątrz). Każdy



jest jakąś literką. Nauczyciel czyta najpierw słowa, potem zdania. Każda literka robi krok w przód gdy ma się pojawić. Uczniowie literki muszą pilnować kolejności występowania. Np. słowo „szkoła” robią krok osoby w kolejności s-z-k-o-ł-a, gdy N. czyta wyraz „wakacje” W- robi jeden krok, następnie A- jeden, K- jeden, A -znowu jeden, C- jeden itd.

Gdy uczniowie nabiorą wprawy N. czyta zdanie.

7. Zabawa w szaloną rodzinę.

Osoba prowadząca zabawę musi zorganizować 14 krzesełek i ustawić je w dwóch rzędach, naprzeciw siebie – po 7 krzesełek w każdym. Krzesła muszą być ustawione przodami do siebie czyli tak, aby uczestnicy siedzący na nich w jednym z rzędów, byli zwrócenii twarzą do uczestników z rzędu drugiego i odwrotnie. No to krzesła już mamy ustawione.

Teraz czas na wybór uczestników zabawy. Osoba prowadząca wybiera dwóch ochotników płci męskiej – będą to ojcowie rodzin. Teraz każdy Tato wybiera sobie z tłumu gości kobietę, która w zabawie będzie matką rodziny. Następnie obydwie Mamy wybierają sobie synów zwanych Witusiami. Teraz każdy Wituś wybiera sobie siostrę, zwaną w zabawie Gosią. Gosie wybierają braci Kazików. Teraz każdy Kazik wybiera sobie pieska (osoby, nie prawdziwe psy) – Pikusie. No i na końcu pieski Pikusie wybierają Słonie. W obydwu rodzinach dzieci mają te same imiona, pies również.

Dwie skompletowane rodziny zajmują miejsca w dwóch rzędach, w kolejności w jakiej byli wybierani, a więc:

- 1 krzesło - Tato,
- 2 krzesło - Mama,
- 3 krzesło - Wituś,
- 4 krzesło - Gosia,
- 5 krzesło - Kazio,
- 6 krzesło - pies Pikuś,
- 7 krzesło - Słoń.

Teraz trzeba pokrótce wytłumaczyć na czym cała zabawa polega. A zatem, osoba prowadząca czyta powoli tekst pt „Dzień z życia rodziny”. Jeżeli w tekście zostanie wyczytane imię członka rodziny, osoba ta ma za zadanie wstać i jak najszybciej obieć w koło całą swoją rodzinę (cały rząd 7 krzeseł) i usiąść z powrotem na swoim miejscu. Zawodnicy z obydwu rodzin wykonują swoje zadanie, czyli bieg, jednocześnie.



Oczywiście prowadzący powinien czytać tekst bardzo wolno, aby umożliwić biegającym zawodnikom powrót na miejsce. Najlepsza zabawa jest wtedy kiedy kilku członków rodziny musi biec na raz.

W momencie gdy wyczytane jest hasło „wszyscy” lub „cała rodzina” wszyscy uczestnicy obiegają krzeselka i wracają na miejsca.

SCENARIUSZ NR 6:

Wspólne przygotowanie pikniku, zapoznanie ze sztuką ilustrującą zwyczaj piknikowania.

1. Piknik. N. organizuje z uczniami piknik. W zależności od pogody odbywa się on w sali lub na zewnątrz. Uczniowie uczestniczą w przygotowaniach:

- rozkładają koce
- rozkładają serwetki
- przynoszą śniadaniówki
- N. przypomina o wzięciu lub rozdaje wodę
- N. przynosi warzywa - które chętni uczniowie mogą pokroić
- Nauczyciel może pokazać najsłynniejszą ilustrację z obrazami pikniku tzw. wariacje na temat „Śniadania na trawie” wg E. Maneta, czyli „Piknik” Henryk Trojan, Georges Seurat - „Kąpiel w Asnières 1883-84”, „Niedzielne popołudnie na wyspie Grande Jatte”, Claude Monet (nie Edouardo Manet!) „Śniadanie na trawie” 1886 r., James Tissot „Holiday” 1876 r, Picasso „Śniadanie na trawie wg Maneta” 1960.



2. N. rozmawia z uczniami o obyczajowości, odpowiednim stroju na piknik, zwyczajach - współczesnej modzie na grilla; tym co powinno znaleźć się w koszu piknikowym.

3. Szanowna Pani/ Szanowny Panie. Uczniowie udają eleganckie towarzystwo. N. prosi by mówili do siebie używając zwrotu „ Pan , Pani” oraz zwrotów grzecznościowych „poproszę, dziękuję, przepraszam” N. opowiada o tym, jak prowadzić elegancką rozmowę, dbać o siedzącego sąsiada, zapoznaje z zasadami savoir-vivre (mówi jakie ciasta jemy rękoma, do jakich potrzebujemy sztuców, jak



rozkładać serwetę na kolana, jak trzymamy ręce przy stole. Może rozdać tasiemki i nauczyć zarówno chłopców jak i dziewczęta wiązać krawat) oraz dbałości o środowisko (porusza problem segregacji, palenia ognisk w miejscach niedozwolonych itp).

4. Uwaga i relaks. Najedzeni uczniowie kładą się na kocykach. Zadaniem jest leżeć patrząc na niebo (lub jeśli jesteśmy w klasie na leżąc obserwować co znajduje się na suficie i okolicy, ale tak aby głowa spoczywała swobodnie na ziemi, a oczy krążyły po ścianach i suficie). W kolejnym etapie Uczniowie zamykają oczy i słuchają dźwięków jakie płyną z otoczenia. Próbuje usłyszeć jak najwięcej różnych dźwięków. Kolejnym etapem jest słuchaniem siebie - uczniowie mają posłuchać jakie dźwięki wydaje ich brzuch, czy słyszą bicie własnego serca, czy szumi wdech i wydech.

SCENARIUSZ NR 7:

Wspólne zabawy wstępem do budowania wspólnych zasad. Tworzenie kontraktu.

1. W klasie uczniowie dostają pudełka ze spinaczami. Każda z par tworzy własny łańcuch. Następnie łańcuchy łączymy tworząc jeden bardzo długi, który w miarę możliwości zawisnie w klasie (może służyć do przyczepiania prac itp.)

2. Kontrakt. N. zaprasza uczniów do kręgu. Rozpoczyna rozmowę o zasadach (nawiązując do sportu, zasad zwiedzania muzeum, zachowywania się na basenie, zasad w grach, ruchu drogowym itp.). Każdy z uczniów dostaje biały, plastikowy kubeczek. Pisze na nim jedną ważną zasadę, która według niego powinna obowiązywać w klasie. N. omawia z uczniami to, co jest napisane na kubeczkach i łączy je - tworząc węże.

http://tipy.interia.pl/arttykul_17305_jak-zrobic-weza-z-kubkow-jednorazowych.html

N. nie usuwa zasad, które się powtarzają, natomiast może dołączyć kilka kubeczków ekstra z ważnymi zasadami, których zabrakło. Uczniowie wspólnie z N. wymyślają hasło np. „stop”, które oznacza, że w momencie gdy ktoś je wypowiada, należy zatrzymać się w mówieniu czegoś lub robieniu. N. przypomina też działanie „przeszkadzajki”.

3. Uczniowie przepisują zasady - tworząc w zeszytach/ dzienniczkach mini wersje kontraktu.

4. Rytm. Uczniowie spacerują swobodnie po sali. N. proponuje przy pomocy przeszkadzajki rytm. Uczniowie odnajdują ten rytm uderzając w ławki, tupiąc, klepiąc brzuch, klaszcząc.

Zabawa polega na odnajdywaniu swoim ciele rezonatorów i próbie synchronizacji wszystkich grających. Gdy grupa się zgromadzi, chwilę razem wystukują rytm, następnie



nauczyciel zmienia rytm. Inicjatywę w dyrygowaniu, mogą przejmować także uczniowie.

5.Przypomnienie piosenki:”Szybko” Danuty Wawiłow. Uczniowie śpiewają razem z nauczycielem.

SCENARIUSZ NR 8:

Zapoznanie uczniów z technikami mierzenia czasu. Ćwiczenia w obsłudze zegara i poczuciu czasu.

1. Robimy zegar. Dzieci robią własne zegary z brystolu i korka, albo według instrukcji wykonują zegar słoneczny

<http://www.dzieciecafizyka.pl/urządzenia/zegarśloneczny/zegarśloneczny.html>

<http://www.sundialzone.com/vertical/index-pl.html>

2.N. przypomina jak odczytywać zegar. Rozmawia z uczniami poruszając następujące zagadnienia:

- która wskazówka porusza się szybko, która wolno
- czy minuta do długo?
- co można zrobić w minutę?
- co to jest kwadrans?
- ile godzin to doba?
- jak czytamy godziny w systemie 24 godzinnym
- jak zaznaczamy godziny popołudniowe w systemie 12 godzinnym
- o której godzinie wykonujemy rozmaite codzienne czynności: pobudka, śniadanie, mycie wieczorem, sen

3. Zegarowy czas. Uczniowie obliczają:

- ile czasu są w szkole najdłużej
- ile czasu są w szkole najkrócej
- jak długo śpią
- ile czasu dziennie są na świeżym powietrzu
- dla zaawansowanych ile minut ma tydzień
- ile godzin już byli w szkole, ile jeszcze przed uczniami
- według własnego pomysłu



4. Nauczyciel zapoznaje uczniów ze stoperem. Proponuje zabawy z wycuciem czasu.

Uczniowie siedzą w ławkach. Nauczyciel umawia się z uczniami, że mają wstać kiedy według nich minie minuta, na sygnał uruchamia stoper. Gdy minie minuta nauczyciel podnosi rękę.

Zabawę można modyfikować wydłużając czas, skracając, dając miary niepełne np. 1,5 minuty.

Zakończenie. Podsumowanie dnia.



DZIEŃ 3. SCENARIUSZE NR 9 – NR 12

TEMAT: NASZE SUKCESY NASZE PORAŹKI - ZAPOZNANIE Z TYM, CO NAS BUDUJE.

Klasa: II szkoła podstawowa

CZAS REALIZACJI: 4g

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

SCENARIUSZ NR 9:

Ćwiczenia w wyobrażaniu sobie celu.

1. Przywitanie uczniów. N. przedstawia cel dnia. N. pyta jakie eksperymenty z czasem robili jeszcze w domu? Czy coś ciekawego ktoś zauważył? Czy według uczniów czas biegnie różnie - raz wolno, niekiedy szybko? N. zaprasza uczniów do podawania przykładów.

2. Uczniowie siedzą w kręgu. Wybierają sobie jedną umiejętność, którą chcieliby osiągnąć w najbliższym czasie, coś czego chcieliby się nauczyć. N. podkreśla, że czynność należy sobie wyobrazić jako dokonaną i sformułowaną w sposób pozytywny („swobodnie lub z uśmiechem witam się z kolegami” zamiast „nie boję się witać z kolegami”)

3. Uczniowie zamykają oczy i wyobrażają sobie np. „jeżdżę rowerem trzymając kierownicę jedną ręką” „umiem wchodzić na drzewo” „potrafię jeździć na wrotkach”, „odważnie odpowiadam przy tablicy”, itp.

4. N. prowadzi wizualizację celu, tak aby uczniowie poczuli się w wyobrażonej sytuacji prawie jak w rzeczywistości. Wizualizacja ma wielozmysłowy charakter. N. prosi by robiąc tą „wymarzoną” czynność poczuli zapachy wokół siebie, przyjrzeni się sobie z bliska, daleka, zauważyli czy mają napięte mięśnie (np. rąk), czy jest im zimno, ciepło, kto jest przy nich, jakie czują emocje itp.

5. N. rozdaje koperty i kartki. Uczniowie rysują swój cel i podpisują, nauczyciel pomaga w prawidłowym sformułowaniu celu. Chętni czytają na głos swój cel. Każdy przeczytany cel zakończony zostaje owacjami. Kartki z celami uczniowie chowają do kopert.

6. Zabawa w ruchy naprzemiennie. Wszyscy na stojąco próbują wykonać rozmaite kombinacje ruchów naprzemiennych typu: głaskanie się po brzuchu z jednoczesnym klepaniem się po głowie, albo skok tak, aby palce stóp były zwrócone do środka, a kciuki na zewnątrz.

N. próbuje razem z uczniami. Wszyscy obserwują jak czują się, gdy coś nie wychodzi, co zachęca ich do dalszego ćwiczenia.



N. opowiada o tym, że kiedy uczymy się czegoś nowego, jest podobnie. Zawsze musimy powtarzać, trenować, ćwiczyć. Czasem powtarzanie nawet najfajniejszych czynności bywa nudne i denerwujące i wymaga cierpliwości.

Np. żuk gnojarz ma bardzo trudne i żmudne zadanie

<https://www.youtube.com/watch?v=mU4-94C40YA>

<http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news,393856,zuk-gnojarz-kieruje-sie-swiatlem-drogi-mlecznej.html>

SCENARIUSZ NR 10:

Zapoznanie ze narzędziami wspierającymi naukę, ćwiczenia ruchowe na zwiększenie wytrwałości.

1. Powtarzanie. Uczniowie siedzą na dywanie. N. prowadzi rozmowę o powtarzalnych czynnościach dnia codziennego. Pyta o czynności domowe, kto je wykonuje, czy uczniowie je lubią itp. Szukamy sposobów na polubienie czynności, które są dla nas nudne, wymagają powtarzania i wydają się nie mieć końca. N. może odnosić się do: prania, zmywania naczyń, odkurzania i mycia podłogi, mycia włosów i całego ciała, sprzątanania pokoju...

W rozmowie N. odnosi się do sytuacji, które w życiu są powtarzalne, ale dają nam radość. Szukamy takich przykładów.

2. Nauczyciel dzieli tablicy na pół: jedna połowa oznaczona uśmiechniętą buźką przeznaczona jest dla czynności powtarzalnych, ale lubianych; druga; dla nielubianych. Uczniowie wypełniają obie strony.

3. Uczniowie dzielą się na trzyosobowe zespoły- ekspertów. Każdy zespół dostaje min. 1 czynność nielubianą. Zadaniem uczniów jest znaleźć pomysł co można zrobić aby czynność z działu nielubianego przenieść do działu „uśmiechniętej buźki”. W celu zilustrowania pomysłu uczniowie przygotowują scenkę dramatową lub komiks oraz hasło lub ogłoszenie do gazety. Chcemy, aby uczniowie poczuli się ekspertami od wykonywania danej czynności.

Np. przy zmywaniu można zacząć śpiewać lub zawsze włączać ulubioną muzykę - wtedy czynność ta staje się przyjemniejsza, można też pomyśleć, że ratujemy każdy talerz od ataku niszczących bakterii hasło „Żadnej bakterii kontakt ze mną nie wyjdzie na dobre”- Jestem ekipą wymiataczy brudu.

4. Uczniowie przedstawiają swoje scenki, hasła. Nagradzani są brawami.



SCENARIUSZ NR 11:

Zapoznanie i trening czynności domowych. Poznajemy wynalazki.

1. Czynności jakie znamy. N. zapoznaje uczniów z domowymi czynnościami - każdy uczeń przynosi koszulkę, spodnie i skarpetki - może wyjąć je z zestawu do wychowania fizycznego. Jest to doskonała okazja do tego by opowiedzieć skąd biorą się ludzkie wynalazki. Innowacje nie raz brały się z lenistwa ich twórców lub tego, że pewne czynności były dla nich denerwujące.

Uczniowie uczą się składania ubrań, zwijania skarpetek i spodni. Szukają sposobów aby czynność ta była łatwa i efektywna. Nauczyciel może wykorzystać następujące propozycje internetowe:

jak złożyć koszulkę w 3 sekundy:

<https://www.youtube.com/watch?v=97gLOIq1ZXk>

jak zasznuować buty w 3 sekundy

<https://www.youtube.com/watch?v=Gz5QjiUYF-E>

jak narysować okrąg bez użycia cyrkla

<https://www.youtube.com/watch?v=XyjFK08j3YI>

jak przejść przez kartkę i inne kreatywne sztuczki z papierem

<http://www.spryciarze.pl/zobacz/jak-wykonac-10-niesamowitych-sztuczek-z-papierem>

2. Moje osiągnięcia. N. wypisuje 10 umiejętności jakie uczniowie posiadli w zeszłym roku szkolnym. Każdy z uczniów zapisuje je na kartce plus dopisuje 10 kolejnych tzw. „z życia”. Nauczyciel rozdaje sztywne kartki A3 - mogą być w jasnym kolorze. Karta A3 ma być dyplomem. Uczniowie tworzą swój dyplom wg. wskazówek i podpowiedzi nauczyciela (dyplom ma zachować prawdziwą formę z nagłówkiem „Dyplom uznania” lub podobnym), ozdabiają go. Na koniec następuje prezentacja dyplomów i głośne przeczytanie umiejętności. Brawa!

3. Wspólnie z N. uczniowie szukają czynności powtarzalnych w różnych zawodach. Poprzez ćwiczenie to chcemy aby uczniowie oswoili się z tym, że trening, powtarzalność, a co za tym idzie wytrwałość jest elementem dochodzenia do sukcesu. N. zachęca uczniów by znajdowali odnośniki do świata sportu, muzyki itp.



SCENARIUSZ NR 12:

Trening wspierania dobrym słowem, zapoznanie uczniów z komunikacją bez przemocy.

1. Zachęta – nie takie to proste. Zabawy dramowe na sali gimnastycznej lub na zewnątrz budynku.

Uczniowie ustawiają się w dwóch rzędach naprzeciwko siebie, tworzą między sobą korytarz. Nauczyciel wraz z Pacynką staje na początku korytarza, na końcu jest kartka z napisem meta. N. mówi animując Pacynkę, o czymś czego by się chciał nauczyć, ale ma z tym trudność. Rząd po lewej stronie Pacynki to dobre słowa- dobre Anioły; rząd po prawej- zniechęcacze. Zabawa polega na tym, aby „przeprowadzić Pacynkę do celu. Pacynka wykonuje pierwszy krok do przodu, zatrzymuje się na wysokości pierwszej pary. Uczniowie stojący mogą coś powiedzieć do Pacynki, rozpoczyna prawa strona- zniechęcacze. Osoba po prawej stronie wypowiada słowa zniechęcające, uczeń po lewej musi „przebić” swoimi dobrymi słowami zniechęcacza- wtedy Pacynka robi krok do przodu. Pacynka gdy poczuje, że jest zniechęcona może cofnąć się o krok, wtedy trzeba będzie ją mocniej namówić. Gdy Pacynka dociera do mety - brawa!

Zabawę powtarzamy zamieniając rzędy. Prawa strona- mówi dobre słowa; lewa- zniechęcające. Pacynka wybiera nowy cel.

N. podsumowuje zabawę odnosząc się do analogicznych sytuacji życiowych.

2. Korytarz. Uczniowie kładą się na ziemi tworząc korytarz ze zgiętych kolan. Każdy z uczniów ma zadanie przeczołgać się między nogami kolegów. Korytarz może się poruszać, czasem lekko przygniatając przechodzącego obok.

3. Akcja ratunkowa. Uczniowie dobierają się w pary. Stają pod jedną ze ścian. Nauczyciel rozkłada po sali rozmaite przeszkody. W parach osoba A zamyka oczy, osoba B jest jej przewodnikiem. Razem muszą przejść „rzekę” pełną przeszkód. Zamiana ról w drodze powrotnej. Zabawa może odbywać się w dwóch wersjach

- a) w parach nie można używać słów, prowadzimy tylko dotykiem
- b) nie możemy dotykać przeprowadzanego tylko mówimy słowami jak ma iść.

N. podkreśla, że najważniejsze w tej zabawie jest to aby wszyscy uczestnicy przeszli na drugą stronę zadowoleni, nie za szybko, nie za wolno - tak aby czuć się bezpiecznie.

W podsumowaniu N. tłumaczy, że podobnie jest z uczeniem. Każdy ma swoje tempo w uczeniu się czegoś nowego. Nauczyciel powinien się do niego dostosować. Podobnie jest jak komuś tłumaczymy coś, nie powinniśmy robić tego szybko lub tylko w taki sposób jaki nam odpowiada, zwracamy uwagę na drugą osobę.



4. Obudź Pacynkę. Na środku sali nauczyciel kładzie Pacynkę/ Misia. Uczniowie - ochotnicy po kolej podchodzą namawiając Pacynkę do wstania. N. podkreśla rolę słowa w motywacji i dba by zachęta nie przybierała formy

5. Sukces grupy. Uczniowie przypominają sobie sztuczki i sposób wiązania butów, składania ubrań itd. Ci którym lepiej wychodzą dane czynności pomagają, tym którzy mają trudności. Celem jest aby wszyscy potrafili wykonać czynności.

6. Zakończenie. Podsumowanie dnia.



DZIEŃ 4. SCENARIUSZE NR 13 - NR 16

TEMAT: NAUKA CIEKAWĄ PODRÓŻĄ.

Klasa: II szkoła podstawowa

CZAS REALIZACJI: 4g

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

SCENARIUSZ NR 13:

Nauka wzmacniających komunikatów, znaczenie motywujących słów.

- 1.N. przedstawia cel dnia.
2. Rozmowa o tym czym zajmowaliśmy się w poprzednich dniach. Każdy z uczniów zamyka na chwilę oczy i wyobraża sobie cel/ czynność- marzenie z poprzednich zajęć.
3. Powtarzamy ćwiczenie z Pacynką i dobrymi słowami i zniechęcacami. Jeśli któryś z uczniów chce zastąpić Pacynkę może przejść przez korytarz i poczuć jak demotywują lub motywują słowa.
4. Na kopertach, w których ukryte są cele -marzenia, każdy z uczniów dopisuje słowa jakie lubi słyszeć, gdy brakuje mu sił.
5. Nauczyciel prezentuje eksperyment z hodowlą ryżu, wpływem słów na hodowlę ryżu i na strukturę wody <https://www.youtube.com/watch?v=3DM4VhFzULU>
6. Nauczyciel wspólnie z dziećmi sadi fasolkę, rzeżuchę lub rozpoczyna hodowlę kiełków.

SCENARIUSZ NR 14:

Szukanie przykładów ilustrujących wytrwałość w procesie powstawania produktów. Pokazanie drogi produktów od producenta do konsumenta.

1.Nauczyciel przygotowuje ilustracje następujących produktów oraz karteczki z hasłowym opisem działań jakie składają się, żeby dana rzecz była produktem końcowym:

- mleko (krowa, trawa, dojenie, karmienie krowy, przekazanie mleka do mleczarni, butelkowanie, etykiety, rozwożenie do sklepów, pani wyklada na półkę)
- ryż (ziarenko, sadzenie, zbieranie itp.)
- herbata



- spodnie
- słoik kompotu
- ciasto
- samochód
- dom
- drzewo
- książka

Do każdej z instrukcji N. rozdaje kartkę papieru w formacie plakatowym. Dzieci dzielą się na 10 zespołów, każdy z zespołów dostaje obrazek z produktem oraz kartki z hasłami. Uczniowie mają dopasować w kolejności chronologicznej obrazki do produktu końcowego. Każda ekipa opowiada jak daną „drogę” przechodzi dany produkt.

2.Uczniowie dostają karty pracy z wydrukowanymi ilustracjami produktów i hasłami, które miały poszczególne zespoły. Zadanie polega na połączeniu elementów drogi od powstania produktu do konsumenta.

3.Skąd pochodzą różne produkty. Jaką drogę musiały przejść, jak były transportowane? Co to są ekomile? Nauczyciel zapoznaje uczniów z nazwami, ilustracjami egzotycznych i regionalnych owoców . Zapoznaje z terminem „sezonowość”, „transport lądowy, morski, powietrzny”.



SCENARIUSZ NR 15:

Wytrwałość jako niezbędny element osiągnięcia celów. Szukanie wytrwałych zachowań w świecie zwierząt.

1. Wytrwałość wśród zwierząt. N. zapoznaje uczniów ze światem zwierząt ujętym pod kątem ich wytrwałości, cierpliwości, trudności zadań jakie mają przed sobą.
2. Uczniowie rozmawiają i przyglądają się działaniom:
 - żuka gnojjarza
 - mrówek
 - ptaków budujących gniazda
 - bobrom budującym podwodne domy
3. W połowie lekcji przechodzimy do oglądania filmu (scenariusz nr 16). Nauczyciel prosi uczniów o zapamiętanie najciekawszych ich zdaniem fragmentów.

SCENARIUSZ NR 16:

Wytrwałość jako niezbędny element osiągnięcia celów. Film „Mikrokosmos”.

1. Uczniowie oglądają film „Mikrokosmos” w reżyserii Claude Nuridsan i Marie Perennou (czas całego filmu 80 minut).
- 2. Zakończenie. Podsumowanie dnia.**



DZIEŃ 5. SCENARIUSZE NR 17 – NR 20

TEMAT: EMOCJE SPRZYJAJĄ NAUCE. ZAPOZNANIE Z EMOCJAMI, WSPIERANIE STABILNOŚCI EMOCJONALNEJ.

Klasa: II szkoła podstawowa

CZAS REALIZACJI: 4

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

SCENARIUSZ NR 17:

Rozwijanie poczucia stabilności i ekspresyjnego wyrażania emocji poprzez ruch

1. N. przedstawia cele dnia. Przypomina zasady działania przeszkadzajki, tematy z poprzednich zajęć. N. pyta o wrażenia uczniów i obecny nastrój.
2. Uczniowie wspólnie śpiewają i tańczą do utworu „Szybko” Danuty Wawiłow.
3. Zabawa ruchowa. Uczniowie dobierają się parami. Na znak poruszają się swobodnie, na drugi znak zatrzymują w bezruchu. Są rzeźbami. Stoją nieruchomo. N. prosi by zauważyli jak bije ich serce, jak oddychają. Czy łatwo jest stać nieruchomo? Podsumowując podkreśla, że ruch jest bardzo ważny dla człowieka. Bycie w bezruchu jest trudne dla organizmu (a zwłaszcza dla dziecka!)
4. Ruch w przyrodzie. Dzieci swobodnie poruszają się po sali. N. zaprasza uczniów do tego by poczuli się drzewami. Stoją stabilnie na ziemi. N. prosi by poczuli jak mocno trzymają się ziemi dzięki korzeniom. Oddychają głęboko. Zaczyna wiać wiatr. Nauczyciel prowadzi zabawę zmieniając okoliczności, uczniowie swoim ciałem „odgrywają” drzewa:
 - pojawia się wichura
 - ustaje wiatr
 - ktoś próbuje wejść na drzewo jakim są, gałęzie się uginają
 - pojawia się trąba powietrzna, chce wyciągnąć drzewa z korzeni
 - drzewa upadają na skutek trąby powietrznej
 - dzieci stają się ziarenkiem z którego kiełkuje roślinka (leżą skuleni na ziemi)
 - powoli roślina rozrasta się i osiąga ponownie rozmiary drzewa
 - drzewo nabiera sił, dociera do niego słońce
 - drzewo stoi stabilnie i zapuszcza korzenie



4. Dzieci dzielą się na pary. W parze jest dziecko A i dziecko B. N. włącza muzykę, gdy muzyka jest zatrzymana - dziecko A staje się rzeźbą, dziecko B rzeźbiarzem, który formuje rzeźbę delikatnie dotykając dziecka A. N. tłumaczy, że dziecko A ma uginać się pod dotykiem, dać się łagodnie prowadzić przez rzeźbiarza. Po chwili następuje zamiana ról.
5. j.w tylko pod wpływem dotyku usiłujemy nie ruszyć się. N. tłumaczy, że rzeźbiarz chce na siłę zmienić rzeźbę. Tam, gdzie dotyka dziecko A, dziecko B - rzeźba próbuje nie ulegać, tylko z całych sił zostać przy pierwotnym ułożeniu ciała. Zamiana ról.
Oba ćwiczenia pogłębiają percepcję ciała (świadomość ciała, priopriocepcję) oraz uświadamiają jak reagujemy na łagodny, delikatny dotyk a jak na wymuszony.

SCENARIUSZ NR 18 :

Nauka ekspresyjnego wyrażania emocji poprzez ruch i nazywanie emocji

1. Uczniowie stają z jednej strony klasy. Nauczyciel prosi by przechodzili na drugą udając:
 - smutne, zatroskane małpy
 - zmęczonych wędrowców
 - małe dzieci
 - brykające konie
 - znudzonego słonia
 - inne nastroje wg propozycji uczniów
 - rozzłoszczone lwy
 - niecierpliwe biedronki
- 2.N. w podsumowaniu pyta uczniów:
 - czy łatwo poznać po kimś co czuje?
 - czy wyrażanie emocji poprzez ciało jest dla nas łatwe czy trudne do odczytania?
 - czy jak wchodzi nauczyciel do klasy to uczniowie wiedzą od razu czy ma dobry czy zły nastrój?
 - co dzieje się z buzią, co z ciałem gdy się smucimy?
 - co dzieje się z twarzą i ciałem gdy się bardzo cieszymy.
3. Nauczyciel prezentuje dzieciom emotikony- wybiera 10 stanów emocjonalnych (smutek, złość, radość, znużenie, miłość, zniecierpliwienie, duma, rozmarzenie...) pisze je na kartkach. Dzieci mają dopasować nazwy emocji do emotikonów.



4. Uczniowie dostają słomki i wycinają z kolorowych kartek kółka. Do słomek przyklejają kółka i rysują na nich emotikony. Są to sygnały do głosowania-pokazywania uczuć. Nauczyciel podaje przykłady rozmaitych sytuacji opowiadając przygotowane historyjki- epizody z życia. Uczniowie podnoszą odpowiednie według nich „sygnały” próbując zidentyfikować się z bohaterem opowieści. Nauczyciel opowiada min. 10 opowieści, jeśli uczniowie chcą mogą dawać swoje propozycje.

5. Tratwa. Nauczyciel opowiada o tratwach (do czego służą, kto je buduje, zapoznaje z nazwą flisacy...) podkreśla znaczenie tratw ratunkowych. Uczniowie robią tratwy z zapalek i sznurka.

6. Zabawa- ruchowo - fabularna. Może odbywać się na zewnątrz lub w sali. Nauczyciel rozkłada koce. Uczniowie siadają na tratwach dzieląc się na grupy w dowolny sposób. Nauczyciel pokazuje sygnał SOS przy pomocy latarki, rozpoczyna się akcja. Uczniowie mają sobie wyobrazić, że są podczas akcji ratunkowej i udało się im dostać na tratwy/ szalupy. Uczniowie odgrywają historię, wyrażając swoje wrażenia mimiką, gestem, głosem. Ważne jest zaktywizowanie uczniów poprzez wprowadzenie dużej porcji ruchu: wiosłowanie, dźwiganie prowiantu,

Nauczyciel opowiada historię zawierając w niej różne emocjonalnie nacechowane wątki:

- radość z dostania się na tratwę
- szybkie wiosłowanie
- ucieczka przed rekinami itp.

(Istotą ćwiczenia jest oswojenie uczniów z różnymi wrażeniami w tym także ze strachem, mobilizacją, euforią, poczuciem sukcesu, troską o innych, zmartwieniem odnośnie zatonięcia itd. Nauczyciel podkreśla fakt, że takie wrażenia (emocje, stany) towarzyszą nam w życiu i jest to zupełnie normalne. Akceptujemy wszystkie emocje nawet te niewygodne)

7. Jeśli jesteśmy na zewnątrz kontynuujemy zabawę, odreagowując strachy.

N. zaprasza do stworzenia „korytarza” z rąk (uczniowie stają w parach naprzeciwko siebie, tworzą szpaler pod którym każdy pojedynczo przebiega). W zabawie dążymy do tego by było dużo śmiechu i krzyku.

Alternatywą jest zabawa , w którą można bawić się w sali: „Stary niedźwiedź mocno śpi”.



SCENARIUSZ NR 19:

Cienie i inne straszdyła sposobem na oswojenie trudnych emocji. Zapoznanie z nazewnictwem uczuć.

1. Uczniowie ustawiają się w rzędzie przed wejściem do klasy. Na znak N. w zwolnionym tempie wchodzą i podchodzą do ławek.

2. CIENIE. N. przygotowuje z prześcieradła, latarki miejsce do teatru cieni, rozmawia z uczniami o cieniach:

- skąd się bierze cień?
- co powoduje, że cień się wydłuża, skraca?
- kiedy cień jest zgodny z naszą wielkością?
- opowiada o cieniach w jaskini (jaskinia Platońska)
- czy cienie mogą wywołać strach?
- czy przy pomocy cieni można się dobrze bawić?

3. Nauczyciel prezentuje występy tancerzy, które dzięki technice cieni opowiadają pewną historię.

4. Nauczyciel rozdaje kartki czarnego i białego papieru, opowiada uczniom o roli strachów na wróble, strachów w opowieściach ludowych, znaczeniu symboli straszących, filmów ze straszdyłami, wierzeń. Opowiada jak ludzie bali się zjawisk przyrody i musieli je sobie w rozmaity sposób tłumaczyć.

Zadaniem uczniów jest przygotować ilustracje straszdyła naklejając na kartkę białego papieru wycięte figury, elementy z czarnego.

5. Zabawa ruchowa. „Ciuciu babka”

SCENARIUSZ NR 20:

Oswojenie z trudnymi emocjami poprzez sztukę i muzykę.

1. Zabawy plastyczne. Nauczyciel rozdaje uczniom kartki brystolu. Uczniowie wycinają z brystolu kształt maski i ozdabiają ją. Nauczyciel pomaga zaczepić do maski gumkę.

2. Z dużych kartonów szarego papieru uczniowie przygotowując stroje - straszdyła.

3. Zabawy muzyczne.

Uczniowie przebierają się w maski i stroje z papieru. Tańczą przy dowolnych utworach.



Nauczyciel zapoznaje uczniów z utworami muzycznymi z kręgu muzyki klasycznej i filmowej. Uczniowie poruszają się swobodnie zgodnie z tym, jaki nastrój tworzy utwór, którego słuchają.

Carmina Burana „O fortuna”

P. Gint „W grocie króla gór”

Enya „Let it be”

Andreas Woltenwaider

Michał Lorenc „Taniec Eleny”

4. Zabawy w cieniu.

Uczniowie stoją w kręgu. Ochotnicy wychodzą na środek (pojedynczo) wykonują jakiś ruch lub sekwencje ruchów- inni naśladowują ruch, następnie pokazują kolejną osobę do wyjścia na środek.

5.Zakończenie. Podsumowanie dnia i pięciodniowego cyklu Adaptacja.

Nauczyciel zachęca uczniów do przypomnienia sobie nawzajem najciekawszych, najzabawniejszych lub najtrudniejszych momentów, zdarzeń w czasie minionego tygodnia.