



28 maja
2020

Jak pozbyć się strachu?



Online 29.05.2020 godz. 11.00
Grupa Orły ID 965 487 404

Online 29.05.2020 godz. 11.00
Grupa Jaskółki ID 889 961 347

TEMAT ZAJĘĆ

Jak pozbyć się strachu?

CELE

Dziecko:

kształtowanie odporności emocjonalnej; identyfikowanie i podawanie nazw stanów emocjonalnych.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

- „Tajemnicza przesyłka” – Opiekun wprowadza dzieci w klimat zabawy sugestią, że ktoś zostawił pod drzwiami przesyłkę. Prosi dziecko o sprawdzenie, co się w niej znajduje. Mówi, by jeszcze nie rozpakowywać zaklejonego pudełka, lecz sprawdzić jego zawartość przez włożenie ręki w otwór widoczny z boku. Cała zaimprovizowana sytuacja ma doprowadzić do nazwania przez dzieci emocji, które towarzyszą im w trakcie poznawania zawartości pudełka. Podsumowujemy tę część zabawy pytaniami:

Czy to było przyjemne doświadczenie – sięgać ręką do pudełka, którym nie wiedzieliście, co się znajduje?

Co czuliście w tym momencie?

Czy ktoś w was odczuwał niepokój lub strach?

Co mogliśmy zrobić inaczej, żeby zmniejszyć napięcie i lęk towarzyszący nieznanemu doświadczeniu?

Po rozmowie z dzieckiem następuje otwarcie pudełka. W środku znajdują się różne przedmioty np. kamyk, piórko, klocek, cukierek itp.

- Lisi ogon – wiersz z opowiadania M. Bennewicza. Zabawa ruchowa, zachęcająca dziecko do wypowiedziania treści wiersza. Opiekun prosi o powtarzanie rymowanki.

Bo strach to tylko przebranie, (gest rozkładania rąk, dłonie otwarte, wyprostowane)

I groźne zakłada maski (dotykanie twarzy, przesuwanie dłoni od czoła do brody)

lecz zadaj sobie pytanie, (gest rozkładania rąk, dłonie otwarte, wyprostowane)



NIEPUBLICZNE PRZEDSZKOLE
RADOSNE SŁONECZKO
ul. W. Stasio 15, 35-330 Rzeszów
tel. 504 002 936
www.przedszkole.rzeszow.pl

© 2009-2020 Wszelkie prawa zastrzeżone dla CUS Clever Niepubliczne Przedszkole Radosne Słoneczko w Rzeszowie. Decyzja prawa ochronnego Z-407289. Materiał wyłącznie do wykorzystywania przez nauczycieli i rodziców Placówki. Proszę o nie udostępnianie.

na jakie czeka oklaski? (składanie dłoni jak do oklasków)

Stres karmi się naszym strachem (podnoszenie dłoni do ust, pokazywanie gestu jedzenia)

Jak gołąb na dachu bułką. (podnoszenie dłoni do ust, pokazywanie gestu jedzenia)

Wystarczy jednym zamachem (gest zrzucania czegoś z półki, szeroki zamach jedną, następnie

Przegnać go jak kurz z półki. drugą ręką na zmianę)

- Praca zał. 1 – kolorowanie ilustracji według kodu, określanie przyczyn zdenerwowania.

Praca zał. 2 – kreślenie drogi w labiryncie, pisanie wyrazów po śladzie.

- „Nie rozśmieszaj mnie” – dziecko z Opiekunem siadają naprzeciwko siebie. Jedno z nich usiłuje być poważne i za wszelką cenę stara się nie uśmiechać. Drugie ma za zadanie rozśmieszyć partnera. Kiedy mu się to uda, następuje zamiana ról. Po zakończeniu ćwiczeń w parach dzieci próbują odpowiedzieć na pytania:

Co czułeś/czułaś w trakcie tego ćwiczenia?

Czy łatwo było zachować powagę?

Co ci w tym pomagało, a co utrudniało to zadanie?

Źródło: Przewodnik metodyczny 4 „Plac zabaw” Anna Idzikowska –Guzy, Ewa Janus, WSiP



NIEPUBLICZNE PRZEDSZKOLE
RADOSNE SŁONECZKO
ul. W. Stanio 15, 35-330 Rzeszów
tel. 504 002 936
www.przedszkole.rzeszow.pl

© 2009-2020 Wszelkie prawa zastrzeżone dla CUS Clever Niepubliczne Przedszkole Radosne Słoneczko w Rzeszowie. Decyzja prawa ochronnego Z-407289. Materiał wyłącznie do wykorzystywania przez nauczycieli i rodziców Placówki. Proszę o nie udostępnianie.