

Dzień dobry Poziomki

Dzisiaj aktywnością wiodącą jest aktywność językowo-literacka i słuchowa

**Cel główny:**

- rozwijanie mowy i koncentracji
- rozwijanie wiedzy ogólnej
- rozwijanie motoryki małej

**Nr podstawy programowej:**

S 8,9

F 5,7

E 1,2,4,6,8

P 2,5,8

## **Rozpoznawanie i rozumienie istoty takich uczuć i emocji, jak złość i radzenie sobie ze złością – ulga**

1. Słuchanie bajki pt.: "Jak król Sambulo zaczął szanować trzcinę"

### *Jak król Sambulo zaczął szanować trzcinę*

Suazi to jeden z najmniejszych krajów w Afryce, ale dawno, dawno temu żył tam władca, któremu wydawało się, że rządzi królestwem większym niż cała Europa.

– Jestem najważniejszym monarchą na świecie! – przechwalał się Sambulo. A poddani po cichu śmiali się z niego. Bardzo kochali Suazi, ale wiedzieli, że jest naprawdę małe. „Kto tego naszego Sambulo nauczy pokory?” – zastanawiali się często. I znalazł się taki ktoś. Nie uwierzycie kto! Sambulo był władcą tak pewnym siebie, że dzień w dzień chodził po okolicy bez ochrony przybocznej straży. Lubił pokazywać się poddanym i był strasznie, ale to strasznie gadatliwy.

– Dobrze wam się żyje w naszym Suazi? – pytał, ilekroć tylko spotkał ludzi na swojej drodze. Ale tak naprawdę to nie było pytanie, bo sam sobie na nie odpowiadał.

– Dobrze! Oczywiście, że dobrze! Macie takiego wspaniałego króla, a jego królestwo jest największe na świecie. I najbogatsze! I najsilniejsze! I... – Sambulo potrafił przez godzinę wyliczać te wszystkie „naj”. Rzecz jasna, wszyscy mieli wszystko zawdzięczać tylko jemu. Takie mielenie językiem, nawet językiem monarchy, było bardzo irytujące.

– Może dziś nas nie odwiedzi... Może nas nie zauważy... Bo inaczej będziemy musieli godzinami słuchać jego popisów – pocieszali się co rano mieszkańcy. Ale, jak już wiecie, Suazi jest malutkie i trudno było się ukryć przed gadatliwym władcą

Zadaj dziecku pytania:

### **Gdzie wydarzyła się ta historia?**

### **Kogo poznaliśmy na początku bajki?**

Sambulo, jako że chodził na te przechadzki codziennie, miał swoją stałą trasę. Szedł zawsze w lewo od wrót pałacu, potem skręcał w prawo, jeszcze kilkaset metrów kamienistą drogą, żeby skręcić w lewo i przez trzciny dotrzeć do najbliższej osady. Pewnej niedzieli wyjątkowo szybko przedzierał się przez gąszcz trzciny, bo miał już przygotowaną długą przemowę, którą chciał zaraz uraczyć poddanych.

- Uwważaj, znowu mnie podeptałeś, to boli! – usłyszał nagle pod nogami.
- Demon! Wrogowie przysłali demona, żeby mnie straszyl! Bo zazdroszczą mi, że jestem takim wielkim królem! – krzyknął najpierw przestraszony, a potem już pełen złości Sambulo.
- Nie demon tylko ja! – odpowiedziało... coś.
- Jakie ja?! – król nie mógł uwierzyć, że ktoś mu odpowiada, jakby wcale nie był królem.
- Ja. Żdźbło trzciny pod twoją stopą! – mocno, choć z drzeniem głosu odpowiedziało, teraz już wiemy, że żdźbło trzciny!
- A weź ty mi głowy nie zwracaj! Kim ty jesteś? Nikim! Niczym! Kogo obchodzi żdźbło? – odburknął Sambulo i poszedł, nawet nie spoglądając pod nogi. Poszedł, a żdźbło się rozplakało, bo nikt nigdy tak źle go nie potraktował. Gdy jednak żdźbło otarło łzy, choć nie pytajcie, jak to zrobiło – przecież nie ma rąk
- cała trzcina w okolicy rozszumiała się i szumiała aż do wieczora. To była narada! Każde żdźbło chciało coś powiedzieć, a rosły tam ich tysiące! Wreszcie zapadły ustalenia. Trzcina wiedziała, że Sambulo przejdzie jutro dokładnie tą samą drogą...

Zadaj dziecku pytania:

### **Co codziennie robił król?**

### **Co nietypowego przydarzyło mu się pewnego dnia?**

### **Jak król potraktował żdźbło trawy?**

### **Jak czuł się król, a jak czuła się mała trzcina?**

### **Jak myślicie, co mogły postanowić trzciny?**

Tak też się stało. Król szedł przez trzciny, nie pamiętając już nawet, że wczoraj jedną z nich obraził i lekceważył. Już widział nieopodal mieszkańców, już chciał się przed nimi pysznić, ale podniósł się taki szum, że nikt nie słyszał jego słów. Szumiało całe pole, każde żdźbło! Po chwili szum nagle ustał...

- Zaskoczony? – usłyszał.
- Zaskoczony! – usłyszał ponownie.
- Co to za głupie żarty?! – warknął wściekły władca.
- Nie ma w tym żartu. Uradziliśmy, że nie będziesz nas już lekceważył i tak bezkarnie deptał
- padła odpowiedź.
- Ale jak to możliwe?! Żeby tak potraktować wielkiego władcę! Największego władcę! Największego królestwa na świecie.

Naj... – zaczął Sambulo, ale źdźbło mu przerwało. Dokładnie to samo, które wczoraj sponiewierał.

– Przystań już z tym naj, naj, naj! Poddani mają tego serdecznie dość, tylko ci o tym nie mówią. Myślałeś sobie, że ty taki potężny król, możesz robić ze mną, co chcesz, bo taka trzcinka jest wiotka i słaba? No to zebrałyśmy się z koleżankami i – jak widzisz – potrafiłyśmy pokazać ci, jak może czuć się ktoś, kogo nie słychać – wyjaśniło źdźbło, które okazało się bardzo pomysłową trzcinką.

– Cha, cha, cha! – zaśmiał się Sambulo. – Z koleżankami! Może jeszcze macie imiona?  
– No pewno, że mamy! – odparła trzcinka.

– Ja mam na imię Agape. Nie będę ci wymieniać imion wszystkich moich koleżanek, bo zajęłoby to nam ze trzy lata. Chcę ci za to powiedzieć coś ważnego: ogarnęła mnie złość, że tak mnie podeptałeś i na mnie nakrzyczałeś. Wczoraj przez ciebie płakałam. Teraz ci to mówię i proszę: usłysz mnie wreszcie! Bo nie chciałeś usłyszeć, tak jak nie słuchałeś swoich poddanych. Oj, głupio się zrobiło monarsze... Spuścił wzrok, podniósł delikatnie rękami pogięte trzciny. – Agape, nie pomyślałam nawet wcześniej, że idąc przez trzciny, mogę kogoś skrzywdzić. Nie przyszło mi do głowy, że ty możesz coś czuć. Posmutniał król. – Nawet cię nie zauważyłem – zafrasował się. – Faktycznie, niefajnie wyszło. Dajcie mi szansę, żebym się zmienił – rzekł władca, czując, że od dawna nie powiedział niczego tak ważnego. Od tego czasu Sambulo już nie tylko nigdy nie deptał trzciny, ale zaczął też uważnie słuchać swoich poddanych. A kiedy zaczął słuchać, a nie tylko mówić, to okazało się, że może być dumny nie tylko z siebie, ale przede wszystkim z mieszkańców Suazi, w których dostrzegł mądrych, dobrych i pracowitych ludzi.

Zadaj dziecku pytania:

**Co przydarzyło się królowi Sambulo na kolejnym spacerze?**

**Co starała się wyjaśnić królowi mała trzcina?**

**Jak najpierw zareagował monarcha?**

**Jak zmienił swoje postępowanie król?**

**2. Zabawa ortofoniczna, oddechowa .**

Zaproś dziecko do wspólnej zabawy w kole. Poproś, by spróbowało pokazać, jak mogą szumieć trzciny. Po prezentacji ustal z dziećmi: Gdy trzciny będą wesołe i spokojne, będą szumiały cicho i łagodnie – dzieci wtedy powoli machają uniesionymi w górze rękami i cicho wydają ciągły dźwięk szumiący z użyciem głoski „sz”, zaś gdy trzciny będą smutne i złe, będą szumiały głośno i groźnie – dzieci wtedy rytmicznie i szybko machają uniesionymi w górze rękami i głośno rytmicznie wydają krótkie dźwięki szumiące z użyciem głoski „sz”. Rodzic melduje dziecku komendę : trzciny wesołe albo trzciny smutne.

**3. Zabawa dramowa**

Poproś dzieci, by położyły się na dywanie i zamknęły oczy. Rozsyp na podłodze kartki z gazet i ustaw kosz na śmieci. Następnie poproś dzieci, by podczas słuchania opowieści spróbowały wczuć się w nią i by wykonywały zawarte w niej polecenia.

Tekst opowieści:

*Złość, choć nieprzyjemna dla nas i otoczenia, czasem jest potrzebna, by się oczyścić. Ważne tylko, by wyrzucając z siebie złość, nikogo nie skrzywdzić. Zawsze można powiedzieć – „Jestem zły, muszę to z siebie wyrzucić i za chwilę będzie mi lepiej. Pozwól sobie na to!”. Przypomnijcie sobie, jakie to uczucie, kiedy ogarnia nas złość. Spróbujcie się przez chwilę poczuć jak podeptana przez króla trzcina. Nie jest wam przyjemnie. Kiedy jesteśmy źli, nie uśmiechamy się. Nasza buzia się krzywi, czoło się marszczy, brwi złowieszczo zbiegają się nad nosem. Nasze ciało staje się coraz bardziej napięte, czujemy, jak szybko bije nam serce, przyspiesza nasz oddech. Nasze myśli krążą wokół tego, że czujemy się źle. Jesteśmy wściekli i czujemy, że musimy tę złość z siebie wyrzucić. W innym wypadku nie wytrzymamy, coś w nas wybuchnie. Teraz czujecie, jak wzbiera w was złość. Przypomnijcie sobie sytuację, w której byliście wściekli, naprawdę zdenerwowani. Czas się otworzyć i wypuścić złość z siebie, by nie dławiła nas w środku, byśmy poczuli ulgę, by zrobiło nam się lepiej. Energicznie wstajemy i wytupujemy swoją złość w podłogę. Tupiemy bardzo, bardzo mocno. Teraz wyrzucamy złość z naszych gardel. Krzyczymy głośno: „Aaa...”. A teraz podnosimy gazety i zgniatamy je w kule z całej siły. Zgniatamy naszą złość bardzo mocno, w małą gazetową kulkę. Czas, by wyrzucić naszą złość do kosza, a wtedy ona zniknie. Jeszcze raz mocno zgniećcie swoją złość i wrzucicie ją do kosza. Czujecie, jak wam lekko? Czujecie ulgę?*

Porozmawiaj z dzieckiem o sposobach rozładowywania złości. Czasami wystarczy policzenie do 10, albo zwyczajny komunikat, który do kogoś wypowiemy: Jestem zły, bo... Daj mi chwilę, żebym opanował swoje emocje.

#### **4. Narysuj złość**

Zaproś dziecko do przygotowania portretu emocji- złość. Porozmawiajcie chwilę o tym, jak dziecko wyobraża sobie złość i jak chce ją przedstawić. Technika zapisu jest dowolna - można rysować, wyklejać, pisać. Poproś dziecko by opowiedziało o swojej pracy.

Pozdrawiam

Justyna Jerominek