

Czwartek - 21.05.2020 - „Czy strach ma wielkie oczy?”

Temat: Czy strach ma wielkie oczy?

Data: 21.05.2020 r.

Rodzice, dzieci podczas dzisiejszej aktywności będą oswajać się ze strachem, dowiedzą się, że strach bywa potrzebny i niepotrzebny.

Do zajęć należy przygotować: talerzyk; kolorowe koła (średnica 2 albo 3 cm +/-); klej w sztyfcie; czarna kartka;

Propozycje aktywności:

1. Odczytujemy wiersz A. Borowieckiej pt. „Strach ma wielkie oczy”:

*Gdy przyszła nocka, mały Wojtuś padł do łóżka,
Dał mamie buzi i coś szepnął jej do uszka.
A potem został całkiem sam z tym mrokiem,
Aż tu spod szafy ktoś na niego łypie okiem.*

*„ Co to za bestia czyha na mnie tam w ciemności?
Ja tu nie życzę sobie żadnych strasznych gości”
- pomyślał Wojtuś i ze strach zaczął krzyczeć,
Na co przybiegli przestraszeni tym rodzice.*

*Pod szafą siedział skryty w mroku mały kotek
Tak bardzo się bał, że cały zwinął się w młotek.
I pewnie puenta ta was wcale nie zaskoczy,
Że to nie kotek, ale strach ma wielkie oczy.*

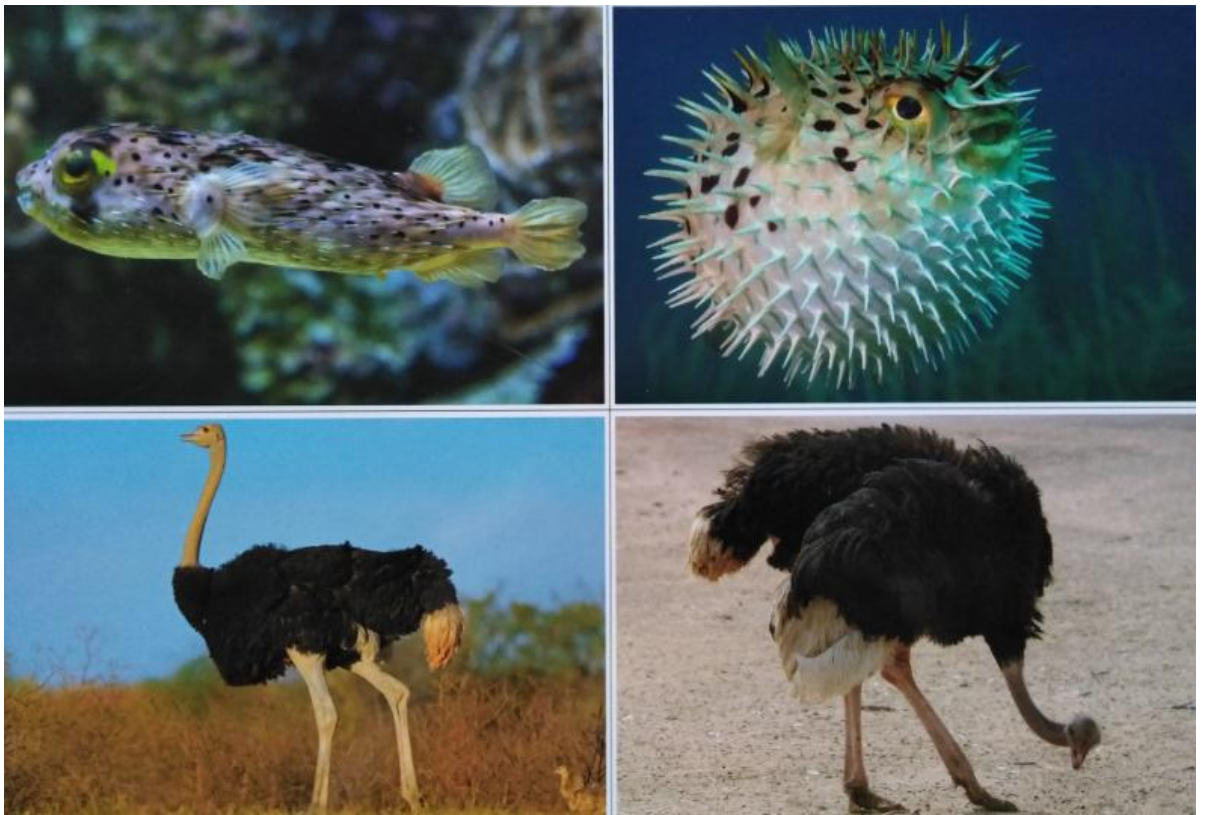
(Uwaga: prowadzimy rozmowę tak, aby dziecko zdało sobie sprawę, że strach to naturalna emocja i każdy może się czegoś bać. Ważne jest, aby podkreślić, że czasami to czego ludzie się boją, w rzeczywistości wcale nie jest takie straszne.)

Inicjujemy rozmowę:

- Co chłopiec zobaczył pod szafą? Jak się wtedy zachował?
- Z kim pomylił kotka?
- Jak czuł się kotek siedzący pod szafą?
- Czy ty boisz się kiedy jest ciemno?
- W jaki sposób można pokonać nocne strachy?
- Jak myślisz, co oznacza powiedzenie „Strach ma wielkie oczy”?

(Na podstawie wiersza tłumaczymy dziecku przysłowie „Strach ma wielkie oczy” - mówimy tak o sytuacji, kiedy baliśmy się czegoś, co wcale nie było straszne).

2. Mówimy, że wiesz nam pokazał, że strach Wojtka był niepotrzebny. Zaznaczamy, że czasami strach jednak jest potrzebny. Pokazujemy dziecku ilustracje zwierząt (od góry: najezka; struś; jeż; pancernik - Zał.1), które się boją i oglądając ilustracje, omawiamy ich zachowania w obliczu niepokoju:



Załącznik 1 (Źródło: własne zbiory z czasopisma *Bliżej Przedszkola*)



Załącznik 2 (Źródło: własne zbiory z czasopisma *Bliżej Przedszkola*)

Swobodna rozmowa na temat strachu na podstawie powyższych zdjęć - odnosząca się do pytania - CZY STRACH JEST POŻYTECZNY?

Inspiracje dla rodzica: Niepokój jest NATURALNYM/NORMALNYM uczuciem, DOBRZE jest się czasami bać. Lęk sprawia, że jesteśmy czujni, dzięki niemu możemy odpowiednio zareagować na niebezpieczeństwo i jesteśmy przygotowani na to, co przynosi życie. Strach ostrzega nas przed niebezpieczeństwem, pomaga się przed nim uchronić - każe nam uciekać, krzyczeć, bronić się. Ci którzy nie odczuwają strachu, łatwiej mogą ucierpieć, bo on ich nie uchroni. Kiedy pokazujemy dziecku, że jedyny sposób, aby poradzić sobie z lękiem, to wyeliminować go, sprawiamy tym samym, że staje się ono na lęk nieodporne. Jednak zaznaczamy, że nie należy bać się wszystkiego(tak jak w wierszu).

Dziecko wraz z dorastaniem nauczy się rozpoznawać, czego powinno się obawiać, co może wzbudzić w nim strach, a co nie. W tej rozmowie możemy nawiązać do koronawirusa - możemy powiedzieć dziecku delikatnie, że boimy się tego wirusa, tej choroby, który jest ale ten niepokój, strach sprawia, że o siebie lepiej dbamy.

Pytamy dziecko: *Czego się boisz?* Próbuje wraz z dzieckiem znaleźć sposoby na dziecięce lęki - okażmy mu zrozumienie, pokażmy, że może na nas liczyć. Przykładowe propozycje (w zależności od tego czego dotyczy strach - trzeba samemu rozeznąć):

- rozmowa z rodzicem/ nauczycielem;
- narysowanie swojego strachu i wyrzucenie go do śmieci;
- przytulenie do rodzica;
- zapewnienie dziecku poczucia bezpieczeństwa;
- stopniowe osvajanie się z lękiem;
- magiczny spray na strach (pojemnik do pryskania kwiatów, a w nim woda) - Pokażę ci magiczny spray, którego boją się cienie spod łóżka. Choć spryskamy nim „strachy” spod łóżka itp.;

3. Gdy stukamy o stół/drzwi itp. dziecko biega radośnie po pokoju. Na ciszę porusza się bezgłośnie na palcach tak, aby nie wystraszyć zbliżających się zwierząt z poprzedniej zabawy. Za każdym razem wymieniamy inną nazwę zwierzęcia.
4. Rozkładamy przed dzieckiem „straszny/smutny papier”. Pytamy: *Z jakiego powodu jest straszny?* (ciemny, ponury, bez kolorów, smutny). Na talerzyku przygotowane są kolorowe koła i klej w sztyfcie. Prosimy dziecko, aby zmieniło „straszny papier” w radosny i kolorowy. Dziecko układa z kół dowolne kompozycje, może przyklejać koła jedno na drugie, obok siebie, zaginając je. W trakcie pracy wspieramy dziecko, motywując je, podpowiadamy różne rozwiązania.

***BONUS dla chętnych:

- karta pracy (Załącznik 3)
- Stworzenie buźki z emocjami (Załącznik 4)

Udanej zabawy!

Anna Drabik

Imię i nazwisko:

- Narysuj w ramce to, czego się boisz. Pokoloruj paski. Wytnij je i przyklej na obrazku – w ten sposób zamkniesz stracha w klatce.



Załącznik 4 (Źródło: znalezione w Internecie)

