**PROGRAM WŁASNY**

***Wykorzystanie Metody Knillów i bajki terapeutycznej w pracy z dziećmi sześcioletnimi***

mgr Agata Buchacz

nauczyciel Przedszkola Miejskiego Nr 40 w Sosnowcu

**I. WPROWADZENIE**

 Metoda Knillów składa się z dwóch głównych części, są to: "Dotyk i Komunikacja" oraz "Programy Aktywności - Świadomości Ciała, Kontakt i Komunikcja".

Podejście "Dotyk i Komunikacja" jest wynikiem kilkuletnich doświadczeń w pracy z dziećmi i dorosłymi, które mają ograniczone zdolności ekspresji lub maja negatywne relacje z otaczającym światem. W podejściu tym podkreśla się znaczenie użycia dotyku w rozwoju świadomości interpersonalnej, wrażliwości, komunikacji i jakości związków. Najbardziej wrażliwym kanałem sensorycznym jest skóra dlatego, bodźce, informacje, które otrzymujemy dzięki kontaktowi fizycznemu są szczególnie ważne dla rozwoju człowieka.

Podstawowym założeniem "Programu Aktywności" jest stwierdzenie, że rozwój człowieka uzależniony jest od zdolności do nabywania, organizowania i wykorzystania wiedzy o sobie. Dzięki "Programowi Aktywności Knillów dziecko staje się świadome powiązań pomiędzy własnymi ruchami. Dane jest mu inne niż do tej pory doświadczenie ruchów: zaplanowane i systematyczne. Doświadczenie takich ruchów jak: naciskanie, turlanie przedmiotów, obracanie ich, przekładanie różnych rzeczy z ręki do ręki, wyrzucanie przedmiotów, pocieranie ich. Dziecko musi być świadome wykorzystania swoich rąk, ust, ramion, stóp i całego swojego ciała podczas używania w trakcie codziennych czynności takich jak: ubieranie, jedzenie, kontakt z innymi, zabawy.

Do "Programu Aktywności" dołączona jest specjalna muzyka, która towarzyszy wszystkim wykonywanym czynnościom. Każdy ruch dziecka wspomagany jest przez akompaniament muzyczny, będący sygnałem konkretnej aktywności. Dotyk i ruch, które są podstawą metody Knillów to odłoże rozwoju kontaktu niewerbalnego, wzrokowego a nawet komunikacji słownej.

 Bajki terapeutyczne biorą pod uwagę etapy rozwoju dziecka, jego niepokoje związane z nowymi wydarzeniami i ze zdobywaniem umiejętności, których oczekuje od niego świat dorosłych. Dzieci w kolejnych stadiach dorastania muszą pokonywać różnego rodzaju trudności. Bajki terapeutyczne są skuteczną metodą wspierania ich w stawaniu się samodzielnym i odważnie wchodzącym w życie człowiekiem.

Dziecku jest bardzo trudno mówić o własnych problemach. Często nie potrafi rozpoznawać i nazywać swoich lęków i niepokojów. Boi się również wypowiadać je głośno w obawie przed ich spotęgowaniem.

Utożsamianie się z bohaterem bajki przeżywającym podobny problem przynosi dziecku ulgę i poczucie bezpieczeństwa. Fakt, że podobna sytuacja przydarzyła się komuś innemu ułatwia zrozumienie jej i towarzyszących jej uczuć i emocji. Jest to swoiste pocieszenie i uzyskanie przekonania, że na świecie są ludzie z podobnymi problemami. Poprzez bajki terapeutyczne dzieci otrzymują wzory do naśladowania, które uczą jak radzić sobie z trudnościami
i stają się silniejsze.

Znaczenie terapeutyczne ma również samo spędzanie czasu dziecka
z rodzicami. Podczas czytania bajki dziecko doświadczania poczucia bliskości
i bezpieczeństwa płynącego z obecności rodzica. Rodzic nie musi być terapeutą. Wystarczy żeby kochał i rozumiał swoje dziecko, a także przekazywał mu,
że w życiu zdarzają się wzloty i upadki. Świat w którym żyjemy niesie ze sobą poczucie niesprawiedliwości. Dziecko, które nie wierzy w możliwość powodzenia i szczęśliwego rozwiązania zrezygnuje z wysiłku i nie osiągnie sukcesu. Dzieciom potrzebna jest wiara w siebie i dobro istniejące w świecie. Kiedyś taka wiedza płynęła z legend, mitów, baśni opowiadanych przez starsze, bardziej doświadczone pokolenia. Motywy wielu baśni pokrywają się z dziecięcymi problemami. Psychoanalitycy uważają, że na poziomie nieświadomości dziecko rozpoznaje elementy bajki, które odnoszą się do jego własnego postrzegania sytuacji. Poznanie przeżyć głównego bohatera umożliwia dziecku przemyślenie i doświadczenie trudnych uczuć z pewnym dystansem. Nie budzą już one lęku, ponieważ doświadcza ich również ktoś inny. Powoduje to rozluźnienie napięcia w skutek czego dziecko się odstresowuje i nie wypiera już negatywnych, „zakazanych" myśli i uczuć.

Bajki sprzyjają komunikowaniu się i dają możliwość podjęcia dialogu z własnym dzieckiem. Dziecku zaś pozwalają uczyć się konkretnych postaw w poczuciu własnej niezależności  i we właściwym sobie tempie. Stwarzają też klimat bliskości i intymności z rodzicami. Rodzicom zaś, dodają siły i pewności siebie, które oddziałują pozytywnie na dziecko.

Problemy poruszane w bajkach dotyczą spraw, które dziecko doświadcza w codziennym życiu. Do najczęściej spotykanych należą:

* nocne koszmary;
* różnego rodzaju lęki i fobie;
* pierwsze dni w przedszkolu, szkole;
* rozwód rodziców;
* pojawienie się kolejnego dziecka w rodzinie;
* pobyt w szpitalu;
* śmierć kogoś bliskiego;
* ból i cierpienie spowodowane chorobą;
* nieśmiałość;
* doświadczanie dokuczania;
* moczenie nocne;
* impulsywność i nadpobudliwość;
* trudność w komunikacji;
* alkohol w rodzinie;
* relaksacja.

**II. CELE I ZADANIA**

Stworzenie warunków do rozwoju społeczno emocjonalnego dziecka, to jedno z ważniejszych zadań przedszkola. Kształtowanie charakteru, wrażliwości moralnej stanowi podstawę pracy wychowawczej. Dlatego Program autorski " Wykorzystanie Metody Knillów i bajki terapeutycznej" opracowany został z myślą o dziecku, które nie tylko jest podmiotem zabiegów wychowawczych ale bierze w nim czynny udział.

Celem nadrzędnym jest wspomaganie i ukierunkowanie rozwoju dziecka zgodnie z jego potencjałem i możliwościami rozwojowymi, aby osiągnąć wszechstronny jego rozwój.

Celem sesji kontaktu w programie "Dotyk i komunikacja" Christophera Knilla jest stworzenie odpowiednich warunków wspierający rozwój wzajemnej komunikacji. Muzyka nagrana na taśmie podzielona jest na pięć części i trwa około 23 minuty:

* 1 część - muzyka wprowadzająca - 3 minuty
* 2 część - muzyka bardziej rytmiczna - 7 minut
* 3 część - muzyka intensywna melodycznie i rytmicznie - 6 minut
* 4 część - muzyka lżejsza i bardziej melodyjna - 4 minuty
* 5 część - muzyka zamykająca (uspakajająca) - 3 minuty

Celem niniejszego programu własnego jest:

* wzmacnianie mięśni przykręgosłupowych;
* wykształcenie odporności emocjonalnej;
* umożliwienie dziecku poznania siebie i swoich granic fizycznych podczas realizacji z innymi ( bazując na jego emocjach i doznaniach płynących z ciała przy jednoczesnym wyeliminowaniu poczucia lęku, strachu i dyskomfortu);
* dawanie mu komunikatów, że jest pełnowartościowym partnerem do dialogu i wspólnego działania;
* pomoc w wytworzeniu obrazu siebie jako osoby działającej, niezależnej od innych i przejmującej inicjatywę;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
* kształtowanie stabilności emocjonalnej;
* uspokojenie, zredukowanie problemów emocjonalnych;
* redukcja różnego rodzaju lęków;
* wyciszenie, odprężenie dziecka;

**III. SPOSÓB REALIZACJI PROGRAMU**

Program " Wykorzystanie Metody Knillów i bajki terapeutycznej w pracy z dziećmi sześcioletnimi" realizować będę jako dodatkową formę wspierania rozwoju dziecka podczas jego pobytu w placówce przedszkolnej.

Program otwarty jest na własną inwencję nauczyciela, daje mi możliwość dowolnego korzystania z treści edukacyjnych i opracowania scenariuszy w zależności od rodzaju i aktualnych potrzeb dzieci. Zajęcia prowadzone będą raz w miesiącu po obiedzie. W czasie odpoczynku poobiedniego dzieci będą słuchać bajki terapeutycznej, następnie wraz z nauczycielem szcześciolatki będą mogły wypowiedzieć się na temat jej treści, zachowań bohaterów, ocenić postępowanie postaci występujących w utworze. Na zakończenie zajęć cała grupa będzie uczestniczyć w ćwiczeniach odprężających i wyciszających.

Zajęcia prowadzić będę raz w miesiącu - po obiedzie w grupie "MOTYLKI" - dzieci sześcioletnie.

Czas trwania zajęć: 30-45 minut

Zajęcia odbywać się będą wg scenariuszy opracowanych na podstawie treści edukacyjnych zamieszczonych w dalszej części programu.

Czas trwania programu: rok szkolny 2013/2014.

Kompetencje autora:

* jestem nauczycielką dzieci sześcioletnich;
* praca licencjacka pt.; Gotowość szkolna dzieci pięcioletnich;
* praca magisterska pt.; Wpływ zajęć z elementami dramy na rozwój emocjonalno społeczny dzieci w wieku przedszkolnym;
* ukończenie szkolenia z Metody Knillów;
* ukończenie warsztatów pt.; Niwelowanie agresji wśród przedszkolaków"

**IV. OPIS OCZEKIWANYCH OSIĄGNIĘĆ DZIECI I SPOSOBÓW DIAGNOZY**

Wiek przedszkolny to okres dynamicznego rozwoju społeczno - emocjonalnego, intelektualnego i ruchowego dziecka. To czas, w którym należy przygotować je do roli ucznia, do życia w ustawicznie zmieniającym się świecie, do podejmowania zadań z różnych obszarów działalności człowieka, do pełnienia określonych ról w społeczeństwie, radzenia sobie w sytuacjach stresujących.

Cel ten osiągnę wtedy, gdy dziecko będzie potrafiło wyrażać swoje uczucia, przeżycia, nabędzie umiejętności komunikowania się, współżycia, współdziałania i przynależności do grupy, będzie umiało się wyciszyć, odprężyć, radzić sobie w sytuacjach trudnych i stresujących dla niego, nauczy się przełamywać bariery własnych niemożliwości, osiągnie satysfakcję z własnych działań.

Sprawdzanie nabywanych umiejętności będzie polegać głównie na obserwacji dzieci, czyli gromadzeniu danych drogą spostrzeżeń. Dwa razy w roku obserwację będę notowała w Arkuszu Obserwacji Rozwoju Dziecka w Przedszkolu. Dodatkowo będę prowadziła notatki indywidualnych przypadków - opisując problem zaistniały w grupie i niwelowanie go dzięki zastosowania niniejszego programu.

**V. WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI**

Planując działalność wychowawczo - dydaktyczną w przedszkolu muszę przede wszystkim poznać dziecko, jego potrzeby, problemy, trudności i możliwości. Poznanie to nie jest możliwe bez współpracy z rodziną, która jest podstawowym środkiem wychowawczym dziecka. Współpracując z rodzicami mam możliwość tworzenia jednego spójnego systemu wychowawczego. Współpraca obejmuje różne płaszczyzny, między innymi:

* wzajemną wymianę informacji;
* starania o zapewnienie warunków prawidłowego rozwoju dziecka;
* oddziaływanie na postawy rodzicielskie;
* informowanie o postępach realizacji niniejszego programu;
* integrowanie dzieci, rodziców, nauczycieli.

Systematyczna współpraca z rodzicami, dzielenie się aktualnymi informacjami o

rozwoju dziecka, jak również uzyskiwanie od nich niezbędnych wiadomości i wskazówek staje się podstawą harmonijnego oddziaływania na dziecko.

**VI. OPRAWA DYDAKTYCZNA, PRZYKŁADOWE SCENARIUSZE ZAJĘĆ**

**Harmonogram realizacji programu własnego pt.; "Wykorzystanie Metody Knillów i bajki terapeutycznej w pracy z dziećmi sześcioletnimi."**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Podjęte działania** | **Sposoby realizacji** | **Cele operacyjne** | **Czas realizacji** |
| Bajka pt.; "Strusiątko idzie do przedszkola"Program I - około 15 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * nauka radzenia sobie z własnym lękiem
* wykształcenie odporności emocjonalnej
* uczenie nawiązywania bliskiego kontaktu z innymi ludźmi
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
 | wrzesień 2013r. |
| Bajka pt.; "W krainie smoków"Program II - około 15 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * wzmacnianie więzi i współpracy w grupie;
* uczenie się rozwijania problemów z wyeliminowaniem zachowań opartych na agresji i przemocy;
* poznanie sposobów samokontroli własnego zachowania;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | październik 2013r.  |
| Bajka pt.; "Pajączek"Program III - około 20 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * kształtowanie postaw tolerancji i akceptacji wobec innych;
* doskonali umiejętność dokonywania oceny nie na podstawie wyglądu, ale na podstawie charakteru i postępowania;
* dostrzega pozytywne cechy u swoich kolegów;
* integruje się z grupą poprzez wspólną zabawę;
* kształtowanie dobrej samooceny;
* kształtowanie stabilności emocjonalnej;
* uspokojenie, zredukowanie problemów emocjonalnych;
* nabywanie umiejętności stanu odprężenia;
 | listopad 2013r. |
| Bajka pt.; "Bajka o pszczółce"Program I - około 15 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * wzmacnianie wiary we własne możliwości i odkrywanie talentów;
* umiejętność oceny i akceptacji siebie;
* przekazywanie wiedzy o sobie innym;
* zachęcanie do pozytywnego myślenia o innych;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
 | grudzień 2013r. |
| Bajka pt.; "Spotkanie ze zmrokiem"Program II - około 15 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * niwelowanie lęku przed ciemnością, przed zostaniem samemu w pokoju;
* przeżywanie sukcesu z bohaterem;
* umiejętność oceny i akceptacji siebie;
* przekazywanie wiedzy o sobie innym;
* kreowanie atmosfery przyjaźni;
* uczenie się pozytywnego myślenia o ciemności;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | styczeń 2014r. |
| Bajka pt.; "Bajka o szarym słowiku"Program IV - około 20 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * pokonywanie w sobie nieśmiałości;
* niwelowanie nieśmiałośći;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* nabywanie umiejętności oceny siebie;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | luty 2014r. |
| Bajka pt.; "Urodziny Prosiaczka"Program I - około 15 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * kształtowanie umiejętności nazywania swoich i cudzych emocji;
* wyrażanie swoich stanów emocjonalnych;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | marzec 2014r. |
| Bajka pt.; "O kotku Puszku"Program IV - około 20 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * niwelowanie lęku przed lekarzem;
* niwelowanie nieśmiałośći;
* uświadomienie dzieciom, jak dobre samopoczucie jest ważne w życiu;
* wdrażanie do liczenia się z potrzebami innych ludzi;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
 | kwiecień 2014r. |
| Bajka pt.; "Bajka o mróweczce"Program III - około 20 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * zapobieganie niepowodzeniom w nauce;
* zaakceptowanie siebie;
* kształtowanie pozytywnych cech (odwaga);
* docenianie osiągnięć własnych i innych osób;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* uwrażliwienie na rozumienie innych;
* wzmacnianie mięśni przykręgosłupowych;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | maj 2014r. |
| Bajka pt.: "Bajka o ołówku"Program IV - około 20 minut | OpowiadanieMetoda Knillów | * wzmacnianie więzi przyjacielskich
* uświadomienie potrzeby przyjaźni;
* kształtowanie pozytywnych cech (odwaga);
* docenianie osiągnięć własnych i innych osób;
* budowanie zaufania, lojalności;
* stymulacja empatii (współczucia);
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
 | czerwiec 2014r. |

**PRZYKŁADOWE SCENARIUSZE ZAJĘĆ**

**SCENARIUSZ NR 1 ( WRZESIEŃ 2013r.)**

Scenariusz ten sprzyja dobrej adaptacji dzieci do przedszkola. Może pomóc w przezwyciężaniu trudności w rozstawaniu się z rodzicami lub gdy trzeba zintegrować nowo przyjęte dziecko z grupą. Zajęcia tego typu mogą stać się punktem wyjścia do rozmów : „Co lubię, czego nie lubię, jak chciałbym to zmienić” ?

CEL GŁÓWNY: Niwelowanie lęku przed pójściem do przedszkola.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* nauka radzenia sobie z własnym lękiem
* wykształcenie odporności emocjonalnej
* uczenie nawiązywania bliskiego kontaktu z innymi ludźmi
* ujawnienie preferencji osobistych
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
* kształtowanie stabilności emocjonalnej;
* uspokojenie, zredukowanie problemów emocjonalnych;
* nabywanie umiejętności stanu odprężenia;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca strusia
* opowiadanie pt.: "Strusiątko idzie do przedszkola"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* praktycznego działania
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

        *Tego ranka Strusiątko obudziło się wcześnie, gdyż pierwszy raz w życiu szło do przedszkola. W drodze pociągnęło strusią mamę za skrzydło.*

*-Chcę wrócić z tobą do domu!*

*-Ależ Strusiątko, w twoim wieku chodzi się już do przedszkola i poznaje tam wiele innych dzieci.*

*Wychowawczyni, pani Antylopa powitała dzieci w sali, której podłoga wysypana była miękkim piaskiem. Pani wyczytywała dzieci : Nosorożec, Zebrunia, Żyrafiątko, Słoniątko, Strusiątko! Dzieci odpowiadały :*

*-Jestem, jestem!*

*Tylko Strusiątko nic nie powiedziało. Schowało głowę w piasek i myślało, że nikt go nie widzi. Pani uśmiechnęła się tylko, gdyż dobrze znała Strusiątka. Zostawiła je w spokoju i powiedziała :*

*-Nauczymy się ładnej piosenki!*

*Strusiątko wychyliło trochę głowę, gdyż bardzo lubiło piosenki.*

*-A teraz muzyka!*

*Nosorożec i Zebrunia dmuchają w trąby! Inni potrząsają tamburynkami ! Strusiątko jeszcze bardziej wysunęło głowę, trąbki są takie fajne! Wychowawczyni klaszcze w ręce :*

*-        A teraz wszyscy tańczą razem!*

*Strusiątko już całkiem wysunęło głowę.*

*-Nareszcie jesteś Strusiątko, powiedziała pani. Pokaż nam co potrafisz! I Strusiątko puściło się w tany...., a potem przez cały dzień wesoło się bawiło. A kiedy przyszła po niego mama, opowiedziało o wszystkich wesołych rzeczach jakie robiło w przedszkolu.....*

***2.Rozmowa na temat opowiadania.***

        Podczas rozmowy pytamy :

-Dlaczego Strusiątko nie chciało iść do przedszkola ?

-Czego się bało ?

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program I - około 15 minut

* KOŁYSANIE WYMACHIWANIE RĘKOMA
* ZINANIE I ROZPROSTOWYWANIE RĄK
* POCIERANIE DŁONI
* ZACISKANIE I OOTWIERANIE DŁONI
* RUCHY PALCÓW
* KLASKANIE
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE GŁOWY
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE POLICZKÓW
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE ŁOKCI
* GŁĄSKANIE POKLEPYWANIE BRZUCHA
* PRZEWRACANIE SIĘ
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 2 (PAŹDZIERNIK 2013r.)**

CEL GŁÓWNY: Wzmacnianie więzi i współpracy w grupie

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* nabywanie umiejętności rozróżniania i nazywania stanów emocjonalnych odczuwanych przez ludzi w różnych sytuacjach;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;
* uczenie się rozwijania problemów z wyeliminowaniem zachowań opartych na agresji i przemocy;
* poznanie sposobów samokontroli własnego zachowania;
* Umacnianie więzi grupowych i wdrażanie do postępowania zgodnie z przyjętymi zasadami współżycia w przedszkolu;
* Integrowanie grupy, wzmacnianie pozycji mniej znaczących dzieci w grupie;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca smoka
* opowiadanie pt.: "W krainie Smoków"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

**"W krainie smoków"**

*Od wielu lat w krainie Smoków królował Drapieżnik I. Początkowo był władcą bardzo uprzejmym i dobrym dla Smoków, swych poddanych. Ale powoli nabrał straszliwego przyzwyczajenia. Od czasu do czasu, w porze obiadowej, jego straszne pazury zaczynały go swędzić w sposób nie dający się opanować. Drapieżnik I maskował się wówczas dobrze, żeby nikt nie mógł rozpoznać go w zaułkach ciemnych ulic. Wysuwał swe pazury i hyc! Pożerał jednego małego smoka tu, innego tam. Było to okropne, ale Drapieżnik I nie potrafił opanować swędzenia swoich pazurów.
    Po każdym takim haniebnym wykroczeniu władca krył się w najciemniejszych zakątkach lasu płakał, i rozpaczał:
    - Jestem ostatnim głupcem! Dlaczego pożarłem te małe smoki, które nic mi złego nie zrobiły? Następnym razem już tak nie uczynię.
    Ale później znów postępował tak samo.
    Trudno jest być królem
    Wreszcie pewnego dnia Drapieżnik I postanowił obciąć sobie pazury. Zrobiono specjalne nożyce (naturalnie ze złota, gdyż król jest zawsze królem), którymi jeden z giermków obcinał królewskie pazury, gdy tylko zaczynały się wysuwać.
     Zaczęła się nowa epoka dla całej smoczej krainy. Bez pazurów Drapieżnik stał się wegetarianinem, nie wychodził więcej w nocy, nie napadał na nieostrożne małe smoki, nauczył się grać na pianinie i pić rumianek. Nigdy dotąd mieszkańcy nie byli tak szczęśliwi. Małe smoki tańczyły, śpiewały i bawiły się na ulicach aż do zmierzchu, nawet deszcz padał jedynie w nocy. Ale niestety! Pewnego sobotniego poranka złote nożyce, którymi obcinano pazury króla, gdzieś się zgubiły. Pazury Drapieżnika I zaczęły rosnąć błyskawicznie. Trzeba było koniecznie znaleźć te nożyce, w przeciwnym razie...
     Gdy cały dwór gorączkowo poszukiwał nożyc, premier posłał mysz książkową, by przeczytała jakąś historię, która by uspokoiła Drapieżnika I.
    - Dość myszko, mam już dosyć! Chce mi się jeść, a poza tym bardzo mnie swędzą pazury!
Przybył zaaferowany giermek z 125 parami bardzo mocnych nożyc. Próbował wielokrotnie, ale żadne nie były w stanie obciąć pazurów jego wysokości. Kucharze przygotowali najlepsze dania i wszystko to, co lubił Drapieżnik I. Ale on ciągle patrzył na pazury, które groźnie wysuwały się i mówił:
    - Och, czuję, że znów rozpocznę łowy. Mam ochotę na ładnego, kruchego małego smoka! Znajdźcie moje nożyce, albo zjem was wszystkich! - ryczał.
    Właśnie w tym momencie przez otwarte okno wskoczył do jadalni! - pewien mały sympatyczny smok. Wszystkich ogarnęło przerażenie! Natychmiast pazury Drapieżnika I wysunęły się, a jego łapy zaczęły posuwać się naprzód. Ale mały smok odważnie przemówił do króla:
    - Nie rozumiem. Jesteś królem, a twoje pazury nie słuchają ciebie?
    - Wszyscy mnie słuchają, a więc i moje pazury - odpowiedział niechętnie Drapieżnik I.
    - A więc spróbuj je wciągnąć!
    - Nie chce mi się - powiedział król i wyciągnął łapy.
    - Widzisz, mam rację. Twoje pazury nie słuchają ciebie!
    - Ach tak! Spójrz! - powiedział król i wciągnął pazury.
    - Brawo! Widzisz, że to nic trudnego. Trzeba tylko chcieć! Teraz jesteś naprawdę królem!
    Drapieżnik I zastanowił się przez chwilę.
    - Masz rację, malutki. Ale trudno być królem swoich własnych pazurów! Mały smok wyciągnął z torby złote nożyce króla i powiedział:
    - Znalazłem je królu, ale teraz już ich nie potrzebujesz.
Od tego dnia król nie kazał już sobie obcinać pazurów. Kiedy wysuwały się, mówił:
    - Jestem królem swoich pazurów! Bądźcie posłuszne i schowajcie się natychmiast!
Odtąd wszystko układało się pomyślnie w krainie Smoków.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

        Podczas rozmowy pytamy :

* Czy podobne problemy zdarzają się ludziom?
* Czy trudno jest być "królem samego siebie?"
* Co trzeba zrobić, żeby panować nad sobą?

3. **Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program II - około 15 minut

* KOŁYSANIE
* KLASKANIE
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE BRZUCHA
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE UD
* GŁĄSKANIE, POKLEPYWANIE KOLAN
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE PALCÓW U NÓG
* WIOSŁOWANIE
* POCIERANIE STÓP
* PORUSZANIE PALCAMI U NÓG
* PORUSZANIE NOGAMI
* LEŻENIE NA PLECACH
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BOK
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BRZUCH
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 3 ( LISTOPAD 2013r.)**

CEL GŁÓWNY: Kształtowanie postaw tolerancji i akceptacji wobec innych.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* rozwija postawę tolerancji i szacunku wobec innych;
* doskonali umiejętność dokonywania oceny nie na podstawie wyglądu, ale na podstawie charakteru i postępowania;
* dostrzega pozytywne cechy u swoich kolegów;
* integruje się z grupą poprzez wspólną zabawę;
* doskonali umiejętność samodzielnego wypowiadania się;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca pajączka
* opowiadanie pt.: "Pajączek"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

*Mały pajączek ciężko zachorował. Wiele dni przeleżał w szpitalu. Często myślał o swoich kolegach, tęsknił za nimi. Marzył o wspólnych zabawach, rozmowach, nie mógł się doczekać kiedy wróci do domu i wreszcie pójdzie do szkoły.*

*- No, jesteś prawie wyleczony - powiedział pewnego dnia doktor. - Musisz się tylko jak najszybciej nauczyć chodzić o kulach, bo twoje nóżki są jeszcze bardzo, ale to bardzo słabe.*

*E - pomyślał sobie pajączek. - To nic wielkiego, nauczę się tego, a potem wrócę do domu, do szkoły i będę już zawsze z moimi kolegami. Wszystkie ćwiczenia wykonywał z wielką chęcią i energią, nieraz ścierał pot z czoła, przezwyciężał ból, ale się nie poddawał. Marzył o dniu, kiedy koledzy przyjmą go z powrotem do grupy. Opanował doskonale sztukę chodzenia o kulach, potrafił nawet chodzić sam, podpierając się jedną kulą. To był wielki sukces, cieszył się i lekarz, i pielęgniarki, i rodzice, a pajączek był wprost szczęśliwy. Nie mógł się tylko doczekać, kiedy pójdzie do szkoły.*

*Nareszcie nastąpił ten długo oczekiwany dzień. Rodzice podwieźli go pod budynek, a dalej szedł sam, podpierając się kulą. Serce rozpierała mu radość, że już za chwilę będzie z kolegami. Wszedł do klasy i... Najpierw zaległa cisza, a potem posypały się wyzwiska: kulas, kuternoga, niezgrabek - i śmiech, wytykanie palcami.*

*Pajączek zagryzł zęby z bólu, płakał w środku, ale na twarzy nie pojawiła się żadna łza. Doszedł do ławki, usiadł. Jeszcze nigdy nie czuł się taki smutny, bez sił, zmęczony. Od tej pory stał zawsze na uboczu, nie bawił się z innymi. Po szkole spędzał czas w mieszkaniu, nie wychodził na podwórko.*

*Minęło kilka tygodni. Nauczycielka - pani Pajęczyca - poinformowała uczniów, że odbędzie się w szkole wielki konkurs, rywalizacja między klasami na najpiękniejszą pracę, jaką tylko potrafią wykonać pajączki.*

*- Co to za konkurs, co to za zadanie? - pytały bardzo zaciekawione.*

*- A co pajączki potrafią robić najlepiej? - spytała pani.*

*- Oczywiście pajęczynę! - chórem odkrzyknęła klasa.*

*- Tak, zgadłyście - potwierdziła nauczycielka. - Jest to bardzo ważny konkurs dla pajączków, bardzo - powtórzyła. - Brać się do pracy, bo za tydzień rozstrzygnięcie - dodała.*

*Przez cały tydzień pajączki zbierały się w grupki, dyskutowały, chwytały się za główki, bo każdy chciał zwyciężyć. Ostatniego dnia przyniosły swe prace i trwało niekończące się porównywanie. Tylko pracy naszego pajączka nikt nie oglądał. Miał ją zawiniętą w papier i tak ją oddał pani. Po godzinie pani Pajęczyca wpadła do klasy jak bomba i z radością obwieściła:*

*- Praca ucznia z naszej klasy zwyciężyła!*

*- Kto, kto jest tym szczęśliwcem - poruszeni pytają jedni przez drugich.*

*Pani rozwinęła rulon i przed ich oczyma ukazała się cała utkana z promieni słońca sieć, mieniąca się wszystkimi kolorami tęczy.*

*- Jaka piękna, cudowna - szepcą. - Ale, ale, proszę pani, to nie jest praca żadnego z nas - powiedzieli uczniowie, zawiedzeni.*

*- To jest pajęczynowa sieć naszego pajączka - powiedziała pani i podeszła do niego, całując go serdecznie.*

*- On, ten kuter... to niemożliwe - kiwały główkami - tak pięknie tkać nie potrafi nikt.*

*- Dzięki niemu nasza klasa wygrała konkurs i w nagrodę pojedziemy do grot, zobaczyć najstarsze sieci pajęcze.*

*- Hurra, hurra! - rozległy się gromkie krzyki. - Rzucili się wszyscy na pajączka, gratulując mu i ściskając go.*

*Od tej pory już nikt go nie przezywał, przeciwnie - wszyscy chcieli się z nim bawić i uczyć, byli dumni z jego umiejętności.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

        Podczas rozmowy pytamy:

* jak się czuł pajączek, gdy leżał w szpitalu?
* jaką część ciała miał chorą?
* jak zachowywały się dzieci w szkole, gdy zobaczyły pajączka?
* co on wtedy czuł?
* jak zachowywały się dzieci, gdy dowiedziały się, że to pajączek wygrał konkurs i dzięki niemu pojadą na wycieczkę? (nauczycielka wyjaśnia, iż nie można drugiego człowieka oceniać, np. tylko po wyglądzie, osoba niewidoma może pięknie śpiewać, grać na instrumencie itp.)

3. **Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program III - około 20 minut

* LEŻENIE NA BRZUCHU
* LEŻENIE NA PLECACH
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BRZUCH
* OBRACANIE SIĘ Z BRZUCHA NA PLECY
* OBRACANIE SIĘ Z BRZUCHA NA BOK
* PORUSZANIE NOGAMI
* CZOŁGANIE SIĘ NA BRZUCHU
* RACZKOWANIE
* KLĘCZENIE I SPACEROWANIE NA KOLANACH
* UPADANIE Z POZYCJI KLĘCZĄCEJ
* ODPYCHANIE I PRZYCIĄGANIE
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 4 ( GRUDZIEŃ 2013r.)**

CEL GŁÓWNY: Wzmacnianie wiary we własne możliwości i odkrywanie talentów.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* uświadomienie sobie swoich mocnych stron;
* umiejętność oceny i akceptacji siebie;
* przekazywanie wiedzy o sobie innym;
* zachęcanie do pozytywnego myślenia o innych;
* wzmacnianie poczucia własnej wartości;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca pszczółkę
* opowiadanie pt.: "Bajka o pszczółce"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

*Daleko stąd, daleko, w królestwie zwierząt, żyła pośród innych mała pszczółka. Tym się jednak różniła od innych pszczółek, które latały po łąkach i spijały słodki nektar z kwiatów, że zapragnęła zrobić wielką karierę, występować w telewizji, być na pierwszych stronach gazet. Marzyła o wielkiej sławie. Pewnego dnia powiedziała do mamy: Zostanę modelką. Mama najpierw się zdziwiła, a potem zaczęła tłumaczyć córeczce: Ależ kochanie, modelki mają takie długie nogi, są bardzo wysokie, a ty jesteś malutką pszczółką. Pszczółka nie chciała tego słuchać i nie czekając, aż mama skończy, odleciała czym prędzej do szkoły dla modelek. Właśnie zaczynały się zajęcia. Sarenki i łanie biegały po wybiegu, przytupywały kopytkami, kręciły ogonkami, a nal biedna pszczółeczka musiała uważać, by jej ktoś niechcący nie nadepnął. Na szczęście miała żądło i to ją uchroniło przed zadeptaniem. Nikt jednak nie zwracał na nią uwagi. Po kilku lekcjach sama stwierdziła, że to zajęcie nie dla niej. Zostanę piosenkarką, pomyślała, potrafię tak doskonale brzęczeć. Mamo - powiedziała - zmieniłam decyzję, zostanę piosenkarką. - Ależ ty nie potrafisz śpiewać! Nie znasz nut - mówiła bardzo zmartwiona mama. - Umiem za to pięknie brzęczeć - odparła pszczółka, wzruszyła lekceważąco ramionami i nie słuchając dłużej mamy, odleciała do radia. Pięknie brzęczę - powiedziała, wchodząc do studia. - Doskonale - odparł redaktor słowik. - Właśnie dzisiaj mamy konkurs młodych talentów, stań w kolejce i tutaj, na tej kartce napisz swój repertuar. - Repertuar... a co to takiego? - zdziwiła się. - Zapisz tutaj, o tu - pokazał pazurkiem - piosenki, jakie zaśpiewasz. - Mmmhhhhmmm - zamruczała niezadowolona pszczółka. I po chwili uzmysłowiła sobie, że nie zna żadnej piosenki, potrafi tylko brzęczeć. Słowiki wyśpiewywały trele morele, skowronki nuciły smętne pieśni, nawet wróbelki dzióbkiem wystukiwały rytm i zawzięcie powtarzały słowa piosenek. Tutaj nie cenią prawdziwych talentów, pomyślała. Tylko się skompromituję, nie docenią mnie. Czym prędzej odleciała do ula. A może zostać aktorką, najlepiej filmową? - zastanawiała się. - Tak, nadaję się do tego. Ale i tutaj okazało się, że liski, kreciki, a nawet niedźwiadki lepiej znają sztukę aktorską. Nasza pszczółeczka nie potrafiła zadeklamować wiersza czy zatańczyć. Może zostać stawnym sportowcem? Zajączki biegają szybciej, koniki wyżej skaczą. Nie, do tego też się nie nadaje. Co ja nieszczęśliwa mam robić, jaki zawód wybrać? – głośno lamentowała. Przyleciały inne pszczółeczki, usiadły dookoła i spytały: - Dlaczego nie chcesz zbierać miodu? Masz taki piękny ryjek, na pewno będziesz w tym znakomita. Chodź z nami. Poleciały na piękną łączkę i po pracowitym dniu mała pszczółeczka zebrała garnek słodkiego nektaru. - Jesteś w tym naprawdę wspaniała – pochwaliła mama. - Bardzo się cieszę, że moja córeczka jest takim dobrym zbieraczem. Pszczółeczka spojrzała z dumą na garnek pełen po brzegi i też się ucieszyła. Potem pomyślała: Do tego się właśnie nadaję, to potrafię robić dobrze. Zadarta łebek do góry bardzo z siebie dumna i razem z innymi poleciała do ula.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program I - około 15 minut

* KOŁYSANIE WYMACHIWANIE RĘKOMA
* ZINANIE I ROZPROSTOWYWANIE RĄK
* POCIERANIE DŁONI
* ZACISKANIE I OOTWIERANIE DŁONI
* RUCHY PALCÓW
* KLASKANIE
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE GŁOWY
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE POLICZKÓW
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE ŁOKCI
* GŁĄSKANIE POKLEPYWANIE BRZUCHA
* PRZEWRACANIE SIĘ
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 5 ( STYCZEŃ 2014r.)**

CEL GŁÓWNY: Niwelowanie lęku przed ciemnością, przed zostaniem samemu w pokoju.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* przeżywanie sukcesu z bohaterem;
* umiejętność oceny i akceptacji siebie;
* przekazywanie wiedzy o sobie innym;
* kreowanie atmosfery przyjaźni;
* uczenie się pozytywnego myślenia o ciemności;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca "Zmorka"
* opowiadanie pt.: "Spotkanie ze Zmorkiem"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

*Za oknem zapadał zmrok. Słońce chowało swoje ostatnie promyki. Dzień kończył swoją wędrówkę, a za nim zmierzał małymi kroczkami wieczór. W niewielkim miasteczku w pięknym i dużym domu mieszkał wraz z rodzicami mały Jacek. Chłopiec miał 6 lat, był niski, miał bujną czuprynkę, a złote loki opadały mu na czoło. Miał swój pokój, w którym było miło i przytulnie. Na półkach były poukładane zabawki, a na szafce obok łóżeczka stał szmaciany pajacyk. To ulubiona maskotka Jacka. Bardzo lubi się z nim bawić. Dostał go od babci na swoje urodziny. Właśnie odkładał go na miejsce, gdy usłyszał dobiegający z kuchni głos mamy.****- Synku chodź na kolację!
- Zaraz, zaraz..*** *Jacek nie śpieszył się. Dobrze wiedział, że po kolacji będzie musiał umyć ząbki i pójść do swojego łóżeczka.
Zostanie sam w ciemnym pokoju, wyglądającym wieczorem ponuro, a za szafą będzie czaił się zły Zmorek, który chce zabrać malca. Na samą myśl o tym, chłopcu przebiegł dreszcz po plecach. Bardzo nie lubił zostawać w ciemnym pokoju.
W dzień to co innego. Wszystko jest znajome, a jasność promienieje wokoło. Kiedy tak o tym wszystkim rozmyślał do pokoju weszła mama.****- Przecież wołam Cię, nie słyszysz?******- Słyszę, słyszę mamusiu, ale...*** *Chłopiec nie zdążył dokończyć.****- Nie ma żadnego "ale"!*** *- odpowiedziała zdecydowanym głosem mama, która była już lekko podenerwowana.****- Wiesz przecież, że tatuś idzie dzisiaj do pracy na drugą zmianę i bardzo się śpieszy. Idziemy więc szybko na kolację. Ja też mam jeszcze bardzo wiele pracy i nie mam czasu na dyskusje.
- To nie poczytasz mi dzisiaj bajeczki do snu? -*** *pyta zasmucony synek.* ***- Ty ciągle swoje -*** *powiedziała mama* ***- chłopcy w twoim wieku tak nie marudzą. Jesteś już taki duży i możesz iść spać sam. Ja będę w kuchni.*** *Mama wzięła Jacusia za rączkę i poszli do kuchni na kolację. Na stole stał już kubek ciepłego mleka i kanapki z warzywami, które tak uwielbiał chłopczyk. Ale tego wieczoru Jacek wcale nie był głodny. Rozmyślał o tym jak to będzie kiedy znajdzie się sam w swoim łóżeczku. Z tych rozmyślań wyrwała go nagle mama.****- Pij mleko, bo stygnie. Jeśli nie zjesz kanapki będzie bolał cię brzuszek, pamięta****j - mówiła mama.
Tatuś spojrzał na synka podejrzanym wzrokiem i zwrócił się o niego:****- Mamusia opowiadała mi, że ostatnio bardzo grymasisz przed snem. Wiesz przecież, że światło nie może palić się całą noc. Nie rozumiem cię synku, ja gdy jestem zmęczony zamykam oczy i zaraz zasypiam.
- Tak tato, ale ty jesteś duży i taki odważny..... a ja....*** *- nie dokończył Jacek, który czuł wielkie zdenerwowanie.****- Co ty?*** *- dopytywał się tato.* ***Ty musisz być bardzo dzielny, nie beksa!******- Kiedy ja nie jestem beksa.*** *- bronił się Jacuś, któremu powoli zaczynały błyszczeć oczka i ukradkiem otarł spadającą łzę, żeby tatuś jej nie zobaczył.****- Dość już tego, śpieszę się do pracy i nie będę wysłuchiwał twoich wymówek.*** *Do tej rozmowy wtrąciła się w końcu mama:****- Jedz szybciutko, słyszałeś co powiedział tatuś. Zaraz idziesz do łazienki, a potem do łóżeczka.*** *Jacuś zjadł mały kęs, wypił mleko i posłusznie, choć powoli ruszył w kierunku łazienki.****- Nie wiem co się z nim dzieje?*** *- zwróciła się mama do męża.****- Jestem tak zapracowana nie zawsze mam czas, aby siedzieć z nim zanim zaśnie. Mam tyle spraw na głowie! A on ciągle z tym.... zaraz jak on go nazywa - zastanowiła się przez chwilę mama - Ach! Już wiem - "Zmorkiem".*** *Tato tymczasem schował do torby kanapki, ubrał się w pośpiechu i wychodząc do pracy powiedział do synka:****- Cześć! Trzymaj się! Jutro się spotkamy!
- Cześć -*** *dobiegł cichy głosik z łazienki.
Mama wolnym krokiem zbliżając się w stronę łazienki powiedziała:****- Już jesteś gotowy Jacusiu? Jeśli tak to idziemy do łóżeczka.*** *Po chwili razem wyszli z łazienki i poszli do pokoju Jacka. Mama położyła synka i przykryła go miękką kołderką, na której "tańczyły" lale i misie. Jacuś bardzo lubi tę kołderkę, ale jeszcze bardziej cieszy się gdy mama ma chwilkę, żeby z nim zostać. Ale dzisiaj znowu tak nie było. Mamusia pocałowała synka i zmierzała w kierunku drzwi, za chwilę zgasiła światło i oto pokój ogarnęła ciemność, której tak bał się chłopczyk.****- Mamusiu, Czy nie możesz ze mną zostać?*** *- zapytał z nadzieją w głosie malec.****- Przecież mówiłam ci, że mam jeszcze tyle rzeczy do zrobienia*** *- odpowiedziała poirytowana mama.
Nagle chwyciła za klamkę, zamknęła drzwi i poszła do swoich obowiązków. Jacuś został sam. Szybko zamknął oczy, mocno dociskając powieki. Naciągnął kołderkę na głowę i wsłuchiwał się w ciszę. W jego małej główce mnożyły się pytania, na które nie znał odpowiedzi. Bał się otworzyć oczy, żeby przypadkiem nie zobaczyć Zmorka, który czyha na niego. Jacuś był bliski płaczu. Już chciał zawołać mamę, ale nagle zrezygnował i pomyślał -* ***"przecież Ona nie ma czasu****". Nagle Jacuś wysunął główkę spod kołderki, bardzo powoli otworzył jedno oko, potem drugie. I nagle zobaczył swój pokój, który tonął w ciemnościach, a po ścianach "coś biegało". -* ***To on!*** *- pomyślał chłopiec. Bardzo szybkim ruchem ręki wziął z szafki swojego ulubionego pajacyka i mocno przycisnął go do serduszka, które waliło w tej chwili jak oszalałe. W końcu nie mógł się powstrzymać i po policzkach zaczęły spływać mu łzy. Nagle jedna z tych gorących łez spadła na pajacyka. I stała się rzecz niezwykła. Do uszu chłopca dobiegł jakiś miły, aksamitny głosik. Z początku był bardzo cichy, potem stawał się coraz głośniejszy.****- Nie płacz przyjacielu!*** *- rzekł nieznany głos****- Kto to powiedział****? - zastanawiał się głośno Jacek, ale nie czuł już tak ogromnego strachu jak przed chwilą.****-To ja twój szmaciany pajacyk, którego tak mocno przyciskasz do serduszka.*** *Chłopiec był tak wzruszony i zaskoczony, że z początku nie mógł wydobyć z siebie głosu. Dopiero po chwili spróbował zebrać myśli i zapytał:****- Czy to możliwe, że ty mówisz i rozumiesz ludzką mowę? Przecież jesteś pajacykiem - moją zabawką?*** *Na to pajacyk odpowiedział:****- Rozumiem Jacusiu. Jestem przecież twoim przyjacielem. Mam czarodziejską moc, która pozwala mi mówić, słyszeć i rozumieć twoje problemy. Jestem tu po to, aby ci pomóc.***  *Kiedy chłopiec to usłyszał zmieszał się trochę i gdyby było jasno pajacyk z pewnością zobaczyłby na twarzy swojego przyjaciela czerwony rumieniec zawstydzenia.****- Ja, ja...*** *zaczął niepewnie chłopiec, ale nie skończył.****- Tak, wiem*** *- wtrącił pajacyk* ***- ty boisz się ciemności. Nie chcesz spotkać się ze Zmorkiem. Nie chcesz Go nawet widzieć.. Muszę ci powiedzieć w tajemnicy, że nie tylko ty boisz się spać w pokoju, gdy nadchodzi ciemna noc. Wielu twoich kolegów i koleżanek też się boi ciemnej nocy.***  *Wtedy Jacuś zaczął opowiadać pajacykowi o tym, że widzi Zmorka, który przychodzi nocą do niego i choć nic nie mówi, to na pewno chce go zabrać. Jest on ubrany w długą czarną pelerynę. Ma wielkie oczy i nie chce wyjść z jego pokoju, a on bardzo się go boi. Tak bardzo się Go boi, że ze strachu przed nim nie może nawet otworzyć oczu. Kiedy chłopiec skończył opowieść pajacyk zastanowił się chwilę i powiedział:****- Posłuchaj Jacusiu, tak wcale nie musi być dalej. Popatrz w okno*** *- rzekł pajacyk.* ***-Popatrz na swój pokój. Może zobaczysz tu Kogoś miłego?******- Kiedy ja się boję*** *- odrzekł drżącym głosem malec****- Wiem, ale spróbuj to zrobić. Choć na chwilę otwórz oczy. Jestem przecież przy tobie i nie pozwolę by ci się coś złego stało. Mówiłem ci, że jestem twoim przyjacielem, a przyjaciele powinni sobie pomagać i ufać. Muszę ci również powiedzieć w tajemnicy, że ja znam Zmorka. Jest to mój znajomy. Znamy się już bardzo długo.*** *Jacuś słuchał uważnie każdego słowa, które pajacyk szeptał mu spokojnie do ucha. Jego serduszko zaczęło bić już spokojniej. Chłopiec uspokoił się i ostrożnie bardzo powoli otworzył oczy. "Nawet nie jest tak strasznie" - przemknęła Jackowi myśl po głowie. I wtedy właśnie Go zobaczył, ale tym razem już nie schował głowy pod kołderkę jak to czynił każdego wieczoru. I nagle Zmorek widząc, że chłopiec nabiera coraz więcej pewności siebie zwrócił się do niego miłym i spokojnym głosem.****- Witaj Jacusiu, w końcu się spotykamy. Widzisz wcale nie jestem taki straszny i zły. Ja po prostu lubię noc i ciemność. Kiedy ludzie smacznie śpią ja czuwam nad ich spokojnym snem. Nad twoim Jacusiu także. Spójrz teraz przez okno. Widzisz blask księżyca, który się do ciebie uśmiecha? On jest tam każdej nocy i jeśli dobrze się wsłuchasz, to możesz usłyszeć jego kołysankę. Jest to kołysanka dla wszystkich dzieci, które nie mogą zasnąć i tak jak ty boją się ciemności. Spotykamy się zawsze każdej nocy.*** *Jacuś uważnie wysłuchał Zmorka i zapytał go nieśmiało.****- Czy naprawdę księżyc nuci kołysankę również dla mnie? Czy on mnie widzi?
- Ależ tak!*** *- odpowiedział zdecydowanie Zmorek.* ***- On i Ja czuwamy nad tobą kiedy śpisz.*** *Chłopiec zainteresował się tą opowieścią i mocno przytulił do siebie szmacianego pajacyka, który dodawał mu odwagi. Tymczasem Zmorek opowiadał dalej:****- Zobacz jak wokół księżyca tańczą i rozświetlają całe niebo jego pomocnice - gwiazdki. Widzisz je dlatego, że ja tu jestem. Kiedy ja odchodzę, a swoją wędrówkę zaczyna Dzień - znikają i oni.*** *Jacek bardzo zainteresował się widokiem jaki zobaczył za oknem. Spojrzał przez nie i zobaczył tam lśniący księżyc, który mrugał do niego swoim złotym i wielkim okiem. Gwiazdki zamigotały i zatańczyły w radosnym uniesieniu. Teraz już nie było mu smutno, już się nie bał. Teraz już Zmorek wcale nie był tak straszny, a Jego oczy wydawały się chłopcu miłe. Zniknął gdzieś strach, który go do tej pory nie opuszczał. I wówczas na jego twarzy pojawił się uśmiech. I choć było ciemno, to Zmorek zobaczył jak rozbłysła w oku jego iskierka. Była to iskierka radości. Teraz już był spokojny o chłopca.****- Wiesz*** *- rzekł Zmorek* ***- myślę, że już sobie poradzisz. Przekonałeś się, że nie jestem groźny i wcale nie chcę cię zabrać ani skrzywdzić. Ja po prostu jestem strażnikiem nocy, który dba o ciszę kiedy zapada zmrok. A gdybyś kiedyś znowu poczuł się samotny i smutny przyciśnij pajacyka do swojego serduszka, zawołaj mnie to z tobą chętnie porozmawiamy i znów opowiemy ci ciekawą historię.
- Popatrzymy na jasny złoty księżyc i błyszczące gwiazdy?*** *- zapytał chłopca Zmorek.****- Tak. Wiesz, ja już się nie boję. Teraz wiem, że ty jesteś miły i nikomu nie robisz krzywdy. Noc wcale nie musi być straszna. Prawda?
- Tak, Jacusiu.***  *Zmorek mówił dalej, a chłopiec go słuchał. Z początku bardzo uważnie, aż jego powieki stawały się coraz cięższe, coraz senniejsze. Chłopiec nadal trzymał w dłoniach pajacyka, który pomógł mu dzisiaj pokonać swój strach i w końcu zasnął. A sen jego był spokojny. Już od dawna taki nie był. Wówczas Zmorek popatrzył jeszcze raz na księżyc, mrugnął do niego i dalej czuwał nad snem Jacusia.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

        Podczas rozmowy pytamy:

* Dlaczego chłopiec bał się zostać sam w pokoju?
* Czy wy też boicie się ciemności?

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program II - około 15 minut

* KOŁYSANIE
* KLASKANIE
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE BRZUCHA
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE UD
* GŁĄSKANIE, POKLEPYWANIE KOLAN
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE PALCÓW U NÓG
* WIOSŁOWANIE
* POCIERANIE STÓP
* PORUSZANIE PALCAMI U NÓG
* PORUSZANIE NOGAMI
* LEŻENIE NA PLECACH
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BOK
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BRZUCH
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 6 (LUTY 2014r.)**

CEL GŁÓWNY: Pokonywanie w sobie nieśmiałości.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* niwelowanie nieśmiałośći;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* nabywanie umiejętności oceny siebie;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca słowika
* opowiadanie pt.: "Bajka o szarym słowiku"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką.**

*Bajka o szarym słowiku*

*Czy widziałeś kiedyś słowika w zaroślach? Pewnie nie, bo rzeczywiście trudno go zobaczyć. Chowa się w gęstych krzakach bo jest bardzo skryty. Wcale nie jest kolorowy tak jak inne ptaki. Jest troszkę większy od wróbelka, ma brązowo-szare piórka zupełnie bez żadnych wzorków i czarne oczka. Posłuchaj historii o małym młodziutkim słowiczku o imieniu Jasio.*

*Jaś mieszkał niedaleko rzeczki w gniazdku uplecionym z traw pod niedużym krzakiem. Był jeszcze malutki i bardzo bał się oddalać od gniazdka. Dobrze czuł się gdy jego Mama lub Tata byli w pobliżu. Gdy jednak miał coś zrobić zupełnie sam to już nie za bardzo. Trochę obawiał się innych ptaków i nawet gdy widział, że świetnie się bawią razem to wolał je oglądać z daleka niż się przyłączyć do zabawy.*

*Gdy tak patrzył na inne ptaki myślał sobie zawsze jakie one są wspaniałe. Widział gila z pięknym czerwonym brzuszkiem i niebiesko-czarnymi piórkami na grzbiecie. A potem Jaś patrzył na siebie i wzdychał widząc, że on taki kolorowy nie jest. Gdy z kolei przyglądał się krukowi podziwiał jaki ten jest duży. Chciałby być taki jak on, a przecież słowiczki są malutkie. Zawsze wydawało mu się, że inne ptaki miały bardziej ostre dzioby, dłuższe ogony, szybciej latały, ładniej machały ogonkami. We wszystkim wydawały się lepsze od niego.*

*Więc nawet gdy inne ptaszki zapraszały go do zabawy to on wolał siedzieć pod swoim krzaczkiem blisko rodziców i tylko przyglądać się zabawie innych. Tylko wieczorami jak już było ciemno odważał się wzlecieć na sam szczyt krzaka i gdy upewnił się, że nikt go nie widzi wtedy sobie śpiewał. Uwielbiał to robić. To sprawiało mu największą przyjemność. Potrafił tak śpiewać nawet długo w noc i za każdym razem wymyślał nową melodię, która się nigdy nie powtarzała.*

*Pewnego ranka gdy tak siedział sobie przy swoim gniazdku i jak zwykle podpatrywał z daleka bawiące się ptaszki, zobaczył gila, który mu się przyglądał z boku. Na początku Jaś nie wiedział o co chodzi. Rozejrzał się niepewnie, a gil w tym czasie podszedł do niego i spytał cichutko:
- Czy nauczysz mnie śpiewać?
I zaraz dodał:
- Słyszałem Cię jak śpiewasz wieczorem. To było coś wspaniałego. Ja chyba nigdy tak nie będę potrafił – powiedział zwieszając smętnie dziobek*

*Słowik był tak zaskoczony, że nie potrafił się w pierwszej chwili odezwać. A gil chyba źle zrozumiał jego milczenie bo potem mówił coraz bardziej smutnym głosem:
- Ty pewnie mnie nawet nie chcesz znać… Bo ja wcale ładnie nie śpiewam… I w ogóle… To ja lepiej sobie pójdę…*

*Gdy Jaś zobaczył, że ten odchodzi zebrał się w sobie, dogonił go i powiedział:
- Zostań! Ja nazywam się Jaś.
- A ja Florek – powiedział gil i uścisnęli się piórkami z uśmiechem.*

*- Dlaczego nigdy nie chcesz się z nami bawić? – spytał Florek jak już sobie razem usiedli – nie podobają Ci się nasze zabawy?
- To nie o to chodzi – powiedział Jaś – Jestem taki mały i szary, zawsze myślałem, że nikt się nie będzie chciał ze mną bawić… A nawet gdybym się już przyłączył to na pewno bym sobie nie poradził.*

*- No co Ty! – zaprzeczył gil – Jak ja chciałbym być taki mały i szary jak Ty gdy się bawimy w chowanego. Ja nigdy wtedy nie mam szans. Zaraz mnie wszyscy znajdują! Ty za to byłbyś mistrzem!*

*- Posłuchaj – mówił dalej – Każdy ptaszek jest inny. Jeden jest bardziej kolorowy, inny szary, jeden większy, inny mniejszy, jeden dobrze pływa, inny świetnie lata. I to jest właśnie najlepsze! Właśnie dzięki temu gdy się razem bawimy może być tak wspaniale.
- Ja też kiedyś byłem nieśmiały tak jak Ty. Bałem się włączyć do zabawy i wolałem trzymać się tylko blisko Mamy i Taty. To nie było takie łatwe – podejść do innych ptaków i przyłączyć się do nich. Ale zrobiłem to! I bardzo się z tego cieszę!
- Jak mi obiecasz, że nauczysz mnie śpiewać to ja też Ci pomogę – dodał*

*Jaś zastanawiał się tylko przez chwilę, a potem powiedział zdecydowanie:
- Tak! Chcę się włączyć do zabawy!*

*Przyjaciele wzięli się za skrzydełka i poszli w kierunku bawiących się ptaków. Florek przedstawił im Jasia i nie minęła chwila, a świetnie się już razem bawili. Okazało się, że mały słowiczek w wielu zabawach był świetny. A nawet gdy coś mu nie wychodziło najlepiej to przecież każdemu czasami coś się nie udaje. Najważniejsza jest przecież wspólna wesoła zabawa.*

*A wieczorem wszystkie ptaszki poprosiły słowika, żeby ich nauczył lepiej śpiewać. Okazało się, że wszyscy słyszeli wieczorne trele Jasia i chociaż nie wszyscy wiedzieli kto tak pięknie śpiewał to wszystkim się bardzo podobały. Kiedy Mama i Tata wieczorem wrócili do gniazdka to się bardzo zdziwili. Zobaczyli swojego synka jak śpiewał głośno i ochoczo przed grupą wpatrzonych w niego ptaszków. Obrócił się w ich stronę, mrugnął porozumiewawczo oczkiem i uśmiechnął się do nich. A oni byli z niego tacy dumni.*

*Jak kiedyś na wiosnę usłyszysz wieczorem najpiękniejszy śpiew ptaszka to zapewniam Cię – to będzie właśnie słowik. Nie będzie Ci łatwo go wypatrzeć – jest nieduży i brązowo-szary. Śpiewa jednak najpiękniej w całym lesie!*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program IV - około 20 minut

* LEŻENIE NA BRZUCHU
* LEŻENIE NA BRZUCHU I MRUGANIE OCZYMA
* LEŻENIE NA PLECACH Z RĘKAMI WOKÓŁ KARKU
* PORUSZANIE NOGAMI (JAZDA ROWERKIRM)
* ODBIJANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* KRĘCENIE SIĘ WOKÓŁ SIEDZENIA ŚLIZGANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* PODNOSZENIE SIĘ I STANIE BEZ RUCHU
* PODNOSZENIE RAMION JEDNO, A POTEM OBU JEDNOCZEŚNIE
* PODNOSZENIE JEDNOCZEŚNIE- JEDNEJ RĘKI
* NOGI
* STAWANIE PRZED KIMŚ
* PODBIEGANIE DO - ODBIEGANIE OD
* SPACEROWANIE SZYBKO I DELIKATNIE
* SPACEROWANIE WOLNO I CIĘŻKO
* SPACEROWANIE WOLNO I DELIKATNIE (PO CICHU)
* DWA I DWA (ZNAJDŹ PARTNERA)
* ODPYCHANIE I PRZYCIĄGANIE
* DOWOLNE RUCHY (TANIEC)

**SCENARIUSZ NR 7 (MARZEC)**

CEL GŁÓWNY: Kształtowanie umiejętności nazywania swoich i cudzych emocji, wyrażanie swoich stanów emocjonalnych..

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* niwelowanie nieśmiałośći;
* uświadomienie dzieciom, jak dobre samopoczucie jest ważne w życiu;
* ukazanie dobrych cech i wyjątkowości każdego dziecka;
* wdrażanie do liczenia się z potrzebami innych ludzi;
* poprawa stosunków między dziećmi w grupie;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca prosiaczka
* opowiadanie pt.: "Urodziny prosiaczka"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką. W trakcie opowiadania zadawanie dodatkowych pytań dzieciom.**

*Słonko dzisiaj wstało bardzo wcześnie i ze zdziwieniem patrzyło na łąkę, po której biegał Prosiaczek i krzyczał głośno:*

*- Hura, hura! Dziś są moje urodziny! Tak bardzo się cieszę! Będą goście, prezenty i tort!*

**JAK CZUŁ SIĘ PROSIACZEK?**

*- Hej, Prosiaczku! Czemu tak wcześnie wstałeś? – spytało zaspane słonko.*

*- Bo dziś są moje urodziny, mam mnóstwo pracy!*

*- Ojej, to wszystkiego najlepszego i życzę ci udanego przyjęcia. A kto jest zaproszony?*

*- Zaproszony? No, ja..., właściwie... nikogo nie zaprosiłem, ale chyba przyjdą?*

**CO MÓGŁ CZUĆ PROSIACZEK?**

*- A jak nie? Może mają inne plany, albo zapomnieli .*

*- O rety! Lecę ich wszystkich zaprosić. Potem muszę upiec tort i przygotować mnóstwo smakołyków.*

*Zanim słonko zdążyło odpowiedzieć, Prosiaczka już nie było. Biegł, co sił w nogach: najpierw do Puchatka, potem do Tygryska i Kłapouchego. Na koniec odwiedził Kangurzycę i Maleństwo. Niestety, goście nie byli zadowoleni, że zaprasza się ich w ostatniej chwili. To duży kłopot, trzeba się przecież przygotować do takiego przyjęcia: umyć się, ubrać odświętnie, no i najważniejsze KUPIĆ PREZENT! Co prawda, lepiej byłoby zrobić samemu, ale na to nikt już nie miał czasu.*

*Kiedy Prosiaczek wrócił do domu, było już południe. A tu jeszcze tyle roboty!*

*- Nie zdążę! Ale wstyd! Cała chatka do sprzątania, trzeba upiec tort i ciasteczka, zrobić napój miodowy i lody z bitą śmietaną! – lamentował solenizant i robił kilka rzeczy na raz. Rezultat był taki, że gdy przyszli goście, Prosiaczek był zmęczony sprzątaniem, przygotowaniami i zły bo tort nie bardzo się udał.*

**JAKIE EMOCJE ODCZUWAŁ PROSIACZEK**

*Goście byli jednak w świetnych nastrojach. Złożyli życzenia i wręczyli Prosiaczkowi prezenty. Niestety okazało się, że wszystkie były takie same, bo kupowane w ostatniej chwili i w pośpiechu. Tak więc Prosiaczek otrzymał cztery komplety koszulek – dobrze, że w różnych kolorach. Kiedy goście zaśpiewali „Sto lat” i zjedli tort, zrobiło się nudno. Nikt nie wiedział, co dalej robić. Tygrysek chciał skakać i fikać koziołki, Kłapouchy miał ochotę na rozmowę z Kangurzycą, Kubuś Puchatek nie mógł oderwać się od jedzenia, a Maleństwo grymasiło. Prosiaczek patrzył na wszystkich smutnym wzrokiem. Nie tak wyobrażał sobie swoje urodziny.*

**JAK MÓGŁ CZUĆ SIĘ PROSIACZEK ?**

*Nagle Tygrysek skoczył na stół z dzikim okrzykiem, a potem zawisł na żyrandolu. Puchatka rozbolał brzuch, bo zjadł 6 kawałków tortu i wypił butelkę mocno gazowanej coca-coli. Chciał wstać od stołu i niechcący rozlał napój miodowy.*

*- Co wy robicie? – spytała Kangurzyca. Ale było już za późno – Tygrysek z hukiem spadł na podłogę zahaczając o stół. Spadło kilka miseczek, talerz i wazon z kwiatami. Wystraszeni goście szybko się pozbierali i poszli do domu.*

*Prosiaczek wyszedł przed chatkę i cicho płakał. Zobaczyło go zachodzące słonko i spytało:*

*- Czemu płaczesz Prosiaczku, przecież dziś są twoje urodziny?*

*- Nic mi się nie udało! A przecież tak się starałem. Coś jednak zrobiłem źle, tylko co?*

*- Nie martw się! Pomyśl, co było nie tak i zapisz to sobie na kartce, aby w następnym roku było lepiej.*

*- Prawdziwy z ciebie przyjaciel! Dziękuję ci za ten wspaniały pomysł!*

*Ucieszony Prosiaczek wziął kartkę i zaczął pisać. Pisał i pisał, a było tego wiele. Słonko nie zdążyło podglądnąć, co było na kartce, a może wy wiecie?*

**JAKIE EMOCJE MÓGŁ ODCZUWAĆ PROSIACZEK?**

* Zabawa „ Jaka to emocja”

Radość , smutek , gniew , żal , złość , szczęście , strach – to emocje, które wszyscy przeżywamy. Widać to po naszym zachowaniu, naszej buzi, naszych oczach. Dzięki temu inni ludzie mogą się domyślać, jak się teraz czujemy.

Nauczyciel wybiera chętne dzieci, aby wyszły kolejno na środek i próbowały za pomocą miny i gestów pokazać jakąś emocję. Jeśli dzieci nie będą miały własnych pomysłów, nauczyciel może podpowiedzieć na ucho. Reszta grupy ma za zadanie rozpoznać, jaka to emocja.

Po tej zabawie nauczyciel mówi, że najbardziej lubimy być radośni, szczęśliwi, zgodni, lubiani, zadowoleni. To, jak się czujemy zależy od innych i od nas samych. Powinniśmy dbać o własne, dobre samopoczucie i o dobre samopoczucie innych – naszych przyjaciół, kolegów, rodziny. Gdyby Prosiaczek lepiej przygotował się do urodzin, zadbałby o swoje samopoczucie i gości – wszyscy byliby zadowoleni.

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program I - około 15 minut

* KOŁYSANIE WYMACHIWANIE RĘKOMA
* ZINANIE I ROZPROSTOWYWANIE RĄK
* POCIERANIE DŁONI
* ZACISKANIE I OOTWIERANIE DŁONI
* RUCHY PALCÓW
* KLASKANIE
* GŁASKANIE POKLEPYWANIE GŁOWY
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE POLICZKÓW
* GŁASKANIE, POKLEPYWANIE ŁOKCI
* GŁĄSKANIE POKLEPYWANIE BRZUCHA
* PRZEWRACANIE SIĘ
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 8 (KWIECIEŃ)**

CEL GŁÓWNY: Niwelowanie lęku przed lekarzem.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* niwelowanie nieśmiałośći;
* uświadomienie dzieciom, jak dobre samopoczucie jest ważne w życiu;
* wdrażanie do liczenia się z potrzebami innych ludzi;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca kotka Puszka
* opowiadanie pt.: "O kotku Puszku"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką. W trakcie opowiadania zadawanie dodatkowych pytań dzieciom.**

*Dawno, dawno temu w małym przytulnym domku pod lasem mieszkał z rodzicami kotek o imieniu Puszek. Wokół domku rozpościerał się przepiękny widok na ogród, w którym rosło mnóstwo kwiatów. Za domkiem znajdowało się niewielkie jeziorko z czystą wodą, w której wesoło pluskały się kolorowe rybki.*

*Puszek bardzo lubił wyprawy nad jeziorko i lubił przyglądać się pływającym rybkom. Drugim z ulubionych zajęć kotka były zabawy w kolorowym ogrodzie. W tych zabawach brali udział przyjaciele kotka: niedźwiadek, żabka i motylek.*

*Pewnego pięknego i słonecznego dnia Puszek obudził się, przetarł oczy, zjadł szybko śniadanko przygotowane przez mamę, wypił kubek mleka i nagle, w otwartym oknie kuchennym ujrzał zbliżających się przyjaciół. Postanowił szybko do nich dołączyć. Uradowany wybiegł tak szybko, że nie zauważył leżącego na schodach autka...potknął się i bęc! Upadł. Kiedy wstał, to poczuł, że bardzo piecze, boli i puchnie mu prawa przednia łapka. Wielkie łzy napłynęły mu do oczu; zrobiło mu się gorąco i niedobrze.*

*Na szczęście w drzwiach domku stanęła mama. Podniosła płaczącego synka, zaniosła do pokoju i postanowiła zadzwonić po pana doktora.*

*Puszek poczuł, że ze strachu nastroszyło mu się futerko i drżało całe jego ciałko. Przypomniało mu się jak niedźwiadek opowiadał, że gdy był chory, to pan w białym fartuchu dał mu gorzkie, niedobre lekarstwo do picia, a pani pielęgniarka kuła go długą igłą w łąpkę. Strasznie go bolało i miś bardzo rozpaczał.*

*Kotek pomyślał, że teraz to wszytko przydarzy się jemu. Z tego strachu kotek schował się głęboko pod kołdrę i cicho płakał. Co jakiś czas wyglądał niespokojnie spod kołderki i sprawdzał, czy nie nadchodzi doktor. I oto spostrzegł, że blisko niego siada jego przyjaciel motylek.*

*- Dlaczego tak płaczesz Puszku?*

*- Bo mama powiedziała, że zaraz przyjdzie do mnie doktor.*

*- Dlaczego tak się go boisz?*

*Puszek powtórzył motylkowi, jak niedźwiadek opowiadał o swoich przeżyciach - o lekarzu, o gorzkim lekarstwie i o zastrzykach.*

*Motylek zaczął się uśmiechać i powiedział do kotka:*

*- Oj ty głuptasku nie masz się czego bać!!!*

*Ja też miałem złamane skrzydełko, spadły na niego dwie kropelki, też poszedłem do doktora. Pan doktor dotknął mojego skrzydełka, obejrzał, zabrał mnie na prześwietlenie do szpitala. Wcale nie było to takie straszne, a za to bardzo potrzebne. Gdybym się bał i nie pozwoliłbym się dotknąć lekarzowi, dziś nie mógłbym poruszać skrzydełkiem ani fruwać.*

*Puszek nie do końca uwierzył motylkowi, ale jego strach całkiem zniknął. Usłyszał że pod dom podjechało leśne pogotowie, wysiadł doktor Puchacz. Miłym ciepłym głosem zapytał: Gdzie kotek?*

*Puszek z ciekawości wysunął łebek spod kołdry i zobaczył miłego pana, który trzymał w ręce kolorową książeczkę. Podał ją Puszkowi, a ten z zaciekawieniem zaczął ją oglądać.*

*W tym czasie doktor dokładnie obejrzał chorą łapkę i stwierdził, że trzeba jechać do szpitala na prześwietlenie. Mama z Puszkiem wsiadła do samochodu i pojechała do szpitala. Leśny szpital nie był wcale taki straszny, jak się Puszkowi wydawało. Na ścianach były wymalowane obrazki, wszędzie było miło i przytulnie.*

*Po Puszka przyszła uśmiechnięta miła Lisiczka, która była pielęgniarką i zabrała go ze sobą. Powiedziała, że zrobi zdjęcie jego chorej łapki. Puszek rozglądał się po gabinecie, w którym na ścianach wisiały obrazki w pięknych kolorowych ramkach i nawet nie zauważył, kiedy zdjęcie było gotowe. Teraz należało tylko założyć gips na złamaną łapkę.*

*Pani Lisiczka zaprowadziła Puszka do pokoju, który okazał się jak z bajkowego snu. Ściany przypominały barwną łąkę, na której bawił się z przyjaciółmi. Puszek poczuł się bezpiecznie i nawet nie wiedział, kiedy doktor Puchacz założył mu gips na łapkę.*

*Mógł już spokojnie wrócić z mamą do domu.*

*Mama w nagrodę za jego odwagę kupiła synkowi zestaw "małego doktora". Puszek był bardzo zadowolony i od tej pory wraz z przyjaciółmi bawił się w "leśne pogotowie". A strach przed lekarzem zniknął na zawsze.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

* **Co się stało Puszkowi gdy wybiegł do przyjaciół?**
* **Dlaczego Puszek bał się doktora?**
* **Co powiedział Motylek Puszkowi?**
* **Jakie odczucia miał Puszek po pierwszej wizycie u lekarza?**

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program IV - około 20 minut

* LEŻENIE NA BRZUCHU
* LEŻENIE NA BRZUCHU I MRUGANIE OCZYMA
* LEŻENIE NA PLECACH Z RĘKAMI WOKÓŁ KARKU
* PORUSZANIE NOGAMI (JAZDA ROWERKIRM)
* ODBIJANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* KRĘCENIE SIĘ WOKÓŁ SIEDZENIA ŚLIZGANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* PODNOSZENIE SIĘ I STANIE BEZ RUCHU
* PODNOSZENIE RAMION JEDNO, A POTEM OBU JEDNOCZEŚNIE
* PODNOSZENIE JEDNOCZEŚNIE- JEDNEJ RĘKI
* NOGI
* STAWANIE PRZED KIMŚ
* PODBIEGANIE DO - ODBIEGANIE OD
* SPACEROWANIE SZYBKO I DELIKATNIE
* SPACEROWANIE WOLNO I CIĘŻKO
* SPACEROWANIE WOLNO I DELIKATNIE (PO CICHU)
* DWA I DWA (ZNAJDŹ PARTNERA)
* ODPYCHANIE I PRZYCIĄGANIE
* DOWOLNE RUCHY (TANIEC)

**SCENARIUSZ NR 9 (MAJ 2014)**

CEL GŁÓWNY: Zapobieganie niepowodzeniom w nauce.

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* zaakceptowanie siebie;
* kształtowanie pozytywnych cech (odwaga);
* docenianie osiągnięć własnych i innych osób;
* budowanie poczucia wartości;
* umocnienie wiary we własne siły;
* uwrażliwienie na rozumienie innych;
* rozwijanie umiejętności empatii;
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* wzmacnianie mięśni przykręgosłupowych;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca mrówkę
* opowiadanie pt.: "Bajka o mróweczce"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1.Słuchanie opowiadania ilustrowanego marionetką. W trakcie opowiadania zadawanie dodatkowych pytań dzieciom.**

*Mała mróweczka rozpoczęła naukę w zerówce. Od samego początku nie mogła sobie poradzić z zadaniami, jakie mają mrówki w zerówce. Uczą się podnosić, a potem transportować różne rzeczy. Nauka jest ciężka, codziennie noszą na swych grzbietach patyki, listeczki, gałązki, poziomki, jagody, a także uczą się, jak je pakować, by się nie zniszczyły.
Mrówka była bardzo pracowita, bardzo chciała otrzymywać dobre oceny, ale co z tego - była bardzo malutka, taka tyciu, tyciusieńka i nie mogła udźwignąć tych wszystkich ciężarów. Inne silniejsze i większe dobrze sobie radziły, tylko ona zawsze zostawała w tyle.
Mrówki przezywały ją, wyśmiewały się z niej. Bardzo się tym martwiła, chodziła zasmucona. Bała się zajęć i tego, że nie udźwignie zadanego ciężaru i dostanie znowu jedynkę. Najchętniej by w ogóle nie chodziła do zerówki. Wstydziła się złych stopni i tego, że jest taka słaba. Koleżanki mrówki niechętnie się z nią bawiły, nawet nie chciały z nią siedzieć w jednej ławce.
Mijały dni. Pewnego razu przyjechała do przedszkola komisja, każda mrówka została zmierzona, zważona. Najdłużej badano małą mrówkę; członkowie komisji oglądali ją, kręcili głowami, potem długo się naradzali, aż w końcu orzekli, że niektóre mrówki są za małe i muszą chodzić do zerówek dla liliputów. One przecież już niedużo urosną, a w starszych klasach dojdą nowe przedmioty i ciężary będą jeszcze większe. Mrówki te przecież będą robotnicami. Postanowiono, że mała przejdzie do specjalnej zerówki, gdzie też jest nauka, tylko ciężary troszkę mniejsze, takie, które bez trudności udźwignie.
- Ona idzie do zerówki specjalnej dla liliputów! - wyśmiewały się inne mrówki.
- No to co z tego? - spytała pani Mrówa, nauczycielka. Nie umiały odpowiedzieć, ale dalej się wyśmiewały, zwracając uwagę, czy pani nie słyszy.
- Pójdę do innej zerówki - zadecydowała mróweczka - bo tutaj, jak widzę, mnie nie lubią.
Jak pomyślała, tak zrobiła. Nowe przedszkole od razu jej się spodobało, była taka sama jak poprzednia, a jednak inna, ciężary do ćwiczeń były mniejsze, a i koledzy milsi. Już po kilku dniach mróweczka miała szóstki i piątki w dzienniczku. Znalazła tam przyjaciółki, takie same jak ona - małe mróweczki. Bardzo lubiła chodzić do tej szkoły, było jej tylko przykro, gdy spotykała kolegów z poprzedniej, którzy dalej się z niej śmiali, pokazywali palcami i przezywali.
Pewnego dnia przez las szedł groźny wielkolud, wymachiwał kijem na wszystkie strony i niszczył wszystko, co było na jego drodze. Natknął się na mrowisko i kijem zaczął wiercić w nim dziury. Ziemia zadrżała, zaczęły walić się w mrowisku domy, szkoły, wszystkie mrówki z przerażeniem patrzyły, jak ich praca jest niszczona. Trzeba się było bronić, więc solidarnie wszystkie razem zaatakowały intruza. Pogryziony, jak niepyszny uciekł, gdzie pieprz rośnie. Ucieszone mrówki wróciły do mrowiska.
Okazało się po chwili, że wiele domów i ulic zostało zniszczonych, a także cenne przedmioty, między innymi malutka złota korona królowej. Lament wielki zapanował w mrowisku. Przecież królowa nie może rządzić bez korony! Rozpoczęły się poszukiwania. Korony jednak jak nie było, tak nie było. Wszystkie tunele, poza jednym, zostały sprawdzone. Do tego ostatniego nikt nie mógł wejść. Tunel wił się głęboko w ziemi, był bardzo wąski, ciemny, niebezpieczny. Mógł w każdej chwili się zawalić i pogrzebać na zawsze śmiałka. Nikt więc nie próbował tam wejść.
Tylko mała mróweczka zdecydowała się na ten odważny krok. I po chwili już wąskim korytarzem schodziła niżej i niżej. Dookoła był mrok, czuła wilgotną ziemię. Wolno sprawdzała każdy odcinek drogi. Niczego poza ciemnością tam nie było. Jednak się nie zniechęcała, schodziła coraz głębiej. Zatrzymała się na chwilę, by otrzeć pot z czoła, i wtedy zobaczyła, że coś połyskuje. Pochyliła się. Znalazła koronę.
Ucieszona wracała jak na skrzydłach. Wszyscy ją podziwiali. To przecież dzięki jej odwadze królowa mogła z powrotem rządzić mrowiskiem, mrówki chodzić do szkoły, a robotnice pracować.
- Jesteś niezwykle dzielna - powiedziała królowa, wręczając jej order odwagi. Gratulacjom, uściskom nie było końca. A ci, którzy kiedyś się z niej wyśmiewali, teraz wstydzili się tego okropnie. Bo nie jest ważne, czy się jest dużym, czy małym; czy nosi się duże, czy małe ciężary. A co jest ważne?*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

        Podczas rozmowy pytamy:

* co robiły mrówki w zerówce?
* czy na początku mała mróweczka dawała sobie radę z zadaniami?
* co się stało z mrowiskiem?
* kto znalazł koronę królowej?

3. **Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program III - około 20 minut

* LEŻENIE NA BRZUCHU
* LEŻENIE NA PLECACH
* OBRACANIE SIĘ Z PLECÓW NA BRZUCH
* OBRACANIE SIĘ Z BRZUCHA NA PLECY
* OBRACANIE SIĘ Z BRZUCHA NA BOK
* PORUSZANIE NOGAMI
* CZOŁGANIE SIĘ NA BRZUCHU
* RACZKOWANIE
* KLĘCZENIE I SPACEROWANIE NA KOLANACH
* UPADANIE Z POZYCJI KLĘCZĄCEJ
* ODPYCHANIE I PRZYCIĄGANIE
* RELAKSACJA

**SCENARIUSZ NR 10 (CZERWIEC 2014)**

CEL GŁÓWNY: Wzmacnianie więzi przyjacielskich

CELE SZCZEGÓŁÓWE:

* uświadomienie potrzeby przyjaźni;
* kształtowanie pozytywnych cech (odwaga);
* docenianie osiągnięć własnych i innych osób;
* budowanie poczucia wartości;
* budowanie zaufania, lojalności;
* uwrażliwienie na rozumienie innych;
* stymulacja empatii (współczucia);
* doskonalenie koordynacji dwóch stron ciała;
* doskonalenie planowania ruchów;
* nauka orientacji w przestrzeni;
* poczucie niezależności;
* kształtowanie dobrej samooceny;

POMOCE DYDAKTYCZNE:

* pacynka przedstawiająca ołówek
* opowiadanie pt.: "Bajka o ołówku"
* magnetofon
* płyta szkoleniowa z Metody Knillów

METODY:

* słowna
* problemowa
* aktywizująca
* metoda Knillów
* bajkoterapia

FORMY PRACY:

* grupowa
* indywidualna
* PRZEBIEG ZAJĘCIA:

**1. Słuchanie opowiadania ilustrowanego pacynką.**

*W pewnym piórniku leżały równo ułożone ołówki. Były kolorowe, tylko jeden był zwykły, szary. Tuż obok niego znajdował się wspaniały ołówek dwukolorowy: czerwono-niebieski. Ołówki zawsze przebywały razem, czy to leżąc obok siebie w piórniku, czy ścigając się i kreśląc wzory na papierze. Szary rysował kontury, a dwukolorowy wypełniał je barwami. Bardzo lubiły się tak razem bawić. Inne kolorowe chciały przyjaźnić się z dwukolorowym, ale on wolał szary i z nim spędzał czas.
- Co to za zwyczaje - szeptały oburzone - że dwukolorowy przyjaźni się z takim zwyczajnym! To nie wypada, nie wypada - powtarzały.
Ale dwukolorowy nie słuchał tego gadania, szarak zresztą też. Obydwa przecież bardzo się lubiły.
Aż pewnego dnia wydarzyło się straszne nieszczęście; dwukolorowemu złamały się grafity.
- Będzie do wyrzucenia, do wyrzucenia - szeptały ołówki, z satysfakcją przekazując sobie tę wieść.
Dwukolorowy bardzo się zasmucił, szarak jeszcze bardziej.
- Jak mu pomóc, co zrobić - pytał sam siebie. - Nie, nie pozwolę, by taki wspaniały ołówek, który jeszcze może tyle pięknych rzeczy narysować, został wyrzucony.
Wziął przyjaciela na plecy i pomaszerował szukać lekarza ołówków. Przyjaciele długo szukali pomocy. Szary ołówek był już bardzo zmęczony, co chwilę odpoczywał, ale nie ustawał w poszukiwaniach.
Nareszcie znalazły bardzo starą Temperówkę.
- Spróbuję wam pomóc - rzekła i bardzo ostrożnie zabrała się do pracy.
Delikatnie, by nie spowodować zniszczeń, skrobała, przycinała i w końcu zatemperowała.
- Uf, już po zabiegu - powiedziała. - Udało się, jesteś wprawdzie krótszy, ale dalej pięknie możesz rysować, co tylko zechcesz.
- Naprawdę ? - spytał z niedowierzaniem dwukolorowy.
- Pomogłam tobie, ale największą przysługę oddał ci twój przyjaciel - Szary Ołówek.
- E tam - powiedział Szarak zawstydzony tą pochwałą. - My jesteśmy prawdziwi przyjaciele, on nie zdradził naszej przyjaźni dla innych, kolorowych, więc ja... Tutaj zaczął się jąkać bardzo wzruszony.
Dwukolorowy nic nie powiedział, tylko przytulił się do niego. Wróciły razem do piórnika, by odpocząć po przeżyciach, a nazajutrz znowu rysowały razem.*

**2.Rozmowa na temat opowiadania.**

        Podczas rozmowy pytamy:

* Z kim bawił się dwukolorowy?
* Co takiego przydarzyło się dwukolorowemu?
* Kto pomógł kolorowemu?
* Czy warto mieć przyjaciela?
* Czy wy też macie przyjaciela?

**3. Zestaw ćwiczeń i zabaw opracowanych na podstawie programu aktywności Knillów.**

Program IV - około 20 minut

* LEŻENIE NA BRZUCHU
* LEŻENIE NA BRZUCHU I MRUGANIE OCZYMA
* LEŻENIE NA PLECACH Z RĘKAMI WOKÓŁ KARKU
* PORUSZANIE NOGAMI (JAZDA ROWERKIRM)
* ODBIJANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* KRĘCENIE SIĘ WOKÓŁ SIEDZENIA ŚLIZGANIE SIĘ NA SIEDZENIU
* PODNOSZENIE SIĘ I STANIE BEZ RUCHU
* PODNOSZENIE RAMION JEDNO, A POTEM OBU JEDNOCZEŚNIE
* PODNOSZENIE JEDNOCZEŚNIE- JEDNEJ RĘKI
* NOGI
* STAWANIE PRZED KIMŚ
* PODBIEGANIE DO - ODBIEGANIE OD
* SPACEROWANIE SZYBKO I DELIKATNIE
* SPACEROWANIE WOLNO I CIĘŻKO
* SPACEROWANIE WOLNO I DELIKATNIE (PO CICHU)
* DWA I DWA (ZNAJDŹ PARTNERA)
* ODPYCHANIE I PRZYCIĄGANIE
* DOWOLNE RUCHY (TANIEC)

BIBLIOGRAFIA:

* Brett Doris, Bajki, które leczą (cz.I), Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006r.
* Brett Doris, Bajki, które leczą (cz.II), Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006r.
* Jagieła Jarosław, Socjoterapia w szkole, Rubikon, Kraków 2099r.
* Kaja B., Zarys terapii dziecka, Wydawnictwo Uczelniane WSP, Bydgoszcz
* Molicka M., Bajki terapeutyczne, Media Rodzina, Poznań 2009r.
* Materiały szkoleniowe, Metoda Knillów, EDUCO Centrum szkoleń 2013r.