

Barbara Pająk

Żyjmy z radością

Szkoła podstawowa, kl. I-III

Treści z podstawy programowej:

- rozwijanie kompetencji takich jak: kreatywność, innowacyjność, przedsiębiorczość;
- wszechstronny rozwój osobowy ucznia przez pogłębianie wiedzy oraz zaspokajanie i rozbudzanie jego naturalnej ciekawości poznawczej;
- ukierunkowanie ucznia ku wartościom;
- praca w zespole.

Cele zajęć:

- wyzwalanie umiejętności twórczych u dzieci;
- kształtowanie kreatywności i radosnego podejścia do życia;
- rozbudzanie wyobraźni;
- rozwijanie poczucia tożsamości i akceptacji własnej osoby;
- rozwijanie sprawności ruchowej i świadomości własnego ciała;
- nawiązywanie pozytywnych relacji z rówieśnikami;
- uczenie czerpania radości ze wspólnej zabawy.

Wiek i grupa uczestników: uczniowie klas I-III szkoły podstawowej, grupa do 20 osób.

Czas pracy: 60-90 min

Formy pracy: praca indywidualna, praca w grupie.

Metody pracy: choreoterapia, metody dramy, praca z tekstem, pogadanka.

Materiały: kartki z wydrukowanym tekstem wiersza Ewy Waśniowskiej „Radość” dla każdego uczestnika; zdjęcia i kolorowe wycinki z gazet przedstawiające różne radosne momenty z życia jak

również potencjalne pasje (np. wspinaczka po górach, bieganie) jak i drobne przyjemności (np. truskawki, lody), kartki, kredki (mogą być pastelowe), farby.

Literatura: tekst wiersza Ewy Waśniowskiej pt. „Radość”.

Przebieg zajęć

Wprowadzenie:

1. Powitanie przy muzyce.

(muzyka rytmiczna, ale spokojna)

Uczestnicy swobodnie poruszają się po sali, witając się ze sobą na różne sposoby: np. podają sobie ręce, pocierają się swoimi nosami, podają sobie dłonie zahaczając kciukami o siebie, przytulają się do siebie itp.

2. Zabawa ruchowa: muzyka –stop.

Uczestnicy poruszają się swobodnie po sali w rytm muzyki; na hasło liczbowe (2,3 lub 4) przy jednoczesnym zatrzymaniu muzyki – tworzą grupki, chwytając się za ręce (tyle osób jakie padło hasło liczbowe). Po chwili znów tańczą swobodnie przy muzyce itd.

3. Ćwiczenie ma refleks.

Wszyscy stoją w kole. Jedna osoba jest w środku koła i wskazuje kogoś mówiąc: TOSTER. Wskazana osoba podskakuje jak gotowa grzanka, a osoby stojące po jej prawej i lewej stronie łapią się za ręce, tak by „grzanka” była w środku. Kto się pomyli wchodzi do środka. Inne dziwne przedmioty (oczywiście można samemu wymyślać najróżniejsze rzeczy):

MIKSER – osoba środkowa podnosi dłonie nad głowy osób po bokach, a te zaczynają się obracać

SŁOŃ – osoba w środku pokazuje trąbę, a osoby po bokach wielkie uszy MAŁPA – środek drapie się po brzuchu i głowie, a sąsiedzi łaskoczą go po bokach

SUPERMEN – środek prezentuje mięśnie, a boki wskazują na niego z podziwem.

4. Ćwiczenie dramowe.

Uczestnicy chodzą swobodnie po sali. Po chwili na dany znak mają dopasować swój styl poruszania się do następujących okoliczności:

- znaleźliśmy się nagle w Krainie Słodocy
- zgubiliśmy przed chwilą swoją ulubioną zabawkę

- zgubiliśmy się w lesie w nocy
- idziemy na urodziny do ulubionej koleżanki/kolegi
- wracamy właśnie z przegranego meczu

W wyznaczonym miejscu leżą kartki przedstawiające poszczególne uczucia. Zadaniem dzieci jest po każdej przywołanej sytuacji podejść do obrazka na którym jest przedstawione dziecko z wyrazem twarzy obrazującym dane uczucie. Nazywamy to uczucie.

Część zasadnicza:

1. Pogadanka.

Jak ważna dla nas jest radość? Jak ją wyrażamy? Jak wygląda radosny człowiek? Czy jest dla niej miejsce w naszej codzienności? Ile zajmuje ona miejsca w naszym życiu? Co możemy robić, żeby było jej więcej? Czy sposób myślenia wpływa na to, jak postrzegamy daną sytuację?

Dlaczego zdarza się, że ta sama sytuacja jedną osobę cieszy a inną nie?

2. Powiedz o tym, co cię cieszy.

Na stole rozkładamy przygotowane wcześniej zdjęcia i kolorowe wycinki z gazet przedstawiające różne elementy życia: radość i bliskość ludzi, kwiaty, ogrody, relaks, książka, jedzenie, pyszne owoce itp. inne przyjemności, góry, wycieczki, podróże, spacer, drzewa itd.

Zadaniem dzieci jest napisanie swojego imienia – ozdobienie go „na wesoło” albo w jakikolwiek inny artystyczny sposób, a następnie wybranie „obrazków”, które są nam bliskie, które prezentują czynności, jakich wykonywanie sprawia nam radość i poukładanie ich wokół swojego imienia.

Następnie – prezentacja swojej osoby w kontekście wybranych zdjęć itp.

3. Radość życia i tworzenia.

Wszyscy uczestnicy otrzymują tekst wiersza i ich zadaniem jest dokończenie go. Następnie chętne osoby mogą przeczytać wszystkim swoją wersję.

„RADOŚĆ” / Emilia Waśniowska

Radość oczywista

że się jest

że się je

że się widzi

że się wie

że się słyszy

że się chce

że się czuje

że się pnie

że się biegnie

że się mknie

że się rośnie

że się jest

Jakie to doświadczenie – współtworzyć wiersz?

Ochotnicy dzielą się swoimi wrażeniami.

4. Tajemnicze pudło.

Prowadzący kładzie na środku sali pudło, z którego dzieci wyciągają różne przedmioty. Siedząc w kole kolejno podchodzą do pudła i wyciągają po jednym przedmiocie.

Zadaniem jest określenie co symbolizuje dany przedmiot oraz odpowiedź na pytanie czy kojarzy nam się z czymś radosnym.

- książka – czytanie
- piłka – granie w piłkę, zabawa
- pędzel -malowanie
- koszyczek – wyjście na grzyby
- szyszka - spacer do lasu
- kwiatek – wyjście na spacer, na łąkę
- ręcznik – kąpiel, np. w basenie
- małe grabki – praca w ogródku
- widokówka – wycieczki

Czy tego typu aktywności również mogą przynosić nam radość?

Refleksja o tym, jakie jest bogactwo różnych możliwości, dzięki którym możemy radośnie spędzać czas.

5. Radość – narysuj ją.

Z jakimi kolorami kojarzy wam się radość? Jak chcielibyście ją przedstawić? (do dyspozycji kredki

i farby)

Prezentacja prac. Można podzielić się tym, dlaczego w taki właśnie sposób przedstawiliśmy radość.

Zakończenie i ewaluacja:

1. Akademia śmiesznych kroków – spontaniczny taniec; do energetycznej i wesołej muzyki.

Uczestnicy tworzą koło i idą po jego linii poruszając się swobodnie w rytm muzyki. Wybrana osoba prowadzi taniec pokazując ruchy, które pozostałe osoby naśladowują. Następnie, po chwili, dotknięciem ręki przekazuje prowadzenie osobie idącej za nią, a ta później kolejnej i w ten sposób każdy ma możliwość wymyślenia kroków i ruchów do naśladowania. Ustalamy, że nie ma tu żadnych reguł; ruchy mogą być śmieszne, nawet zupełnie „bez sensu”, takie, jakie chcemy.

2. Czy podobały wam się zajęcia? Uczestnicy wybierają obrazek z buźką uśmiechniętą lub smutną i wrzucają je do kapelusza wychodząc z zajęć.

Barbara Pająk,

Regionalny Zespół Placówek Wsparcia Edukacji Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Opolu