

PAKIET MATERIAŁÓW DYDAKTYCZNYCH

do kształcenia na odległość dla nauczycieli
szkół podstawowych klas 1-3

zajęcia integracyjne, godzina wychowawcza

Projekt „Wsparcie placówek doskonalenia nauczycieli i bibliotek pedagogicznych w realizacji zadań związanych z przygotowaniem i wsparciem nauczycieli w prowadzeniu kształcenia na odległość”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Materiał opracowany w ramach grantu przez Centrum Rozwoju Edukacji Województwa Łódzkiego/Wojewódzki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Zgierzu. Autor: Małgorzata Komorowska

SCENARIUSZ ZAJĘĆ DLA:

uczniów klas 1 – 3 szkoły podstawowej

PROWADZONYCH PRZEZ:

nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej, nauczyciel specjalista (pedagog, psycholog)

TEMAT:

Oswajam lęk – wracam do szkoły

CELE KSZTAŁCENIA – WYMAGANIA OGÓLNE:

- umożliwienie uczniom oswojenia i odreagowania lęku.

TREŚCI NAUCZANIA – WYMAGANIA SZCZEGÓLNE:

Uczeń:

- potrafi określić czego się boi, nazwać swoje obawy i lęki,
- potrafi wskazać sygnały płynące z ciała, a świadczące o lęku,
- potrafi wskazać czynniki, które sprawiają mu radość,
- potrafi wskazać sygnały płynące z ciała, a świadczące o radości,
- potrafi różnicować sytuacje powodujące radość od sytuacji powodujących lęk.

METODY PRACY:

- techniki multimedialne,
- Zintegrowana Platforma Edukacyjna,
- praca indywidualna,
- oparte na działalności praktycznej uczniów.

ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

- MS Teams, tablica whiteboard,
- karty pracy (załącznik 1, załącznik 2),
- małe karteczki samoprzylepne,
- mazaki,

- miękka tkanina np.: polar, kolorowy papier samoprzylepny, cekiny, guziki i inne drobne elementy do ozdoby maskotki.

PRZEWIDYWANY CZAS:

45 minut

PROPONOWANY PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Część 1. Powitanie uczniów.

Część 2. Nauczyciel sprawdza listę obecności.

Instrukcja: uczniowie potwierdzają swoją obecność słownie, dodatkowo podnoszą „łapkę” na czacie.

Część 3. Rozmowa na temat szkoły i doświadczeń w niej zdobywanych. Przywołanie dobrych wspomnień związanych ze szkołą.

Instrukcja: nauczyciel moderuje rozmowę, stara się zadawać uczniom pytania pomocnicze np.: Co sprawia ci największą radość w szkole?

Część 4. Praca na tablicy whiteboard oraz równocześnie na karcie pracy (załącznik 1)

Instrukcja: każdy uczeń pisze przyjemne wydarzenia na karteczce samoprzylepnej i umieszcza ją na tablicy Whiteboard, równocześnie wpisuje przyjemne wydarzenia, jakich doświadczył w szkole, na arkuszu z konturem szkoły z emotikonką radości. Uczeń może korzystać z wpisów, jakich dokonują jego rówieśnicy.

Część 5. Omówienie wykonanej pracy, analiza dokonanych przez uczniów wpisów.

Część 6. Rozmowa na temat obaw i lęków związanych z powrotem do szkoły po długotrwałej nieobecności (np.: długotrwała choroba, lockdown).

Instrukcja: uczniowie wypowiadają się na forum klasy, chęć wypowiedzi sygnalizują „łapką” podniesioną do góry.

Część 7. Praca na tablicy Whiteboard oraz równocześnie na karcie pracy (załącznik 2)

Instrukcja: każdy uczeń pisze na karteczce samoprzylepnej wydarzenie powodujące strach/obawę/lęk związane z powrotem do szkoły i umieszcza ją na tablicy

Whiteboard; równocześnie wpisuje lęki, jakich doświadczył w szkole, na arkuszu z konturem szkoły z emotikonką strachu. Uczeń może korzystać z wpisów, jakich dokonują jego rówieśnicy.

Część 8. Odczytywanie zapisanych karteczek z obu konturów szkoły i omawianie ich treści.

Część 9. Praca samodzielna uczniów – wykonanie „maskotki lęku”.

Instrukcja: uczniowie zginiatają w kulę arkusz z konturem szkoły i emotikonką lęku, następnie otulają kulę w miękką tkaninę i wykonują „maskotki lęku” ozdabiając ją w dowolnie wybrany sposób. Na zakończenie tej części uczniowie prezentują swoje „maskotki lęku”.

Część 10. Gra interaktywna „Oswajam lęk – rozpoznaję emocje”

Instrukcja: nauczyciel udostępnia link do quizu na ZPE.

<https://moje.zpe.gov.pl/dolacz/22205800> [dostęp: 14.12.2021]

Część 11. Ponowne odczytanie karteczek umieszczonych na konturze szkoły z emotikonką radości, podkreślenie jak dużo pozytywnych doświadczeń i przeżyć dostarcza pobyt w szkole. Podsumowanie i zakończenie zajęć.

EWALUACJA ZAJĘĆ:

Uczniowie na zakończenie zajęć określają swoje samopoczucie zaznaczając odpowiednią emotikonkę na czacie.

BIBLIOGRAFIA:

Bandelow B., (2015), *Nie bój się lęku : 5 sprawdzonych strategii*, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Cohen L. J., (2015), *Nie strach się bać : jak rodzicielstwo przez zabawę radzi sobie z lękami dzieciństwa*, Warszawa: Grupa Wydawnicza Relacja.

Derezińska I., Gajdzik M., (2010), *Dziecko z zaburzeniami lękowymi w szkole i przedszkolu : informacje dla pedagogów i opiekunów*, Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.

Kendall P. C., Hedtke K. A., (2013), *Terapia poznawczo-behawioralna zaburzeń lękowych u dzieci : program Zaradny Kot : podręcznik terapeuty*, Sopot: Gdańskie

Wydawnictwo Psychologiczne.

Lange-Rachwał M., (2019), *Moje dziecko się boi : jak mogę mu pomóc?*, Warszawa: Difin.

Lynch Ch., (2012), *Lęk u dzieci ze spektrum autyzmu : praktyczne porady dla rodziców* , Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Rapee R. M., Wignall A., Spence S. H., Cobham V., Lyneham H., (2017), *Lęk u dzieci : poradnik z ćwiczeniami* /, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

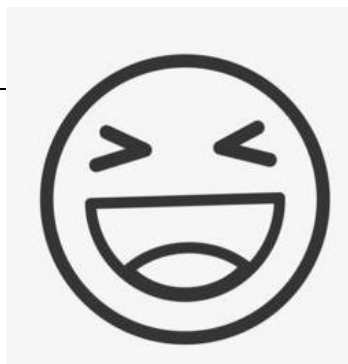
Zaleski Z., (2018), *Psychologia lęku przed przyszłością*, Warszawa: Difin.

ZAŁĄCZNIKI:

1. Karta pracy Radość
2. Karta pracy Strach
3. Gra interaktywna „Oswajam lęk – rozpoznaję emocje”

4.

Załącznik 1. Karta pracy Radość



Załącznik 2. Karta pracy Strach



Załącznik 3. Gra interaktywna „Oswajam lęk – rozpoznaję emocje”

(link: <https://moje.zpe.gov.pl/dolacz/22205800>) [dostęp: 14.12.2021]

W poniższych ćwiczeniach wybierz to uczucie, które najczęściej pojawia się u Ciebie, gdy spotykasz się z podobną sytuacją.

Ćwiczenie 1

Idziesz do szkoły i właśnie dowiadujesz się o tym, że zaraz będzie klasówka, o której zapomniałeś/łaś.

- ✓ strach
- ✓ radość
- ✓ smutek

Ćwiczenie 2

Rodzice kupili ci najnowszy zestaw klocków Lego.

- ✓ strach
- ✓ radość
- ✓ znudzenie

Ćwiczenie 3

Twój pies gwałtownie wybiegł na jezdnię i omal nie wpadł pod koła samochodu.

- ✓ znudzenie
- ✓ smutek
- ✓ strach

Ćwiczenie 4

Wsiadłeś/aś do kolejki górskiej, a masz lęk wysokości.

- ✓ strach
- ✓ zdziwienie
- ✓ złość

Ćwiczenie 5

Babcia ugotowała ulubioną potrawę na obiad.

- ✓ strach
- ✓ radość
- ✓ złość

Ćwiczenie 6

Przejeżdżający ulicą autobus wjechał w kałużę i ochlapał ci ubranie.

- ✓ strach
- ✓ znudzenie
- ✓ złość

Ćwiczenie 7

Podczas spaceru z przyjaciółmi zgubiłeś się w lesie.

- ✓ strach
- ✓ złość
- ✓ znudzenie

Ćwiczenie 8

Przyjechał wujek, który wciąż opowiada te same historie.

- ✓ strach
- ✓ znudzenie
- ✓ radość

Ćwiczenie 9

Twój kolega podarował ci w prezencie wymarzoną latarkę.

- ✓ strach
- ✓ zdziwienie
- ✓ radość

Ćwiczenie 10

Twój najlepszy przyjaciel przeprowadza się do innego miasta.

- ✓ smutek
- ✓ strach
- ✓ radość

Ćwiczenie 11

Razem ze swoimi przyjaciółmi wybierasz się na pizzę.

- ✓ lęk
- ✓ znudzenie
- ✓ radość

Ćwiczenie 12

Zabrakło ci pieniędzy, żeby kupić nową grę komputerową.

- ✓ lęk
- ✓ złość
- ✓ radość