

Zdrowie w głowie

cykl dla klas 1-3

i 1-8

KWIECIEŃ 2023

Blok 1-3

Scenariusz zajęć:

1. Słuchanie opowiadania i rozmowa kierowana.

„O pewnym meczu i zwycięstwie”

Chłopcy postanowili udać się na boisko szkolne. Dzień był słoneczny i zaplanowali, że zagrają wspólnie mecz. Podzielili się na dwie drużyny i przygotowali do gry. Karol został wybrany na sędziego. Często jeździł z tatą na mecze i marzył, że gdy dorośnie będzie sędziował najważniejsze mecze. Wszyscy już pamiętali, że to zawsze jego zadanie i robił to najlepiej. Chłopcy grali w najlepsze, gdy do boiska zmierzali uczniowie ze starszej klasy. Już z daleka było słychać, że chcieli przeszkodzić w meczu. Mieli ochotę zająć boisko, ale nie myśleli, by poczekać czy porozmawiać. O nie! Starsi chłopcy chcieli pokazać, że są starsi i po prostu im się należy.

-Teraz gramy my. Musicie zrobić nam miejsce- odkrzyknął starszy chłopiec, który rzucił piłkę na boisko z zamiarem rozpoczęcia gry.

Chłopcy zatrzymali się i popatrzyli na przybyłą grupkę osób.

-Czy chcecie grać z nami?- spytał Karol

Widział, że jego koledzy przerwali grę i patrzyli na przybyłych chłopców nie bardzo wiedząc co powiedzieć. Karol nie ukrywał, że obawiał się ich, ale jako sędzia czuł się odpowiedzialny za to, co dzieje się na boisku. Pamiętał też zajęcia podczas których wychowawczynie wręczyła im koła. Każdy napisał w nim swoje imię i miał wyobrazić sobie, że to jest jego granica, którą może pilnie strzec przed innymi. Nikt nie może stosować siły i wykorzystywać sytuacji tylko dlatego, że jest starszy.

-Nie, nie będziemy grać z maluchami- odpowiedział jeden z uczniów

-Albo...gracie z nami, albo musicie poczekać- Karol odpowiedział niepewnie w głosie, a jego koledzy przyłączyli się do niego.

Tuż obok pojawił się Janek, który uchodził w klasie za naprawdę odważnego, potrafił zawalczyć o swoją pozycję i prawie zawsze udawało mu się dostać to, czego chciał. Teraz także wkroczył do rozmowy ze starszymi kolegami.

-To nie jest wasze boisko, jest wspólne. Jesteśmy młodszy, ale mamy takie same prawa jak wy. Nie jesteśmy maluchami.

Koledzy byli dumni z Janka, który powiedział im dokładnie to, o czym przypominała ich wychowawczyni. Każdy ma takie same prawa i nie można wykorzystywać swojej przewagi tylko dlatego, że jest się starszym czy silniejszym.

Właśnie te słowa powtórzył za panią Janek. Dobrze je pamiętał i rozmawiał też o tym z rodzicami.

Starsi gracze spojrzeli po sobie, a potem na swoich młodszych kolegów, którzy dzielnie bronili swojego miejsca na boisku. Pokazali też, że nie jest ważne czy jest się młodszym, ale ważniejsze jest właściwe zachowanie.

-Niech wam będzie. Możemy zagrać z wami- odparli po chwili zastanowienia.

Chłopcy odetchnęli z ulgą, że tak szybko udało się dogadać. Po chwili podzielili się na drużyny i rozpoczęli wspólną grę. Jak się okazało był to całkiem dobry pomysł. Nie tylko przekonali się, że można rozegrać z młodszymi dobry mecz, ale przyznali także, że ich zachowanie nie było w porządku i podali ręce na zgodę.

Rozmowa kierowana do tekstu:

Jak zachowali się starsi chłopcy wobec młodszych kolegów? Co było niewłaściwego w ich zachowaniu?

W jaki sposób chłopcy zdolali się obronić?

Co to znaczy, że każdy ma takie same prawa?

Jak rozumiecie stwierdzenie, że każdy człowiek zasługuje na szacunek? Jak myślicie, jak możemy okazywać szacunek drugiej osobie?

2. Granice mojego ogrodu. /ZAŁĄCZNIK 1/

Każde dziecko otrzymuje kształt koła. Dzieci mają za zadanie narysować w nim wybrane przez siebie rośliny oraz kwiaty, które chciałyby umieścić w ogrodzie.

Dzieci wyobrażają sobie, że są ogrodnikami i ich praca polega na tym, aby jak najlepiej zadbać o piękno ogrodu i kwitnące w nim rośliny. Dzieci decydują o tym jak chcą, aby wyglądał ich ogród.

Wykonana praca będzie wykorzystana w trakcie prezentacji.

3. Prezentacja multimedialna / PREZENTACJA- ZAŁĄCZNIK/.

Prowadzący dokonuje porównania klasy do ogrodu. Każdy uczeń jest kwiatem.

Poprowadzenie rozmowy o tym jakie zachowania nie powinny wydarzyć się wobec nas i kto może nam pomóc w trudnej sytuacji.

4. Spacer- zabawa ruchowa.

Prowadzący czyta dzieciom tekst w rytm spokojnej muzyki. Dzieci wykonują czynności zgodnie z tym, co słyszą w czytanim tekście.



PROPONOWANA MUZYKA: <https://www.youtube.com/watch?v=qFxf2Q6Z0fw>

„Jesteśmy w świecie w którym każdy jest dla siebie dobry. Każdy wita się ze sobą, podaje sobie rękę, ale też pamięta o tym, że spacerując nie zaczepiamy się, nie dokuczamy sobie. Jesteśmy dla siebie mili i życzliwi. Spacerujemy między sobą i podajemy sobie rękę na powitanie. Przy podawaniu pamiętamy, aby nikomu nie zrobić krzywdy. Dotyk jest miły i delikatny. Gdy przywitamy się z innymi możemy delikatnie poklepać kolegę lub koleżankę po ramieniu. Cały czas pamiętamy, aby zrobić to również tak delikatnie, jak tylko możemy. Nikogo nie może to boleć. Następnie chwytny jedną osobę za rękę. Spacerujemy

wspólnie witając się z innymi. Możemy sobie wzajemnie przybić piątkę. Oczywiście pamiętamy o tym, aby nie zrobić tego za mocno. Po wspólnym spacerze, siadamy w kole.”

Dlaczego nie powinniśmy zbyt mocno ścisnąć dłoni drugiej osoby? Jak wtedy czułby się nasz kolega/ czułaby się koleżanka, gdybyśmy za mocno ją ściskali?

Co to znaczy, że jesteśmy wobec kogoś delikatni? Dlaczego to jest ważne?

Czy udało Wam się być delikatnym? Czy było to trudne?

Blok 4-8

Scenariusz zajęć:

1. Zadanie wprowadzające. /ZAŁĄCZNIK 1/

Każdy uczeń otrzymuje rysunek chłopca, który ukrywa swoją twarz w dłoniach i siedzi skulony. Uczniowie zastanawiają się jaka sytuacja spowodowała, że chłopiec przyjął taką postawę ciała.

Czy ktoś chłopcu mógł powiedzieć coś przykrego, a jeśli tak, co takiego mógł powiedzieć?

Czy chłopiec doświadczył przykrości ze strony drugiej osoby? Jak ta osoba mogła się zachować?

Po drugiej stronie postaci uczniowie zapisują swoje działania, które mogliby wykonać, aby okazać wsparcie.

Co ja mogę zrobić, aby mu pomóc?

Jak mogę okazać swoją pomoc?

2. Praca w grupach. /ZAŁĄCZNIK 2/

Uczniowie dzielą się na grupy trzyosobowe i mają za zadanie dokonać analizy sytuacji, którą otrzymają wypisaną na schemacie.

Uczniowie otrzymują następujące hasła: POSTAWA, RELACJA, ROZMOWA

GRUPY MŁODSZE

Wyobraźmy sobie, że nasz kolega lub koleżanka z klasy zachowuje się w niewłaściwy sposób.

Jaka postawa może być krzywdząca wobec drugiej osoby? Jakie zachowanie sprawi, że druga osoba może czuć się źle z powodu zachowania drugiej osoby?

Jakie słowa są krzywdzące wobec drugiej osoby? Jakie słowa mogą przynieść przykrość drugiej osobie?

Kiedy tworzymy relacje koleżeńskie ważne jest, aby każdego szanować. Jakie zachowania mogą spowodować, że osoba może czuć się źle z naszego powodu?

/DWIE WERSJE KART: Prowadzący wybiera która wersja pytań jest bardziej czytelniejsza dla grupy/

GRUPY STARSZE:

Uczniowie wpisują jakie zachowania ludzi mogą wpływać na to, że postawa, relacje i rozmowy mogą być wspierające lub krzywdzące.

Uczniowie po uzupełnieniu dzielą się własnymi refleksjami.

WSKAZÓWKI:

Uczniowie mogą zapisywać konkretne przykłady, np. **POSTAWA (krzywdząca:** obrażanie innych, wyśmiewanie, obgadywanie, **wspierająca:** oferowanie pomocy, pomaganie w trudnej sytuacji,

RELACJA (wspierająca: relacja w której dwie osoby są dla siebie ważne, **krzywdząca:** jedna ze stron wyśmiewa drugą osobę czy jest wobec niej nieszczerą)

ROZMOWA: (wspierająca: jedna ze stron jest szczerą w rozmowie, **krzywdząca:** jedna ze stron mówi kłamstwa na drugą osobę)

WNIOSKI:

Każdy człowiek może mieć negatywny jak i pozytywny wpływ na innych przez swoje zachowanie. Każdemu zdarza się zachowywać w taki sposób, że możemy być dla kogoś pomocni oraz zachowywać się w sposób krzywdzący. Każdy człowiek może samodzielnie o tym zdecydować.

3. Prezentacja multimedialna /ZAŁĄCZNIK- PREZENTACJA/

Prowadzący podejmuje temat zgodny z prezentacją.

Każdy z nas może podejmować działania, które są krzywdzące dla innych.

W swojej codzienności możemy natrafić na tzw. toksyczne osoby. Zadaniem każdego z nas jest bronić swoich granic min. przed krzywdzącym działaniem innych osób.

WNIOSKI:

Każdy z nas powinien czuć się bezpiecznie i nie mamy obowiązku znosić czyiś toksycznych, krzywdzących i przemocowych zachowań.

4. Dyskusja problemowa.

Jak myślicie, czy możemy zweryfikować jacy ludzie mogą być nazywani toksycznymi? Czy takie osoby wykazują się jakimś specyficznym zachowaniem, postawą?

Dlaczego niektóre osoby ciągle zachowują się krzywdząco dla innych?

Jakie mogą być skutki częstego bycia z ludźmi, których można określić jako toksycznymi?

Jak myślicie, skąd u ludzi bierze się przemocowe zachowanie? Czy takie zachowanie może zrodzić się z niczego?