

RAJD 1: W drodze ku sobie.

Rodzinny rajd relacji i wartości.

CO PRZYGOTOWAC?

Mapa trasy (symboliczna),

- Karty wywiadu z rodzicem,
- Karta pytań „Poznaj mnie lepiej”,
- Ciekawostki o lesie / o Jeziorze Rusatka (miejscu, gdzie wędrujecie)



WPROWADZENIE

Przywitanie rodzin

- krótkie wprowadzenie:
- informacja o trasie i zasadach bezpieczeństwa- rozdanie mapek trasy

ZAGADKA O MIEJSCU

PRZYSTANEK A

- dzieci rozwiązują zagadkę / rebus
- nauczyciel opowiada krótką ciekawostkę o konkretnym miejscu (las, park, jezioro)
- uważność, ciekawość, kontakt z przyrodą

KIEDY RODZIC CHODZIŁ DO SZKOŁY

PRZYSTANEK B

- dziecko losuje karty i przeprowadza wywiad z rodzicem, np. Co robiłeś na przerwach w szkole?
- rodzic odpowiada, dziecko słucha i dopytuje
- rozmowa, bycie ważnym, wzajemne poznanie

POZNAJ MNIE LEPIEJ

PRZYSTANEK C

- rodzic otrzymuje znalezioną kartę pytań i odpowiada na pytania o dziecko
- dziecko potwierdza lub koryguje
- zauważanie zmian, wzmacnianie poczucia wartości

PIGULKA WIEDZY DLA RODZICÓW

PRZYSTANEK D

- krótka rozmowa:
„Jak dzieci rozwijają poczucie własnej wartości (a nie tylko pewność siebie)?”

ZAKOŃCZENIE RAJDU, PIKNIK

Zakończenie: „Przytul mnie” (dziecko-rodzic)

- chwila podsumowania w kręgu
- Jak się czuliście? Co było ważne?
- wspólny piknik



Mini-wywiad „Jak dobrze znam moje dziecko?”

- Rodzic odpowiada na pytanie tak, jak uważa.
- Potem dziecko podaje prawidłową odpowiedź – porównujemy, czy się zgadza.
- Liczy się śmiech i zabawa, nie wynik 😊.

1. Jaki jest ulubiony kolor mojego dziecka? 🎨
2. Jaką potrawę lubi najbardziej? 🍝
3. Jaka jest jego ulubiona zabawa lub gra? 🎲
4. Czy woli lato czy zimę? ☀️❄️
5. Która bajka lub książka jest jego ulubiona? 📖
6. Jakiego zwierzaka najbardziej lubi? 🐶🐱🐰
7. Co najbardziej lubi robić w weekendy? 🎡
8. Z kim najczęściej bawi się w szkole? 👦👧
9. O czym najczęściej marzy? ✨



**Jak miał(a)
na imię twoja
ulubiona
koleżanka/
kolega?**

a to ciekawe

**Czy miałeś /
miałaś
szkolne
mundurki
albo
fartuszki?**

opowieści

**Przytul
mnie!**

**Co
najbardziej
lubiłaś/
lubiłeś w
szkole?**

opowieści

**Czy nosiłeś /
nosiłaś
tornister?
Był ciężki?**

opowieści

**Co jadłeś /
jadłaś
najczęściej na
drugie
śniadanie?**

opowieści

**Jakie było
Twoje
największe
szkolne
przeżycie?**

opowieści

**W co się
bawiłaś/
bawiłeś,
kiedy
byłaś/byłeś
dzieckiem?**

mamo, tato

Pigułka wiedzy:

Jak dzieci rozwijają poczucie własnej wartości (a nie tylko pewność siebie)?

1. Poczucie własnej wartości ≠ pewność siebie

- Pewność siebie dotyczy tego, co potrafię – konkretnych umiejętności (np. sport, matematyka, rysowanie).
- Poczucie własnej wartości dotyczy tego, kim jestem i tego, co o sobie myślę.
- Dziecko może być świetne w wielu dziedzinach, a mimo to mieć niskie poczucie własnej wartości — i odwrotnie.

2. Poczucie własnej wartości rośnie z relacji, nie z umiejętności

Jak mówi Juul, „nie możemy dać dziecku poczucia własnej wartości — możemy stworzyć warunki, by samo je rozwinęło”.

Dziecko rozwija je dzięki temu, że:

- czuje się zauważone,
- traktowane poważnie,
- przyjmowane takie, jakie jest,
- ma prawo do uczuć i granic.

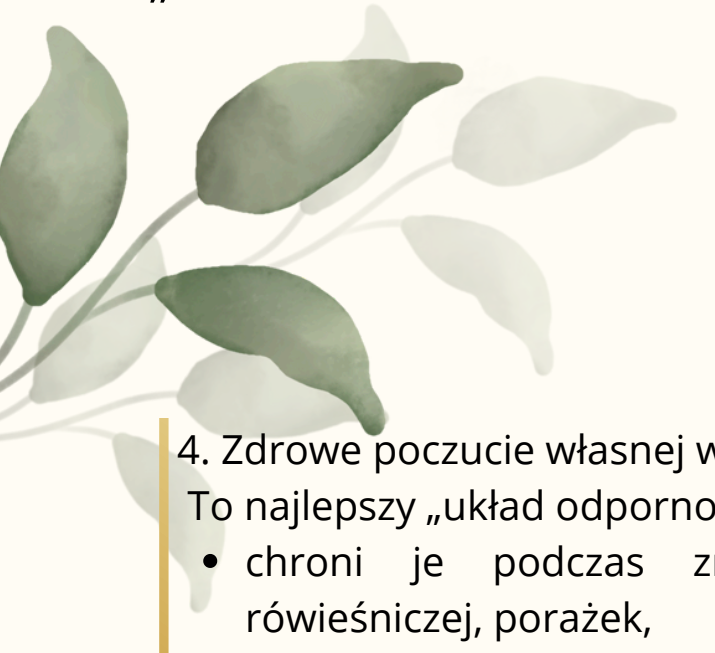
3. Największy wpływ ma... zainteresowanie dzieckiem

Nie jego osiągnięcia, sukcesy czy wyniki, ale zainteresowanie jego wewnętrznym światem: tym, co czuje, myśli, czego pragnie i co mu trudno.

Tak rodzi się komunikat:

„Jestem dla kogoś wartością.”

„W drodze ku sobie – rodzinny rajd relacji i wartości”



4. Zdrowe poczucie własnej wartości pomaga w całym życiu
To najlepszy „układ odpornościowy” dziecka:

- chroni je podczas zmian, stresu, konfliktów, presji rówieśniczej, porażek,
- wspiera uczenie się, bo dziecko nie boi się próbować,
- ułatwia budowanie dobrych relacji.

5. Najbardziej wspiera dziecko komunikacja osobista, a nie oceny
Rodzic może mówić wprost o sobie i swojej perspektywie:

- „Nie podoba mi się to”,
- „Jest mi trudno”,
- „Widzę, że próbujesz mi coś powiedzieć”.
- Takie komunikaty uczą dziecko, że można być prawdziwym i nadal być wartościowym.

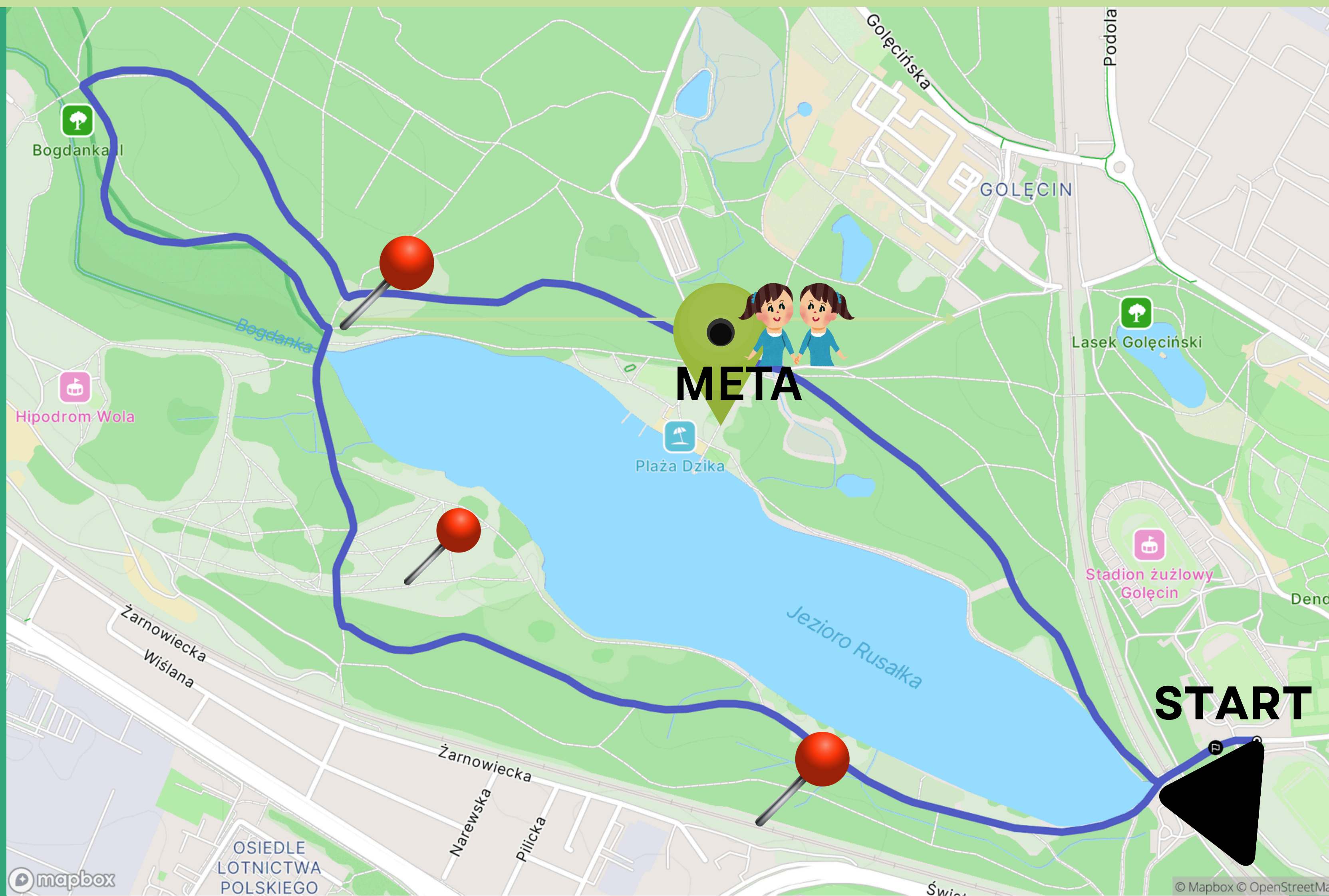
6. Wspólne działania – takie jak dzisiejszy rajd – są naturalnym „polem wzrostu” poczucia wartości

Dlaczego? Bo:

- rodzic widzi i słyszy dziecko,
 - wykonują zadania razem,
 - nie ma presji, porównań, ocen,
 - jest czas, ruch, śmiech i współpraca,
 - dziecko doświadcza, że jego obecność coś znaczy.
- 



Mapa Rajdu nad Jezioorem Rusatka



Ciekawostki o Rusałce



Sztuczny zbiornik – Jezioro Rusałka powstało w latach 1941–1942, w czasie II wojny światowej.

Budowa – Niemcy zmuszali do pracy więźniów, m.in. Polaków i Żydów.

Macewy w wodzie – dno i brzegi umacniano nagrobkami ze zniszczonych cmentarzy.

Nazwa – dawniej nazywało się Elsensee (od młyna Elsenmühle). Po wojnie nadano mu nazwę „Rusałka” – nawiązującą do słowiańskich nimf wodnych.

Wielkość – powierzchnia jeziora to ok. 37 ha, a ścieżka wokół niego ma długość 3,5 km – świetna na spacer i bieganie.

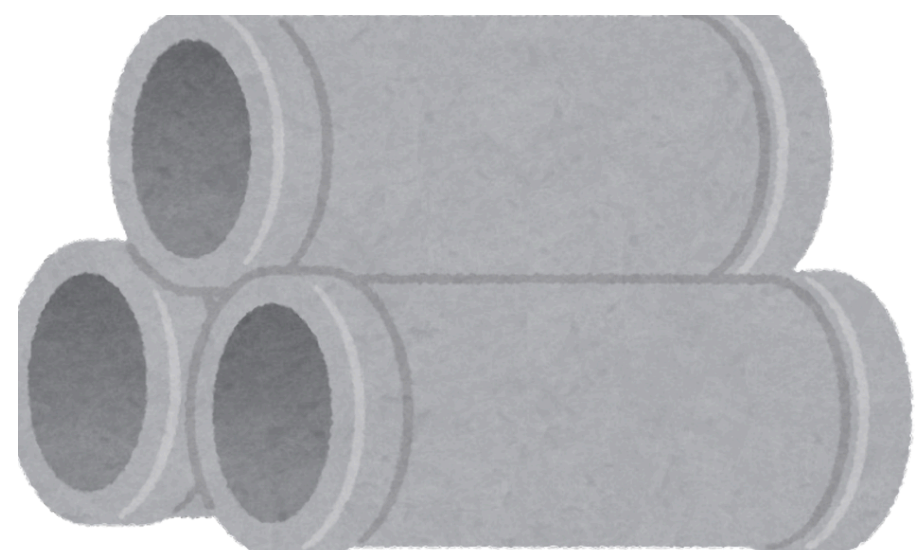
Plany, które nie powstały – początkowo miało tu być wielkie centrum rekreacyjne z lunaparkiem, restauracjami i kolejką wąskotorową, ale wojna to przerwała.

Fauna – w jeziorze żyją sandacze, szczupaki, karpie, okonie, węgorze i wiele innych ryb.





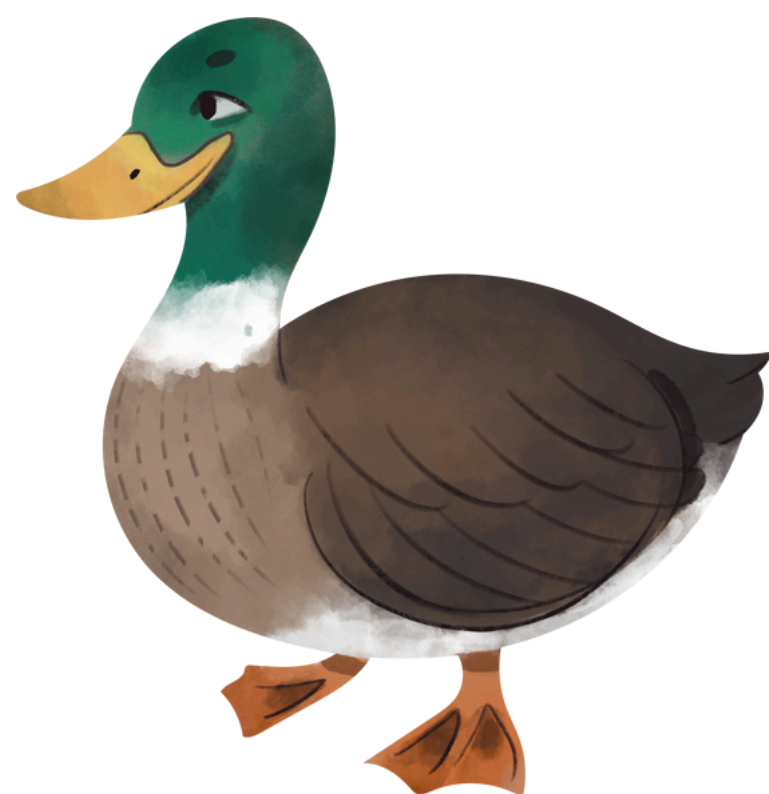
Rozwiąż rebus



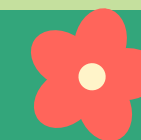
RY



ATA



CZKA



SCENARIUSZ ZEBRANIA Z RODZICAMI W FORMIE RAJDU RODZINNEGO

1. INFORMACJE WSTĘPNE

- Tytuł innowacji: Zielone Skrzydła Dzieciństwa
- Temat: „W drodze ku sobie – rodzinny rajd relacji i wartości”
- Poziom edukacyjny: edukacja wczesnoszkolna
- Czas trwania: 2 godziny

2. CELE OGÓLNE

- Budowanie i wzmacnianie relacji dziecko–rodzic poprzez wspólne przeżycia i współpracę w naturalnym środowisku,
- Wzmacnianie poczucia wartości i sprawczości u dziecka poprzez wspólne działania z rodzicem,
- Rozwijanie umiejętności uważności, współpracy i komunikacji w rodzinie,
- Kształtowanie postawy szacunku wobec przyrody i korzystania z jej właściwości wyciszających i regenerujących.

3. CELE SZCZEGÓŁOWE (operacyjne):

Dziecko i rodzic:

- wiedzą, jak wspólne spędzanie czasu wpływa na relacje i samopoczucie,
- potrafią współpracować w prostych zadaniach terenowych,
- rozumieją, że każdy ma swoją wartość i może wносить coś dobrego do zespołu,
- okazują sobie nawzajem wsparcie, zaufanie i szacunek,
- doświadczają kontaktu z naturą wszystkimi zmysłami,
- potrafią zatrzymać się i czerpać przyjemność z bycia razem „tu i teraz”.



4. METODY I FORMY PRACY

- **Metody:** aktywizująca, pogładowa, doświadczeń osobistych, działań praktycznych, integracyjna
- **Formy:** praca w parach (rodzic–dziecko), grupowa, zbiorowa.

5. ŚRODKI DYDAKTYCZNE

Mapa trasy (może być symboliczna), karty wywiadu z rodzicem, karty pytań „Poznaj mnie lepiej”, notatka o miejscu prowadzenia rajdu.

6. TREŚĆ ZAJĘĆ (zakres realizowanego materiału)

- Rozwijanie poczucia własnej wartości i więzi emocjonalnych poprzez wspólne działania
- Wzmacnianie komunikacji i zaufania w relacji dziecko–rodzic
- Poszerzanie wiedzy o przyrodzie i otoczeniu lokalnym.

7. PRZEBIEG SPOTKANIA

1. Powitanie i wprowadzenie

Nauczyciel wita uczestników i przedstawia cel spotkania:

„Dzisiejsze spotkanie to wspólna przygoda. Wyruszamy razem w rajd, który pozwoli nam zatrzymać się, poczuć przyrodę i siebie nawzajem. Nie ma ocen, nie ma pośpiechu — tylko my, natura i czas razem.”

Bycie razem w otoczeniu natury samo w sobie jest ogromną wartością – sprzyja budowaniu zdrowego poczucia własnej wartości.

Adnotacja dla nauczyciela: *Scenariusz celowo ogranicza liczbę aktywności, aby skupić się na jakości ich wykonania i stworzyć przestrzeń na „czas wolny” – po prostu bycie razem w naturze.*



2. Rajd rodzinny – zadania na trasie

Trasa obejmuje kilka przystanków, przy których na uczestników czekają proste, refleksyjne lub zabawowe aktywności.

A. Zagadka i ciekawostki dotyczące miejsca, w którym jesteśmy.

Dzieci odnajdują przygotowaną zagadkę lub rebus, którego rozwiązanie prowadzi do miejsca, w którym aktualnie się znajdujemy (np. las).

Po odgadnięciu hasła poznają ciekawostki dotyczące tego konkretnego miejsca – jego historii, przyrody, dawnych nazw czy interesujących faktów.

Adnotacja dla nauczyciela:

Warto zwrócić uwagę, że każde miejsce – nawet pozornie zwykły las – ma swoją niepowtarzalną historię i ciekawostki, które mogą zainteresować dzieci. Można więc przygotować krótkie informacje o danym terenie (np. o Jeziorze Rusałka), by uświadomić dzieciom, że przyroda wokół nas kryje wiele tajemnic i historii lub skorzystać z dołączonych ciekawostek na temat lasów w Polsce.

Załącznik- treść zagadki, karta z informacjami na temat lasów w Polsce. Przykładowe ciekawostki o Jeziorze Rusałka-Poznań.

B. „Kiedy, rodzicu, chodziłeś do szkoły”

Dziecko przeprowadza wywiad z rodzicem. Losuje kolejne karty z pytaniami i zadaje je dorosłemu, np.:

- Jak wyglądała Twoja szkoła?
- Jakie było Twoje ulubione szkolne wspomnienie?
- Czy nosiłeś tornister czy plecak?
- Jakie przedmioty lubiłeś najbardziej?
- Co robiliście na przerwach?



Adnotacja dla nauczyciela:

Zadanie rozwija umiejętność rozmowy i słuchania, a także pozwala dzieciom lepiej poznać doświadczenia swoich rodziców.

Dodatkowo zaspokaja potrzebę bycia zauważonym – zarówno u dziecka, które aktywnie prowadzi rozmowę i czuje się ważne, jak i u rodzica, który może podzielić się wspomnieniami i doświadczeniem.

Załącznik-Karty z pytaniami do wywiadu z rodzicem

C. „Poznaj mnie lepiej”

Rodzic (lub rodzice) odpowiadają na pytania dotyczące swojego dziecka, a dziecko na bieżąco weryfikuje odpowiedzi, np.:

- b) Jaka jest jego ulubiona zabawa mojego dziecka?
- c) Z kim najczęściej bawi się w szkole?
- d) Jaką potrawę lubi najbardziej?

Adnotacja dla nauczyciela:

Nauczyciel wyjaśnia, że zadanie stanowi aktualizację wiedzy o dziecku – ma skłonić do refleksji nad tym, jak pięknie dziecko się zmienia i dojrzewa.

D. Jak dzieci rozwijają zdrowe poczucie własnej wartości?

Rozmowa z rodzicami na temat doświadczenia rajdu w odniesieniu do rozwijania zdrowego poczucia własnej wartości.

- Koncentracja na procesie, a nie na wyniku. „Liczy się śmiech i zabawa, nie wynik”. Takie podejście, kładące nacisk na pozytywną interakcję i akceptację zamiast na poprawność, jest kluczowe dla budowania bezpiecznego środowiska i wspierania poczucia wartości u dziecka
- Podejmowane, proste zadania poruszają tematy, które pozwalają na głębokie poznanie i docenienie indywidualności dziecka



- wspierają więź emocjonalną i wzajemne zrozumienie. Działania te służą wzmocnieniu relacji, co ostatecznie jest podstawą dla zdrowego poczucia własnej wartości.
- Aktywność kończy się prośbą o bliskość: „Przytul mnie!”

W załączniku “Pigułka wiedzy” na temat:

“Jak dzieci rozwijają poczucie własnej wartości (a nie tylko pewność siebie)?”

Uwagi do realizacji:

Proponuję przygotowane zadania (załącznik) umieścić w pudełku lub jesiennej torbie – zwiększy to ich atrakcyjność i zaciekawi uczestników.

1. Nauczyciel może wcześniej rozmieścić przygotowane zadania, które dzieci będą odnajdywać na trasie. Wymaga to dodatkowego czasu, ale stanowi wartościowy element zabawy i buduje atmosferę odkrywania.
2. Wersja podstawowa: zapraszamy dzieci do wykonania zadania-zabawy.
3. Zatrzymujemy grupę i prosimy o przytulenie rodzica, którego zadaniem jest dopilnowanie, by dziecko nie podglądało. W tym czasie nauczyciel chowa kopertę – można zawiesić ją w koszulce na drzewie, ukryć pudełko itp. Następnie zaprasza dzieci do poszukiwań.

8. EWALUACJA

Obserwacja zaangażowania uczestników, rozmowa podsumowująca (Jak się czuliście? Co było dla Was najciekawsze?), refleksja rodziców i dzieci na zakończenie rajdu.



9. BIBLIOGRAFIA

„Twoje kompetentne dziecko” Jesper Juul

10. ZAŁĄCZNIKI

- **Pigułka wiedzy** “Jak dzieci rozwijają poczucie własnej wartości (a nie tylko pewność siebie)?”
- Mapa trasy (symboliczna),
- Karty wywiadu z rodzicem,
- Karta pytań „Poznaj mnie lepiej”,
- Ciekawostki o lesie / o Jeziorze Rusałka.

11. UWAGI DO REALIZACJI ZAJĘĆ (merytoryczne i organizacyjne)

- Rajd może zakończyć się wspólnym piknikiem lub ogniskiem,
- Czas trwania i długość trasy dostosować do wieku dzieci i warunków pogodowych.
- Warto zadbać o bezpieczeństwo – trasa bez ruchu samochodowego.

