

TEMAT „Wędrujemy z opowieścią” Rodzinny rajd

CO PRZYGOTOWAC?

- tekst opowiadania „Siedmiu wspaniałych”
- karty z pytaniami do „Szatasu tajemnicy”
- sznurki / tasiemki (do marszu ze związanymi stopami)
- klamerki w 2 kolorach
- materiały naturalne – zbierane na miejscu (gałązki, liście, patyki)



WPROWADZENIE

- przywitanie rodzin
- krótko: po co się spotykamy (wspólna przygoda, relacje, współpraca)
- omówienie zasad bezpieczeństwa

Pierwszy odcinek- rowerowy/ pieszki- dłuższy

„POCZYTAJ MI MAMO/TATO”

„PRZYSTANEK Z OPOWIEŚCIĄ

- odpoczynek po trasie
- czytanie opowiadania „Siedmiu wspaniałych”

„SZALAS TAJEMNICY”

- dziecko + rodzic budują mały szalas z materiałów naturalnych
- losują 1 kartę z pytaniem-załącznik
- oboje odpowiadają
- podkreślenie: to, co mówimy, zostaje w szalasiu – to wspólna tajemnica

BUDUJEMY WIOSKĘ

- wszystkie szalasy tworzą jedną wspólną wioskę
- rodziny wymyślają nazwę wioski
- krótka rozmowa: razem możemy więcej

KLAMERKOWE ZAWODY

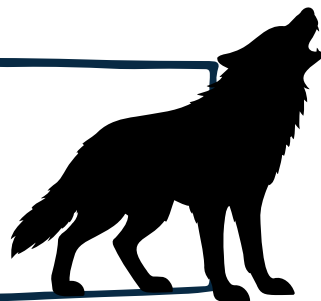
- tworzymy 2 mieszane drużyny (dzieci + rodzice)
- każda drużyna ma swoją pętlę/bazę
- dzieci: 3 klamerki | rodzice: 1 klamerka (przypięta do ubrania)
- cel: zdobyć klamerki drugiej drużyny i zanieść do swojej pętli
- przed startem: krótka narada drużyny
- po zabawie: liczenie klamerki i podkreślenie współpracy

MARSZ ZE ZWIĄZANYMI STOPAMI

- dziecko i rodzic wiążą sobie po jednej nodze
- zadanie: przejść wyznaczony odcinek w jednym rytmie
- jeśli się potkną – pomagają sobie i idą dalej
- akcent: współpraca, śmiech, uważność

CZAS DLA RODZICÓW – PIGUŁKA WIEDZY

- krótkie omówienie materiału:
- „Gdy dziecko zachowuje się trudno... zaprasza dorosłego”
- zachęta do spojrzenia na zachowanie dziecka jak na komunikat





**Co najbardziej
uwielbiasz
w swoim domu?**



**Czy lubisz
tajemnice?**



**W moim domu
rano...**



Martwię się, kiedy...



Stresuję się gdy...



Udało mi się...



Cieszy mnie, gdy...



**Gdy mam zły
humor potrzebuje
żebyś...**



Wstydzę się...



**Najlepiej czuję się,
gdy...**

**Siedzisz z rodziną
przy stole,
śmiejecie się.
Z czego?**



Pigułka wiedzy

„Gdy dziecko zachowuje się trudno... zaprasza dorosłego”

W codzienności, kiedy podchodzimy do trudnych zachowań dziecka (jak u „pani kozy” z opowieści) z założeniem, że są one skutkiem nadmiernego stresu lub przeciążenia, już wtedy mu pomagamy.

Najważniejsze jest, by nie „zarazić się” emocjami dziecka. Łagodna stanowczość, akceptująca postawa i spokój dorosłego tworzą dziecku przestrzeń do uspokojenia i refleksji.

Reakcja mózgu w sytuacjach silnych emocji

Podczas silnej złości czy „ataku” stery przejmują ciało migdałowate – mózg działa w trybie alarmowym. Kiedy dorosły zachowuje spokój i pozostaje obecny, pomaga dziecku „przełączyć się” z powrotem na korę nową, odpowiedzialną za regulację emocji i kontrolę impulsów, a dopiero później – za poczucie skruchy czy gotowość do przeprosin.

Komunikat w zachowaniu dziecka i znaczenie konfliktu

Dziecko zawsze chce być w relacji z dorosłym i potrzebuje bycia zauważonym. Zachowania, które są dla nas niezrozumiałe, są formą komunikatu:

„Rodzicu, sygnalizuję, że cię potrzebuję. Z czymś sobie nie radzę.”

Nawet jeśli zachowanie dziecka prowadzi do konfliktu, jest on naturalny i oznacza jedynie, że dwoje ludzi ma różne życzenia lub potrzeby. Bliskie relacje wymagają przechodzenia przez liczne konflikty każdego dnia.

Prawdziwe potrzeby dziecka

Dziecko zawsze wie, na co ma ochotę, ale często nie zna swojej prawdziwej potrzeby. Jeśli zawsze dostaje to, na co ma ochotę (często kosztem granic rodzica), nie otrzymuje tego, czego naprawdę potrzebuje – czyli rodzicielskiego przewodnictwa.

Jak reakcja rodzica buduje wartość

Reakcja rodzica buduje wartość. Kiedy rodzic reaguje, kluczowe jest to, jak się komunikuje:

Używaj Języka Osobistego: mów otwarcie, czego chcesz lub czego nie chcesz („Nie chcę, żebyś oglądał telewizję. Chcę, żebyś odrobił lekcje”).

Zatrzymanie się, refleksja nad sobą jako dorosłym, a dopiero potem uważna obecność przy dziecku – to daje naprawdę dużo. Z wiedzą o tym, jak działa mózg, możemy zagwarantować dziecku spokojną, regulującą obecność.

Fundament relacji

Spędzając czas razem i dbając o relację, dajemy fundament do budowania zaufania, poczucia bezpieczeństwa oraz uczenia się, jak wyrażać potrzeby w relacjach z innymi.



SCENARIUSZ ZEBRANIA Z RODZICAMI W FORMIE RAJDU RODZINNEGO

1. INFORMACJE WSTĘPNE

- Tytuł innowacji: Zielone Skrzydła Dzieciństwa
- Temat: „Wędrujemy z opowieścią”
- Poziom edukacyjny: edukacja wczesnoszkolna
- Czas trwania: 2 godziny

2. CELE OGÓLNE

- wzmacnianie relacji dziecko–rodzic poprzez wspólne, pozytywne doświadczenia w działaniu
- budowanie poczucia przynależności do wspólnoty rodzinnej i klasowej
- wspieranie współpracy i komunikacji w sytuacjach zadaniowych
- rozwijanie u rodziców rozumienia zachowań dziecka jako formy komunikacji i zaproszenia do relacji
- promowanie postawy uważności dorosłych wobec potrzeb i sygnałów wysyłanych przez dziecko

3. CELE SZCZEGÓŁOWE (operacyjne):

Dziecko i rodzic:

- podejmują działania ruchowe i twórcze, wymagające współpracy
- doświadczają sytuacji, w których sukces zależy od wzajemnego dostosowania się
- wzmacniają poczucie bezpieczeństwa i zaufania w relacji dziecko-rodzic
- uczą się reagowania na trudności w sposób wspierający i kooperacyjny



- doświadczają, że zachowanie drugiej osoby jest sygnałem i formą komunikatu
- rozwijają uważność na potrzeby własne i partnera działania
- budują pozytywne doświadczenia bycia częścią większej wspólnoty

4. METODY I FORMY PRACY

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

5. ŚRODKI DYDAKTYCZNE

- tekst opowiadania „Siedmiu wspaniałych” R. Jędrzejewskiej-Wróbel
- materiały naturalne (gałązki, patyki, liście, kamienie)
- sznurki / tasiemki
- karty z pytaniami
- rowery lub wyposażenie rajdowe (opcjonalnie)

6. TREŚĆ ZAJĘĆ (zakres realizowanego materiału)

- znaczenie wspólnego działania i współpracy
- rodzina jako mikro-wspólnota
- klasa jako przestrzeń przynależności i wsparcia
- wspólne przeżywanie aktywności w naturze

7. PRZEBIEG SPOTKANIA

Powitanie i wprowadzenie

Omówienie idei rajdu, zasad bezpieczeństwa i celu spotkania.



„Poczytaj mi mamó/tato”

Na pierwszym przystanku rajdu (np. po dłuższym odcinku jazdy rowerem) rozkładamy się wygodnie. Słuchamy opowiadania „Siedmiu wspaniałych” Roksany Jędrzejewskiej-Wróbel.

Szałas tajemnicy – o naszych trudach

Dziecko i rodzic budują ze znalezionych materiałów mały szałas, np. gałązki, patyki, liście. Losują pytanie i obydwójce na nie odpowiadają:

Czy lubisz tajemnice?

Co najbardziej uwielbiasz w swoim domu?

W moim domu rano...

Martwię się, kiedy...

Stresuję się gdy...

Udało mi się...

Cieszę się, gdy...

Gdy mam zły humor potrzebuje żebyś...

Wstydzę się...

Najlepiej czuję się, gdy...

Siedzisz z rodziną przy stole, śmiejecie się. Z czego?

Ich treść to wspólna tajemnica, która zostaje w namiocie tajemnicy.

Budujemy wioskę

W opowiadaniu dopiero wspólne działanie pozwala bohaterom osiągnąć cel. Każda para/rodzina stworzyła inny szałas, ale wszystkie konstrukcje są potrzebne do stworzenia „wspólnej wioski”.

Wymyślcie nazwę waszej wioski.

Marsz ze związanymi stopami

W tej zabawie dziecko i rodzic stają obok siebie i wiążą sobie razem stopy sznurkiem (tak, żeby mogli poruszać się tylko synchronicznie). Ich zadaniem



jest przejść określony odcinek trasy, w rytmie kroków - jeśli ktoś się potknie, trzeba się wspólnie podnieść i kontynuować marsz.

Efekt? Mnóstwo śmiechu, niezgrabnych kroków i świetna integracja - bo tu liczy się współpraca i koordynacja.

Klamerkowe zawody

Tworzymy dwie mieszane drużyny, w których znajdują się zarówno dzieci, jak i rodzice. Każda drużyna rysuje swoją pętlę/układa z patyków oznaczoną kolorem (np. czerwonym lub niebieskim).

Każde dziecko dostaje po trzy klamerki w kolorze swojej drużyny, natomiast rodzice otrzymują po jednej klamerce – przypinają je w widocznym miejscu ubrania. Dzięki temu dzieci i dorośli mają różne role, ale wspólny cel.

Zadaniem drużyny jest wspólnie zebrać jak największą liczbę klamerk koloru przeciwnej drużyny i umieścić je w swojej pętli. Przed rozpoczęciem zabawy uczestnicy mają chwilę na krótką rozmowę i ustalenie, jak będą ze sobą współpracować.

Na sygnał „START” wszyscy poruszają się po wyznaczonym terenie, starając się zdobywać klamerki od członków drugiej drużyny. Należy pamiętać, że każdy może zarówno zdobyć klamerkę, jak i ją stracić. Rodzice dbają o bezpieczny przebieg zabawy i reagują, gdy ktoś potrzebuje pomocy.

Po upływie wyznaczonego czasu prowadzący ogłasza „STOP”. Drużyny zbierają się przy swoich zbiorach i wspólnie liczą zdobyte klamerki. Zabawa kończy się krótkim podsumowaniem – podkreśleniem współpracy, zaangażowania i dobrej zabawy, bez wyraźnego akcentowania zwycięzców i przegranych.



Czas dla rodziców- pigułka wiedzy:

„Gdy dziecko zachowuje się trudno... zaprasza dorosłego”

Opracowanie w załączniku.

8. EWALUACJA

Rytuał wdzięczności

Chętni kończą zdanie

- „Dziś najbardziej podobało mi się...”
Rodzic:
- „Jestem dumny/dumna z ciebie, bo...” – skierowane do dziecka
- obserwacja zaangażowania dzieci i rodziców

9. BIBLIOGRAFIA

Jędrzejewska-Wróbel R., *Siedmiu wspaniałych*

materiały własne autora innowacji

10. ZAŁĄCZNIKI

- materiał dla rodziców: „Gdy dziecko zachowuje się trudno... zaprasza dorosłego”
- karty pytań do szataśu tajemnicy

11. UWAGI DO REALIZACJI ZAJĘĆ (merytoryczne i organizacyjne)

- dostosowanie trasy rajdu do możliwości dzieci
- zapewnienie bezpieczeństwa i opieki dorosłych
- elastyczne podejście do czasu trwania poszczególnych aktywności

