

RAJD 1: Czerpak odkryc – o przyrodzie i tym, co między nami

CO PRZYGOTOWAC?

- materiały do wykonania czerpaka (siatki na warzywa, drut, kije, taśma, wstążki, nożyczki)
- atlasy owadów / plansze + kody QR
- kartki i koperty (listy)
- karteczki do ewaluacji
- jedna duża siatka / worek („Pełna siatka”)



1. WPROWADZENIE

Przywitanie rodzin

Dziś będziemy odkrywać świat przyrody, ale także – w symboliczny sposób – świat potrzeb i emocji.

- Co jest dla Ciebie ważne? Czego potrzebujesz ode mnie? Co chciałbyś „złapać” ode mnie do swojego życia?



3. CZERPAK POTRZEB I EMOCJI

- każda para znajduje spokojne miejsce
- rozmowa inspirowana pytaniem głównym:
- „Gdybym mógł nabrać coś od Ciebie czerpakiem — co by to było?”
- rozmowa naprzemienna, bez oceniania

Stuchanie, bliskość, nazywanie potrzeb

PIGULKA WIEDZY DLA RODZICÓW

„Branie odpowiedzialności za swoje zachowania jako najważniejsza kompetencja rodzicielska”.



2. CZERPAK ENTOMOLOGICZNY

Krok 1 – Wykonanie czerpaka

- wspólne tworzenie narzędzia (rodzic + dziecko)
- personalizacja trzonka

Krok 2 – Mini badania w terenie

- „łowienie” owadów na łące / w trawie
- obserwacja i rozpoznawanie gatunków
- wszystkie owady wracają do przyrody

4. LIST DO SIEBIE NA POZNIEJ

- dziecko i rodzic piszą krótkie listy do siebie
- decyzja:
 - czytamy teraz
 - otwieramy później
 - zabieramy do domu

Utrwalenie relacji, ważne komunikaty



PEŁNA SIATKA

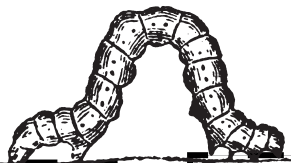
- każda para wrzuca karteczkę do wspólnej siatki:
- co dziś złapaliśmy? co było ważne?
- chętni dzielą się jednym odkryciem





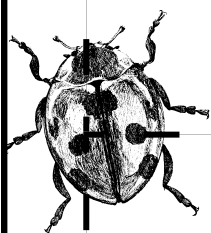
Czerpak potrzeb i emocji

**Gdybym mógł nabrać tym czerpakiem coś od Ciebie -
co chciałbym/chciałabym zabrać?**



Co najbardziej w Tobie
lubię i chcę zatrzymać
przy sobie?

Co chciałbym, żebyśmy
robili częściej razem?



Jaką Twoją cechę,
umiejętność lub
zachowanie chciałbym
„złapać do siatki”?

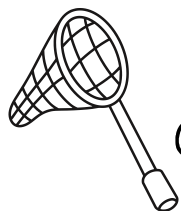
Co pomaga mi czuć się
przy Tobie
bezpiecznie?



Jak możemy dbać
o siebie nawzajem?

Czego chciałbym od
Ciebie więcej?





Instrukcja wykonania czerpaka entomologicznego

Wspólnie przygotujemy narzędzie, dzięki któremu odkryjemy, jak wiele owadów żyje w trawie i krzewach. Na spacerze często nie widzimy ich gołym okiem — wnikliwe „przeczesanie” terenu ujawnia ich niesamowitą różnorodność.



Zrób obręcz



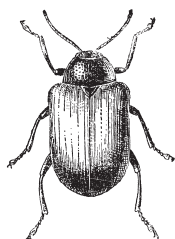
1. Uformuj z drutu okrąg o średnicy 30–40 cm.
2. Zostaw dwie proste końcówki (ok. 10 cm każda) — posłużą do montażu na trzonku.
3. Dla wzmocnienia owiń obręcz taśmą izolacyjną lub parcianą.

Przygotuj worek siatkowy

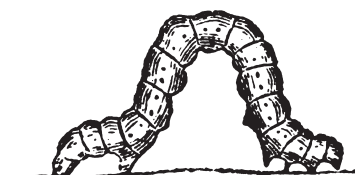
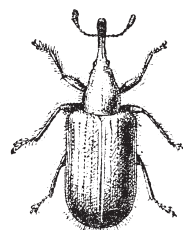
Użyjemy gotowego worka na warzywa z supermarketu — ma wszyty tunel, w który łatwo wsunąć drut.

Przymocuj obręcz do kija

1. Personalizacja: ozdób trzonek (np. wstążki, kolorowa taśma).
2. Wsuń końcówki drutu w trzon lub przyłóż je do niego.
3. Owiń dokładnie taśmą izolacyjną.
4. Sprawdź stabilność połączenia.



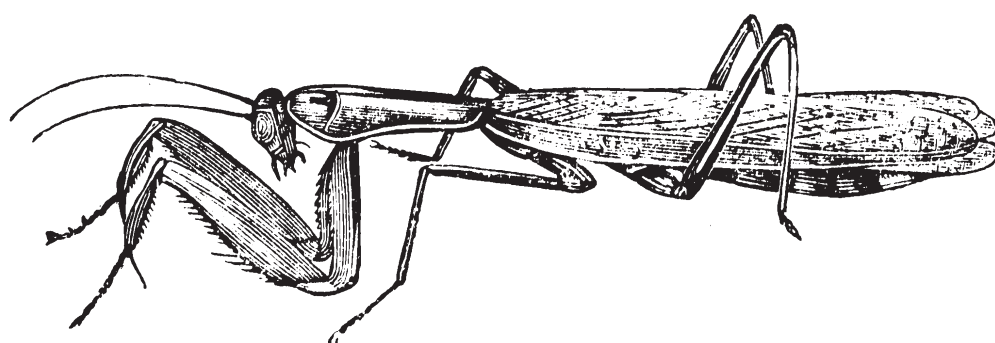
Wykonajcie własny projekt trzonka - kija



Kto zajmuje się badaniem owadów?
Entomolodzy. Dziś wcielimy się w ich rolę.

Wyruszamy na łąkę i wykonujemy szerokie ruchy czerpakiem.

Zagłębiamy do środka — jakie bezkręgowce udało się znaleźć?

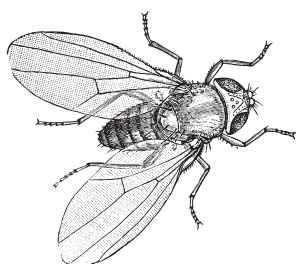




iOS (iphone)



Android



Jak rozpoznać złapane owady?

Zeskanuj kod QR
prowadzący
do aplikacji
rozpoznającej gatunki.

Pigułka wiedzy:

Branie odpowiedzialności za swoje zachowania jako najważniejsza kompetencja rodzicielska.

W rodzinie nie chodzi o to, aby rodzic grał silnego, zawsze spokojnego i „idealnego”.

Dzieci świetnie wyczuwają emocje dorosłych — udawanie jedynie komplikuje komunikację.

To, co naprawdę wpływa na atmosferę domu, to nie sama emocja rodzica, lecz to, co robi z nią dorosły.

Chodzi o to, aby nie odreagowywać trudności, stresu z pracy czy frustracji na innych domownikach.

Autentyczność – tak.

Wylewanie napięcia – nie.

To właśnie nazywamy osobistą odpowiedzialnością dorosłego.

Odpowiedzialność zamiast posłuszeństwa

Relacja rodzica z dzieckiem nie powinna opierać się na „masz zrobić, bo tak mówię”.

Lepszą drogą jest dialog i jasne komunikaty.

Rodzic bierze odpowiedzialność za swoje reakcje — nie obarcza nimi dziecka.

Granice to troska o siebie

Mówienie „nie” jest ważne — dla rodzica i dla dziecka.

Autentyczne „nie” nie rani, tylko uczy, że każdy ma prawo dbać o siebie.

Pigułka wiedzy:

Branie odpowiedzialności za swoje zachowania jako najważniejsza kompetencja rodzicielska.

Rodzic, który dba o swoje potrzeby, uczy tego dziecko

Dorosły, który umie powiedzieć „jestem zmęczony, potrzebuję chwili przerwy”, daje dziecku ważny wzór:

„Moje potrzeby też są ważne.”

To podstawa zdrowia psychicznego — zarówno dorosłego, jak i dziecka.

Co się dzieje, gdy dorosły nie bierze odpowiedzialności?

Kiedy dorosły nie radzi sobie ze swoimi emocjami, ciężar ten bardzo szybko przejmują dzieci:

- zaczynają czuć się winne zmęczeniu i frustracji rodzica,
- „czytają” jego napięcia i biorą je na siebie,
- stają się nadmiernie odpowiedzialne.

Przykład:

Jeśli rodzic jest przeciążony, ale nie stawia granic i ciągle pozwala je przekraczać, dziecko zaczyna wierzyć, że to ono powoduje wybuchy, zmęczenie czy złość dorosłego.

W relacji dorosły-dorosły działa to tak samo:

gdy jedna osoba nie bierze odpowiedzialności za siebie, druga robi to za nią — kosztem własnego dobrostanu.

Rodzic, który bierze odpowiedzialność za swoje emocje i sposób reagowania, daje dziecku największy dar: bezpieczeństwo.

Nie musi być idealny — wystarczy, że jest świadomy i uczciwy wobec siebie.

SCENARIUSZ ZEBRANIA Z RODZICAMI W FORMIE RAJDU RODZINNEGO

1. INFORMACJE WSTĘPNE

- Tytuł innowacji: Zielone Skrzydła Dzieciństwa
- Temat: „Czerpak odkryć – o przyrodzie i tym, co między nami”
- Poziom edukacyjny: edukacja wczesnoszkolna
- Czas trwania: 2 godziny

2. CELE OGÓLNE

- Wzmacnianie relacji między dzieckiem a rodzicem poprzez wspólne przeżycia, rozmowę i uważne bycie razem.
- Rozwijanie ciekawości przyrodniczej oraz umiejętności obserwacji świata naturalnego.
- Kształtowanie uważności na potrzeby, emocje i sygnały płynące od drugiej osoby.
- Wprowadzenie uczestników w świat mini-badań przyrodniczych poprzez samodzielne wykonanie prostego narzędzia badawczego.
- Tworzenie atmosfery współpracy, akceptacji i poczucia bezpieczeństwa w grupie rodzin.

3. CELE SZCZEGÓŁOWE (operacyjne):

Dziecko i rodzic:

W sferze przyrodniczej:

- potrafią wykonać prosty czerpak entomologiczny,
- potrafią posługiwać się nim w terenie zgodnie z instrukcją,



- rozpoznają wybrane owady i inne bezkręgowce przy pomocy atlasu lub aplikacji,
- potrafią zadbać o przyrodę w trakcie badań – zwracają owady i bezkręgowce na miejsce.
- rozwijają ciekawość i zainteresowanie światem przyrody.

W sferze emocjonalno-relacyjnej:

- potrafią rozmawiać o emocjach i potrzebach w sposób spokojny i akceptujący,
- potrafią wysłuchać drugiej osoby bez oceniania i przerywania,
- potrafią nazwać to, co w sobie wzajemnie cenią,
- potrafią wyrazić prośbę lub potrzebę w sposób otwarty,
- budują poczucie bliskości i bezpieczeństwa w relacji,
- potrafią dostrzec mocne strony drugiej osoby i siebie.

4. METODY I FORMY PRACY

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

5. ŚRODKI DYDAKTYCZNE

- siatki do warzyw (woreczki z tunelem),
- druty aluminiowe/stalowe,
- kije drewniane lub metalowe (trzonki),
- taśma izolacyjna / parczana,
- wstążki do dekoracji,
- nożyczki
- atlas owadów lub wydrukowane plansze,
- przygotowane kody QR do aplikacji identyfikującej owady.



- kartki i koperty do listów,
- karteczki do ewaluacji („Pełna siatka”),
- jedna duża siatka lub worek symboliczny (na podsumowanie).

6. TREŚĆ ZAJĘĆ (zakres realizowanego materiału)

Świat bezkręgowców łąkowych i leśnych

- czym jest czerpak entomologiczny,
- jak działa i do czego służy,
- podstawowe gatunki owadów spotykane na łąkach,
- zasady bezpiecznej i etycznej obserwacji przyrodniczej.

Wspólne wykonywanie narzędzia badawczego

- konstruowanie obręczy,
- mocowanie materiału,
- personalizacja trzonka,
- ćwiczenia pracy czerpakiem w terenie.

Rozwijanie umiejętności dialogu i bliskości w rodzinie

- rozmowa o potrzebach i emocjach,
- rozpoznawanie sygnałów bezpieczeństwa relacyjnego,
- umiejętność mówienia o tym, co cenię u drugiej osoby,
- wspólne tworzenie doświadczenia („List do siebie na później”).

Refleksja końcowa i integracja grupy

- wypełnianie „Pełnej siatki”,
- dzielenie się jedną myślą lub odkryciem,
- utrwalenie pozytywnych doświadczeń.



7. PRZEBIEG SPOTKANIA

1. Powitanie i wprowadzenie

Czasem zastanawiamy się, czego potrzebuje nasze dziecko. Podsuwamy pomysły, szukamy przyczyn, próbujemy odgadnąć jego potrzeby.

A może warto stworzyć bezpieczną przestrzeń, w której po prostu... zapytamy?

Co jest dla Ciebie ważne?

Czego potrzebujesz ode mnie?

Co chciałbyś „złapać” ode mnie do swojego życia?

Dziś będziemy odkrywać świat przyrody, ale także – w symboliczny sposób – świat potrzeb i emocji. Stwórzmy więc siatkę... i napełnijmy ją tym, co ważne!

2. Rajd – pieszy lub rowerowy

W czasie rajdu zatrzymamy się na dwie aktywności:

Część I Czerpak entomologiczny

Wprowadzenie

Wspólnie przygotujemy narzędzie, dzięki któremu odkryjemy, jak wiele owadów żyje w trawie i krzewach.

Na spacerze często nie widzimy ich gołym okiem — wnikliwe „przeczesanie” terenu ujawnia ich niesamowitą różnorodność.

Kto zajmuje się badaniem owadów?

Entomolodzy.

Dziś wcielimy się w ich rolę.

Instrukcja wykonania czerpaka entomologicznego

1. Zrób obręcz

1. Uformuj z drutu okrąg o średnicy 30–40 cm.
2. Zostaw dwie proste końcówki (ok. 10 cm każda) — posłużą do montażu na trzonku.
3. Dla wzmocnienia owiń obręcz taśmą izolacyjną lub parcianą.

2. Przygotuj worek siatkowy

Użyjemy gotowego worka na warzywa z supermarketu — ma wszyty tunel, w który łatwo wsunąć drut.

3. Przymocuj obręcz do kija

1. Personalizacja: ozdób trzonek (np. wstążki, kolorowa taśma).
2. Wsuń końcówki drutu w trzon lub przyłóż je do niego.
3. Owiń dokładnie taśmą izolacyjną.
4. Sprawdź stabilność połączenia.

Zadanie terenowe – „Poszukiwacze owadów”

- Wyruszamy na łąkę i wykonujemy szerokie ruchy czerpakiem.
- Zaglądamy do środka — jakie bezkręgowce udało się znaleźć?

Jak rozpoznać złapane owady?

- skorzystaj z przygotowanych zdjęć lub atlasu owadów,
- zeskanuj kod QR prowadzący do aplikacji rozpoznającej gatunki.



CZĘŚĆ II – „Czerpak potrzeb i emocji”

Podczas spaceru robimy przerwę. Prosimy, by każda para (rodzic + dziecko) znalazła ciche, przyjemne miejsce i usiadła obok siebie.

Tworzymy spokojną atmosferę nastawienia na słuchanie i bliskość.

Rozmowa inspirowana pytaniem głównym:

*„Gdybym mógł nabrać tym czerpakiem coś od Ciebie — co
chciałbym/chciałabym zabrać?”*



Dodatkowe pytania pogłębiające (propozycje):

- Co najbardziej w Tobie lubię i chcę zatrzymać przy sobie?
- Jaką Twoją cechę, umiejętność lub zachowanie chciałbym „złapać do siatki”?
- Czego chciałbym od Ciebie więcej?
- Co pomaga mi czuć się przy Tobie bezpiecznie?
- Co chciałbym, żebyśmy robili częściej razem?
- Jak możemy o sobie dbać nawzajem?

Rodzic i dziecko odpowiadają naprzemiennie — w atmosferze akceptacji, bez oceniania.

Gdybym tak mógł nabrać tym czerpakiem coś od Ciebie, co bym chciał zabrać?

CZĘŚĆ III - “List do siebie na później”

Dziecko i rodzic piszą krótkie listy:

- Dziecko: „Mamo/Tato, chcę, żebyś pamiętał, że...”
- Rodzic: „Chcę, żebyś pamiętał/pamiętała, że...”

Listy można:

- wymienić od razu,
- schować do koperty „otworzyć za miesiąc”,
- zawiesić na domowej tablicy.

Adnotacja dla nauczyciela:

Zajęcia mają charakter relacyjny i integracyjny.

W centrum aktywności stoi dialog między dzieckiem a rodzicem oraz wspólne działanie.

Nauczyciel pełni rolę organizatora, obserwatora i moderatora – nie ingeruje w dialog par, zapewnia dyskretne wsparcie.



Aktywność ma wzmacniać poczucie bezpieczeństwa, bliskości i wzajemnego zrozumienia.

Warto zachęcić uczestników do uważnej komunikacji: słuchania bez przerywania, zadawania pytań z ciekawością, nie oceniając wypowiedzi.

Podczas pracy z czerpakiem zwracamy szczególną uwagę na troskę o przyrodę — po obserwacji wszystkie owady i bezkręgowce delikatnie odprowadzamy z powrotem w miejsce, z którego zostały złapane.

Nauczyciel przypomina o zasadzie „zabierz tylko wiedzę, zostaw przyrodę nienaruszoną”.

Pigułka wiedzy:

„Branie odpowiedzialności za swoje zachowania jako najważniejsza kompetencja rodzicielska”.

8. EWALUACJA

„Pełna siatka”

Każda para wkłada do wspólnej siatki (przygotowanej przez prowadzącego) karteczkę z jednym słowem lub zdaniem:

Co dziś złapaliśmy?

Co było dla nas ważne?

Co chcemy zatrzymać?

9. BIBLIOGRAFIA

Karolina Ujma, „Ahoj Przyrodzo! 74 projekty badawcze dla dzieci”

Alfie Kohn – *Wychowanie bez nagród i kar*

Katarzyna Kazimierowska – *Pełne ręce miłości. O rodzicielstwie bliskości*

10. ZAŁĄCZNIKI



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



SENSE POPOJUT RZE

- Kody QR
- karta pytań
- Instrukcja wykonania czerpaka

11. UWAGI DO REALIZACJI ZAJĘĆ (merytoryczne i organizacyjne)

- W części II zadбай o wyciszenie grupy — można wprowadzić krótką mindfulnessową przerwę na oddech.
- Czerpaka entomologicznego z powodzeniem można używać w zbiornikach wodnych.
- Rajd może zakończyć się wspólnym piknikiem lub ogniskiem,

