SCENARIUSZ ZAJĘĆ PRZEDSZKOLNYCH

Piknik uważności

Scenariusz inspirowany książką „Chmurka i Burza chcą się bawić”



01

O zajęciach

Grupa	dzieci w wieku 4–6 lat	**Czas**	45–50 minut
Obszar	uważność, rozmowa i wspólny czas	**Forma**	ćwiczenia zmysłowe, rozmowa, ruch i praca twórcza

Scenariusz pokazuje, że wspólny czas nie musi być pełen atrakcji, aby był wartościowy. Na przykładzie ogrodu, rysowania i pikniku dzieci ćwiczą zatrzymywanie się, zauważanie świata zmysłami, dzielenie się obserwacjami oraz planowanie prostego rytuału bez pośpiechu i ekranów.

Cele zajęć

- zauważa dźwięki, kolory, zapachy i sygnały płynące z ciała
- opisuje własne spostrzeżenie prostym zdaniem
- słucha obserwacji drugiej osoby bez poprawiania jej
- rozpoznaje, czego potrzebuje, aby wspólna chwila była przyjemna i bezpieczna
- planuje prosty czas z rodzicem lub opiekunem niewymagający zakupów ani ekranu

02

Materiały i start

Materiały

- [ ] nieprzezroczysty worek z kilkoma bezpiecznymi przedmiotami o różnych fakturach
- [ ] obrazki symbolizujące wzrok, słuch, węch i dotyk
- [ ] koc lub duży arkusz papieru
- [ ] kartki i kredki
- [ ] papierowe zaproszenia na mały piknik

1 Odgłosy ogrodu

5 minut

Dzieci zamykają oczy albo patrzą w jeden punkt i słuchają przez chwilę. Następnie odtwarzają usłyszane dźwięki gestem lub głosem. Każda odpowiedź może być inna.



2 Czytanie pięcioma zmysłami

10 minut

To zadanie jest nieobowiązkowe. Zapraszamy do niego chętnych, którzy posiadają książkę.

Podczas czytania fragmentów o ogrodzie, rysowaniu i pikniku grupa wyszukuje szczegóły, które można zobaczyć, usłyszeć, powąchać lub poczuć. Smak omawia tylko na podstawie opowieści.

Moment opowieści	Pytania i kierunek rozmowy
Słoneczny ogród i śpiew ptaków	Co można zauważyć, kiedy na chwilę zwolnimy?
Chmurka rysuje w cieniu drzewa	Co sprawia, że to miejsce jest dla niej wygodne?
Burza przygotowuje koc, owoce i dwie filiżanki	Po czym poznajemy, że myśli o wspólnym czasie?
Siostry rysują i piknikują razem	Co zmienia obecność drugiej osoby, choć czynności pozostają proste?

04

Dalszy przebieg

3 Koszyk zmysłów

7 minut

Dzieci kolejno dotykają jednego bezpiecznego przedmiotu w worku i opisują go jednym słowem, na przykład miękki, gładki, lekki albo chłodny. Nie muszą zgadywać nazwy przedmiotu.

4 Chwila obok siebie

6 minut

Dzieci siadają parami na kocu i przez krótką chwilę rysują w ciszy to, co zauważyły. Potem każda osoba pokazuje jeden szczegół, a druga odpowiada: „Ja zauważyłem coś innego” albo „Ja też to zauważyłem”.

5 Mapa przyjemnego miejsca

9 minut

Grupa rysuje miejsce dobrego wspólnego czasu. Dodaje to, co może pomagać: cień, wodę do picia, wygodne miejsce, ciszę, rozmowę, ruch albo możliwość krótkiej przerwy.



05

Na zakończenie

6 Zaproszenie na mały piknik

8 minut

Każde dziecko tworzy zaproszenie dla rodzica lub opiekuna na prosty piknik w domu, ogrodzie, parku lub na podłodze. Piknik może odbyć się bez jedzenia; najważniejsze są obecność i rozmowa.

Pytania podsumowujące

- Co dziś zauważyliśmy dzięki wzrokowi, słuchowi lub dotykowi?
- Jak można spędzić dobry czas razem bez wielu przedmiotów?
- Jak powiedzieć bliskiej osobie, że potrzebujemy ciszy, ruchu albo przerwy?
- Co chcielibyśmy pokazać rodzicowi lub opiekunowi podczas małego pikniku?

Wskazówki dla osoby prowadzącej

Szanuj wrażliwość sensoryczną. Dziecko może nie zamykać oczu, nie dotykać przedmiotu ani odsunąć się od głośnego dźwięku.