

**Drodzy Rodzice przedstawiam przykłady zabaw z zakresu działań terapeutycznych W zabawach wykorzystane będą techniki pracy z kręgu Arteterapii: ćwiczenia plastyczne z elementami Arteterapii oraz**

**muzykoterapia**

**Pozdrawiam**

**Emilia Dębińska**

### **PRZEBIEG ĆWICZENIA PLASTYCZNEGO**



#### **CELE:**

- Uczenie sposobów uzewnętrznienia swoich przeżyć i doznań
- Odeagowanie wewnętrznych napięć i negatywnych emocji
- Nabywanie umiejętności nawiązywania niewerbalnych, werbalnych kontaktów interpersonalnych

**Michał Sowa Bajka dla dziecka, które wątpi w swoje możliwości, ponieważ nie ma takich samych szans i podobnie równego startu jak jego rówieśnicy**

#### **Miś Grant**

Historia ta wydarzyła się dawno temu, za górami, za rzekami, w bardzo starym lesie... Pewnego razu niedźwiedzie mieszkające w osadzie postanowiły urządzić kolejny turniej koszykówki. Wszystkie misie chciały bardzo dobrze się do niego przygotować, aby nie wypaść źle. Zwierzęta ciężko trenowały, najbardziej wyróżniał się Miś o imieniu Grant. Zwierzek ten wiedział bowiem, że nie jest najlepszy w koszykówce, dlatego w treningi wkładał całe serce, dawał z siebie maksimum. Był świadomy tego, że tylko w ten sposób











































może stać się lepszym zawodnikiem. Jednak Miś miał jeden problem. Wszystkie pozostałe zwierzęta miały dobre buty „do kosza” i piękne stroje . Miś wstydził się trochę swoich obdartych trampek i przykrótkich spodni. Ta myśl nie dawała mu spokoju. Podczas jednego z treningów doszło do przykrew sytuacji, ponieważ niedźwiedzie obserwujące Granta, zaczęły się z niego naśmiewać. Oczywiście chodziło o to, jak ów Miś jest ubrany. Zwierzak po chwili rozgonił towarzystwo, usiadł na pniu i zaczął płakać. Było mu bardzo smutno i myślał nawet o wycofaniu się z turnieju. Całej sytuacji przypatrywał się stary, mądry niedźwiedź, który kiedyś niejednokrotnie wygrywał leśne mistrzostwa. Usiadł obok i powiedział Misiowi coś bardzo ważnego. Nadszedł dzień zawodów. Miś zjawił się na boisku pierwszy. Rozgrzał się, oddał kilkanaście rzutów do kosza i usiadł, czekając na swoją kolej. Mistrzostwa się zaczęły. Grant zazdrościł innym strojów, ale pamiętał, że tak naprawdę, to nie ubrania są najważniejsze. Nasz bohater dotarł do samego finału. Tam spotkał się z innym niedźwiedziem, który był chyba najładniej ubrany, ale także posiadał duże umiejętności, ponieważ był triumfotorem poprzednich zawodów. Grant, po zaciętym pojedynku, pokonał go i cieszył się ze zwycięstwa. W nagrodę dostał prawdziwe buty koszykarskie. Wszyscy byli pod wrażeniem Granta, nabrali do niego szacunku i zawsze chętnie z nim grali. A w całym lesie zrobiło się o nim bardzo głośno. Morał jest taki, że do osiągnięcia postawionego sobie celu trzeba dążyć z całych sił i mocno w siebie wierzyć . Stary niedźwiedź wytłumaczył Grantowi, że nie szata zdobi człowieka i że ani ładne buty czy piękny strój nie pomogą mu wygrać turnieju. Wytłumaczył mu też, że tylko ciężką pracą i wysiłkiem, jaki wkłada w trening, może osiągnąć sukces. Miś podniósł głowę, wstał i wznowił treningi z jeszcze większą werwą niż dotychczas. Trenował zawzięcie, spoglądając kątem oka na pewne siebie niedźwiedzi

Rozmowa z dzieckiem na temat przeczytanej bajki.

Ćwiczenie plastyczne: Narysuj, co umiesz robić najlepiej. Porozmawiaj o tym z rodzicami

**Kalendarz uczuć** – zamieszczam kalendarz do zaznaczania samopoczucia przez dziecka w tym tygodniu. Rodziców też do tego zachęcam. Dzieci na zajęciach terapeutycznych zaznaczają swoje samopoczucie na początku i na końcu zajęć.

Zadajemy pytanie: Jak się dzisiaj czujesz ? Która buzia jest podobna do Twojej? Dlaczego?

| Dzień | Uczucia   |   |   |  |   |   |
|-------|---|---|---|--|---|---|
| 12.04 |    |    |    |    |    |    |
| 13.04 |    |    |    |    |    |    |
| 14.04 |    |    |    |    |    |    |
| 15.04 |    |    |    |    |    |    |
| 16.04 |  |  |  |  |  |  |
| 17.04 |  |  |  |  |  |  |
| 18.04 |  |  |  |  |  |  |

## PRZEBIEG ĆWICZENIA Z MUZYKOTERAPII



Wszyscy są witam Was zaczynamy już czas.

Jestem ja, jesteś Ty. Raz, dwa, trzy.



Wszyscy są, witam Was.mp3

### Ćwiczenia dźwiękonaśladowcze na podstawie wiersza Laury Łącz „Już”:

Rodzic czyta wiersz, zadaniem dziecka jest powtarzanie słów wytuszczonych w tekście a następnie powtórzenie słów dźwiękonaśladowczych- odgłosów: *plum, plum, plum*; jak wieje wiosenny wiatr: *szuuu, szuuu, szuuu*; głosy ptaków: *ćwir, ćwir, ćwir, ku-ku, ku-ku, gru-chu, gru-chu*; odgłos kroków wiosny: *tup, tup, tup*.

Spadła deszczu kropla,  
**plum...**  
Zawiał ciepły deszczyk,  
**szum...**  
Coś pachnie w powietrzu,  
**kwiat...**  
Zmienia się wokoło-  
**świat.**  
A co tak śpiewa?  
**Ptak.**  
Czyżby przyszła wiosna?  
**Tak!**



### Ćwiczenie oddechowe „Wiosenny wietrzyk”

Dziecko dostaje nacięte bibułkowe paseczki lub cienkie wstążeczki i dmucha na nie z różnym natężeniem



**Wiosna tuż tuż kwiaty rozdaje, więc otwórz okna.mp3**

Słuchanie utworu dziecko z rodzicem

- rozmowa na temat : jakie wiosenne dźwięki słyszysz w tym utworze
- czy muzyka jest cicha, czy głośna

Improwizacja ruchowa do słuchanego utworu