



Samorządowe Przedszkole Nr 10

2025-11-05

Wykaz zadań podjętych w Samorządowym Przedszkolu Nr 10 im. Jana Pawła II w Krakowie w „Tygodniu budowania relacji i przeciwdziałania przemocy”

- rozdanie dzieciom do domów książek „Wędrówki z Melisą” i zachęcanie rodziców do wieczornej bajkoterapii (piątek poprzedzający tydzień budowania relacji i przeciwdziałania przemocy)
- Zabawy integracyjne typu: „Cześć, jesteś moim kolegą, przyjacielem”, „Lustro”, „Minki” (nazywanie emocji), „Budujemy razem” (współpraca, współdecydowanie), Metoda zdań niedokończonych: Dzisiaj czuję się..., bo..., zabawy z chustą, zabawy dydaktyczne: „Karuzela przyjaźni”, „Krąg przyjaźni” (dzieci mówią sobie nawzajem coś miłego), „Tunel przyjaźni”, „Co nas łączy”, „Iskierka przyjaźni”, „Most przyjaźni”, „Jak się czujesz?” (podkreślenie, że każda emocja jest ważna i należy ją szanować u siebie i innych. Zwrócenie uwagi, że rozmawianie o emocjach pomaga unikać sytuacji konfliktowych i przemocy), „Pomagamy sobie” – zabawa dydaktyczna przy stolikach, praca w parach z materiałem Montessori, Pedagogika Zabawy „Mur obronny, czy koleżeńska twierdza?” (współpraca, współdecydowanie), „Otrząsamy się ze złości” – trening radzenia sobie z trudnymi emocjami, „Jestem dobry w” – budowanie pozytywnej samooceny
- Rozmowy w oparciu o literaturę dziecięcą: W. Osiejewej, tłum. Cz. Janczarski „Czarodziejskie słowo”, wiersza M. Strzałkowskiej „Kłótnia”, „Julka i mały smokulek złości” – jak radzić sobie ze złością, „Opowiastki dla małych uszu” J. Wachowicz inspiracją do zabawy - pantomima „Emocje”, Zagadki o znanych bajkach W. Chotomska „Dobre maniery Kubusia Puchatka” ze skarbicyka W. Disneya (Egmont), P. Bourgeois, B. Clark: seria o Franklinie, „Franklin mówi przepraszam”, „Brzydkie kaczątko”, „Przygody Fenka” – dzieci oceniają zachowania bohaterów, dziecko dostrzega wartość słowa przepraszam, Teatrzyk pt. „Największy skarb myszek” J. Wachowicz - dziecko poznaje cechy prawdziwego przyjaciela, film („Franklin i nowy przyjaciel”), J. Duszyńska „Cudaczek wyśmiewaczek”, R. Jędrzejewska „Každy jest inny”, E.W. Sz wajkowski „Nasze emocje”, zajęcia w bibliotece osiedlowej
- rozmowy i dyskusje na temat przemocy, jak mogę pomóc koledze/koleżance, komu mogę powiedzieć o przemocy, jak wyładować swoją złość w konstruktywny sposób, burza mózgów „Co to jest przemoc?” – omówienie sposobów reagowania i potrzebę proszenia dorosłych o pomoc, „Jak poradzić sobie ze złością?”, jakie słowa sprawiają, że czujemy się dobrze? (np. proszę, przepraszam, dziękuję)
- „Skrzynia dobrych działań” – dzieci rysują swoje propozycje radzenia sobie z emocjami w trudnych sytuacjach, omawiają te sposoby na forum grupy, umieszczają w specjalnym pudełku, losują kartkę z



propozycją działań w sytuacji trudnej dla siebie (głęboko oddycham, robię pajacyki, pompki i przysiady, piszę lub rysuję co mnie złości i gnioję kartkę z całych sił, idę do osoby która mnie zdenerwowała i mówię „Jesteś moim kolegą/koleżanką, ale nie lubię jak, denerwuje mnie jak robisz..., na koniec myślę o czymś śmiesznym, miłym)

- Zabawy z piosenką: „ Proszę, przepraszam, dziękuję”, „Czarodziejskie słowa” (tańce z chusteczkami), „Podajmy sobie ręce”, inscenizacja ruchowa do piosenki pt. „Gdy jest mi smutno”, inscenizacja ruchowa do piosenki pt. „O jak przyjemnie i wesoło w przedszkolu”, „Kolorowe listki” – wyciszanie grupy integracyjnej, Piosenka „Grzeczne słowa” , „Przestraszony jeź” – odgrywanie emocji,

- praca plastyczna - „Serce przyjaźni”, „Buźki emocji”, „Rączka pomocy” praca wspólna grupowa „ Nasze serca pełne są dobroci”, praca plastyczna związana z pomocą i przyjaźnią - wewnątrz grupowy Dzień Życzliwości, Praca plastyczna „Dobry kolega, dobra koleżanka” rysowanie pastelami, origami z koła „Serca”, Plakat grupowy „Każdy jest ważny”, „Nasze dobre słowa” – przyklejanie karteczek-serduszek z życzliwymi hasłami, „Nasza grupa – przyjaciele”/ „Kolaż przyjaźni”, Warsztaty plastyczne – odcisk dłoni w kształcie kwiatu lub drzewa z hasłem: „Moje ręce pomagają”, wykonanie własnego „gniotka” z balonu pomagającego rozładować napięcie.

- zabawy ruchowe z elementem wsparcia i pomocy kolegom - „Pomagam tobie”, Zestaw ćwiczeń gimnastycznych „Spotkanie przyjaciół” metodą R.Labana (marsz, wycucie własnego ciała „Powitanie”, adaptacja ruchów własnych do ruchów partnera „Powitanie przyjaciół”, „Lustro”, rozwijanie wycucia płynności ruchów „Malowanie obrazów”, wycucie przestrzeni „Oglądanie obrazu”, wycucie ciężaru ciała „Wesoły taniec”, „Przejście po moście”, adaptacja ruchów własnych do grupy „Pociągi”, wycucie przestrzeni „Radość”, marsz „Powrót do domu”), „Dzikie zwierzęta” – dzieci naśladują zachowanie zezłoszczonych dzikich zwierząt, następnie wyjaśniają, co mogło tak je zdenerwować, podają sposoby ich uspokojenia, zwrócenie uwagi na równe sposoby reagowania zwierząt, na różne sposoby relaksowania się, Zabawy ruchowe wg Weroniki Sherborne – „Przeciąganie liny”, „W górę i w dół”

- wprowadzenie lub przypomnienie symbolu-słowa „Stop” używanego w celu przerywania niewłaściwego zachowania

- przygotowanie tablicy uczuć/kąsek emocji – “Jak się dzisiaj czuję?” “Co sprawia, że czuję się...?”

- scenki dramatyczne uczące zachowań w sytuacjach trudnych, teatrzyki emocji, zabawa dramatyczna „Kraina Dobrolandia”, „Co zrobić, gdy ktoś robi mi krzywdę?”.

- znajomość telefonów alarmowych

- wykorzystanie scenariuszy ze strony MEN - „W ławicy ryb”

- stworzenie pudełka różnych emocji



- czytanie bajek terapeutycznych, relaksacje (oddychaj głęboko, masaże w parach, masaże piłeczką rehabilitacyjną i innym materiałem fizjoterapeutycznym), technika pracy z oddechem na podst. Serii książek „Gucio i emocje”, zabawy z piórkami, słuchanie odgłosów natury i muzyki relaksacyjnej,
- Galeria plakatów antyprzemocowych – prace plastyczne dzieci wystawione na tablicy w holu przedszkola
- Spotkanie z psychologiem / policjantem – w grupach, do których uczęszczają dzieci zagrożone niedostosowaniem społecznym, zaburzeniami w zachowaniu, rozmowa o tym, jak radzić sobie z trudnymi sytuacjami.
- Wręczanie orderów przyjaźni – na zakończenie tygodnia każde dziecko dostaje medal za to, że potrafi być dobrym kolegą/koleżanką
- w zabawach dowolnych zwracanie uwagi na serdeczne i miłe odnoszenie się do kolegów, przestrzeganie zasad zgodnej zabawy
- **Gazetka informująca rodziców o tygodniu bez przemocy umieszczona w holu przedszkola**

Zadania zrealizowane tylko w grupach młodszych:

- zabawy kołowe integrujące grupę, zabawa ruchowa "Co czuje moja twarz?" z kostką emocji i uczuć,
- rozmowy z dziećmi: o bezpiecznych zabawach z rówieśnikami – tworzenie kodeksów grupowych lub przypominanie już wprowadzonych zasad właściwego odnoszenia się do siebie i poszanowania granic.
- historyjki obrazkowe - rozmowy o emocjach,
- poranki emocji -rozmowy o samopoczuciu
- rozmowy z dziećmi - „ Akcja - reakcja" z wykorzystaniem ilustracji o emocjach oraz zachowaniu w różnych sytuacjach, w nawiązaniu do opowiadań „ Wędrówki z Melisą"
- prace plastyczne: „Serduszko z listków", Zabawa plastyczna "Moje emocje"
- Ćwiczenie relaksacyjne "Złapmy spokój", zabawy z piórkami.