

# **PROGRAM ZAJĘĆ ADAPTACYJNO – INTEGRACYJNYCH**

## **DLA KL. I**

### **WSTĘP**

Szkoła podstawowa stanowi jeden z etapów w systemie nauczania. Dla dzieci wkraczających w tenże okres, jest to poważna zmiana w ich życiu. Wiąże się ona z poznaniem nowego środowiska, a tym samym ze zmianą wymagań i oczekiwań, którym ze względu na stopień ich nasilenia oraz brak umiejętności adaptacji do specyficznego charakteru szkoły muzycznej, uczniowie kl. I często nie są w stanie sprostać. Szczególnie tutaj bowiem, uczniowie obciążeni są doznawaniem różnorodnych emocji oraz wzmożonego stresu. Poza nadzieją na nowe doświadczenia, uczniowie kl. I przeżywają wszystko to, co związane jest z nową dla nich rzeczywistością: uczucie niepewności, wstyd, obawę, lęk oraz złość wynikające z braku umiejętności odnalezienia się w sytuacjach wymagających od nich wzmożonej systematyczności, koncentracji, konsekwencji i umiejętności współpracy.

### **CEL OGÓLNY PROGRAMU:**

Celem ogólnym opracowanego programu jest pomoc w adaptacji uczniów klasy I Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej do nowych, specyficznych warunków nauki, przygotowanie do pełnienia nowej dla nich roli ucznia oraz wspieranie ich rozwoju emocjonalno – społecznego.

### **CELE SZCZEGÓŁOWE PROGRAMU:**

- skrócenie procesu adaptacji do nowych warunków,
- wzbudzenie poczucia bezpieczeństwa i akceptacji,
- wypracowanie wspólnych norm i zasad,
- nauka tolerancji,
- wzbudzenie wrażliwości na potrzeby, a także sukcesy i porażki innych osób,
- wzbudzenie potrzeby pomocy innym ludziom,
- wykształcenie umiejętności współpracy,
- integracja uczniów.

## ZAKRES PROGRAMU:

Program ten obejmuje 12 godzin lekcyjnych. Zajęcia odbywać się będą dwa razy w miesiącu w okresie od września 2009 – lutego 2010.

TEMATY ZAJĘĆ	TERMIN REALIZACJI
1. Poznajemy się.	Wrzesień
2. Budowanie zaufanie i bezpieczeństwa w grupie	Wrzesień
3. Jaki jestem ja i moi koledzy – uświadomienie sobie cech i uczuć swoich oraz innych ludzi.	Październik
4. Jak porozumiewamy się – sztuka komunikacji międzyludzkiej.	Październik
5. Bajka terapeutyczna pt. „Bajka o łaciatym słoniu”	Listopad
6. Bajka terapeutyczna pt. „Bajka o łaciatym słoniu” c.d.	Listopad
7. Moje mocne strony.	Grudzień
8. Uczymy się mówić „NIE”	Grudzień
9. Jak pokonać treść?	Styczeń
10. Jak rozwiązywać konflikty?	Styczeń
11. Jak zachować się w trudnych sytuacjach?	Luty
12. Zajęcia integracyjne wzmacniające poczucie więzi klasowej.	Luty

## **METODY I TECHNIKI PRACY:**

### **Metody:**

- burza mózgów,
- dyskusja,
- pogadanka,
- krąg,
- drama,
- metoda ćwiczeń.

### **Techniki:**

- rysunek,
- zabawy ruchowe,
- ekspresja muzyczna,
- techniki relaksacyjne.

## **EWALUACJA:**

**Ewaluacja dokonywana będzie po każdym spotkaniu na podstawie ustnych wypowiedzi uczniów, a także systematycznej obserwacji zespołu klasowego we współpracy z nauczycielami uczącymi.**

## **ZAJĘCIA I**

**Temat zajęć: Poznajemy się**

**Cele zajęć:**

- wzajemne poznanie się,
- ustalenie norm i reguł obowiązujących na zajęciach,
- doskonalenie umiejętności interpersonalnych,
- integracja klasy.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, praca w grupach, zabawy ruchowe.**

**Pomoce: duże arkusze papieru, kredki, gumowa piłka.**

**Termin realizacji: wrzesień**

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Przedstawienie się osoby prowadzącej. Informacja o celu zajęć.
2. Powitanie grupy przez „puszczenie iskierki” - wszyscy stoją w kręgu trzymając się za ręce. Nauczyciel ściska lekko dłoń dziecka stojącego po jego prawej stronie, a to z kolei przekazuje uścisk dalej. Uścisk ma wrócić do nauczyciela od strony lewej.
3. Zapoznanie uczniów z normami i regułami obowiązującymi na zajęciach.
4. Zabawa – nauczyciel rzuca gumową piłkę do jednego z uczniów, który wypowiada swoje imię. Następnie on przekazuje piłeczkę komuś innemu, itd.
5. Zabawa – każde dziecko wyciąga los, na którym jest napisane: np. SZUKAM KOGOŚ, KTO URODZIŁ SIĘ W GRUDNIU. Należy zaznaczyć iż, każdy los jest inny. Dzieci szukają wśród siebie jak największej ilości osób posiadających cechę z wyciągniętego losa. Następnie każde dziecko siedząc w kręgu przedstawia osoby, które „odnalazło”.
6. Wspólny rysunek – nauczyciel dzieli klasę na grupy 4 – osobowe, a następnie czyta krótkie opowiadanie ( zał.1). Po jego przeczytaniu rozdaje poszczególnym grupom po jednej dużej kartce z bloku rysunkowego oraz kredki. Zadaniem każdej grupy jest narysowanie wspólnego rysunku na podstawie tego, co zapamiętali z przeczytanej historii. Należy zaznaczyć, iż rysunek ma być wykonywany tak, aby każdy uczestnik grupy miał przydzieloną czynność.
7. Zabawa - „ Wszyscy, którzy...”- uczestnicy siedzą w kręgu na krzesłach. Jedno dziecko stojące w środku wypowiada polecenie: np. „ Wszyscy, którzy lubią wakacje zmieniają miejsce!”.
8. Krótka rozmowa z uczniami na temat zajęć.
9. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA II**

**Temat zajęć: Budowanie zaufania i bezpieczeństwa w grupie**

**Cele zajęć:**

- integracja klasy,
- budowanie zaufania i bezpieczeństwa w grupie,
- wzmacnianie poczucia więzi,
- kształtowanie umiejętności współpracy.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, praca w grupach.**

**Pomoce: gazeta, gwizdek.**

**Termin realizacji: wrzesień**

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów i wprowadzenie do tematu zajęć.
2. Rundka – każdy uczeń wita się z resztą klasy mówiąc, co najlepszego przydarzyło mu się poprzedniego dnia.
3. Zabawa - „Tratwa ratunkowa” - zabawa przy muzyce. Nauczyciel dzieli klasę na grupy 3- osobowe. Każda grupa otrzymuje fragment gazety, która pełni rolę tratwy. Zadaniem każdej grupy jest jak najdłużej utrzymać się na „tratwie”. Kiedy muzyka milknie gazeta zmniejszana jest o połowę.
4. Zabawa - „Ślepe samochody” - nauczyciel dobiera dzieci w pary, w których jedna osoba jest osobą A, druga – osobą B. Dzieci w swoich parach ustawiają się jedno za drugim, przy czym osoba A- stojąca z przodu, ma zamknięte oczy, druga – B, trzyma osobę A za ramiona i oprowadza ją po całej sali. Po upływie 2 min zamieniają się rolami. Po zakończeniu zabawy nauczyciel wspólnie z dziećmi siedząc w kręgu przeprowadza krótką rozmowę na temat odczuć dzieci pełniących rolę osoby A, a następnie rolę osoby B, nawiązując przy tym do roli zaufania w kontaktach międzyludzkich.
5. Zabawa - „Otwarty krąg” - dzieci swobodnie chodzą po sali. Na dźwięk gwizdka zatrzymują się przy najbliższej znajdującej się osobie i mówią: „Podoba mi się w tobie....”
6. Pożegnanie uczniów „ puszczaniem iskierki”.

## **ZAJĘCIA III**

**Temat zajęć: JAKI JESTEM JA I MOI KOLEDZY – uświadomienie sobie cech i uczuć własnych oraz innych ludzi.**

**Cele zajęć:**

- nauka dostrzegania własnej indywidualności przy jednoczesnej akceptacji cech innych osób,
- kształtowanie empatii,
- kształtowanie umiejętności wyrażania własnych poglądów i uczuć,
- wzmacnianie więzi interpersonalnych w grupie.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, ekspresja plastyczna, gry i zabawy psychologiczne.**

**Pomoce: kartki z bloku rysunkowego, kredki.**

**Termin realizacji: październik**

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów i zapoznanie z tematem zajęć.
2. „Powitanie z gestem” - każdy uczeń wita się z klasą wykonując przy tym gest charakteryzujący jego ulubioną czynność.
3. Pogadanka na temat różnorodności i podobieństw w świecie ludzi i zwierząt.
4. „Wywiad” – uczniowie w parach, w których siedzą w ławkach rozmawiają ze sobą o tym, co np. lubią robić, itd. Najpierw przez 2 min mówi o sobie osoba A, po upływie 2 min – osoba B. Następnie dzieci siedząc w kręgu opowiadają czego dowiedziały się o swoim partnerze.
5. „Autoportret ” - Dzieci wykonują swój portret, obok którego rysują rzeczy, przedmioty dla nich charakterystyczne. Po zakończeniu pracy nauczyciel zbiera wszystkie prace, a następnie uczniowie losują je i zgadują autorów. Wylosowane prace uczniowie zabierają jako pamiatkę z zajęć.
6. Rundka – każdy uczeń wypowiada się na temat zajęć: co mu się najbardziej w nich podobało, w czym nie miał ochoty brać udziału.
7. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA IV**

**Temat zajęć:** Jak porozumiewamy się ? - sztuka komunikacji międzyludzkiej.

**Cele zajęć:**

- poznanie sposobów komunikowania się,
- kształtowanie umiejętności aktywnego słuchania,
- kształtowanie umiejętności porozumiewania się z uwzględnieniem obowiązujących norm i zasad,
- kształtowanie umiejętności jasnego wyrażania poglądów,
- kształtowanie umiejętności wyciągania wniosków.

**Czas trwania zajęć:** 1 godzina lekcyjna

**Formy realizacji:** pogadanka, ćwiczenia warsztatowe, gry i zabawy psychologiczne.

**Pomoce:** fragment opowiadania pt; „Wojna duchów” F.C. Bartletta, losy z tytułami bajek dla dzieci, arkusz przedstawiający kombinacje różnych figur geometrycznych.

**Termin realizacji:** październik

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów.
2. Zabawa – dzieci stoja w kręgu. Jedna osoba za pomocą gestu pokazuje jakiś przedmiot, a następnie wykonuje ruch obrazujący rzut tego przedmiotu w kierunku wybranego przez siebie dziecka. Jego zadaniem jest wykonanie gestu obrazującego chwytanie rzuconego przez kolegę przedmiotu oraz pokazanie w sposób niewerbalny innej, wymyślonej przez siebie rzeczy.
3. Pogadanka na temat sposobów porozumiewania się.
4. „Kalambury” - nauczyciel dzieli klasę na dwie drużyny. Każda losuje los z tytułem bajki, aby następnie jej przedstawiciele pokazali go w sposób niewerbalny.
5. Ćwiczenie obrazujące mechanizm powstawania plotki – nauczyciel wybiera 5 osób, po czym 4 z nich wychodzą za drzwi, natomiast jedna pozostaje w klasie. Nauczyciel czyta fragment opowiadania ( zał.2), a następnie prosi do klasy jedną osobę z zewnątrz. Zadaniem osoby, która pozostała w klasie i wysłuchała opowiadania jest opowiedzenie tejże historii koledze. Jego zadaniem z kolei jest opowiedzenie tego, co usłyszał kolejnej osobie z zewnątrz klasy, itd. Celem tego ćwiczenia jest ukazanie mechanizmów zniekształcenia otrzymywanych informacji.
6. Rozmowa na temat aktywnego słuchania oraz skutków jego braku.
7. Ćwiczenie kształtujące umiejętność aktywnego słuchania oraz precyzyjnego wypowiadania się – nauczyciel prosi na środek sali jedną osobę, której zadaniem jest opisanie rysunku w taki sposób, aby reszta klasy mogła go narysować ( zał.3).
8. Omówienie ćwiczenia – czy było ono proste do wykonania?, co utrudniało wykonanie go?, co mogłoby to ułatwić?
9. Podsumowanie zajęć i pożegnanie uczniów przez „puszczenie iskierki”.

## **ZAJĘCIA V**

**Temat zajęć: Bajka terapeutyczna pt. „Bajka o łaciatym słoniu” .**

**Cele zajęć:**

- kształtowanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem,
- kształtowanie umiejętności dostrzegania pozytywnych cech u innych ludzi,
- kształtowanie umiejętności akceptowania „inności” drugiego człowieka,
- nauka wyciągania wniosków z popełnionych błędów,
- nauka sztuki dyskusji oraz współpracy.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: bajka terapeutyczna, rozmowa, ekspresja ruchowa.**

**Pomoce: płyta CD z nagraniem bajki pt. „Bajka o łaciatym słoniu”**

**Termin realizacji: listopad**

**PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów przez „puszczenie isierki”.
2. Przybliżenie uczniom celu zajęć.
3. Wysłuchanie bajki ( w razie potrzeby słuchowisko może być podzielone na krótsze fragmenty w celu ich podsumowania, a tym samym ponownego wzbudzenia koncentracji u dzieci. W czasie trwania piosenek dzieci mogą poruszać się w ławkach w rytm muzyki).
4. Podsumowanie – nauczyciel prosi, aby uczniowie opowiedzieli treść bajki.
5. Pożegnanie uczniów.



## **ZAJĘCIA VI**

**Temat zajęć:** Bajka terapeutyczna pt: „Bajka o łaciatym słoniu” - c.d.

**Cele zajęć:**

- kształtowanie umiejętności akceptowania „inności” drugiego człowieka,
- nauka sztuki dyskusji oraz współpracy,
- kształtowanie umiejętności dostrzegania pozytywnych cech u innych ludzi,
- kształtowanie umiejętności wyciągania wniosków,
- odreagowanie emocji.

**Czas trwania zajęć:** 1 godzina lekcyjna

**Formy realizacji:** rozmowa, ekspresja plastyczna, ekspresja muzyczna.

**Pomoce:** płyta CD z nagraniem bajki, kartki z bloku rysunkowego, kredki.

**Termin realizacji:** listopad

**PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów oraz przypomnienie treści wysłuchanego na poprzednich zajęciach opowiadania o łaciatym słoniu.
2. Wysłuchanie piosenki „przewodniej” z bajki.
3. Rozmowa z uczniami na temat ich wrażeń z wysłuchanej historii.
4. Praca plastyczna na temat: „Fragment bajki, który najbardziej mi się podobał” lub „A mogło być inaczej...- przedstawienie własnej propozycji zakończenia bajki”. Po zakończeniu pracy – wspólne obejrzenie rysunków dzieci.
5. Nauka piosenki wysłuchanej na początku lekcji.
6. Krótka rozmowa na temat wniosków wynikających z historii o łaciatym słoniu.
7. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA VII**

**Temat zajęć: Moje mocne strony.**

**Cele zajęć:**

- wzmocnienie poczucia własnej wartości,
- budowanie pozytywnej samooceny,
- pogłębienie samoświadomości,
- nauka umiejętności dostrzegania pozytywnych cech swoich oraz innych ludzi,
- poznanie znaczenia wysokiej samooceny.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, ćwiczenia psychologiczne, praca plastyczna.**

**Pomoce: kartki z bloku rysunkowego, kredki, lusterko.**

**Termin realizacji: grudzień**

**PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów przez „puszczenie iskiarki”.
2. Krąg – nauczyciel wyjaśnia, iż zadaniem dzieci będzie skupienie uwagi na twarzy swojej i swoich kolegów. Każde dziecko otrzymuje kolejno lusterko. Przyglądając się sobie w skupieniu mówi, która cecha najbardziej mu się w swoim wyglądzie podoba. Jeśli nie potrafi znaleźć takiej cechy, nauczyciel poleca, aby zwrócił się z prośbą o pomoc do „sąsiada”.
3. Rozmowa z uczniami na temat : „Czym jest charakter człowieka?”
4. Praca plastyczna – nauczyciel prosi, aby dzieci wykonały rysunek zwierzęcia, które posiada takie cechy, jakie ma dziecko. Po zakończeniu pracy nauczyciel wspólnie z dziećmi omawia prace uczniów prosząc, aby każde dziecko powiedziało dlaczego właśnie takie zwierzę wybrało oraz w czym czuje się dobry.
7. Zabawa - „Otwarty krąg” - dzieci swobodnie chodzą po sali. Na dźwięk gwizdka zatrzymują się przy najbliższej znajdującej się osobie i mówią: „ Podoba mi się w tobie....”
8. Omówienie ćwiczenia – rozmowa na temat : „ czy miło jest słyszeć o sobie pozytywne rzeczy?”
9. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA VIII**

**Temat zajęć: Uczymy się mówić „NIE”.**

**Cele zajęć:**

- kształtowanie umiejętności odmawiania,
- uświadomienie sobie sytuacji, w których powinno się odmawiać,
- kształtowanie umiejętności otwartego wyrażania własnych poglądów z jednoczesnym poszanowaniem godności innych ludzi.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, odgrywanie scenek przy użyciu kukiełek.**

**Pomoce: kukiełki**

**Termin realizacji: grudzień**

**PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów i zapoznanie z tematem zajęć.
2. Zabawa „ Follow me” - uczestnicy stoją w kole. Jedna z osób wykonuje jakiś prosty ruch, który naśladują pozostałe osoby. Na dźwięk gwizdka wskazuje ona osobę, która zajmie jej miejsce.
3. Rozmowa z dziećmi w nawiązaniu do zabawy. Nauczyciel zaznacza, iż nie zawsze powinniśmy naśladować innych oraz, że są sytuacje kiedy trzeba powiedzieć „NIE”. Prosi dzieci, aby opowiedziały o sytuacjach, w których miały ochotę czegoś nie wykonać. Nauczyciel pyta uczniów jak udało im się uniknąć zrobienia czegoś niewłaściwego lub co spowodowało, że nie potrafili odmówić, jak się wtedy czuli?
4. Nauczyciel informuje dzieci, iż odmawiania można się nauczyć, a następnie podaje propozycje metod wyjścia z trudnych sytuacji:
  - „metoda zdartej płyty”
  - metoda „co w tym dobrego?”
  - metoda „ co w tym złego?”.
5. Trenowanie wyżej wymienionych metod – nauczyciel podaje przykłady scenek, np. „ Kolega namawia mnie, abyśmy uciekli z lekcji”, a następnie prosi o odegranie za pomocą kukiełek tejże scenki uwzględniając jej rozwiązanie z zastosowaniem wyżej wymienionych metod.
6. Omówienie scenek ze zwróceniem uwagi na odczucia dzieci.
7. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA IX**

**Temat zajęć: Jak pokonać tremę?**

**Cele zajęć:**

- kształtowanie umiejętności radzenia sobie z treścią i stresem,
- uświadomienie sobie roli pozytywnego myślenia w przygotowaniu do publicznych występów,
- nauka podstawowych technik relaksacyjnych.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, trening relaksacyjny metodą Jacobsona, wizualizacja, ćwiczenia psychologiczne.**

**Pomoce: płyta CD z muzyką relaksacyjną, tekst wizualizacji, kartki z bloku rysunkowego, kredki.**

**Termin realizacji: styczeń**

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów i zapoznanie z celem zajęć.
2. Ćwiczenie – nauczyciel kolejno zadaje dzieciom bardzo trudne pytanie. Czeka chwilę, a następnie kiedy uczeń nie porafi na nie odpowiedzieć przechodzi szybko do następnej osoby. Celem ćwiczenia jest wytworzenie napięcia towarzyszącemu zazwyczaj odpowiedziom na egzaminach bądź lekcji.
3. Rozmowa w oparciu o ćwiczenie na temat:
  - co czuli uczniowie, gdy nauczyciel zadawał pytanie, na które nie znali odpowiedzi?,
  - co czuła każda następna osoba wiedząc, że ona będzie odpowiadać jako następna?,
  - co to jest trema i stres?
  - jaka jest rola zarówno negatywnego jak i pozytywnego wpływu tremy na ważne wydarzenia w życiu człowieka?
  - jak dzieci radzą sobie w sytuacjach stresujących?
4. Krótka rozmowa na temat metod radzenia sobie ze stresem. Nauczyciel zaznacza istotną rolę pozytywnego myślenia w zwalczaniu tremy.
5. Trening relaksacyjny metodą Jacobsona.
6. Omówienie ćwiczenia – rozmowa na temat odczuć dzieci w czasie i po zakończeniu treningu.
7. Prezentacje – nauczyciel prosi, aby chętne dzieci zaprezentowały coś, co potrafią na forum całej klasy. Zaznacza jednak, aby były to dzieci, którym takie wystąpienia sprawiają trudność oraz, iż celem ćwiczenia jest wspólna praca nad zwalczaniem tremy.
8. Omówienie ćwiczenia z dziećmi biorącymi udział.
9. Wizualizacja na temat wystąpienia publicznego.
10. Omówienie ćwiczenia( jak się czułem?, czy teraz czuję się spokojniejszy?, itd.)
11. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJECIA X**

**Temat zajęć: Jak rozwiązywać konflikty?**

**Cele zajęć:**

- kształtowanie umiejętności porozumiewania się,
- kształtowanie umiejętności analizy własnych emocji,
- kształtowanie umiejętności korygowania własnego zachowania,
- kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, gry i zabawy psychologiczne, metaplan.**

**Pomoce: ilustracje przedstawiające ludzi w sytuacjach konfliktowych,  
plansza METAPLAN**

**Termin realizacji: styczeń**

**PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów.
2. Rundka – każde dziecko mówi jak się dziś czuje, co dzisiaj mu się przydarzyło.
3. Wprowadzenie do zajęć.
4. Praca w grupach - nauczyciel dzieli klasę na zespoły 4 – osobowe. Każda grupa otrzymuje zdjęcia ludzi znajdujących się w sytuacji konfliktu. Dzieci w swoich grupach zastanawiają się jak wyglądają postacie na rysunku?, jakie mają miny?, co musiało się wydarzyć w ich życiu?
5. Rozmowa z uczniami na temat:
  - różnic w wyglądzie ludzi skonfliktowanych oraz ludzi próbujących rozwiązać konflikt,
  - przyczyn kłótni i bójek,
  - sposobów rozwiązywania konfliktów.
6. Ćwiczenie „Otwórz pięść” - uczniowie pracują w parach, w których siedzą w ławkach. Jedna osoba zamyka pięść, a druga stara się przekonać ją bez użycia siły, aby ją otworzyła. Po chwili zamieniają się rolami.
7. Omówienie ćwiczenia – czy było to proste ćwiczenie?, jak czuła się osoba przekonująca, a jak osoba przekonywana?, jakich sposobów używalismy?, czy da się coś osiągnąć bez zastosowania siły?
8. Metaplan – nauczyciel przedstawia sytuację konfliktową, a następnie wspólnie z uczniami wypełnia planszę METAPLAN ( zał. 4 )- arkusz podzielony jest na 4 części: jak jest?, jak powinno być?, dlaczego nie jest tak, jak powinno być?, co musimy zmienić?.
9. Rozmowa na temat: „Na kogo możemy liczyć w trudnych sytuacjach?”
10. Podsumowanie zajęć i pożegnanie uczniów.

## **ZAJECIA XI**

**Temat zajęć: Jak się zachować w trudnych sytuacjach?**

**Cele zajęć:**

- poznanie obowiązujących wśród ludzi zasad,
- budowanie empatii,
- uświadomienie sobie znaczenia właściwego zachowania,
- uświadomienie sobie skutków niewłaściwego zachowania,
- nauka umiejętności analizy własnego zachowania.

**Czas trwania zajęć: 1 godzina lekcyjna**

**Formy realizacji: rozmowa, praca w grupach.**

**Pomoce: rysunki przedstawiające różne sytuacje wymagające zastosowania zasad dobrego wychowania.**

**Termin realizacji: luty**

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Wejście nauczyciela do klasy z pominięciem powitania. W przypadku, kiedy dzieci powitałyby wchodzącego nauczyciela – brak odpowiedzi z jego strony.
2. Krótka rozmowa z dziećmi na temat: co zdziwiło ich w zachowaniu nauczyciela?, jak czuły się, kiedy nauczyciel nie odpowiedział na ich przywitanie? Nauczyciel podkreśla rolę obowiązujących zasad, jednocześnie wprowadzając dzieci w temat zajęć.
3. Praca w grupach – nauczyciel dzieli klasę na grupy 4 – osobowe, a następnie wyjaśnia dzieciom, że spotkały przybysza z innej planety, który odwiedził Ziemię. Przybysz ten nie wie jednak jak się ma zachować w określonych sytuacjach. Zadaniem grup jest pomóc przybyszowi. Każda grupa otrzymuje obrazek ilustrujący przybysza z kosmosu znajdującego się w różnych sytuacjach. Grupy muszą znaleźć odpowiednie rozwiązanie zgodne z zasadami dobrego wychowania.
4. Omówienie propozycji uczniów.
5. Prośba, aby uczniowie opowiedzieli o sytuacjach, w których nie wiedzieli jak się zachować oraz o popełnionych błędach.
6. Rozmowa na temat: czy łatwo jest przestrzegać zasad dobrego wychowania?, co nam czasami przeszkadza w zastosowaniu tych zasad?, co może spowodować brak ich przestrzegania?, co możemy osiągnąć stosując się do nich?
7. Pożegnanie uczniów.

## **ZAJĘCIA XII**

**Temat zajęć:** Zajęcia integracyjne wzmacniające poczucie więzi klasowej.

**Cele zajęć:**

- integracja klasy,
- kształtowanie umiejętności wspólnej zabawy,
- kształtowanie umiejętności radzenia sobie z porażką.

**Czas trwania zajęć:** 1 godzina lekcyjna

**Formy realizacji:** gry i zabawy psychologiczne.

**Termin realizacji:** luty

### **PRZEBIEG ZAJĘĆ:**

1. Powitanie uczniów przez „puszczenie iskierki” i zapoznanie z celem zajęć.
2. Ćwiczenie „Bezludna wyspa” - nauczyciel dzieli klasę na 4 grupy, które wspólnie muszą zaplanować życie na bezludnej wyspie, w ten sposób, aby móc tam żyć w oparciu o podstawowe wartości. Dzieci zastanawiają się co będzie wolno robić na wyspie?, czego nie wolno robić na wyspie?, jak postępować, gdyby ktoś nie przestrzegał zasad?  
GR I – opracowuje zasady w oparciu o MIŁOŚĆ  
GR II – opracowuje zasady w oparciu o PRZYJAŹŃ  
GR III – opracowuje zasady w oparciu o RADOŚĆ  
GR IV – opracowuje zasady w oparciu o WZAJEMNĄ POMOC.
3. Omówienie ćwiczenia.
4. Zabawa „Wspólne opowiadanie” - dzieci siedzą w kręgu. Rozpoczyna nauczyciel podając jakieś słowo, każda następna osoba dodaje po jednym wyrazie tworząc w efekcie wspólne opowiadanie.
4. Rundka na temat zajęć.
5. Pożegnanie uczniów.

# **SCENARIUSZE ZAJĘĆ**



**PROGRAM**  
**ZAJĘĆ ADAPTACYJNO – INTEGRACYJNYCH**  
**DLA KL. I**  
**( PROGRAM WŁASNY )**

**Opracowała: mgr Agata Jaworska**

# **ZAŁĄCZNIKI**

## **ZAŁĄCZNIK NR 1**

### ZAJĘCIA I – ćwiczenie nr 6

Był piękny, słoneczny dzień. Szedłem wąską ścieżką przez las, aż nagle ujrzałem jednopiętrowy dom. Miał czerwony dach, żółte ściany, a w oknach wisiały kolorowe zasłony. Przed domem wylegiwał się czarny kot. Dom ogrodzony był kolorowym płotem. W ogrodzie rosły tulipany i róże. Niedaleko domu znajdowało się małe jezioro otoczone brązowymi kamykami.

## **ZAŁĄCZNIK NR 2**

ZAJĘCIA IV – ćwiczenie nr 5

## **ZAŁĄCZNIK NR 3**

ZAJĘCIA IV – ćwiczenie nr 7

## **ZAŁĄCZNIK NR 4**

ZAJĘCIA X – ćwiczenie nr 8

### **METAPLAN**

<b>JAK JEST?</b>	<b>JAK POWINNO BYĆ?</b>
<b>DLACZEGO NIE JEST TAK, JAK POWINNO BYĆ?</b>	<b>CO MUSIMY ZMIENIĆ?</b>