

Cele terapii:

- Odreagowanie napięć psychofizycznych;
- Uwrażliwienie na piękno muzyki;
- Aktywizowanie dzieci poprzez zabawy ruchowe.
- Likwidacja przemęczenia, niepokoju, agresji;

Zadanie – Pokaż swój nastrój

Jaki jest mój dzisiejszy nastrój? - Improwizowanie nastroju przy użyciu instrumentów perkusyjnych.(rzeczy kuchennych) /Uczniowie „wygrywają” swoje złe nastroje i emocje (złości, agresji, nienawiści) i stopniowo przechodzenie do coraz łagodniejszych (smutku, równowagi, pogodzenia się, radości).

- Potrzeba akceptacji - wykorzystanie bajki terapeutycznej

Dzieci układają się wygodnie na kanapie, w tle płynie muzyka relaksacyjna np. Jezioro łabędzie P. Czajkowskiego. Rodzic czyta dzieciom bajkę o Pajączku Ziutku:

„ Bajka o Pajączku Ziutku”

W pewnym lesie mieszkało wiele zwierzątek, które się ze sobą bardzo przyjaźniły: biedronka kumplowała się z mrówką, żuczek z gąsieniczką, a konik polny z komarem. Tylko z jednym małym zwierzątkiem nikt nie chciał się zaprzyjaźnić. Był niezgrabny, chudziutki, malutki i poruszał się na długich nieco koślawych nóżkach. Nazywał się Ziutek.

Pewnego dnia wybrał się na spacer. Idzie sobie, aż tu naraz pod liściem łopianu ujrzał rozbawioną gąsieniczkę Magdusię, która bawiła się w berka z żuczkiem Rafałkiem. Zabawa była wyśmienita. Ziutek podbiegł do nich, by się przyłączyć. Zwierzątka przerwały zabawę i powiedziały :

-Idź sobie stąd, jesteś brzydki, nie chcemy się z Tobą bawić!

A żuczek dodał:

-Możesz nas pogryźć, boimy się Ciebie!

I uciekły.

Pajączek bardzo się zasmucił, łezki popłynęły mu z oczu. Było mu bardzo przykro, że znowu został sam. Zrezygnowany wrócił do domu. Wypił szklankę gorącego mleka i wyszedł do swojego ogródka. Tam było jego królestwo. Promienie słońca ogrzewały główki kwiatów, w oddali słychać było śpiew ptaków i las szumiący cichutko. „Jak mi tu dobrze”- pomyślał Ziutek i podszedł do gałązki, na której rozpościerało się jego dzieło...

Następnego ranka, kiedy pajączek leżał jeszcze w łóżeczku usłyszał przedziwne głosy. Wskoczył z łóżka i podbiegł do okna. Do jego ogrodu zawitali goście, którzy głośno dyskutowali;

-Patrz, jakie to piękne!- zachwycła się biedronka.

-Mieni się jak światełka na choince!- wykrzyknęła gąsieniczka.

-Nie, to świeci jak gwiazdy na niebie...- westchnął konik polny.

-Ach! To moje marzenie mieć suknię z takiego materiału... – powiedziała mrówka.

Zgodnie uznały, że twórcą tego dzieła jest ktoś wyjątkowy i piękny . Zapragnęły go poznać. Wtedy zobaczyły w okienku domku pod liściem paproci jakąś tajemniczą postać. Zapukały do drzwi. Jakież było ich zdziwienie, kiedy stanął w nich Ziutek.

Dłuższą chwilę patrzyli na siebie nie mogąc wydobyć ani słowa. Pierwszy odezwał się komar:

-Czy wie kto, jest twórcą tych cudowności w ogrodzie?

-Jakich? Czy myślicie o moich pajęczynkach, które snuję, kiedy jest mi smutno?

Zwierzątka nie mogły uwierzyć, że nie lubiany Pajęczek Ziutek ma taki talent. Skorzystały z jego zaproszenia i zostały na pysznym śniadanku. Od tej pory często bawiły się wspólnie.

Po przeczytaniu bajki rodzic zadaje dziecku pytania:

1. Dlaczego Ziutek był samotny?
2. Co czuł, gdy nikt nie chciał się z nim bawić?
3. Czym zaimponował Ziutek innym zwierzątkom?
4. Jak zakończyła się historia pajęczka i dlaczego?
5. Czy znacie kogoś, kto jest samotny i odrzucony?
6. Jak możecie mu pomóc?

Następnie bazując na wysłuchanej bajce dzieci mają za zadanie zilustrować gestem i mimiką podawane hasła:

1. czuję się niepewnie
2. jest mi wesoło
3. smutno mi
4. zachowuję się niezdarnie
5. witam serdecznie
6. nastawiony wrogo
7. jestem przyjazny
8. boję się
9. jestem nieśmiały

Zadanie ma na celu naukę opanowania emocji

Po prezentacji odbywa się krótka rozmowa kierowana:

Czym różniły się przedstawione uczucia? Które z uczuć było trudno wyrazić i dlaczego? Które trudniej odczytać? Które z uczuć bardziej wam odpowiadały, były wam bliższe?

Zadanie – Zabawa terapeutyczna – manualna

Dzieci otrzymują dużo kolorowych gazet, kartony, nożyczki, klej, kredki.

Zadanie brzmi: Z kolorowych gazet wycinamy te obrazki, które przyklejone na kartkę papieru dadzą nasz wizerunek. Wyklejanki uzupełniamy własnymi rysunkami. Powstały w ten sposób obraz nosi tytuł „Taki jestem” (lub „Taki chciałbym być”). Każdy uczestnik komentuje wykonaną pracę. W tle muzyka relaksacyjna z internetu.

