



# List do Mimosy

Scenariusz zajęć dla uczniów klas I-III szkoły podstawowej, na podstawie tekstu "Księżniczka Mimoza".

Anna Machacz

## CELE

- Główny:**
- uświadomienie dzieciom, czym jest wysoka wrażliwość.
- Cele operacyjne:**
- Uczestnik:
- rozumie pojęcie „wysoka wrażliwość”,
  - rozumie, że ludzie różnią się między sobą i nie należy na siłę nikogo zmieniać i namawiać do rzeczy, których nie lubi lub się ich boi.
  - rozwija wyobraźnię plastyczną,

## WARUNKI TECHNICZNE

- liczba uczestników: klasa szkolna,
- wiek uczestników: 7-9 lat,
- miejsce: sala lekcyjna, biblioteka, świetlica,
- czas trwania: 90 minut.

## METODY PRACY

- rozmowa kierowana,
- głośne czytanie tekstów,
- praca z tekstem,
- dyskusja,
- zabawy ruchowe i plastyczne.

## FORMY PRACY

- indywidualna,
- grupowa,

## MATERIAŁY I ŚRODKI TERAPEUTYCZNE

- tekst bajki wraz z ilustracjami, załącznik nr 1 (okładka książki) i 2 (ilustracja str. 3), kolorowe kredki, kartki papieru, duży karton, klej, sznurek, klipsy do zawieszania prac.

## LITERATURA WYKORZYSTANA DO ZDJĘĆ

- Jovanka Tomaszewska, "Księżniczka Mimoza", Wydawnictwo Wrażlive, Kraków 2022, s.3-32.

## PRZEBIEG ZAJĘĆ

1

Uczestnicy siadają w kręgu, a prowadzący wita ich i prosi, by zastanowili się jak się czują. Następnie każdy określa swoje samopoczucie poprzez metaforyczne porównanie np. czuję się dzisiaj jak radosny skowronek lub czuję się dzisiaj jak rozleniwiony kot.

2

Prowadzący zaprasza dzieci do zabawy, podczas której przenoszą się na magiczną łąkę pełną kolorowych kwiatów. Dzieci zamieniają się w barwne ptaki. Wyobrażają sobie, że wyrastają im na barkach skrzydła, które muszą najpierw unieść do uszu (to ruch, który wykonujemy, gdy czegoś nie wiemy), a następnie opuścić w dół. Powoli starają się rozruszać jeden bark, a potem drugi poprzez kierowanie ich do przodu i do tyłu, zataczają koła. Pochylają się w prawo i unoszą nad głowę jedno skrzydło a następnie drugie. Chcąc wzbudzić się, muszą wziąć głęboki oddech, tak, by z brzucha zrobić balonik, następnie wypuścić powietrze i wylatują. Dzieci biegają/latają po sali kołysząc się, wyciągając skrzydła, omijając wysokie drzewa i lądują na łące pełnej kwiatów.

3

Prowadzący rozdaje dzieciom kartki oraz kredki i prosi ich, by wyobrazili sobie, że zostali przemienieni w kwiaty a następnie, by je namalowali. Można pokazać dzieciom ilustracje łąki lub zdjęcia różnych gatunków kwiatów. Prowadzący zaznacza, że mogą to być bajkowe kwiaty.

4

Prowadzący rozmawia z dziećmi o ich ilustracjach i znaczeniu kwiatów. Zadaje pytania czy ich kwiat jest delikatny, czy przetrwałby burzę z silnym wiatrem, czy ma zapach i czy coś symbolizuje. Kwiaty posiadają znaczenie i przykładowo tulipany to symbol nadziei i wiosny, stokrotka oznacza zrozumienie, niezapominajka symbolizuje pamięć. Prowadzący przygotowuje „Kwiatną galerię” i zawieszają na sznurku ilustracje dzieci.

5

Prowadzący przedstawia bohaterów bajki „Księżniczka Mimoza”, w tym kwiaty zamieszkuje Kwiatną Krainę: Bratki, Nasturcję, Nagietka, Słonecznika, Aksamitkę, Maki, Rumianki, Piwonię, Irysa, Bodziszka i księżniczkę Mimosę (ilustracja z książki, załącznik nr 2). Rozmowa na temat różnic pomiędzy przedstawionymi kwiatami. Pytania:

- Jak myślicie, czy te kwiaty są szczęśliwe?
- Czy lubią się bawić ze sobą?
- Czy każdy z nich lubi to samo?
- Czy któryś z przedstawionych kwiatów jest bardziej delikatny niż inne?



6

Prowadzący przygotowuje kartki z hasłami: GŁOŚNA MUZYKA, KRZYK, UPAL, ZIMNA WODA, TLUM LUDZI, NOWE MIEJSCE. Następnie kładzie je w różnych częściach sali i prosi dzieci, by zastanowiły się, czy jest coś, czego bardzo nie lubią z tych przykładów. Dzieci siadają przy danym elemencie. Te, które nie mają z niczym problemu, siadają na środku sali, a jeśli pojawi się dziecko, które nie lubi kilku elementów, siada koło prowadzącego.

7

Rozmowa na temat tego, co im przeszkadza, czego nie lubią i czy jest coś dziwnego w tym, że są ludzie, którym przeszkadza wszystko wymienione rzeczy lub niektóre z nich. Dzieci zastanawiają się czy czym jest wrażliwość (podatność na bodźce, przeżywanie emocji, uczuciowość). Prowadzący pyta, co dzieci wrażliwi i czy płaczą podczas czytania bajek, oglądania filmów itp.?

8

Prowadzący czyta bajkę „Księżniczka Mimoza”, pokazując ilustracje zamieszczone w bajce.

9

Rozmowa kierowana na temat Mimosy i tego, co jej przeszkadzało. Prowadzący pyta czy należy „naprawiać” na siłę osoby, które mają problemy z hałasem, tłumem ludzi, zmianami itp., czy można wytłumaczyć komuś, że ma być odważniejszy czy też śmiały. Prowadzący pyta, czy może należy dać ludziom czas na przyzwyczajanie się do pewnych sytuacji i akceptować różnice.

10

Prowadzący pyta dzieci, czy sądzą, że Księżniczka Mimoza była bardzo WRAŻLIWA. Rozmowa kierowana na temat wysokiej wrażliwości. Prowadzący wyjaśnia, czym ona jest. Ważne, by podkreślić, że jest niezależna od woli. Są ludzie, którzy rodzą się z wysokim progiem wrażliwości i najlepszym co można dla nich zrobić, to zaakceptować. Prowadzący na koniec opowiada dzieciom, iż mimoza jako kwiat symbolizuje wrażliwość.

11

Na zakończenie prowadzący rozdaje kartki, na których dzieci rysują pozdrowienia wraz ze słowami wsparcia dla Mimosy, naklejają je na dużym kartonie, tak, by powstał ilustrowany „LIST DO MIMOZY”.

