

Autorka: Bożena Polak - Szkoła Podstawowa nr 36 im. Henryka Sienkiewicza w Krakowie

Hasło programowe: Las naszym sprzymierzeńcem.

Zakres treści (temat): Z mamą w las.

Miejsce i czas realizacji: Las Wolski, 26.05 Dzień Matki

Cele

- **Ogólne**
- **Poznawcze:**
 - poznanie części Bielańsko-Tynieckiego Parku Krajobrazowego (Las Wolski)
- **Wychowawcze:**
 - wzmacnianie więzi emocjonalnej między dzieckiem i mamą,
 - budowanie więzi emocjonalnej z przyrodą;
- **Psychomotoryczne:**
 - poznanie sposobów aktywnego spędzania czasu w lesie.
- **Szczegółowe (operacyjne)**
- **Wiadomości:**
 - Wzbogacanie słownictwa zw. z przyrodą;
 - Utrwalenie budowy drzewa;
 - Rozbudzanie zainteresowania środowiskiem leśnym jako miejscem aktywnego wypoczynku.
- **Umiejętności:**
 - Doskonalenie umiejętności pomiaru taśmą mierniczą;
 - Doskonalenie umiejętności współpracy w grupie;
 - Wielozmysłowe poznawanie (oswajanie) przyrody;
 - Rozwijanie umiejętności dostrzegania piękna wiosennego lasu.
- **Postawy:**
 - Kształtowanie postawy prawidłowego zachowania w parku krajobrazowym;
 - Kształtowanie postawy szacunku wobec mamy.
 - Wzbudzenie w uczniach zamiłowania do aktywnego spędzania czasu w naturze.

Metody i techniki pracy: obserwacja, praca z materiałami przyrodniczymi, eksperyment, pogadanka, burza mózgów, pomiar.

Formy pracy: indywidualna, grupowa, zbiorowa

Środki i materiały przyrodnicze: taśmy miernicze, chusty do zasłaniania oczu, woreczek z materiałami przyrodniczymi, kartki z bloku technicznego, klej, taśma klejąca obustronna, lusterka dla każdego uczestnika, kartonowe albo drewniane wisiorki w kształcie koła lub elipsy, imienny liścik z sentencją, koce/maty.

Przebieg zajęć.

- **Faza przygotowawcza (wstępna)**
- Brama do lasu. Na początku spotkania nauczyciel wita wszystkich uczestników leśnej zabawy i wyjaśnia znaczenie nazwy "krajobrazowy park narodowy". Następnie każdy z uczestników deklaruje sposób poprawnego zachowania podczas leśnej wędrówki. Np. Zachowam ciszę, zabiorę ze sobą śmieci. W poprzek drogi wchodzącej do lasu ułożony jest patyk. Zadaniem uczestników jest słowna deklaracja i potwierdzenie jej przeskoczeniem przez ten patyk
- Imienny liścik z sentencją. Przejście uczestników na polanę. Zajęcie miejsc, rozłożenie kocy i swoich rzeczy. Prowadzący prosi imiennie o podejście każdego z uczestników i wręcza mu woreczek z sentencją, życząc przyjemnego spędzenia czasu w naturze. Przykłady sentencji:
 - "Na każdym spacerze w naturze człowiek otrzymuje znacznie więcej niż szuka"
 - "Natura nie łamie swych praw"
 - "Wpatrz się głęboko, głęboko w przyrodę, a wtedy wszystko lepiej zrozumiesz"
 - "Najczystsza droga do wszechświata prowadzi przez las"
 - "Natura nie jest miejscem do odwiedzenia, to jest nasz dom"
 - "Spacer po lesie działanie kojące ma. Drzewoterapia"
 - "Tylko drzewom w lesie można powiedzieć wszystko"
 - "Natura ma tysiące kolorów. Odkryj je".
- **Faza realizacyjna (główna).**
- Leśna orkiestra. Prowadzący poleca dzieciom, aby poszukały i pozbrały w lesie różne przedmioty, z których wykonają własny instrument. Wyjaśnia, że instrument może wydawać dźwięk poprzez pocieranie, potrząsanie, uderzanie itp. Następnie dzieci dobierają się w pary lub trójki i przygotowują koncert dla swoich mam.
- Skąd dociera dźwięk? Zabawa poprzedzona uwagą, aby iść ostrożnie podnosząc wysoko nogi i asekurować się rękami. Uczestnicy zawiązują sobie oczy. Prowadzący stuka w wybrane drzewo. Wszyscy uczestnicy (najpierw mamy) podążają za odgłosem patyka. Potem tą aktywność wykonują dzieci.
- Badanie drzewa (w parach mama z dzieckiem). Mama doprowadza słownie dziecko z zasłoniętymi oczami do wybranego drzewa. Dziecko bada dotykiem powierzchnię i kształt drzewa. Następnie mama tą samą drogą odprowadza dziecko do punktu początkowego. Po odsłonięciu oczu dziecko ma odnaleźć to samo drzewo.

- Spacer w koronach drzew z lusterkiem. Ustawieni gęsiego od najniższego do najwyższego. Każdy uczestnik kładzie jedną rękę na ramieniu drugiego stojącego przed nim. W drugiej ręce trzyma poziomo lusterko, tak aby oglądać w nim sklepienie lasu. Na czele grupy ustawia się nauczyciel bez lusterka, który prowadzi grupę bezpieczną trasą, tak aby nikt się nie potknął. Tak ustawiona grupa przemierza wybrany odcinek ścieżki obserwując korony drzew, słuchając odgłosów ptaków. Na koniec w kręgu rozmowa nt. Co się działo w koronach drzew.
- Worek pełen skarbów - rozpoznawanie leśnych skarbów za pomocą dotyku. Uczestnicy stoją w kręgu z zamkniętymi oczami. Każdy kolejno wkłada rękę do czarodziejskiego worka i wybiera 1 przedmiot. Należy obmacać, powąchać (bez zmysłu wzroku), opisać jak wygląda i podać jego nazwę (np. szyszka, kora, poroże, muszla, kamyk, liść).
- Gra pamięć. Na leśnej ścieżce nauczyciel rysuje 4 linie poziome i 4 pionowe (9pól). Na każdym polu kładzie po 1 obiekcie przyrodniczym. Wszyscy zapamiętują położenie. Uczestnicy zabawy odwracają się tyłem. Wybrana osoba chowa 1 obiekt. Na sygnał wszyscy się odwracają. Kto pierwszy zauważy, który obiekt został schowany dostaje 1 punkt. Ten kto uzbiera najwięcej zostaje asystentem przy następnej zabawie.
- Skacz jak żaba (eksperyment). Na wybranym płaskim miejscu nauczyciel zaprasza do eksperymentu. Spróbujcie teraz zmierzyć się z osiągnięciami płazów bezogonowych np.żab. Każdy indywidualnie ustawia się w miejscu startu, przygotowując się do skoku z pozycji kucznej, wykonuje skok 5 razy. Asystent za każdym razem zaznacza odległość kładąc kolejno 5 kamyczków. Ostatni skok wykonuje się z pozycji stojącej. Potem następuje pomiar taśmą mierniczą. Po udziale wszystkich omawiane są obserwacje. Czyli: skakanie z pozycji kucznej pozwala się wybić i skoczyć dalej niż z pozycji stojącej. Informacja dla uczestników: czy wiesz, że długość ciała żab, ropuch i kumaków osiąga 7 -9 cm, a skaczą one nawet na odległość 2m.
- Leśna kompozycja. Dzieci poszukują w lesie materiałów przyrodniczych, z których układają kompozycję dla swoich mam.
- Leśna ścieżka sportowa. Podczas gdy dzieci zajmują się leśną kompozycją, każda z mam przygotowuje dla swojego dziecka trasę do przebycia układając przeszkody np. z patyków. Dzieci mają do wykonania różne zadania, np:

Stacja 1. Idąc przeskakuj nad przeszkodami (patykami), tak aby na nie nie nadepnąć;

Stacja 2. Przeskocz obunóż patyki raz z prawej, raz z lewej strony.

Stacja 3. Omiń slalomem stosik ziemi;

Stacja 4. Zatrzymaj się, oprzyj jedną nogę o drzewo, wykonaj 5 skłonów tułowia do wyprostowanej nogi. Zmień nogę i powtórz.

Stacja 5. Przeskakuj z 1 kwadratu do 2 na jednej nodze.

- Leśna agrafka. Uczestnicy siedzą w kręgu. Pierwsza osoba wypowiada słowo zw. z lasem, np. dąb. Osoba siedząca po lewej stronie podaje słowo zaczynające się na ostatnią literę poprzedniego, np. dąb - buk - kuna itd.
- Malowanie naturalnymi barwnikami. Każda para (mama, dziecko) dostaje kartkę z bloku technicznego i ma za zadanie namalować obrazek naturalnym barwnikami.

- **Faza podsumowująca.**
- **Leśny amulet.** Każdy uczestnik otrzymuje wycięty z kartonu wisiorek w kształcie koła lub elipsy zawieszony na tasiemce i klej. Wykonuje z tego amulet. Spacerując po lesie przylepia po jednej stronie wisiorka takie cząstki/elementy przyrody, które się podobają. Po zrobieniu amuletów wszyscy stają w kręgu i pięknie się uśmiechają, śmieją w głos. Przez to wisiorki stają się amuletami radości. N: Zabierzcie je do domu. Będą wam przypominać, że warto się uśmiechać i chodzić do lasu. Jest on skarbnicą energii tak bardzo nam potrzebnej. Każdy uczestnik trzymając amulet może wyrazić swoje uczucia jakie towarzyszyły mu podczas tego pobytu w lesie.

Komentarz i ocena przebiegu lekcji. Myślę, że tego typu zajęcia mogą mieć wiele pozytywnych aspektów, szczególnie wychowawczych, emocjonalnych jak i poznawczych.