



PRZEDSZKOLE

Ćwiczenie: Wszystkie kolory tęczy

Przed rozpoczęciem zabawy wyszukujemy w otoczeniu dziecka drobne przedmioty w kolorach tęczy: czerwonym, pomarańczowym, żółtym, zielonym, niebieskim, granatowym i fioletowym. Jeśli brakuje któregoś z kolorów, poszukujemy się przedmiotami ogólnego użytku posiadanymi w domu. Do dalszej części zabawy będzie potrzebna kartka z bloku i wybrane przez dziecko przybory do rysowania/malowania tęczy. Temat tęczy powinien zaciekać dziecko w każdym wieku. Jedynie dla 3 – latka może być za trudny ze względu na występowanie kolorów, których nie zna.

Rodzic zachęca dziecko do zabawy, rozmową o tęczy. Będzie ona uzależniona od wieku dziecka i jego wiedzy. Następnie proponuje zabawę polegającą na wyszukiwaniu w najbliższym otoczeniu dziecka, drobnych przedmiotów w poszczególnych kolorach tęczy. Mówimy dziecku, że za chwilę wysłucha uważnie wiersza, w którym będą wymienione te kolory. Jego zadaniem będzie odnalezienie przedmiotu o określonej barwie, w chwili usłyszenia jej nazwy. Każdy następny kolor układa w takiej kolejności, w jakiej pojawiają się w tęczy.

Treść wiersza:

*Kiedy latem minie burza,
Zza chmur słońce się wynurza,
Drobny deszczyk pada wszędzie,
Piękna tęcza wtedy będzie.
Ile ma kolorów wszystkich
Dowiesz się, gdy je policzysz.
Wysoko, od słońca strony
Jest pierwszy kolor – czerwony
Drugi to pomarańczowy,
Tak jak owoc południowy
Trzeci żółty, niczym słońce,
Wszystkie one są gorące.
Do żółtego z jednej strony
Przytulony jest zielony.
Następny jest kolor nieba,
Więc niebieski znaleźć trzeba.
Szósta barwa – granatowa,
Tęcza prawie już gotowa.
Fioletowy gdy przyniosę,
Jest już tęcza – popatrz proszę!*

W trakcie recytowania wiersza robimy przerwy, tak długie, aby dziecko mogło znaleźć przedmiot i przynieść go nam. Po wymienieniu trzech pierwszych kolorów i słowach: „wszystkie one są gorące” należy wyjaśnić dziecku o podziale barw na ciepłe i zimne. Poinformować, że czerwona, pomarańczowa i żółta należą właśnie do ciepłych. Po ułożeniu wszystkich kolorów prosimy dziecko, żeby przeliczyło, ile ich jest.

Ćwiczenie: Zapamiętywanie układu kolorów.

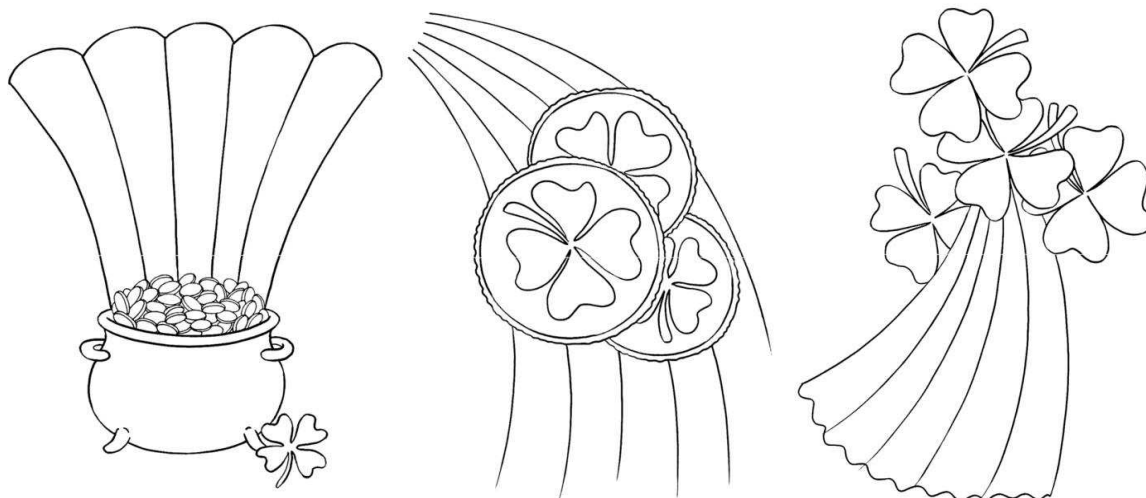
Możemy poprosić dziecko o zamknięcie oczu. W tym czasie zamieniamy dwa kolory ze sobą i sprawdzamy, czy dziecko dostrzeże zamianę i będzie potrafiło powrócić do sytuacji wyjściowej. Jeśli jest już wprawione w układzie kolorów możemy mieszać wszystkie i poprosić o właściwe ułożenie.

Ćwiczenie: Nauka używania liczb w aspekcie porządkowym: pierwszy, drugi....

Kiedy przedmioty ułożone są w odpowiedniej kolejności, wymieniamy z dzieckiem wszystkie kolejne kolory używając słów: pierwszy jest kolor czerwony, drugi jest kolor pomarańczowy, itd. Następnie zadajemy dziecku zagadki: który z kolei jest kolor zielony?, itp.

Ćwiczenie: Budujemy tęczę

Wspólne tworzenie tęczy dowolną, ulubioną przez dziecko techniką.



Ćwiczenie: Dobieranie skojarzeń do kolorów

W rytm muzyki dzieci tańczą biegają swobodnie po sali. Gdy muzyka milknie, pokazujemy dany kolor. Dzieci podają jak najwięcej skojarzeń z tym kolorem.

Ćwiczenia grupowe

Praca przy stolikach z podziałem na zespoły:

- dmuchanie plamy, czyli malowanie słomką,
- stemplowanie korkiem,
- rysowanie grzebieniem na podkładzie z farby i mąki.

Ćwiczenie: Rozwiązywanie zagadek

- Kiedy błyskawica, kiedy ulewa
Kiedy wicher łamie drzewa
To już znak, że idzie duża
Wielka, groźna, straszna.... (burza)
- Co to jest odgadnij!

- Leci tylko na dół
 Jest tylko na dworze
 Suchy być nie może! (deszcz)
- Jasny zygzak na ciemnym niebie,
 Może czasem przestraszyć ciebie! (piorun, błyskawica)
 - Turla się, ryczy i rzeźi
 Jakby się urwał z uwięzi.
 Wielki i dziki kot
 Czasem znów wali jak młot, to jest ...(grzmot)
 - Szumi, gwiżdże, czasem gna
 Skąd i dokąd? Kto go zna?
 Dmucha, szarpie, czasem rwie
 Po co? Za co? Kto go wie? (wiatr)
 - Kolor od słońca otrzymała
 W zbożach latem zaszumiała
 A rzekami nad brzegami
 Przepełnęła kaczeńcami. (barwa żółta)
 - Ja w tych polnych kwitnę makach
 I w drogowych bywam znakach
 W kalendarzu mam niedziele
 I świątecznych dni też wiele. (barwa czerwona)
 - Ja na niebie, ja nad wami
 Razem jestem z raketami
 W morzach, rzekach sobie pływam
 W oczach ludzi nawet bywam. (barwa niebieska)
 - Ja dojrzewam w pomarańczy
 I nasturcja ze mną tańczy. (barwa pomarańczowa)
 - To ja jestem w liściach drzew
 W młodej trawce i łodyżkach
 To ja wiosnę Wam przynoszę
 Do ogrodów, lasów proszę. (barwa zielona)
 - Poczęstuję Was śliwkami
 I po fiołki pójde z Wami
 Potem wejdę w bzy majowe. (barwa fioletowa)

Ćwiczenie: Giełda pomysłów

Czy można gdzieś zobaczyć wszystkie te kolory razem? Krótka informacja kiedy i jak powstaje tęcza, jak ona wygląda.

Ćwiczenie: Wywołujemy tęczę

Doświadczenie z pryzmatem i rzutnikiem – wywołanie tęczy w warunkach sztucznych. Wyjście na podwórko – próby wywołania tęczy (rozpylacz skierowany w stronę słońca) – tylko w sprzyjających warunkach.

Ćwiczenie: Zabawa dydaktyczna w zespołach

Zapraszamy dzieci do wybranych zespołów. Każdy zespół otrzymuje rekwizyty:

- lekki wiatr – bębenki, gazety.
- gwiżdżący wicher – butelki
- deszcz – gazety.

- błyskawica – talerze.

Dzieci uważnie patrzą, który zespół został wywołany, a następnie głośno prezentują odgłosy swojego terytorium.

Ćwiczenie: Barwy tęczy

Po ułożeniu wszystkich kolorów tęczy dzieci określają i nazywają poszczególne kolory wyróżniając barwę podstawową i pochodne tych kolorów. Po rozmowie dzieci wykonują doświadczenia polegające na rozprowadzaniu barw podstawowych w wodzie i mieszaniu ich w celu otrzymania barw pochodnych.

Ćwiczenie: Zabawa ruchowa: Bańki mydlane

Pomoce: kubeczki z płynem do robienia baniek mydlanych, słomki, taśma z nagraniem piosenki. Dzieci otrzymują kubeczki z płynem i słomkami. Wydmuchują bańki słuchając piosenki.

Ćwiczenie: Zabawa ruchowa: Poszukiwanie kolorów

Pomoce: przedmioty w kolorach: żółty, czerwony, zielony, niebieski oraz szarfy w tych samych kolorach. Każde dziecko otrzymuje szarfę, na umówiony sygnał „poszukujemy kolorów” dzieci rozbiegają się po całej klasie w poszukiwaniu przedmiotów w kolorze takim, jaką mają szarfę. Na sygnał „wracamy na miejsce” dzieci pokazują, jakie przedmioty udało im się zebrać. Następnie odnoszą przedmioty na miejsce, w którym je znalazły i zamieniają się szarfami. Zabawa trwa nadal.

Ćwiczenie: Barwne krążki – doświadczenia poszukujące

Co się stanie, jeśli zmieszamy wszystkie kolory tęczy? Sprawdźmy to. Na stolikach macie przygotowane kolorowe krążki, przez które przeciągnięty jest sznurek. Zwiążcie sznurek i naciągnijcie go na środkowych palcach. Teraz możecie rozkręcić krążek, naciągając sznurek i rozluźniając go, kiedy się rozwinie. Krążek skręci sznurek na nowo, będziecie więc mogli rozkręcać go szybciej. Jak wygląda krążek kiedy się szybko kręci? Czy widać wszystkie barwy?

Ćwiczenie: Kolorowe fantazje

Eksperymentowanie kolorową bibułą, poprzez nakładanie wybranych kolorów na siebie, w celu uzyskania nowej barwy.



SZKOŁA PODSTAWOWA



Ćwiczenie: Wizytówki

Dzieci przypinają wizytówki w czterech kolorach, łączą się w grupy według kolorów. Poszczególne grupy słuchają zagadek; grupy, o których jest mowa w zagadce, wstają i prezentują prosty układ powitalny.

- Tego koloru szukajcie w makach lub w muchomorze, co rośnie w krzakach. (czerwony)
- Gdy spojrzysz w górę na niebo lub chabry zobaczysz w życie, już będziesz wiedział na pewno, o jakim kolorze myślę. (niebieski)
- Liście są takie i trawa też. Jaki to kolor? Już przecież wiesz! (zielony)
- Słonecznik nazwę zawdzięcza słońcu. Powiedzcie, jaki kolor je łączy. (żółty)

Ćwiczenie: Miasto z kroplą

Czytanie wiersza pt. „Miasto z kroplą” i formułowanie w parach odpowiedzi na jedno z wylosowanych pytań.

- Co znajduje się w mieście przedstawionym w wierszu?
- Co oznaczają słowa „pękać z zazdrości”?
- Jakim słowem można zastąpić słowo *kropla*? (odrobina, cząstka)
- Jaki sekret poznają panowie architektów?
- Jak można wyjaśnić znaczenie tytułu wiersza?
- Jakie obiekty mogą znajdować się w mieście z kroplą miłości?

Treść wiersza: „*Miasto z kroplą*” Elżbieta Szeptyńska

*Obsadzę moje miasto
Różnymi krzewami.
Motylkami przystroję,
Wypełnię ogrodami.
Sprowadzę z lasu ptaki,
Niech układają pieśni,
By się ludziom spełniało,
Co im się nawet nie śni.
A panom architektom,
By nie pękli z zazdrości,
Zdradzę sekret: budujcie
Miasta z kroplą miłości.*

Ćwiczenie: Rozgrzewka umysłu.

Próby poszukiwania połączeń wyrazu *kropla* z innymi wyrazami. W jakich miastach mogą się znajdować następujące obiekty i miejsca?

- Grota Pocałunków - *miasto z kroplą miłości*
- Kąpielisko Wymoczków - *miasto z kroplą humoru*

- Wzgórze Elektronicznych Fruwaczy - *miasto z kroplą nowoczesności*
- Aleja Ostrożności - *miasto z kroplą bezpieczeństwa*
- Źródło Przebaczenia - *miasto z kroplą przyjaźni*
- Boisko Mistrzów - *miasto z kroplą zachwyty*

Jak można nazwać główną ulicę w każdym z tych miast?

Czym należy się kierować przy wymyślaniu nowych nazw?

Zaprojektujcie wybrane „Miasto z kroplą ...”. Wykonajcie makietę tego miasta i opracujcie legendę, w taki sposób by można było bez trudu odgadnąć, do którego miasta się odnosi.

Ćwiczenie: Zabawa z wierszem

Zastępowanie wyrazu *zielony* innymi określeniami trafnie dobranymi do jednej z pór roku.

Treść wiersza: „*Kołysanka wiosenna*” Z. Beszczyńska

*Zielone są drzewa na ziemi,
zielone obłoki wysoko,
zielony cień rośnie wśród liści,
księżyc mruży zielone oko.
Zielony wiatr śpi pod obłokiem,
Zielone wiersze szepce woda,
Mrok sływa z zielonego nieba,
Zielona jest nocy uroda.
Gwiazdy czeszą zielone włosy,
deszcz chwyta ptaki w zielone sieci,
bajki mkną po zielonych schodach
i sny zielone śnią zielone dzieci.*

Uzupełnij tekst i nadaj mu tytuł. Skorzystaj z najlepszych pomysłów zgromadzonych podczas pracy grupowej.

Tytuł wiersza:

..... *są drzewa na ziemi,*

..... *obłoki wysoko,*

..... *cień rośnie wśród liści,*

księżyc mruży oko.

..... *wiatr śpi pod obłokiem,*

..... *wiersze szepce woda,*

Mrok sływa z nieba,

..... *jest nocy uroda.*

Gwiazdy czeszą włosy,

deszcz chwyta ptaki w sieci,

bajki mkną po schodach

i sny śnią dzieci.

Przekształcenia wiersza „*Kołysanka wiosenna*” Z. Beszczyńskiej w wiersze na cztery pory roku.

Ćwiczenie: Taniec czterech pór roku.

Jesteś jedną z pór roku. Wyraż siebie w tańcu.

Ćwiczenie: Wyrażanie stopnia satysfakcji z własnej pracy na zajęciach.

Pomyśl jakim kolorem tęczy dzisiaj jesteś? Wpisz swoje inicjały na tęczy w miejscu, które odpowiada twojemu zaangażowaniu na zajęciach.

Ćwiczenie: Stonoga.

Wszyscy uczestnicy zabawy tworzą „stonogę”, chwytając się wzajemnie za biodra. Prowadzący zabawę stoi z przodu i jest głową stonogi. Pozostali uczestnicy odliczają kolejno zaczynając od 1 i zapamiętują numer, który przypadł im w udziale. Wszyscy razem, poruszając się po sali zgodnym rytmem (zaczynając od prawej nogi) śpiewają: Rusza w podróż stonoga, stonoga, stonoga. Rusza w podróż stonoga, stonoga bęc! Prowadzący mówi: pierwsza noga. Uczeń z numerem 1 powtarza te słowa i jednocześnie wysuwa prawą nogę w bok. Prowadzący mówi: druga noga. Uczeń z numerem 2 powtarza te słowa i jednocześnie wysuwa prawą nogę w bok. I tak aż do ostatniego uczestnika. Dalej schemat postępowania powtarza się. Tym razem śpiew i kroki warto zacząć od lewej nogi.

Ćwiczenie: Eksperyment z tęczą

W naczyniu z wodą zanurzają małe lusterko, ustawiają je w słońcu, a odbity promień kierują na ścianę. Wiązka światła w swej wędrówce przechodzi przez dwa odmienne środowiska: powietrze i wodę, podczas tej wędrówki załamują się i lekko odchylają, każdy kolor nieco inaczej - powstaje tęcza. Pod koniec spotkania uczniowie formułują wnioski.

Ćwiczenie: Pożegnania.

Uczniowie ustawiają się w dwóch rzędach, poprzez wyciągnięcie ręki w bok odnajdują partnera. Zwracają się twarzami do siebie i robią po cztery kroki do tyłu. Na hasło dźwiękowe partnerzy zamieniają się miejscami, a przy wymijaniu żegnają na różne sposoby, np. oficjalne pożegnanie dwóch dorosłych osób, mieszkańców miasta Chorzowa, serdeczne pożegnanie kolegi z miasta przyjaźni, elektryzujące pożegnanie robotów z miasta nowoczesności, wzniosłe pożegnanie poetów z miasta zachwyty, czujne pożegnanie strażników z miasta bezpieczeństwa, żartobliwe pożegnanie z towarzyszem zabaw z miasta dobrego humoru.



GIMNAZJUM i SZKOŁA PONADGIMNAZJALNA



Ćwiczenie: Samopoczucie

Zajęcia rozpoczynamy od narysowania swojego samopoczucia. Kartki wrzucamy do pojemnika, następnie każdy uczestnik wyciąga jedną i próbuje odgadnąć samopoczucie drugiej osoby. Na zakończenie pytamy: „Czy wszyscy są zgodni co do zaprezentowanych odczuć, czy ktoś chciałby coś dodać?”

Ćwiczenie: Chińskie szepty

Grupa spaceruje po sali. Osoby porozumiewają się za pośrednictwem osób trzecich, np. mówię do Darka: „Powiedz, Darku, Kindze, że ładnie się uśmiecha”. Wówczas Darek podchodząc do Kingi mówi: „Jola prosiła, żeby ci powiedzieć, że ładnie się uśmiechasz”. Tematyka komunikatów może być dowolna lub ukierunkowana jakimś tematem, np. wygląd.

Ćwiczenie: Moje imię

Na kartce pionowo piszemy swoje imię, następnie do każdej litery imienia dopisujemy swoją cechę. Należy zwrócić uwagę, aby była to pozytywna cecha charakteru lub wyglądu. Po zakończeniu ćwiczenia dokonujemy analizy pod kątem, czy łatwo ci było wykonać to ćwiczenie, jeśli nie, to co sprawiło ci największą trudność.

Ćwiczenie: Ogłoszenie

Zadanie polega na napisaniu krótkiego ogłoszenia, w którym trzeba zaprezentować się jako przyjaciel. Kartki są potem wrzucone do pudła, każdy z uczestników losuje dla siebie jedno ogłoszenie, głośno je odczytuje i próbuje odgadnąć, do kogo należy. Przypinanie kartek do tęczy przymocowanej do ściany.

Ćwiczenie: Dwa koła

Tworzymy dwa koła, jedno wewnątrz drugiego. Koło zewnętrzne powoli porusza się w prawo, należy każdej osobie ze środka powiedzieć coś miłego. Potem następuje zmiana ról. Po ćwiczeniu zadajemy pytanie: Czy łatwo ci było mówić miłe rzeczy innej osobie? Co czułeś, gdy tobie mówiono coś miłego?

Ćwiczenie: Tęcza w mitologii i legendach

Zapoznanie z różnorodnością symboliki tęczy. W mitologii greckiej tęcza była utożsamiana z drogą jaką pokonywała posłanka Iris pomiędzy Ziemią i Niebem. W mitologii chińskiej tęcza była szczeliną w niebie zamkniętą za pomocą kamieni i pięciu (lub siedmiu) kolorów przez boginię Nüwa. W mitologii hinduskiej tęczę nazywano Indradhanush, co oznaczało łuk Indry, boga błyskawic i grzmotów. W mitologii skandynawskiej używano nazwy Bifröst – był to most łączący światy Ásgard (bogów) i Midgard (ludzi). Irlandzki leprechaun chował garnek złota na końcu tęczy – czyli w miejscu niedostępnym dla żadnego człowieka (ponieważ tęcza nie występuje w konkretnym miejscu, a jej pojawienie zależy od pozycji samego obserwatora). Według mitologii Aborygenów, świat narodził się z "tęczowego węża", natomiast w słowiańskiej, planetnikiem mógł zostać człowiek "wciągnięty do nieba przez tęczę".

Ćwiczenie: Drabinka literowa

Wybieramy hasło, np. KOLOROWANIE i zapisujemy w pionie. Nieco obok piszemy to samo hasło od tyłu. Oba wyrazy tworzą ramy drabinki. Następnie budujemy „szczelbelki”, starając się połączyć litery w poziomie za pomocą wyrazów kojarzących się z tęczą.

Ćwiczenie: Kolor a charakter człowieka

Co oznaczają kolory? Wybierz kolor, który określa twoja "ja", wybierz barwę, która wyraża ciebie, a dowiesz się kilku prawd o swoim charakterze:

	<u>czerwień</u>		<u>żółty</u>		<u> błękitny</u>		<u>czern</u>
	<u>róż</u>		<u>blada zieleń</u>		<u>granat</u>		<u>biel</u>
	<u>burgund</u>		<u>zieleń jasna</u>		<u>wrzos</u>		<u>szary</u>
	<u>pomarańcz</u>		<u>zieleń ciemna</u>		<u>fiolet</u>		<u>srebrny</u>
	<u>brzoskwiowy</u>		<u> błękitny morski</u>		<u>brąz</u>		<u>złoty</u>

