Obraz zawierający rysowanie, kreskówka, Sztuka dziecięca, ilustracja

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.

**Temat: Czuję dumę!**

**Czas trwania zajęć**: ok. 50-60 minut

Obraz zawierający Sztuka dziecięca, sztuka, rysowanie, Grafika

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.Obraz zawierający żółty, Grafika, gwiazda

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.**Grupa wiekowa**: 5 - 6 lat

|  |
| --- |
|  |

# Cel ogólny

Rozwijanie poczucia własnej wartości i kształtowanie w dzieciach pozytywnego obrazu siebie. Budowanie tożsamości narodowej i poczucia przynależności do rodzinnego kraju.  
  
**Cele szczegółowe**

* rozwijanie poczucie przynależności do wspólnoty (rodziny, przedszkola, kraju);
* rozwijanie poczucia dumy z polskich tradycji oraz osiągnięć kulturalnych, naukowych i sportowych;
* rozwijanie pozytywnego myślenie o sobie oraz akceptacji i radości z osiągnięć innych osób;
* doskonalenie umiejętności wyrażania swoich emocji mimiką, gestem i słowem;
* doskonalenie umiejętności wypowiadania się o swoich osiągnięciach na forum grupy;
* rozwijanie kreatywność i sprawność manualnej podczas zabaw plastycznych, słownych i ruchowych.

**Formy pracy**

* praca z całą grupą,
* praca indywidualna (tworzenie medalu dumy).

**Metody**

* rozmowa kierowana,
* metody aktywizujące: zabawy integracyjne i ruchowe
* metoda działań praktycznych,
* elementy dramy.

**Środki dydaktyczne**

* balony;
* ilustracje przedstawiające wybrane polskie symbole kultury kulinarnej (oscypek, pierogi), znane miejsca (Tatry, Bałtyk), oraz postacie znanych Polaków (Fryderyk Chopin, Iga Świątek, Sławosz Uznański);
* muzyka do tańca;
* pudełko średniej wielkości (np. 30x25x30 cm), lusterko, apaszka;
* szablony medali, kolorowy papier, wstążki, cekiny, kredki, brokat, naklejki, nożyczki, klej.

# 

# PRZEBIEG ZAJĘĆ

# Balon pełen marzeń – krąg wprowadzający

#### Nauczyciel zaprasza dzieci do kręgu i wyjaśnia, czym jest poczucie dumy.

#### Duma to uczucie, które pojawia się, kiedy zrobimy coś dobrego, kiedy się postaramy, kiedy jesteśmy zadowoleni z siebie albo z kogoś, kogo lubimy. Możemy być z siebie dumni, gdy nauczymy się czegoś nowego, albo gdy pomożemy komuś. Można czuć dumę, gdy zrobimy coś, co nam się podoba.

#### Pyta również dzieci, kiedy czuły się z siebie dumne, w jakiej sytuacji.

Następnie zaprasza dzieci do wspólnej zabawy na wzór wyliczanki “Baloniku mój malutki”. Dzieci ustawiają się w kręgu, trzymając się za ręce. Każde dziecko ma za zadanie powiedzieć, z czego jest dumne. Po każdej wypowiedzi krąg się delikatnie powiększa, czyli balon dumy rośnie.

Przykładowa narracja dla nauczyciela: *Wyobraźcie sobie, że za każdym razem, kiedy pomagacie innym, jesteście mili, nauczyliście się czegoś nowego rośnie w was dobra energia, podobnie jak rośnie nasz balon. To właśnie duma!*

Na zakończenie dzieci pozostają w kole, a nauczyciel wręcza im prawdziwy, nadmuchany balon i zachęca, by po kolei podawały go osobie stojącej obok, mówiąc jej: *Jestem z ciebie dumny/dumna!*

### Zabawa „Mój moment dumy”

Nauczyciel zaprasza dzieci do obejrzenia [**fragmentu filmu**](https://www.youtube.com/watch?v=rTBDhYhh8sw) **(od 2:22 do 2:50)**, który przedstawia wręczenie Idze Świątek trofeum Wimbledonu przez Księżną Kate.

Po krótkiej rozmowie na jego temat, nauczyciel prosi, by dzieci pokazały, jak wygląda osoba, która jest z siebie dumna: *Każdy z nas ma inny gest dumy, wszystkie są piękne - bo pokazują radość!* *Wyobraźcie sobie siebie, gdy czujecie się dumne. Jak wtedy wyglądacie, jaką macie postawę, jak się poruszacie.*

Dzieci w rytm [**muzyki**](https://www.youtube.com/watch?v=5MaUu9JLpus) pokazują swój sposób wyrażania dumy z siebie.

1. **Podróż po Polsce**

Nauczyciel układa na podłodze ilustracje przedstawiające [między innymi](http://m.in): Tatry, morze Bałtyckie, Fryderyka Chopina, pierogi, oscypki, polskie innowacje **(Załącznik nr 1)** i zapraszadzieci do zabawy. *Dziś wyruszamy w podróż po Polsce! Zobaczymy, co sprawia, że nasz kraj jest tak wyjątkowy i z czego możemy być naprawdę dumni. Wsiadamy do pociągu wyobraźni, ruszamy!* Przy każdej stacji, nauczyciel może dodatkowo wykorzystać fragmenty muzyczne, nawiązujące do danej stacji.

**STACJA TATRY (OSCYPEK):** *Jesteśmy w górach, jak tu pięknie!* Dzieci pokazują, jak wspinają po skałach, oddychają „zimnym górskim powietrzem”, przechodzą po wąskim górskim mostku, obserwują przez lornetki owce pasące się na hali. Na zakończenie wizyty w górach zjadają posiłek, którym są oscypki - owczy serek, który jest symbolem polskiej kultury góralskiej, a jego produkcja jest chroniona przez Unię Europejską.

[***Link do przykładowego podkładu dźwiękowego***](https://www.youtube.com/watch?v=l5-Ki3A3cAM)

**STACJA MORZE BAŁTYCKIE:** *Dojechaliśmy nad morze!* Dzieci naśladują pływanie, zbieranie muszelek, budowanie zamków z piasku, ruch i szum fal, sposób poruszania się i odgłosy wydawane przez mewy.

[***Link do przykładowego podkładu dźwiękowego***](https://www.youtube.com/watch?v=95zI_hovA_U)

**STACJA ŻELAZOWA WOLA (FRYDERYK CHOPIN):** *Dojechaliśmy do bardzo znanego miejsca w naszym kraju – Żelazowej Woli. Tu urodził się Fryderyk Chopin, sławny polski kompozytor i pianista.* *Słuchajcie! Ktoś gra na fortepianie!* Dzieci ilustrują ruchem słyszaną muzykę, naśladują grę na fortepianie, tańczą w jej rytmie, określają nastrój muzyki (smutna, wesoła).  
  
[***Link do przykładowego utworu***](https://www.youtube.com/watch?v=3a1NpKRKvL4&list=PLjSuyMSxxASizEwc7Sg6BXhSgmXdZgYZv)

**STACJA OBIAD (PIEROGI):** *Zapraszam was teraz na obiad, który zrobimy sobie sami. Będą to polskie pierogi. Potrawa pochodzi z dawnych czasów, znany do dziś przepis na pierogi pojawił się w kuchni staropolskiej. Mniam! Kto lubi pierogi?* *Z jakim farszem?* Dzieci naśladują czynności związane z przygotowaniem pierogów: wsypują mąkę do magicznej miski, dolewają do niej wody, dosypują odrobinę soli. Wyrabiają „na niby” ciasto, wałkują je, wycinają mniejsze kawałki w kształcie koła, napełniają je ulubionym farszem i zlepiają brzegi ciasta. Na koniec gotują i zjadają ze smakiem. *Skończyliśmy naszą podróż. Mamy wiele powodów do dumy. Mieszkamy w kraju, gdzie dzieją się rzeczy niezwykłe – i każdy z nas też może stworzyć coś wyjątkowego! Która stacja najbardziej wam się podobała? Dlaczego, właśnie ta?* Nauczyciel prosi o argumentację wyboru.

Nauczyciel może zaprezentować dzieciom film prezentujący dokonania Polaków i Polek, z których dzieci mogą być dumne.

[Link do filmu](https://youtu.be/OCn7br_0GW0?si=bGy5Tv417DIm6iy5):

[Obraz zawierający zrzut ekranu, Grafika, design

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.](https://youtu.be/OCn7br_0GW0?si=bGy5Tv417DIm6iy5)

**4. Mój medal dumy**

Dzieci siadają w kręgu. Nauczyciel stawia w jego środku pudełko zakryte cienkim materiałem, w którym znajduje się lusterko. Zadaniem dzieci jest zajrzeć do środka, by zobaczyć, kto się w nim ukrywa. Nauczyciel zapewnia dzieci, że jest to osoba naprawdę wyjątkowa, jedyna na świecie. Dzieci nie mogą powiedzieć, kogo zobaczyły w pudełku - musi to pozostać tajemnicą do końca zabawy.

Gdy wszystkie dzieci w lusterku ujrzą siebie, nauczyciel zachęca je do podzielenia się emocjami i reakcjami. Następnie zaprasza do wykonania swojego własnego medalu dumy, który będzie im przypominał, że są wyjątkowi i niezwykle ważni.

*Każdy z was jest wyjątkowy. Nie ma na całym świecie drugiego takiego samego chłopca ani dziewczynki jak ty! Każdy z was ma coś, z czego może być dumny. Ktoś może pięknie śpiewać, szybko biegać, być dobrym przyjacielem, inny kogoś przytulić gdy tego potrzebuje, mieć wspaniałą wyobraźnię…* *Pomyśl, co sprawia, że się uśmiechasz albo czujesz się ważny. Spróbuj to narysować na swoim medalu.*

Kiedy medale są już gotowe, nauczyciel ponownie zaprasza dzieci do wspólnego kręgu. *Popatrzcie, ile wyjątkowych osób jest w tej sali! Każdy z was jest ważny i ma w sobie coś dobrego, czym może się podzielić ze światem.* Dzieci po kolei prezentują swoje medale, a grupa odpowiada wspólnym okrzykiem: *Brawo! Jesteś wyjątkowy!/ Brawo! Jesteś wyjątkowa!*

**Załącznik nr 1**

***Obraz zawierający szkic, rysowanie, krajobraz, obraz

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.***

**Obraz zawierający chmura, obraz, niebo, Malarstwo artystyczne

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.**

**Obraz zawierający szkic, Ludzka twarz, rysowanie, ilustracja

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.**

**Obraz zawierający forma do wykrajania ciastek

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.**

**Obraz zawierający Przekąska, jedzenie

Zawartość wygenerowana przez AI może być niepoprawna.**

**Bibliografia**

*Bera, Aga. Jak spełniać marzenia? Wystarczy 5 kroków. Dostęp: 07.09.2025.* [*https://agabera.com/jak-spelniac-marzenia-wystarczy-5-krokow/*](https://agabera.com/jak-spelniac-marzenia-wystarczy-5-krokow/)

*Wikipedia. Axiom Mission 4. Dostęp: 07.09.2025.* [*https://en.wikipedia.org/wiki/Axiom\_Mission\_4*](https://en.wikipedia.org/wiki/Axiom_Mission_4)

*ESA. Astronauta projektowy ESA Sławosz Uznański-Wiśniewski wraca z pierwszej polskiej misji na Międzynarodową Stację Kosmiczną. Dostęp: 07.09.2025.* [*https://www.esa.int/Newsroom/Press\_Releases/Astronauta\_projektowy\_ESA\_Slawosz\_Uznanski-Wisniewski\_wraca\_z\_pierwszej\_polskiej\_misji\_na\_Miedzynarodowa\_Stacje\_Kosmiczna*](https://www.esa.int/Newsroom/Press_Releases/Astronauta_projektowy_ESA_Slawosz_Uznanski-Wisniewski_wraca_z_pierwszej_polskiej_misji_na_Miedzynarodowa_Stacje_Kosmiczna)

*Narodowe Centrum Nauki. Badania w kosmosie z udziałem Polaka. Dostęp: 07.09.2025.*[*https://www.ncn.gov.pl/aktualnosci/2025-06-26-badania-w-kosmosie-z-udzialem-polaka*](https://www.ncn.gov.pl/aktualnosci/2025-06-26-badania-w-kosmosie-z-udzialem-polaka)

*PAP. Naukowcy tworzą bioniczną trzustkę – wywiad z dr Martą Klak. Dostęp: 07.09.2025.* [*https://pap.pl/naukowcy-bioniczna-trzustka-marta-klak*](https://pap.pl/naukowcy-bioniczna-trzustka-marta-klak)

*Polska Akademia Nauk. Innowacje w medycynie: bioniczna trzustka. Dostęp: 07.09.2025.* [*https://pan.pl/innowacje-medycyna-bioniczna-trzustka*](https://pan.pl/innowacje-medycyna-bioniczna-trzustka)