**Krąg tematyczny: Wrażenia i uczucia**

**TEMAT: JAK POZBYĆ SIĘ STRACHU?**

Pierwszą propozycją może być krótka pogadanka z dzieckiem o tym :   
– Kiedy się boi?  
– Czego najbardziej się boi?  
– Co strach z nami robi? *Przykład:* pocimy się, zapominamy, co mieliśmy powiedzieć, dostajemy tzw. gęsiej skórki, robi nam się zimno, jeży nam się włos na głowie, drżymy ze strachu, krzyczymy.  
Podczas rozmowy rodzic podkreśla, że strach jest czymś naturalnym w życiu człowieka, nie ma osób, które się nie boją. Strachjest potrzebny, bo chroni nas przed nierozważnym postępowaniem i niebezpieczeństwem.

Następną propozycją może być rozwiązywanie zagadek „Strach wygląda jak..”

Rodzic może zaprezentować dziecku ilustracje strachów: czarownice, smoki, potwory. Dzieci próbują odgadnąć, z jakiej bajki, filmu pochodzi prezentowane zdjęcie. ( załącznik)

Kolejną propozycją może być rysunek potwora:

Dziecko może na kartonie lub kartce czarną kredką maluje potwora, którego się boi. Po ukończeniu rysunków dzieci prezentują swoje prace rodzicom.

Później rodzic może poprosić dziecko o przemalowanie strachów w taki sposób, aby były sympatyczne. Daje mu kolorowe kredki.

Dzieci zmieniają stworka-potworka, czyli lęk lub problem w radosną, humorystyczną postać. Taki negatywny obraz będzie się jednocześnie wiązał z obrazem pozytywnym , a to z kolei pozwoli na zrównoważenie napięcia emocjonalnego – pozwoli oswoić strach**.**

DLA CHĘTNYCH!

Wykonanie ćwiczeń cz.4 str 22b i 23a

-kolorowanie ilustracji według kodu, określanie przyczyn zdenerwowania.

– kreślenie drogi w labiryncie, pisanie wyrazów po śladzie.