

Spis treści

1. Na powitanie	
Śpiewając i z uśmiechem zaczynamy nowy dzień	7
2. Jestem tu	
Sprawiamy, że każdy czuje się dobrze wśród nas	8
3. Zaczarowany las	
Bezpiecznie czujemy się w grupie i możemy liczyć na siebie	9
4. A ja sobą gram	
Rozładowujemy nadmiar energii i przygotowujemy się do pracy	10
5. Piłeczki	
Skutecznie rozluźniamy się po okresie wzmożonej koncentracji	11
6. Kot i pies	
Potrafimy się odprężyć	12
7. Kołyszę się na fali	
Dostrzegamy potrzebę odpoczynku i efektywnie regenerujemy siły (1)	13
8. Senny słon	
Dostrzegamy potrzebę odpoczynku i efektywnie regenerujemy siły (2)	14
9. Śmichy-chichy	
Wprawiamy się w dobry nastrój po poobiednim odpoczynku	15
10. Osa	
Znamy sposoby radzenia sobie ze złością	16
11. A psik!	
Gimnastykujemy układ artykulacyjny przed publicznymi występami	17
12. Podwodne rozmowy	
Potrafimy za pomocą samych gestów komunikować się z otoczeniem	18
13. Kalejdoskop uczuć	
Potrafimy wczuć się w emocje innych osób	19
14. Zabawa w kałuży	
Nie psuje nam nastrojów jesienna szaruga za oknem	20

Od Autorki

Publikacja „Radzę sobie śpiewająco” zawiera czternaście piosenek, które pomogą dzieciom radzić sobie z różnymi sytuacjami dnia codziennego w przedszkolu. Walorem tych utworów jest to, że zachęcają najmłodszych do wykonywania różnych gestów, ruchów i wydawania dźwięków (np. do wygrywania rytmu za pomocą własnego ciała, naśladowania odgłosów) oraz do bezsłownego porozumiewania się. Tego typu zabawy zazwyczaj wprawiają dzieci w dobry humor, odprężają je, dają też tak ważne dla ich rozwoju poczucie sprawstwa. Są również ważnym elementem w nauce komunikacji.

Dzięki dobrze dobranym ćwiczeniom ruchowym i dźwiękonaśladowczym dziecko może także dotlenić organizm i zrytmizować jego funkcjonowanie. Będzie to korzystnie działało na jego układ nerwowy i zachodzące w nim procesy.

Wskazane jest, by wszystkie zabawy towarzyszące piosenkom przeprowadzać w dobrze wentylowanym pomieszczeniu. Szczególnie dotyczy to piosenek, które mają pomóc dzieciom się zrelaksować i ułatwić im odpoczynek. Po publikację warto sięgnąć szczególnie wtedy, kiedy chce się pomóc dzieciom:

- zaczynać z radością nowy dzień w przedszkolu;
- łatwiej nawiązywać kontakty społeczne;
- poczuć się w przedszkolu bezpiecznie i obdarzyć zaufaniem grupę;
- lepiej skoncentrować się przed zajęciami wymagającymi skupienia;
- rozluźnić się po okresie wzmożonej koncentracji;
- zrelaksować się i wyciszyć, kiedy zaczynają być zmęczone i rozdrażnione;
- zmniejszyć tęsknotę za domem;
- poradzić sobie ze złością w sposób akceptowany społecznie;
- „rozćwiczyć buzię” i opanować treść przed publicznymi występami;
- łatwiej komunikować się werbalnie i niewerbalnie.

Mam nadzieję, że dzięki korzystaniu z materiałów zawartych w tej publikacji codzienny komfort przedszkolaków będzie stale wzrastał, a nauczycielom będzie się pracowało łatwiej i przyjemniej.

Agnieszka Kornacka