Mikołajki, święta, urodziny

6–10 lat

ZESTAW TUS „UMIEM RAZEM”

Nietrafiony prezent. Jak zareagować?

materiał bezpłatny



Scenariusz • **Kroki** • **Scenki** • **Karty pracy** • **Zdanie na kieszeń**

Nie każ mu liczyć! · niekazmuliczyc.pl

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/

DLA PROWADZĄCEGO

Cel: dzieci uczą się reagować na prezent, który ich nie cieszy: przeczekać pierwszą falę rozczarowania, podziękować prawdziwymi słowami, pomyśleć, co mogą z prezentem zrobić, i później powiedzieć zaufanemu dorosłemu, co czują. Wiedzą, że rozczarowanie jest normalne.

Kroki umiejętności (plakat „Moje kroki"): Gdy prezent mnie nie cieszy

1. **Oddycham i czekam chwilę.**
2. **Mówię „dziękuję" za pamięć.**
3. **Myślę, co mogę z nim zrobić.**
4. **Później mówię dorosłemu, co czuję.**

Co mogę zrobić z prezentem? (ramka na plakacie):

- Używam go inaczej albo w innej zabawie.
- Odkładam go na później.
- Z dorosłym: wymieniam go albo daję komuś, komu się przyda.

Prawdziwe i miłe słowa (druga ramka na plakacie):

- „Dziękuję, że o mnie pamiętałeś/pamiętałaś".
- „Dziękuję za niespodziankę".
- „Ale ładnie zapakowany!"

Ważne zdanie (pas pod ramkami): „Mogę być rozczarowany/rozczarowana. Nie muszę udawać, że to mój wymarzony prezent".

Kompetencje (CASEL): samokontrola (zarządzanie sobą), umiejętności w relacjach.

Podstawa programowa (rozporządzenie MEN z 11.03.2026, Dz.U. 2026 poz. 378, obowiązuje od 1.09.2026):

- Przedszkole, osiągnięcia na koniec wychowania przedszkolnego:
  - obszar społeczny pkt 5 i 7 (zwroty grzecznościowe, mówi o emocjach ludzi w różnych sytuacjach);
  - obszar osobisty pkt 9, 10 i 12 (rozpoznaje i nazywa swoje emocje, odróżnia potrzeby od zachcianek, sposoby radzenia sobie ze stresem).
- Klasy 1–3:
  - edukacja społeczna, kompetencje osobiste lit. d i e (nazywanie potrzeb i emocji, prośba o pomoc, strategie regulacji emocji);
  - edukacja społeczna, kompetencje społeczne lit. e (rozpoznawanie emocji innych i adekwatna reakcja);
  - edukacja polonistyczna, komunikacja lit. b (wypowiedź zgodna z zasadami etykiety językowej).

DLA PROWADZĄCEGO · CIĄG DALSZY

Potrzebne materiały:

- plakat „Moje kroki” (str. 4);
- karty „Co mogę zrobić z prezentem?” (str. 10) i „Moje zdanie na kieszeń” (str. 11), po jednej na dziecko;
- pacynka albo maskotka;
- 2–3 zapakowane „prezenty” do pokazu i rozgrzewki (np. zwykła łyżka, jedna skarpetka, kamyk).

Praca w grupie: 4–25 dzieci (scenki w trójkach).

Praca indywidualna: prowadzący daje dziecku zapakowany „nudny” prezent, razem przechodzą kroki, a potem dziecko wybiera i ćwiczy swoje zdanie na kieszeń. Scenki grają z pacynką. Czas: 30 min.

Jak dostosować:

- Łatwiej (P, 5–6 lat): kroki 1, 2 i 4 oraz jedno zdanie: „Dziękuję za niespodziankę”. Karta 1 tylko z sytuacjami 1 i 2, odpowiedź pokazana palcem.
- Trudniej (kl. 3): rozmowa o tym, czym różni się prawdziwe i miłe zdanie od kłamstwa („To mój wymarzony prezent”). Scenka 4 „Mój prezent nie ucieszył” jako osobne ćwiczenie w parach.

Ważne:

- To materiał do ćwiczenia, nie terapia i nie diagnoza.
- Rozczarowanie jest normalne. Nie mówimy „Nie wolno się smucić” ani „Bądź wdzięczny”. Najpierw nazywamy uczucie, potem szukamy sposobu.
- Nie uczymy kłamania. Dziecko nie musi mówić, że prezent mu się podoba. Wystarczy podziękować za pamięć.
- Szczera mina dziecka (zwłaszcza w spektrum autyzmu) nie jest niegrzecznością. Nie zawstydzamy przy innych. Pomaga jedno gotowe zdanie przećwiczone wcześniej.
- Prezent, którego dziecku nie wolno używać (np. słodycze przy alergii, coś niebezpiecznego), dziecko od razu oddaje dorosłemu i mówi mu o tym.
- Wymianę albo oddanie prezentu dziecko ustala zawsze z dorosłym. W klasie nie wymieniamy prezentów z losowania bez zgody obu stron.

SCENARIUSZ ZAJĘĆ · 40 MINUT

1. Powitanie (3 min)

Krąg, przypomnienie zasad (plakat z tematu 02). Rundka: „Najfajniejszy prezent, jaki dostałem/dostałam, to…". Można powiedzieć „pas".

2. Rozgrzewka: „Niespodzianka w pudełku" (5 min)

Prowadzący pokazuje zapakowane pudełko i opowiada: „Bardzo czekałam (czekałem) na ten prezent!". Rozpakowuje je i wyjmuje… jedną skarpetkę. Pyta dzieci: „Co mogę teraz czuć? Pokażcie to na swojej twarzy". Dzieci pokazują miny. Prowadzący mówi: „Wszystkie te uczucia są w porządku. Ważne, co zrobię dalej".

> *Pytanie:* „Co można zrobić, gdy prezent nie cieszy?"

3. Wprowadzenie: historyjka „Szalik w paski" (7 min)

Prowadzący czyta historyjkę (str. 5).

> *Pytania:* „Co poczuła Zuzia, gdy zobaczyła szalik? Co zrobiła najpierw? Co powiedziała cioci? Z kim porozmawiała później?"

Nazwanie umiejętności, kroki i obie ramki na plakacie.

4. Pokaz (7 min)

Prowadzący gra osobę dającą prezent, a pacynka dziecko.

- Wersja pierwsza (niepomocna): pacynka rozpakowuje pudełko, rzuca łyżkę na stół i woła: „Fuj! Nie chcę tego!". *Pytania:* „Jak może się czuć osoba, która dała prezent? Który krok by pomógł?"
- Wersja druga (pomocna): pacynka rozpakowuje, robi głęboki wdech, czeka chwilę i mówi: „Dziękuję, że o mnie pamiętałaś" (albo „pamiętałeś", jeśli prowadzi mężczyzna). Potem szepcze prowadzącemu na boku: „Trochę się zawiodłam. Mogę z tej łyżki zrobić pacynkę?". Prowadzący wskazuje kroki na plakacie.

5. Odgrywanie scenek (10 min)

Dzieci w trójkach losują scenki (str. 6–9): jedno dostaje prezent, jedno go daje, jedno obserwuje kroki. Przy scence ze znakiem „?" najpierw opisują słowami, co nie zadziałało, a potem grają wersję pomocną. Zmiana ról.

6. Informacja zwrotna (5 min)

- „Co pomaga, gdy pierwsza fala rozczarowania jest duża?"
- „Jakie zdanie jest prawdziwe i miłe?"
- „Komu możesz potem powiedzieć, co czujesz?"

Prowadzący nazywa konkretne zachowania: „Odetchnąłeś i powiedziałeś «Dziękuję za niespodziankę». To były kroki 1 i 2".

7. Zakończenie (3 min)

Każde dziecko wybiera swoje zdanie na kieszeń (str. 11) i mówi je na głos do sąsiada w kręgu. Rozdanie listu do rodzica.

Ramka: praca indywidualna (30 min) Powitanie (3 min) → rozgrzewka z pudełkiem (4 min) → historyjka (5 min) → pokaz z pacynką (5 min) → karta 1 i wybór zdania na kieszeń, trzy próby na głos (10 min) → pożegnanie (3 min).

Moje kroki

Gdy prezent mnie nie cieszy

1



Oddycham i czekam chwilę.

2



Mówię „dziękuję” za pamięć.

3



Myślę, co mogę z nim zrobić.

4



Później mówię dorosłemu, co czuję.

Prawdziwe i miłe słowa

- „Dziękuję, że o mnie pamiętałeś/pamiętałaś”.
- „Dziękuję za niespodziankę”.
- „Ale ładnie zapakowany!”

Co mogę zrobić z prezentem?

- Używam go inaczej albo w innej zabawie.
- Odkładam go na później.
- Z dorosłym: wymieniam go albo daję komuś, komu się przyda.

Mogę być rozczarowany/rozczarowana. Nie muszę udawać, że to mój wymarzony prezent

Wydrukuj w skali 50 %, a dostaniesz kartę kroków do segregatora

HISTORYJKA „UDAŁO SIĘ!”

Szalik w paski



Zuzia dostała od cioci dużą, miękką paczkę. Bardzo liczyła na zestaw do malowania. W środku był długi, puchaty szalik w paski i Zuzi zrobiło się przykro. Najpierw wzięła głęboki oddech i chwilę poczekała. Potem spojrzała na ciocię i powiedziała: „Dziękuję, że o mnie pamiętałaś”. Ciocia uśmiechnęła się: „Będzie ci ciepło na sankach”. Wieczorem Zuzia powiedziała mamie: „Trochę się zawiodłam. Chciałam farby”. Mama przytuliła ją i powiedziała: „Rozumiem. To w porządku, że tak się czujesz”. Razem wymyśliły, że Zuzia założy szalik na sanki, a farby dopisze do listy marzeń na urodziny. Następnego dnia Zuzia zjeżdżała z górki w ciepłym szaliku. Udało się!

Druk dwustronny: strony 6–9, odwracanie wzdłuż długiej krawędzi. Na odwrocie każdej karty są jej pytania. Potnij kartki wzdłuż przerywanej linii.

SCENKA 1

Już to mam



SCENKA 2

Nie chcę tego!

?



SCENKA 1 · PYTANIA

Już to mam

PYTANIA ŁATWIEJSZE

- Co dostała dziewczynka?
- Co widać na półce?

PYTANIA TRUDNIEJSZE

- Co może powiedzieć wujkowi teraz, żeby to była prawda?
- Z kim i kiedy może porozmawiać o wymianie gry?

Mały krok: Przećwicz: „Dziękuję, wujku! Później powiem mamie, że taką już mam”.

SCENKA 2 · PYTANIA

Nie chcę tego!

PYTANIA ŁATWIEJSZE

- Co zrobił chłopiec?
- Jak czuje się dziadek?

PYTANIA TRUDNIEJSZE

- Chłopiec mówi: „Nie chcę tego!”. Czy chłopiec może czuć rozczarowanie? Co nie zadziałało?
- Co mógłby zrobić zamiast tego?

Mały krok: Zagrajcie wersję pomocną: chłopiec oddycha, czeka chwilę i mówi: „Dziękuję, dziadku, że o mnie pamiętałeś”.

SCENKA 3

Kolorowanka dla maluchów



SCENKA 4

Mój prezent nie ucieszył



SCENKA 3 · PYTANIA

Kolorowanka dla maluchów

PYTANIA ŁATWIEJSZE

- Co dostał chłopiec?
- Co robi teraz?

PYTANIA TRUDNIEJSZE

- Co chłopiec może powiedzieć koledze?
- Co może potem zrobić z kolorowanką?

Mały krok: Przećwicz: „Dzięki za niespodziankę!”. Potem powiedz, komu ta kolorowanka mogłaby się przydać.

SCENKA 4 · PYTANIA

Mój prezent nie ucieszył

PYTANIA ŁATWIEJSZE

- Jak czuje się dziewczynka?
- Kto z nią rozmawia?

PYTANIA TRUDNIEJSZE

- Czy to znaczy, że koleżanka jej nie lubi?
- Co dziewczynka może powiedzieć koleżance albo sobie?

Mały krok: Przećwicz: „Szkoda, że ci się nie spodobała. Następnym razem zapytam, co lubisz”.

KARTA PRACY 1

Co mogę zrobić z prezentem?

Przeczytaj (albo posłuchaj). Co możesz zrobić? Zakreśl jeden albo więcej pomysłów.

1. Dostaję grę, którą już mam.

używam inaczej | odkładam na później | z dorosłym: wymieniam | z dorosłym: daję komuś

2. Dostaję za duży sweter.

używam inaczej | odkładam na później | z dorosłym: wymieniam | z dorosłym: daję komuś

3. Dostaję książkę dla młodszych dzieci.

używam inaczej | odkładam na później | z dorosłym: wymieniam | z dorosłym: daję komuś

4. Dostaję puzzle, a nie lubię układać puzzli.

używam inaczej | odkładam na później | z dorosłym: wymieniam | z dorosłym: daję komuś

Uwaga! Dostaję słodycze, których nie mogę jeść. Co robię?

jem trochę | oddaję dorosłemu i mówię mu o tym

KARTA PRACY 2

Moje zdanie na kieszeń

Wybierz zdanie, które powiesz, gdy prezent cię nie ucieszy. Zakreśl je albo napisz swoje. Przećwicz je trzy razy na głos.

„Dziękuję, że o mnie pamiętałeś/pamiętałaś”.

„Dziękuję za niespodziankę”.

„Ale ładnie zapakowany!”

Moje zdanie:

Wytnij wzdłuż przerywanych linii.

Moje zdanie na kieszeń

Najpierw oddycham. Potem mówię moje zdanie.

Moje zdanie na kieszeń

Najpierw oddycham. Potem mówię moje zdanie.

LIST DO RODZICA · WSKAZÓWKI I KLUCZ

Drodzy Rodzice,

przed świętami i urodzinami ćwiczyliśmy, co zrobić, gdy prezent nie cieszy. Rozczarowanie jest normalne, także u dorosłych. Nie uczymy dzieci udawania radości. Uczymy je przeczekać pierwszą falę, podziękować prawdziwymi słowami i porozmawiać o uczuciach później.

Dzieci poznały kroki:

1. Oddycham i czekam chwilę.
2. Mówię „dziękuję” za pamięć.
3. Myślę, co mogę z nim zrobić.
4. Później mówię dorosłemu, co czuję.

Jak pomóc w domu:

1. Przed świętami albo urodzinami przećwiczcie z dzieckiem jego „zdanie na kieszeń” (karta w teczce).
2. Gdy dziecko jest rozczarowane, najpierw nazwijcie uczucie: „Widzę, że liczyłeś/liczyłaś na coś innego”. Potem zapytajcie: „Co możemy z tym zrobić?”.
3. Wymianę albo oddanie prezentu ustalajcie razem z dzieckiem i z osobą, która go dała, jeśli to możliwe.

Czego unikać: zawstydzania przy gościach („Jak ty się zachowujesz!”), zmuszania do mówienia „Podoba mi się”, gdy to nieprawda, oraz zdań „Nie wolno się smucić” i „Bądź wdzięczny”. Dziecko, które może powiedzieć o rozczarowaniu w domu, łatwiej zachowa spokój przy gościach.

Ten materiał służy do ćwiczenia umiejętności i nie zastępuje pomocy specjalisty. Jeśli dziecko bardzo często reaguje bardzo silnymi emocjami, porozmawiajcie z wychowawcą, psychologiem lub pedagogiem szkolnym.

Wskazówki dla prowadzącego i klucz

- **Karta 1:** w pasach każda odpowiedź może być dobra. Ramka: oddaję dorosłemu i mówię mu o tym.
- **Karta 2:** doceniaj każde prawdziwe i miłe zdanie. Nie poprawiaj na „Podoba mi się”.
- **Scenki, przykładowe odpowiedzi:**
  - Scenka 1: „Dziękuję, wujku!” jest prawdą. O wymianie dziewczynka mówi później mamie albo tacie, nie przy wszystkich gościach.
  - Scenka 2: rozczarowanie jest w porządku, ale odsunięcie pudełka i „Nie chcę tego” rani dziadka. Pomaga oddech, chwila czekania i podziękowanie za pamięć.
  - Scenka 3: „Dzięki za niespodziankę!”. Kolorowankę może dać młodszemu rodzeństwu albo kuzynce, gdy porozmawia o tym z rodzicem.
  - Scenka 4: prezent może nie trafić, nawet gdy ktoś bardzo się starał. To nie znaczy, że ktoś mnie nie lubi. Następnym razem można zapytać, co lubi ta osoba (zestaw 28).
- **Gdy dziecko płacze przy innych:** zaproponuj chwilę w spokojnym miejscu. Do kroku 2 można wrócić później.

Co dalej? Więcej o emocjach i szczerości w zestawach TUS „Umiem razem”: 15 „Delikatna szczerość”, 03 „Rozpoznaję emocje”, 05 „Gram fair”, 28 „Mikołajki. Jak wybrać prezent dla kogoś” (darmowy). niekazmuliczyc.pl/tus/