

Mam plan B

Elastyczne myślenie, gdy plan się zmienia



Scenariusz • Kroki • Scenki • Karty pracy • Gra Plan B • Praca domowa

Nie kaź mu liczyć! • niekazmuliczyc.pl

Moje kroki

Gdy plan się zmienia

1



Oddycham spokojnie.

2



Mówię, co czuję.

3



Sprawdzam: mały czy duży problem?

4



Szukam planu B.

5



Mówię: „Trudno, spróbuję inaczej”.

Mały czy duży problem?

- Mały problem: coś się zmieniło, ale wszyscy są bezpieczni. Mogę poczekać, zrobić coś podobnego albo wybrać coś innego.
- Duży problem: ktoś jest ranny, coś jest niebezpieczne albo się zgubiłem/zgubiłam. Od razu mówię dorosłemu.

Mój plan B

- Zrobię to później. Pytam: „Kiedy?”.
- Zrobię coś podobnego.
- Wybiorę coś innego.
- Poproszę o pomoc.

Plan się zmienił? Mam plan B

DODATEK · KARTY „PLAN B? GRA”

Wylosuj kartę. Powiedz: mały czy duży problem? Przy małym wymyśl plan B. Przy dużym powiedz, do kogo pójdziesz.

Wytnij wzdłuż przerywanych linii.

Pada deszcz. Nie idziemy na plac zabaw.	Na obiad nie ma naleśników.	Złamała się moja kredka.
Dziś jest inna pani.	Kolega nie przyszedł do szkoły.	Basen jest zamknięty.
Skończył się czas na bajkę.	Ktoś usiadł na moim miejscu w kręgu.	Wycieczka jest przełożona.
Zamiast WF-u jest plastyka.	Kolega spadł z drabinek i nie może wstać.	Na wycieczce nie widzę mojej grupy.

● Kółko = duży problem, od razu mówię dorosłemu