
TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ



Każde dziecko ma swoje prawa

Tydzień Praw Dziecka w Przedszkolu

WWW.SPECJALNIE-TU.PL

20.11.2025r.

IG: SPECJALNIE.TU



Cele:

- wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa i przynależności,
- budowanie pozytywnego obrazu siebie.
- rozwijanie poczucia własnej wartości i tożsamości,
- poznanie siebie i innych.
- kształtowanie umiejętności dbania o bezpieczeństwo,
- poznanie osób, które niosą pomoc.
- poznanie znaczenia nauki i zdrowia,
- rozwijanie ciekawości poznawczej.
- rozwijanie spontaniczności i ekspresji,
- budowanie poczucia wolności i radości.

plan tygodnia

PONIEDZIAŁEK - PRAWO DO MIŁOŚCI I RODZINY

- Hasło dnia: „Każde dziecko ma prawo być kochane”

WTOREK – PRAWO DO TOŻSAMOŚCI I ROZWOJU

- Hasło dnia: „Każdy z nas jest jedyny i wyjątkowy!”

ŚRODA – PRAWO DO OCHRONY I BEZPIECZEŃSTWA

- Hasło dnia: „Dzieci mają prawo czuć się bezpiecznie”

CZWARTEK – PRAWO DO NAUKI, OPIEKI I ZDROWIA

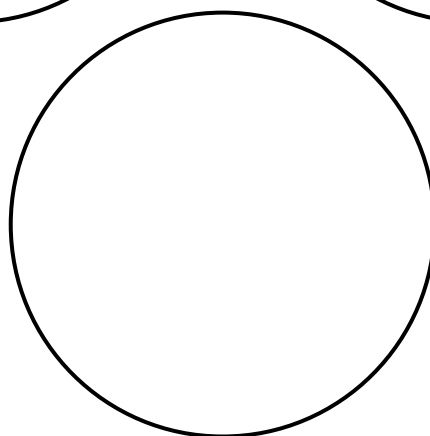
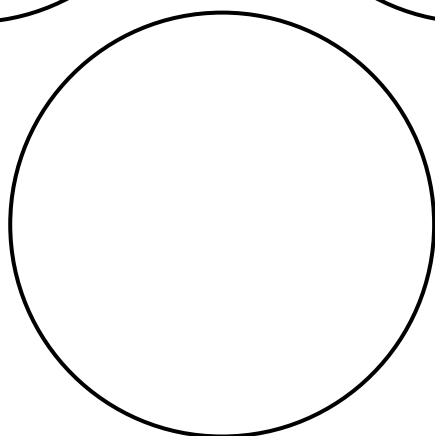
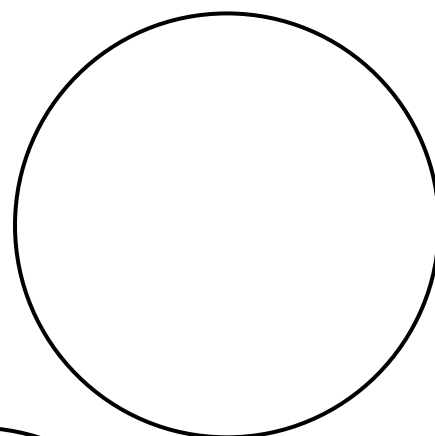
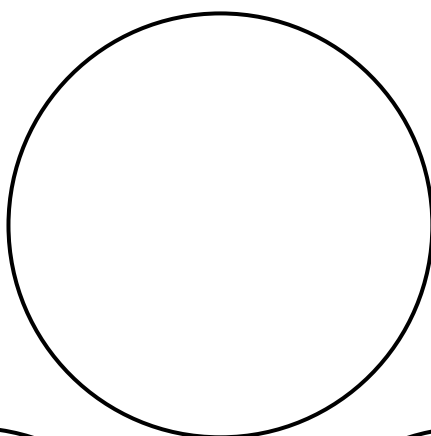
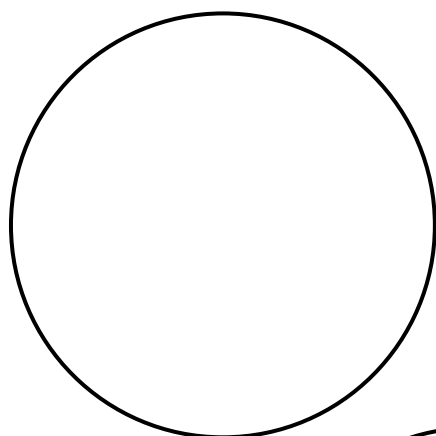
- Hasło dnia: „Uczę się, bo chcę wiedzieć więcej”

PIĄTEK – PRAWO DO ZABAWY I WYPOCZYNKU ORAZ WOLNOŚCI WYRAŻANIA SIEBIE

- Hasło dnia: „Każde dziecko ma prawo być sobą!”

Paszport Odkrywcy

PRAW DZIECKA



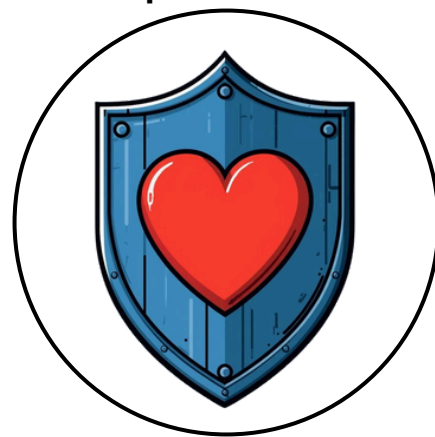
Wyspa Miłości



Wyspa Ja



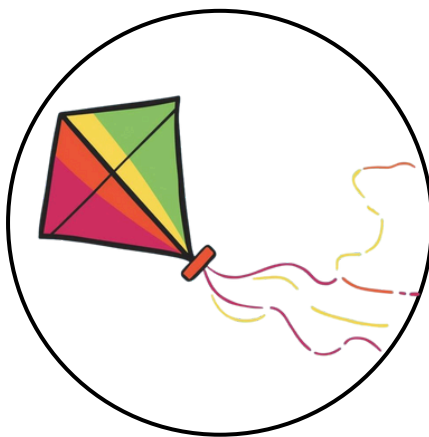
Wyspa
Bezpieczeństwa



Wyspa Wiedzy i Zdrowia



Wyspa Wolności i Radości



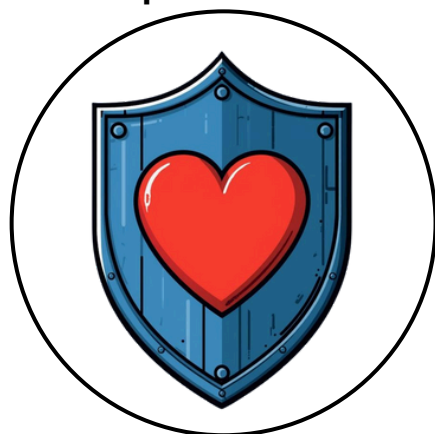
Wyspa Miłości



Wyspa Ja



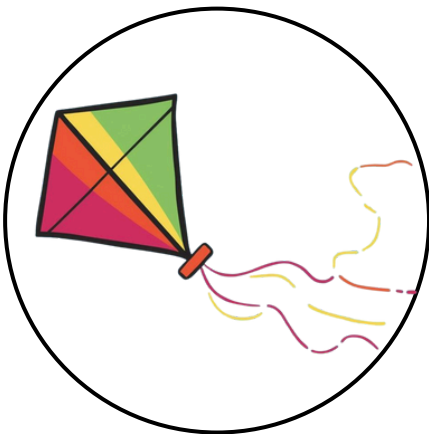
Wyspa
Bezpieczeństwa



Wyspa Wiedzy i Zdrowia



Wyspa Wolności i Radości



✦ PONIEDZIAŁEK

„Każde dziecko ma prawo być kochane”

Cele ogólne:

- uświadomienie dzieciom, że każde dziecko ma prawo do miłości i rodziny,
- rozwijanie poczucia bezpieczeństwa i przynależności,
- kształtowanie empatii, ciepłych relacji w grupie,

Cele szczegółowe:

- wie, że każdy ma prawo do miłości i rodziny,
- potrafi powiedzieć, kto jest w jego rodzinie,
- okazuje życzliwość i sympatię wobec innych,
- potrafi rozpoznać i nazwać uczucia,
- uczestniczy w zabawach integracyjnych.

1. List od Ambasadora Praw Dziecka (Może być to wybrany pluszak)

*“Witajcie, dzieci!
Dziś zapraszam Was w pierwszą podróż po Krainie Praw Dziecka.
Nasz przystanek to Wyspa Miłości, gdzie każde dziecko jest kochane i bezpieczne.
Czy pomożecie mi odnaleźć kolory miłości?”*

Krótką rozmowa wprowadzająca:

- Co to znaczy „miłość”?
- Kto mnie kocha?
- Jak ja okazuję miłość innym?

Wskazówka: Można użyć pluszowego Misia, które „mówi”, gdy dziecko je trzyma.

2. Krótka opowieść “Serduszko, które szukało domu”

Pytania po opowieści:

- Dlaczego serduszko było smutne?
- Co sprawiło, że poczuło się szczęśliwe?
- Co to znaczy “mieć rodzinę”?

Pytania dodatkowe:

- Kto tworzy rodzinę?
- Jak wygląda Twoja rodzina?

3. Praca plastyczna: “Moja rodzina w sercu”

Każde dziecko otrzymuje duże papierowe serce i rysuje w nim swoją rodzinę. Na koniec każdy prezentuje swoją pracę i opowiada z jakich członków się ona składa.

Wersja dla dzieci młodszych: Dziecko w środku serca przykleja zdjęcie rodziny, a następnie je ozdabia. Na koniec każdy prezentuje swoją pracę i opowiada z jakich członków się ona składa.

Wskazówka: Na koniec można zrobić wystawę z prac dzieci

4. Piosenka na zakończenie: “Wszystkie dzieci nasze są” (Majka Jeżowska)

Dzieci tańczą lub wykonują proste gesty ilustrujące słowa piosenki.

Nauczyciel zwraca uwagę, że wszystkie dzieci – gdziekolwiek mieszkają – mają takie same prawa.

5. Podsumowanie dnia

Wspólne ustalenie, czego się dziś dowiedzieliśmy:

- Każde dziecko ma prawo być kochane.
- Każde dziecko ma rodzinę lub osoby, które o nie dbają.
- Miłość daje siłę i poczucie bezpieczeństwa.

Dzieci otrzymują pieczętkę „Wyspa Miłości” do swojego „Paszportu Odkrywcy Praw Dziecka”.

Witajcie, dzieci!



**Dziś zapraszam Was w pierwszą podróż po
Krainie Praw Dziecka. Nasz przystanek to
Wyspa Miłości, gdzie każde dziecko jest kochane
i bezpieczne.**

Czy pomożecie mi odnaleźć kolory miłości?

“Serduszko, które szukało domu”

W pewnym pudełku z zabawkami mieszkało małe papierowe serduszko. Było piękne, czerwone, ale bardzo smutne. Codziennie patrzyło, jak inne zabawki bawią się razem, a ono leżało samo w kącie.

Pewnego dnia do sali przyszła dziewczynka o imieniu Ania. Zobaczyła serduszko i powiedziała cicho:

– Jakie śliczne! Chodź, będziesz ze mną.

Ania przykleiła serduszko na swojej koszulce i zabrała je wszędzie – na śniadanie, na spacer i do zabawy. Serduszko po raz pierwszy poczuło ciepło i radość.

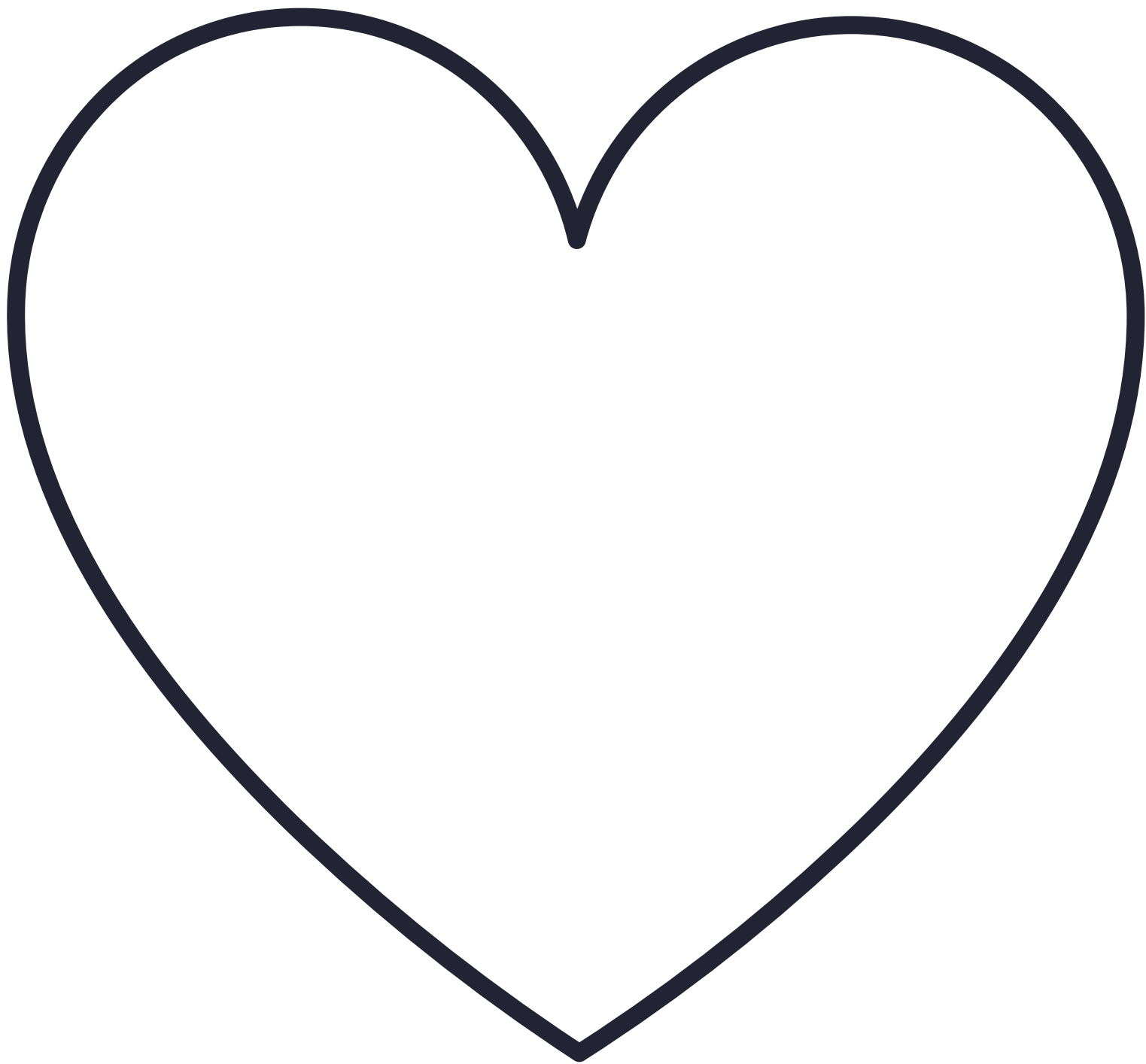
– Teraz już wiem, co to znaczy być kochanym

– pomyślało. Rodzina to ci, którzy o siebie dbają i są razem.

Od tej pory serduszko nie było już smutne. Codziennie przypominało Ani i wszystkim dzieciom, że każde serduszko potrzebuje miłości, tak samo jak każdy człowiek.



Moja Rodzina



WTÓREK

„Każdy z nas jest jedyny i wyjątkowy!”

Cele ogólne:

- uświadomienie dzieciom, że każdy ma prawo być sobą, mieć imię i marzenia,
- rozwijanie poczucia własnej wartości i akceptacji innych,
- kształtowanie umiejętności mówienia o sobie i swoich.

Cele szczegółowe:

- zna swoje imię
- potrafi opowiedzieć o sobie (co lubi, kim jest, czym się interesuje),
- dostrzega różnice między ludźmi i rozumie, że każdy jest wyjątkowy,
- rozumie, że rozwój to nauka, odkrywanie i próbowanie nowych rzeczy.

1. List od Ambasadora Praw Dziecka (Może być to wybrany pluszak)

*„Witajcie, odkrywcy!
Dziś dotarliście na Wyspę Ja, gdzie każde dziecko poznaje, kim jest.
Każdy z nas ma imię, serce, marzenia i wyjątkowe zdolności.
Spróbujmy odkryć, co sprawia, że każdy z nas jest jedyny na świecie!”*

Dzieci witają się indywidualnie, mówiąc np.:

– „Mam na imię Zosia i lubię tańczyć.”

Wskazówka: Można przekazywać sobie maskotkę lub serduszko jako symbol „głosu”.

2. Zabawa “Lustreczko, powiedz przecie...”

Każde dziecko po kolei trzyma lustreczko i mówi do swojego odbicia:

- Lubię siebie, bo...
- Jestem dobry/a w...

3. Praca plastyczna: “Autoportret- Moje wyjątkowe ja”

Dzieci tworzą autoportret - plakat o sobie, który będzie składał się z imienia dziecka, rysunku siebie, rzeczy, które lubi, marzeniu.

Na koniec, każdy prezentuje swoją pracę i o niej opowiada.

4. Zabawa ruchowa: “Znajdź dziecko, które...”

Nauczyciel mówi, “Znajdź dziecko, które...” (lubi taniec, ma brązowe włosy, lubi czytać, ma niebieskie oczy itp. a zadaniem dzieci, jest odnalezienie tej osoby pośród uczestników.

5. Podsumowanie dnia

Wspólne ustalenie, czego się dziś dowiedzieliśmy:

- Co dziś odkryliśmy o sobie?
- Dlaczego każdy z nas jest wyjątkowy?
- Co to znaczy „mieć prawo do bycia sobą”?

Dzieci otrzymują pieczętkę „Wyspa Ja” do swojego „Paszportu Odkrywcy Praw Dziecka”.

Witajcie, Odkrywcy!



**Dziś dotarliście na Wyspę Ja, gdzie każde
dziecko poznaje, kim jest. Każdy z nas ma imię,
serce, marzenia i wyjątkowe zdolności.**

**Spróbujmy odkryć, co sprawia, że każdy z nas
jest jedyny na świecie!**

.....

TO JESTEM JA

MOJE MARZENIE

MOJE HOBBY

ŚRODA

„Dzieci mają prawo czuć się bezpiecznie”

Cele ogólne:

- kształtowanie u dzieci poczucia bezpieczeństwa,
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania sytuacji niebezpiecznych,
- poznanie osób, które niosą pomoc (policjant, strażak, lekarz, nauczyciel, rodzic),
- uczenie dzieci właściwego reagowania, gdy czują się źle lub zagrożone.

Cele szczegółowe:

- zna numery alarmowe i potrafi wymienić służby ratunkowe,
- wie, że ma prawo do ochrony przed przemocą i krzywdą,
- potrafi powiedzieć, do kogo może zwrócić się po pomoc,

1. List od Ambasadora Praw Dziecka (Może być to wybrany pluszak)

Drogie dzieci,

Dzisiaj dotarliście na Wyspę Bezpieczeństwa – miejsce, gdzie każdy może czuć się spokojnie i chroniony. Każde dziecko ma prawo do opieki, ochrony i pomocy. Czasem zdarzają się sytuacje, które mogą być trudne lub niebezpieczne – ale pamiętajcie, że zawsze są dorośli, którzy Wam pomogą. Dzisiaj poznamy, jak dbać o siebie i o innych.

Rozmowa wstępna:

- Co to znaczy “być bezpiecznym”?
- Kiedy czujecie się bezpieczni?
- Kto nam pomaga, gdy coś się dzieje?

Wskazówka: Można przekazywać sobie maskotkę lub serduszko jako symbol „głosu”.

2. Zabawa tematyczna: „Bezpieczna droga do przedszkola”

Aranżujemy przestrzeń sali w mini- ulicę. Np. z taśmy lub kartonu wyznaczamy przejście dla pieszych lub projektujemy ulice. Dzieci wcielają się w rolę: pieszych i kierowców. Nauczyciel odgrywa rolę sygnalizacji świetlnej i wskazuje czerwone, żółte i zielone światło.

Rozmowa po zabawie:

- Jak zachowujemy się na drodze?
- Dlaczego należy znać zasady ruchu?
- Kto dba o nasze bezpieczeństwo na ulicy?

3. Rozmowa: „Co mogę zrobić, gdy czuję się źle lub ktoś mnie krzywdzi?”

W kręgu porozmawiajcie spokojnie o trudnych sytuacjach, np.:

- ktoś zabiera zabawkę,
- ktoś mówi przykre rzeczy,
- ktoś bije lub popycha,
- czuję się smutny, przestraszony.

Nauczyciel tłumaczy:

„Każde dziecko ma prawo mówić ‘nie’, gdy coś mu się nie podoba.

Zawsze możesz powiedzieć o tym dorosłemu, któremu ufasz: mamie, tacie, pani w przedszkolu, policjantowi.”

Dodatkowo można stworzyć listę „Bezpiecznych osób” – z imionami dorosłych, którzy pomagają dzieciom.

4. Praca plastyczna: „Tarcza bezpieczeństwa”

Każde dziecko otrzymuje szablon tarczy (lub rysuje ją samodzielnie). Na tarczy dzieci umieszczają rysunki lub symbole, które kojarzą im się z bezpieczeństwem:

-  dom,
-  rodzina,
-  policjant,
-  strażak,
-  serce (miłość i opieka).

4. Zagadki: „Kto mi pomaga?”

Nauczyciel czyta zagadki, a dzieci odgadują, o kim mowa:

1. Gdy ogień płonie i dym się wznosi – kto z wodą przybieży? (Strażak)
2. Gdy ktoś się zgubi lub złamie prawo – kto pomoże mu wrócić na dobrą drogę? (Policjant)
3. Gdy boli brzusek lub ktoś jest chory – kto pomoże i poda lekarstwo? (Lekarz)
4. Kto pomaga nam się uczyć, bawić i czuć bezpiecznie w przedszkolu? (Nauczyciel)

5. Podsumowanie dnia

Krąg refleksji:

- Co to znaczy, że mam prawo do bezpieczeństwa?
- Kto pomaga mi czuć się bezpiecznie?
- Co mogę zrobić, gdy coś mnie niepokoi?

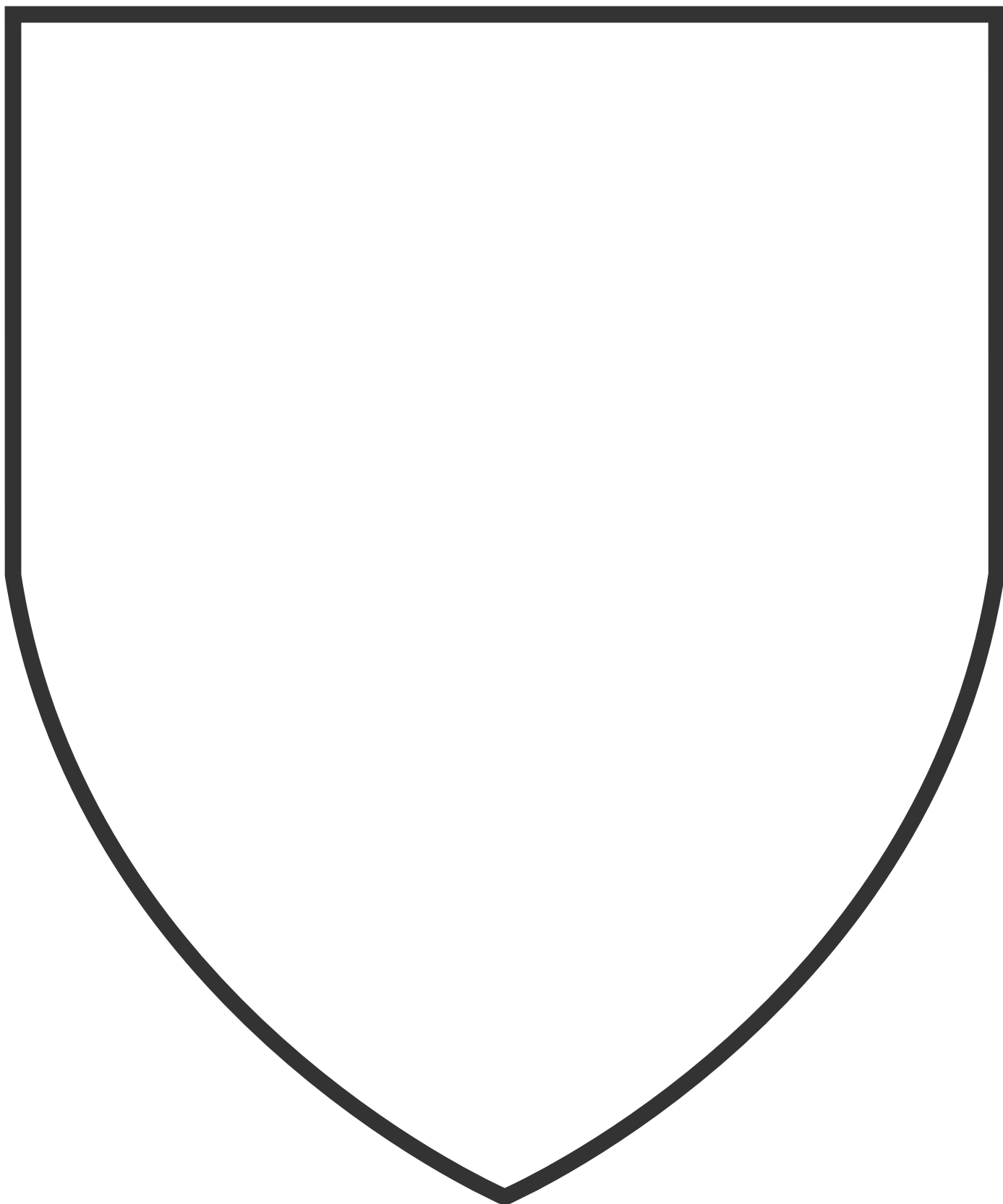
Dzieci otrzymują pieczętkę „Wyspa Bezpieczeństwa” do swojego „Paszportu Odkrywcy Praw Dziecka”.

Drogie dzieci!

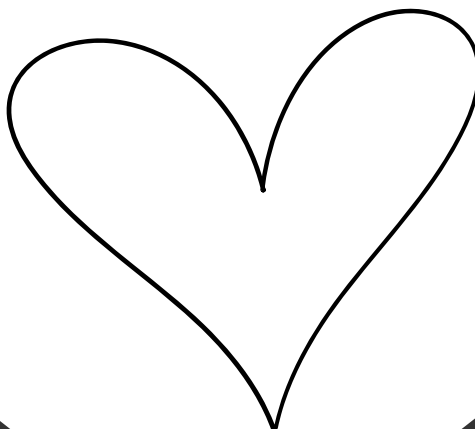
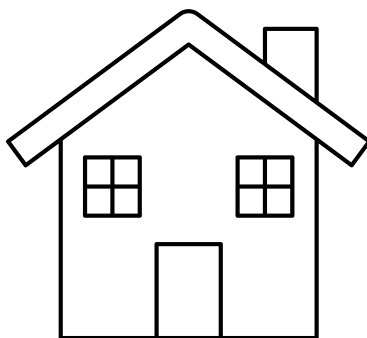
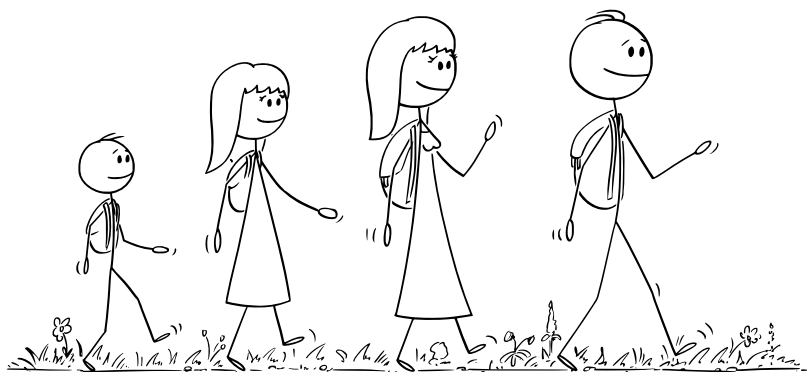


**Dzisiaj dotarliście na Wyspę Bezpieczeństwa –
miejsce, gdzie każdy może czuć się spokojnie i
chroniony. Każde dziecko ma prawo do opieki,
ochrony i pomocy. Czasem zdarzają się sytuacje,
które mogą być trudne lub niebezpieczne – ale
pamiętajcie, że zawsze są dorośli, którzy Wam
pomogą. Dzisiaj poznamy, jak dbać o siebie i o
innych.**

TARCZA BEZPIECZEŃSTWA



TARCZA BEZPIECZEŃSTWA











◆ CZWARTEK

„Uczę się, bo chcę wiedzieć więcej”

Cele ogólne:

- uświadomienie dzieciom, że każde dziecko ma prawo do nauki i opieki,
- rozwijanie ciekawości poznawczej i chęci odkrywania świata,
- kształtowanie nawyków dbania o zdrowie i higienę,

Cele szczegółowe:

- rozumie, dlaczego nauka jest ważna,
- zna zasady dbania o zdrowie i higienę,
- potrafi wskazać osoby, które dbają o nasze zdrowie (lekarz, pielęgniarka, dentysta),
- rozwija ciekawość świata poprzez doświadczenia i eksperymenty,

1. List od Ambasadora Praw Dziecka (Może być to wybrany pluszak)

*Drogie dzieci,
Dzisiaj dopłynęliście na Wyspę Wiedzy i Zdrowia.
To miejsce, gdzie uczyliśmy się, jak być mądrym, silnym i zdrowym.
Każde dziecko ma prawo do nauki, do opieki i do tego, by czuć się dobrze.
Nauka to przygoda – dzięki niej odkrywamy świat i stajemy się coraz bardziej ciekawi!*

Rozmowa:

- Czego możemy się nauczyć w przedszkolu?
- Dlaczego warto się uczyć?
- Co to znaczy „być zdrowym”?

Wskazówka: Można przekazywać sobie maskotkę lub serduszko jako symbol „głosu”.

2. „Mały naukowiec” – Laboratorium odkrywców

Zorganizujemy w sali mini-laboratorium z prostymi eksperymentami, które dzieci mogą wykonywać samodzielnie lub w małych grupach:

- **Doświadczenie z balonem – zmień balon w raketę** (Potrzebne będą: balon, papierowa słomka, klamerka do prania, taśma klejąca i kawałek sznurka. Nadmuchujemy balon, końcówkę spinamy klamerką, przyklejamy do balonu słomkę, przez którą przeciągamy sznurek. Sznurek przywiązujemy porządnie w dwóch miejscach (możecie na przykład przywiązać go do krzeseł), odpinamy spinacz do prania i podziwiamy, jak balon mknie przez pokój niczym rakietą!)
- **Dwukolorowe słoiki** (Potrzebne będą: małe słoiczki, woda, barwniki spożywcze i olej. Każdy słoik wypełniamy do połowy wodą i dodajemy kolor, a drugą połowę olejem, po czym również dodajemy kolor)

Rozmowa po zabawie: „Dlaczego warto się uczyć i próbować nowych rzeczy?”

3. „Koło zdrowia” – gra planszowa

Na dużym kole (może być narysowane na kartonie lub zrobione z tektury) umieść różne obrazki: owoce, sport, sen, lekarz, szczoteczka, nauka, zabawa.

Dziecko kręci kołem i opowiada, dlaczego dana rzecz jest ważna dla zdrowia lub nauki.

4. „Ambulatorium Pluszowych Pacjentów” – zabawa tematyczna

Zabawa w przychodnię lub szpital dla pluszaków. Dzieci wcielają się w lekarzy, pielęgniarki, pacjentów. Badają misie, robią „opatrunki” z bandaży.

Rozmowa:

– Jak lekarz pomaga chorym?

5. Kącik sensoryczny „Dotknij i poznaj”

W pudełkach umieszczamy różne przedmioty: szczotkę, jabłko, książkę, piłeczkę, kubek itp. Zadaniem dzieci jest rozpoznanie dotykiem, co to jest.

6. Podsumowanie dnia

Krąg refleksji:

- Co to znaczy, że mam prawo do nauki i opieki?
- Czego dziś się nauczyłem?
- Jak mogę dbać o swoje zdrowie?
- Kto pomaga mi być zdrowym i silnym?

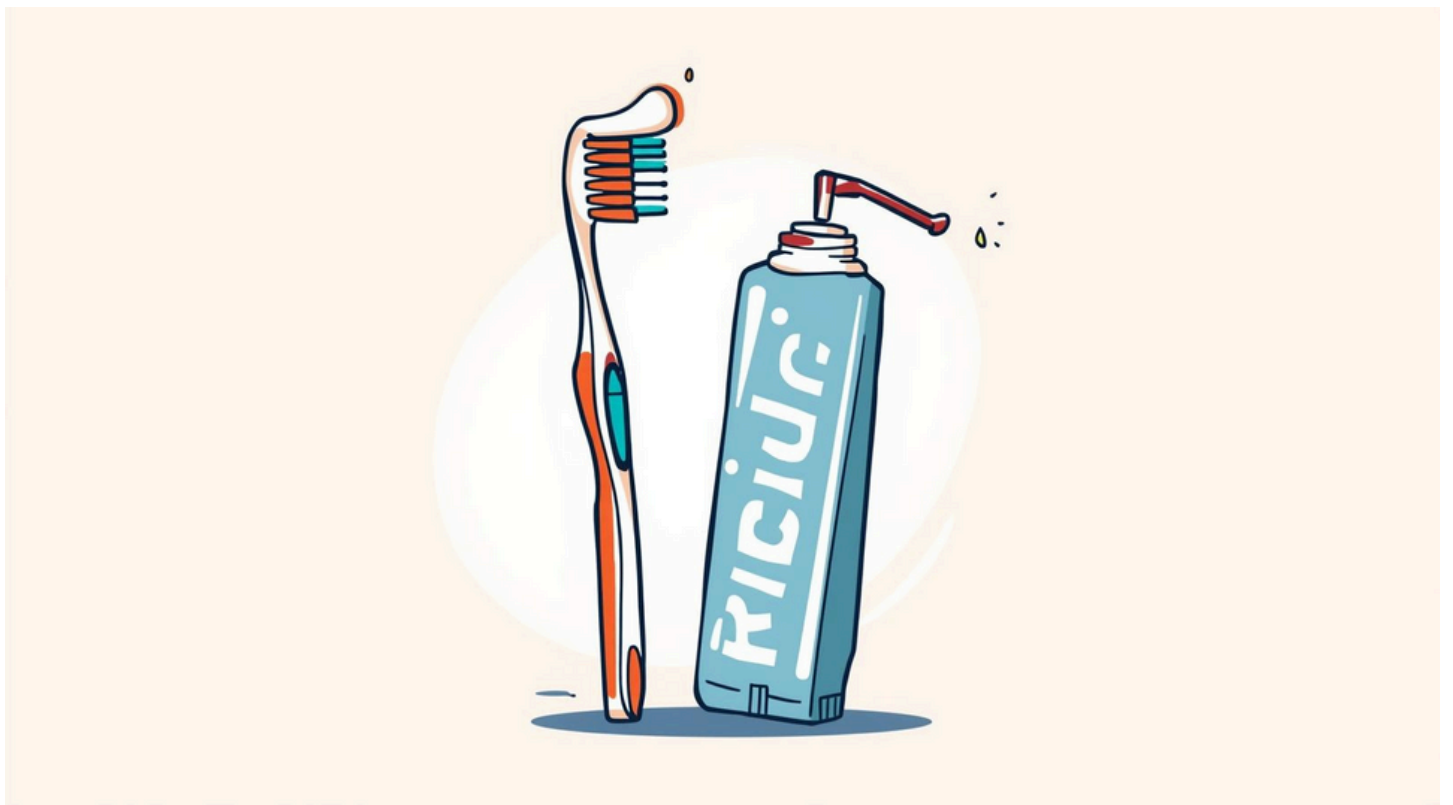
Dzieci otrzymują pieczętkę „Wyspa Wiedzy i Zdrowia” do swojego „Paszportu Odkrywczy Praw Dziecka”.

Drogie dzieci!



Dzisiaj dopłynęliście na Wyspę Wiedzy i Zdrowia. To miejsce, gdzie uczymy się, jak być mądrym, silnym i zdrowym. Każde dziecko ma prawo do nauki, do opieki i do tego, by czuć się dobrze. Nauka to przygoda – dzięki niej odkrywamy świat i stajemy się coraz bardziej ciekawi!







PIĄTEK

„Każde dziecko ma prawo być sobą!”

Cele ogólne:

- uświadomienie dzieciom, że każde dziecko ma prawo do zabawy, odpoczynku i bycia sobą,
- kształtowanie postawy akceptacji i szacunku wobec innych,
- wzmacnianie poczucia własnej wartości i radości z bycia częścią grupy.

Cele szczegółowe:

- rozumie, że ma prawo do wyrażania uczuć, myśli i potrzeb,
- zna różne sposoby spędzania czasu wolnego,
- potrafi bawić się w grupie z poszanowaniem innych,
- odczuwa radość z bycia sobą i z zabawy z innymi.

1. List od Ambasadora Praw Dziecka (Może być to wybrany pluszak)

Drogie Dzieci,

Dzisiaj dotarliście na ostatnią wyspę – Wyspę Wolności i Radości! To tu każde dziecko może być sobą – śmiać się, tańczyć, marzyć i mówić, co czuje. Bo każdy z nas ma prawo do odpoczynku, zabawy i do tego, by wyrażać siebie w sposób, który sprawia mu radość!

Krótką rozmowa:

- Co to znaczy „być sobą”?
- Jak możemy pokazać, co lubimy?
- Czy każdy ma prawo się bawić i mówić, co czuje?

Wskazówka: Można przekazywać sobie maskotkę lub serduszko jako symbol „głosu”.

2. Zabawa dramatyczna: „Ja tak czuję”

Nauczyciel mówi nazwę emocji, a dzieci pokazują ją gestem lub miną (radość, złość, zdziwienie, spokój, duma, strach itp.).

Następnie dzieci same mogą wymyślać emocje i reszta grupy je odgaduje.

3. Zabawa ruchowa: „Wyspa Radości i Odpoczynku”

Na podłodze rozkładamy kolorowe wyspy (kartki lub obręcze). Dzieci przy dowolnej muzyce chodzą po sali, a gdy muzyka cichnie, nauczyciel mówi nazwę wyspy:

- „Wyspa Skoków” – dzieci skaczą jak żabki,
- „Wyspa Spokoju” – siadają i głęboko oddychają,
- „Wyspa Przytulasków” – przytulają się do kolegi,
- „Wyspa Śmiechu” – śmieją się razem.

4. Muzyczna improwizacja „Mój rytm, moje emocje”

Przygotuj instrumenty (grzechotki, bębenki, tamburyny). Dzieci grają tak, jak czują – szybko, wolno, cicho, głośno. Nauczyciel prowadzi rozmowę:

- Jak brzmi radość?
- A jak brzmi spokój?
- Jakie dźwięki pasują do mojego nastroju dziś?

5. „Chwila dla mnie” – relaksacja i odpoczynek

Włącz spokojną muzykę, zgaś światło, rozłóż dywaniki lub kocyki. Poprowadź relaksację w formie opowieści:

Zamknij teraz oczka... Weź głęboki oddech... I powoli go wypuść. Poczuj, jak całe twoje ciało robi się lekkie, jak piórko. Wyobraź sobie, że jesteś na pięknej, magicznej wyspie. To Twoja Wyspa Radości – miejsce, w którym zawsze czujesz się bezpiecznie, spokojnie i szczęśliwie. Słońce świeci delikatnie, a jego promienie otulają cię ciepłem jak miękki kocyk. W oddali słychać szum morza... fale spokojnie dotykają brzegu, a wiatr tańczy w twoich włosach. Obok ciebie rosną kolorowe kwiaty – pachną słodko, a między nimi fruwać motyle. Jeden z nich siada na twojej dłoni... jego skrzydełka są lekkie jak dotyk uśmiechu. Czujesz, jak z każdym oddechem wypełnia cię spokój i radość. Twoje serduszko bije powoli, równo... Pamiętaj – masz prawo odpoczywać. Masz prawo czuć się dobrze. Na Wyspie Radości możesz robić to, co lubisz najbardziej. Możesz tańczyć po piasku, rysować palcem po niebie, śpiewać razem z ptakami, albo po prostu leżeć i marzyć. Poczuj, jak te słowa wędrują do twojego serduszka. Zostają tam na zawsze — jak mała iskierka dobra i szczęścia. Weź teraz jeszcze jeden spokojny oddech...

6. Podsumowanie dnia

Krąg refleksji:

- Co to znaczy, że mam prawo do zabawy i odpoczynku?
- Jak lubię spędzać wolny czas?
- W jaki sposób mogę wyrażać siebie?

Dzieci otrzymują pieczętkę „Wyspa Wolności i Radości” do swojego „Paszportu Odkrywców Praw Dziecka”.

Drogie dzieci!



Dzisiaj dotarliście na ostatnią wyspę – Wyspę Wolności i Radości! To tu każde dziecko może być sobą – śmiać się, tańczyć, marzyć i mówić, co czuje. Bo każdy z nas ma prawo do odpoczynku, zabawy i do tego, by wyrażać siebie w sposób, który sprawia mu radość!

Zamknij teraz oczka...

Weź głęboki oddech... I powoli go wypuść.

Poczuj, jak całe twoje ciało robi się lekkie, jak piórko.

Wyobraź sobie, że jesteś na pięknej, magicznej wyspie. To Twoja Wyspa Radości – miejsce, w którym zawsze czujesz się bezpiecznie, spokojnie i szczęśliwie.

Słońce świeci delikatnie, a jego promienie otulają cię ciepłem jak miękki kocyk. W oddali słyszać szum morza... fale spokojnie dotykają brzegu, a wiatr tańczy w twoich włosach.

Obok ciebie rosną kolorowe kwiaty – pachną słodko, a między nimi fruwać motyle. Jeden z nich siada na twojej dłoni... jego skrzydełka są lekkie jak dotyk uśmiechu.

Czujesz, jak z każdym oddechem wypełnia cię spokój i radość. Twoje serduszko bije powoli, równo...

Pamiętaj – masz prawo odpoczywać. Masz prawo czuć się dobrze.

Na Wyspie Radości możesz robić to, co lubisz najbardziej. Możesz tańczyć po piasku, rysować palcem po niebie, śpiewać razem z ptakami, albo po prostu leżeć i marzyć. Poczuj, jak te słowa wędrują do twojego serduszka.

Zostają tam na zawsze — jak maleńka isierka dobra i szczęścia.

Weź teraz jeszcze jeden spokojny oddech...



tu nas znajdziesz



IG: SPECJALNIE.TU



WWW.SPECJALNIE-TU.PL