



# ***Jastrząb i kury***

*Ko ko ko, ko ko ko*  
*stara kura woła*  
*Zbierajcie się dzieci*  
*tutaj dookoła*



*Jastrząb leci! Uważajcie, kurze dzieci!*

## **PRZEBIEG ZABAWY**

Wyznaczone patykami na ziemi lub sznurkiem na podłodze pole to gniazdo (schronienie kur). Jedno lub więcej z grających dzieci to Jastrząb/Jastrzębie, pozostałe to Kury. Zadaniem Jastrzębia jest schwytanie pozostałych. Kura może schronić się przed Jastrzębiem w swoim gnieździe. Zabawa trwa do wyłapania ostatniego ptaszka – ten w następnej grze zostaje Jastrzębiem.

### **Wariant**

Uczestnicy zabawy wybierają spośród siebie Jastrzębia i Kurę. Pozostałe dzieci to Kurczęta. Wyznaczamy linię na środku przestrzeni zabawy. Kura staje po jednej stronie sali/wytyczonej przestrzeni, reszta dzieci (Kurczęta) – po drugiej, a Jastrząb porusza się jedynie po linii.

I część – zwrotka

Dzieci udają Kurczęta, bawią się ze sobą, dziobią trawkę, mogą zbliżać się i oddalać od Jastrzębia (ten nie rusza się ze swojej linii).

II część – refren

Po okrzyku Kury: „Jastrząb leci, uważajcie kurze dzieci!” Kurczęta próbują przedostać się przez linię Jastrzębia do Kury, która je ochroni. Jastrząb poruszający się w jednej linii łapie jak najwięcej Kurcząt. Złapane osoby siadają na linii, po której porusza się Jastrząb tak, że kolejne Kurczęta mają coraz mniej miejsca do ucieczki.

Uwaga techniczna – dzieci siadają od zewnętrznych brzegów linii Jastrzębia.

---

źródła	<ul style="list-style-type: none"><li>• Michalikowa L., <i>Tradycyjne zabawy ludowe</i>, Warszawa 1981, s. 85.</li><li>• Kulka P., <i>Tradycyjne gry i zabawy w Wielkopolsce</i>, Poznań 2015.</li><li>• <i>Lekcje wzorowe na każdy dzień i każdą godzinę lekcyjną szkoły powszechnej</i>, Warszawa, kl. IV, zeszyt 35.</li><li>• Piasecki E.W., <i>Zabawy i gry ruchowe dzieci i młodzieży</i>, Lwów 1919.</li></ul>
region	powszechna, tu: Wielkopolska, pow. limanowski
nagrania dostępne w internecie	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium Zabaw Tradycyjnych 2024 <a href="https://youtu.be/ShxDEYrs1X4">https://youtu.be/ShxDEYrs1X4</a></li><li>• Mozaika, wyk. D. Oczepa, J. Szaflik, K. Ociepka <a href="https://mozaikadzieciom.pl/product/kurczatka/">https://mozaikadzieciom.pl/product/kurczatka/</a></li></ul>
kategoria	ze śpiewem, ruchowa, berek
grupa docelowa	dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym, a także młodzież, rodziny, dorośli

---

## WARIANTY ZABAWY

- Jastrząb i gołębie
- Psy i zające
- Gąski, gąski do domu
- Gąsior i wilk
- Gdzie wilk? Za górą!
- Murarz

---

opracowanie      Marta Domachowska, Marta Urban-Burdalska

---

## **Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy psycholożki, psychoterapeutki systemowej w procesie certyfikacji, edukatorki w grupie edukacji domowej**

Karolina Idkowiak

### **Grupa kontrolna**

Zabawy przeprowadzono w warunkach domowych, w rodzinach trzypokoleniowych (dzieci, rodzice, dziadkowie). Zaproszono do uczestniczenia w grach także grupy rówieśnicze i środowiskowe (tworzone nie ze względu na projekt). Elementy zabaw wykorzystano również w pracy gabinetowej psychoterapeuty systemowego.

### **Charakter zabawy**

Nie ma lepszego pomysłu na pracę z lękiem niż zabawa. „Jastrząb i kura” należy do grupy gier zawierających element konfrontacji z symbolicznym zagrożeniem. Uczestnicy wcielają się w rolę kurzych dzieci, które muszą przedostać się do matki i uniknąć pochwylenia przez jastrzębia. Zabawa składa się z dwóch części. Pierwsza obejmuje śpiew i spontaniczny taniec. Druga, zainicjowana okrzykiem: „Jastrząb leci, uważajcie, kurze dzieci!”, polega na wyłapywaniu biegnących do matki dzieci przez drapieżnego ptaka. Osoby, którym nie udało się przebiec, mogą wcielić się w kolejne jastrzębie lub budować mur ograniczający swobodne przebiegnięcie pozostałym uczestnikom zabawy.

### **Podstawowe cechy**

Gra ma szerokie zastosowanie. Poniższa lista nie wyczerpuje wszystkich możliwości:

- rozwój koncentracji i uwagi słuchowej, pamięci, kształtowanie orientacji przestrzennej,
- budowanie umiejętności wcielania się w rolę,
- osvajanie z poczuciem napięcia, które ma szansę ewoluować w stronę mobilizacji,
- rozwój zdolności motorycznych,
- ćwiczenie refleksu,
- przeżywanie radości,
- wzmacnianie grupy poprzez wspólne działanie,
- rozwój indywidualnej ekspresji i kreatywności,
- budowanie odporności emocjonalnej,
- budowanie pewności siebie w obliczu wyzwań,
- osvajanie z sytuacją przegrywania,
- umiejętność podejmowania decyzji w stresujących sytuacjach,
- budowanie odwagi,
- uczenie się zasad gry, dostosowywanie się do reguł.

Szczególną uwagę chciałabym zwrócić na przestrzeń improwizacji. Uczestnik sam projektuje swój ruch, ponieważ nie ma jednego, ustalonego sposobu naśladowania „kurczaka”. W związku z tym nie ma też złych odpowiedzi – pole do eksperymentowania jest otwarte. Grupy charakteryzują się tym, że łączą różne osobowości. Wśród uczestników zabawy niektórzy będą usztywnieni i ostrożni,

ale będą też tacy, którzy z dużą swobodą i lekkością wcielą się w role (rozpoznasz ich po szczególnym „kurzym” wdzięku). Obserwacja innych grających, którzy na swój sposób realizują/przeżywają zabawę, przyspiesza pracę. Każdy jest trochę inny, w specyficzny sposób kreuje swój ruch, ale całość spina klamra śpiew–taniec–oczekiwanie oraz konfrontacja–przebiegnięcie.

## Ryzyka i wyzwania

Gra ma charakter uniwersalny. Mimo to niesie ze sobą wyzwania, które z jednej strony są szansą na przepracowanie wielu aspektów, ale też mają znamiona trudności. I tak:

1. dzieci mające trudności z kontrolowaniem emocji mogą doświadczać silnej frustracji lub złości, jeśli nie uda im się uniknąć Jastrzębia lub jeśli zostaną złapane,
2. osoby o niskiej samoocenie obawiające się porażki mogą unikać zabawy, aby nie czuć zawstydzenia,
3. może wystąpić trudność z przestrzeganiem zasad gry, koncentracją na zadaniu czy szybkością reakcji na sygnały – w efekcie mogą pojawić się konflikty w grupie,
4. tempo gry może utrudniać przetworzenie bodźców i wewnętrznych reakcji – w efekcie może prowadzić to do zachowań impulsywnych,
5. może pojawić się dyskomfort osób ze spektrum autyzmu, osób z nadwrażliwościami (gra jest mocno bodźczą, głośna, dzieje się wiele, w dużym kontakcie z innymi),
6. prawdopodobne jest wystąpienie poczucia dezorientacji lub braku komfortu u osób mających trudności w naśladowaniu ról,
7. może nastąpić wzrost napięcia u dzieci zmagających się z lękami,
8. u dzieci, które odstają od innych w kontekście ruchowym, mogą pojawić się frustracja i zniechęcenie.

## Śmiech jako kluczowy element

Na większość trudności, z jakimi mierzą się dzieci, pomogłaby jedna recepta – recepta na śmiech. Jest to środek, który powinien być w każdej apteczce – w szkole, w domu, w centrach kultury, szpitalach, poradniach czy gabinetach terapeutycznych. Taki plaster na smutki, ból, cierpienie, stres, zmęczenie, opór... Choć może to bardziej syrop na odporność z dodatkiem środka przeciwbólowego<sup>1</sup>?

Jest coś takiego w śmiechu, że nie traktujemy go poważnie. Z łatwością potrafimy wejść w pozę wyższości i zażenowania (a może jest to tylko to, co pokazujemy, gdy nie możemy się rozluźnić, odpuścić i uwolnić?). Rzadko znajduje się na liście priorytetów. Nie przypominam sobie zbyt wielu rozmów w gabinecie, w których klient powiedziałby: „chciałbym się więcej śmiać!” Nie pamiętam też żadnej dyskusji z rodzicami, którzy zlecaliby mi odszukanie poczucia humoru ich dziecka! Mamy tendencję do poszukiwania ulgi w zmniejszaniu objawów (obniżmy napięcie w ciele, poczucie niewygody, zmniejszmy lęk itd.). Zatrzymujemy się w przestrzeni trudnej i jakoś niełatwo nam dbać o kontakt z tą drugą stroną. Jesteśmy trochę jak ptaki, które uparcie chcą korzystać z jednego skrzydła. Na szczęście mamy dzieci! A te dzieci walczą o to, byśmy uaktywnili skrzydło humoru.

Śmiech dla dzieci jest tak naturalny jak oddychanie, dzięki czemu zabawa jest zespolona z humorem tak mocno, że nie ma siły, by je rozdzielić! Tak jest też w przypadku „Jastrzębia i kur”. Zabawne obsadzenie uczestników w rolach małych kurczaków, starej kwoki oraz groźnego jastrzębia daje ogromne pole do śmiechu.

---

1 To nie żart. Śmiech jest wykorzystywany jako środek przeciwbólowy w postaci gazu rozweselającego np. w trakcie mniejszych interwencji medycznych. Udowodniono również jego korzystne działanie na układ odpornościowy. Więcej na ten temat pisze Grzybowski P.P., *Śmiech w przestrzeni publicznej, czyli jak na wesoło poprawiać jakość życia*, w: Grzybowski P.P., red. B. Kunach, *Seniorzy w działaniu. Słuchacze Kazimierzowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i działalność wolontaryjna*, Bydgoszcz 2013, s. 128–161; on-line.: <https://repozytorium.ukw.edu.pl/bitstream/handle/item/215/Grzybowski%20-%20Smiech%20w%20przestrzeni%20publicznej.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [dostęp 10.10.2024].

## Doświadczenie osoby prowadzącej

Chciałabym w tym miejscu podzielić się moim indywidualnym doświadczeniem. Wszystkie zabawy ludowe „przerabiałam” z pozycji jej uczestnika, jak i późniejszego prowadzącego. Bardzo wyraźnie pozostało mi w pamięci, jak trudno było mi się wygłupiać. Z zazdrością patrzyłam na jedną z koleżanek, która, obsadzona w roli starej kury, zawzięcie kokosiła się, przechadzała i grzebała pazurem z przejęciem. Aż się kurzyło od jej poczucia humoru. Mnie było natomiast bardzo trudno rozluźnić ciało, by wejść w specyficzną rolę. Z automatu moje mięśnie się blokowały i spinały. Późniejsze powtórzenia zabawy były o tyle prostsze, że dzieci w naturalny sposób tworzyły atmosferę spontanicznego luzu<sup>2</sup>. Opisane doświadczenie może być bliskie również innym jej uczestnikom. Obserwacja daje nam materiał diagnostyczny do oceny tego, czy nasza grupa lub konkretne osoby potrzebują wsparcia w korzystaniu z naturalnej ekspresji, radości z wygłupów i żartowania z siebie samego. Przykładowe metody, z których można skorzystać to bazgroły (o wykorzystaniu tej metody w celu uzyskania większej ekspresji ruchowej pisze Violet Oaklander<sup>3</sup>; opis samej metody można znaleźć w *Zabawa w psychoterapii*<sup>4</sup>).

## Stawić czoło światu – analiza zabawy

Baśnie, opowieści ludowe i muzyka tradycyjna są wykorzystywane jako narzędzia terapeutyczne. Mają swój niepowtarzalny urok, głęboki fundament osadzenia w danej kulturze oraz niosą przesłania czy mądrości pokoleń. Nierzadko, szczególnie na rodzicielskich grupach dyskusyjnych, widać dystans czy niechęć do korzystania ze starych źródeł: „Jak można dzieciom o czymś takim opowiadać? Nigdy w życiu tego dziecku nie przeczytam!”. Tekstom zarzuca się pesymizm, zbytnią dosadność, brak odpowiedniej dawki poprawności społecznej, niedostosowanie do obecnych czasów, a także odkrywanie ciemnej strony człowieka. Szczególnie mocno wybrzmiewają zarzuty wobec seksistowskiego nacechowania tych treści. Osobiście nie podzielam tych obaw i zachwygam się przestrzenią do analizy i dyskusji w tych treściach. Uczymy się też czegoś niezwykle cennego – nie wszystko, co usłyszymy w świecie, jest prawdą, a przynajmniej nie naszą! Przekonują mnie słowa Violet Oaklander, że „opowieści te często zawierają słownictwo daleko wykraczające poza rozumienie dziecka, słucha ich ono zachwycone, zaabsorbowane, słucha całym sobą i przyjmuje wszystko w całości”<sup>5</sup>.

Jak to się jednak ma do naszej zabawy? Występuje tu wyrazistość postaci – zły Jastrząb, dobra Kura-Matka. W tle jest walka o przetrwanie. Ktoś przegra, komuś się nie uda. W zabawie, co bardzo chciałabym podkreślić, pojawia się specyficzny rodzaj napięcia. W danym momencie naprawdę ze wszystkich sił próbujemy walczyć o przeżycie, o to, by nie dosięgnął nas Jastrząb. Ekspozycja na silne emocje jest krótka. Wchodzimy w strefę zmagania. Zauważmy, że dzieci biegną KU Jastrzębiowi – nie kryją się, nie uciekają w tył, one w którymś momencie ruszają do przodu – MIERZAĆ SIĘ ze swoim lękiem i bardzo zagrażającą sytuacją. Jest to niezwykle cenne doświadczenie. W tej grze bardzo podoba mi się to, co dzieje się potem. Otóż nie jest tak, że przegrałeś i tak kończy się twoja rola w zabawie. Teraz rozpoczynasz kolejny etap – bycie Jastrzębiem lub murem. Nie każde podejmowane przez nas działanie kończy się sukcesem (ależ byłoby miło, gdyby tak było!). Nierzadko doświadczamy porażek czy rozczarowań. Zazwyczaj, gdy jesteśmy jeszcze przed tym doświadczeniem, a ta porażka jest na razie tylko projektem w głowie, wówczas możemy mieć poczucie końca świata, a przewidywane fiasko urasta do rangi przerażającego monstrum. W „Jastrzębiu i kurach” okazuje się, że sufit nie spada nam na głowę, a kolejny etap zabawy po przegranej nie jest wcale

2 Szczególnie dzieci w przedziale wiekowym 3–6 lat uwielbiają śmieszne tańce, wygłupianie się, małpie (i w tym kontekście: kurze) figle. Więcej na ten temat znajdziesz w książce Charmaine Liebertz, zob. Liebertz Ch., *Terapia śmiechem. Całkiem poważna książka o śmiechu*, Kielce 2011.

3 Oaklander V., *Okna do naszych dzieci Terapia dzieci i młodzieży w podejściu Gestalt*, Warszawa 2021, s. 217.

4 Kaduson, H., Schaefer, Ch., *Zabawa w psychoterapii*. Gdańsk 2002, s. 127–130.

5 Oaklander V., *Okna do naszych dzieci Terapia dzieci i młodzieży w podejściu Gestalt*, Warszawa 2021.

przykry. Wiele osób odnajduje wręcz przyjemność w byciu murem: w końcu nie trzeba już mierzyć się z naprzemienną falą ekscytacji, napięcia i ulgi.

Temat „kur” oraz entuzjazm, który wywołała zabawa, można wykorzystać w bajkoterapii. Wcześniejsze wcielenie się w postacie wzmacnia przekaz historii. Przedstawiam krótką listę książek. Zalecam zapoznanie się z nimi przed przeczytaniem ich na forum grupy i wybranie tych, które najbardziej odpowiadają potrzebom i możliwościom uczestników zabawy. Jest to też propozycja do wspólnego czytania dla rodzin.

### **Bajkoterapia – lista „kurzych” książek:**

- *Kury, czyli krótka historia o równości*, Laurent Cardon
- *Cuda niewidy. Zagadki dla młodszych i starszych*, Marianna Oklejak
- *O kurze, która opuściła podwórze*, Hwang Sun-Mi
- *Kurza seria: Piąta kura u wozu, O kurza twarz!, Kury z grubej rury, Hip hip kura*, Justyna Bednarek
- *Teraz będziesz kurą*, Barbro Lindgren, Charlotte Ramel
- *Jasnopióra. Uratowana Kura*, Leslie Crawford, Sonja Stangl
- *Seria „Brygada Brawurowych Kur”*, Adam Skrodzki
- *Prezent dla cebulki*, Frida Nilsson, Maria Nilsson Thore
- *Kukuryku! Afera w kurniku!*, Gabriela Rzepecka-Weiss, Dorota Prończuk
- *Kura*, Agata Nowak, Wiesław Drabik
- *Pies i złodziej kur*, Axel Scheffler
- *Szalone kury pana Dropsa*, Ala Hanna Murgrabia
- *Kwoka*, Jan Brzechwa
- *Kura Krystyna i jej banda*, Justyna Bednarek

### **Propozycje zabaw z zakresu sztuki: „Jajko”, „Moje miejsce w kurniku?”, „Jaką kurą jestem?”**

Przedstawiam trzy pomysły, które można wykorzystać w działaniu z dziećmi (choć wyobrażam sobie, że nieoczywista forma zabaw mogłaby poruszyć niejednego dorosłego). Część z nich możemy realizować na kolejnych spotkaniach. Inne, bazujące na doświadczeniu, wymagają zastosowania zaraz po zabawie.

#### ● „Jajko”

Po skończonej zabawie osoba prowadząca zaprasza uczestników do koła. Rozpoczyna historię.

*Za chwilę przeczytam wam krótki wiersz, a potem chciałabym pokazać Wam coś... w wyobraźni! Będzie trochę tak, jakbyśmy znaleźli się w galerii, gdzie możemy podziwiać jedno wybrane dzieło. Kiedy skończymy oglądanie, chcę, żebyście narysowali to, co oglądaliście.*

*Gdy noc zapadła głucha  
I ciemność już była w kurniku,  
Kura szepnęła – Słuchaj –  
Budząc koguta po cichu. –  
Głos wprost zamiera w grdyce  
I wszystko zdaje się bajką,  
Bo słodką mam tajemnicę:  
Słuchaj, będziemy mieli jajko!<sup>6</sup>*

6 Minkiewicz J., *Słodka tajemnica*, on-line: <https://culture.pl/pl/tworca/janusz-minkiewicz> [dostęp: 4.10.2024]. Jest też wersja śpiewana: <https://www.youtube.com/watch?v=Nsf1mY2wqKQ> [dostęp: 4.10.2024].



Mówi się czasem o kurze, która znosi złote jajka lub o tym, że jajko bywa mądrzejsze od kury. Niektórzy twierdzą nawet, że niedaleko pada jajko od kury. Jakie jajko Ty mógłbyś znieść? Czy byłoby duże? A może bardzo małe? Jaki ma kolor? Czy widzisz na nim jakiś wzór? Czy to jajko jest ciężkie? A może przeciwnie – jest bardzo lekkie? Wyobraź sobie, że robisz zdjęcie tego jajka. Chciałabym, żebyś teraz spróbował namalować to jajko. Przy stoliku znajdziesz wszystkie potrzebne materiały. Gdy będziesz gotów, możesz wziąć się do pracy. Mam prośbę, żebyś pozostał w ciszy, dopóki nie skończysz rysunku.

W wizualizacji pojawiają się różne propozycje i podpowiedzi. Wybieranie spośród wielu opcji tak naprawdę przynosi ze sobą wskazówki – co ja w ogóle w tej wyobraźni mogę zobaczyć. Wyjście poza najprostsze skojarzenia często otwiera lawinę twórczych pomysłów. Następnie uczestnicy korzystają z uprzednio przygotowanych materiałów – różnej wielkości kart papieru w różnych kolorach, nożyczek, kredek, pisaków itp. Po wykonanej pracy każdy prezentuje swoje jajko. W tym czasie możesz korzystać z możliwości zadawania pytań: Czy to jakoś pasuje do Twojego życia? Czy czasem tak się czujesz? Pytania te są niezwykle otwierające. Potrzeba wiele ostrożności i wyczucia, by pracować na tak głębokim poziomie. Nie jest to zalecana metoda do pracy w grupach przypadkowych, szczególnie jeśli odbiorcami są dzieci, a osoba prowadząca nie ma dużego doświadczenia w pracy psychoterapeutycznej. W pracy indywidualnej jest znacząco mniejsze ryzyko korzystania z tej metody, za to jest dostępne wielkie bogactwo treści i odczuwania. Więcej informacji na ten temat można znaleźć w książce *Okna do naszych dzieci. Terapia dzieci i młodzieży w podejściu Gestalt*<sup>7</sup> oraz w *Zabawa w psychoterapii*<sup>8</sup>.

- „Moje miejsce w kurniku”

Zaproponuj uczestnikom, aby wrócili na chwilę myślami do zabawy (pamiętaj, by osoba, która była Jastrzębiem, miała szansę wejść w pozycję Kurczątki/Kury). Poproś, żeby pomyśleli o tym, jak się czuli. Kolejnym etapem pracy jest stworzenie glinianych, kurzych figurek. Po ich wykonaniu zaproś wszystkich do koła. Na środku połóż duży arkusz papieru (lub gruby karton). Poproś uczestników, by po kolei zajmowali miejsce w kurniku (tj. ustawili w tak zorganizowanej przestrzeni swoje gliniane figurki). Mogą też zrobić to jednocześnie. Pytania, które mogą przydać się w rozwinięciu rozmowy, to: „Czy to miejsce, które wybrałaś jest wygodne?”, „Do której innej kury Ci najbliższej”, „Czy dobrze Ci, gdy jesteś w tak dużej grupie?”. Pracujemy na figurkach, co daje poczucie bezpieczeństwa. Nie zadajemy wprost pytań do osoby: jak się czuje w grupie? Czy jest jej w niej łatwo czy trudno? A jednocześnie możemy poszerzać rozumienie osoby i grupy. Sfera zabawy może otwierać drzwi do nowych perspektyw.

- „Jaką kurą jestem?”

Pokaż uczestnikom zabawy książkę *Cuda niewidy. Zagadki dla młodszych i starszych* z ilustracją przedstawiającą zbiór różnych kur. Następnie zaproś uczestników zabawy do wykonania kurzych obrazków. Możesz poprosić, żeby wyobrazili sobie, jak wyglądała kura czy kurczęta odgrywane przez nich w zabawie i żeby spróbowali to przelać na papier. W efekcie uzyskujemy galerię portretów wyobrażonych kur. Tak, jak w poprzednich ćwiczeniach, możesz pozostać na tym poziomie

---

7 Oaklander V., *Okna do naszych dzieci. Terapia dzieci i młodzieży w podejściu Gestalt*, Warszawa 2021.

8 Kaduson, H., Schaefer, Ch., *Zabawa w psychoterapii*. Gdańsk 2002.

lub pogłębiać pracę.

---

## *Jastrząb i kury*

### **Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy pedagoga specjalnego, terapeutki integracji sensorycznej, socjoterapeutki i terapeutki poznawczo-behawioralnej dzieci i młodzieży**

Emilia Kowalewicz-Rusiecka

#### **Dla kogo?**

Zabawę można poprowadzić dla dzieci pięcioletnich, sześciolatków w grupie zróżnicowanej pod względem funkcjonowania emocjonalno-poznawczo-społecznego. Warto zastosować ją z uczniami szkół podstawowych ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (spektrum autyzmu, niepełnosprawność intelektualna), a także szkół z oddziałami integracyjnymi i specjalnymi.

#### **Na co wpływa?**

„Jastrząb i kury” to tradycyjna zabawa, w której obecny jest proces komunikacji, ekspresja, ruch i mnóstwo emocji. Proces komunikacji realizujemy, używając różnych środków wyrazu, tj. ekspresji ciała, gestów, głosu oraz ruchu. Oddziałują one na różne zmysły. Dla dzieci z różnorodnymi trudnościami proces ten nie jest sprawą oczywistą. Praktykowanie zabaw wzmacniających ten obszar ułatwia funkcjonowanie uczniów w szkole. W czasie lekcji proces edukacyjny staje się bardziej elastyczny; każdy uczeń może znaleźć dla siebie sposób przyswajania treści, a nauczyciel – metodę ich przekazu.

Podczas zabawy ważne jest, aby każdy uczestnik mógł być w kontakcie ze sobą i z innymi. Istotny jest czytelny instruktaż prowadzącego, dobre objaśnienie zasad zabawy. Dzieci z potrzebą autoregulacji (wzmocnienia jednych informacji sensorycznych lub hamowania innych, tak, by móc pobudzić lub osłabić aktywność neuronalną całego centralnego układu nerwowego) mogą uciekać w autostymulacje bądź echolalie, czyli powtarzanie wyrazów, kiedy coś w otoczeniu jest niezrozumiałe. Poszukują bezpiecznej przestrzeni, zrozumiałej i znanej. Dlatego warto dostosować zabawę do możliwości i zasobów uczestników.

W trakcie zabawy dziecko doświadcza:

- poprawy umiejętności koncentracji uwagi,
- poprawy percepcji wzrokowo-słuchowej oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej,
- poprawy w radzeniu sobie z emocjami, które wpływają na komunikację, interakcje społeczne oraz świadomość własnego ciała,
- wpływu na swoje decyzje i podejmowanie kreatywnego działania,
- poprawy w odczuwaniu procesów sensorycznych, w szczególności czucia ciała – propriocepcji, czyli odczuwania bez udziału świadomości, w jakiej pozycji znajdują się nasze ręce, nogi, głowa.

Zabawa pozwala nauczycielom obserwować, jak ich dzieci współdziałają i komunikują się ze sobą, ma to wartość diagnostyczną wpływającą na obszar oceny pracy grupy.



## Modyfikacja

Przestrzeń do zabawy nie może być zbyt duża, aby nie rozproszyła grupy. Pole gry można wyznaczyć za pomocą taśmy (np. izolacyjnej) na podłodze (proponuję mocny kolor – czerwony, żółty itp.). Zaznaczone na podłodze duże koło lub leżący tam materac to gniazdo (schronienie kur). Jedno lub więcej z grających dzieci to Jastrząb/Jastrzębie, pozostałe to Kury. Jastrząb ma za zadanie gonienie i łapanie Kur. Kura może schronić się przed Jastrzębiem w swoim gnieździe. Jeśli zabawa będzie sprawiać trudność, można wprowadzić nauczyciela, jako przyjaciela i pomocnika. Dobrze, by piosenka była odtwarzana z nagrania. Hasła „Jastrząb leci! Uważajcie, kurze dzieci!” można spróbować nauczyć dziecko, albo działać przy wsparciu nauczyciela.

Złapane dzieci mogą dostać rekwizyt, np. piórko, aby zaznaczyć, że są już złapane. Jastrząb może mieć na głowie opaskę z dziobem albo czapkę z elementem dzioba.

Kiedy dzieci nie chcą być dotykane, przytulane podczas łapania, warto rozważyć wprowadzenie rekwizytu, np. delikatnego pióra, którego muśnięcie oznacza złapanie kury.

## Kiedy warto zastosować?

Zabawę można wykorzystać podczas:

- festynów/pikników rodzinnych,
- zabaw integracyjnych w grupie,
- zabaw dla nauczycieli oraz spotkań z rodzicami w celu integracji.

Wartościowe w pracy indywidualnej i diagnostycznej:

- obserwacja w kierunku diagnozy zaburzeń motoryki dużej i małej,
- obserwacja w zakresie rozumienia poleceń prostych i złożonych,
- obserwacja w kierunku nawiązywania relacji społecznych oraz komunikacyjnych,
- obserwacja w kierunku radzenia sobie z własnymi emocjami.

## *Jastrząb i kury*

### **Korzyści z zastosowania zabawy z perspektywy metodyczki oraz nauczycielki rytmiki i kształcenia słuchu**

Joanna Tomkowska

#### **Dla kogo?**

Dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.

#### **Czas trwania**

5–10 minut

#### **Zastosowanie**

Zabawa bardzo lubiana przez dzieci. Rozwija refleks. W przedszkolu może być wpleciona w temat zajęć dotyczących zwierząt z gospodarstwa wiejskiego, rodziny lub Świąt Wielkanocnych. Na jej podstawie można realizować zabawy twórcze oparte na improwizacji ruchowej.

W szkole muzycznej stosowałam ją na początku lekcji w celu zintegrowania grupy i rozładowania ewentualnego stresu. Elementy tekstu piosenki posłużyły jako ćwiczenia emisyjne i dykcyjne. Melodia była pretekstem do utrwalania trójdźwięków durowych i molowych.

#### **Rozszerzenie**



*Ko ko ko, ko ko ko  
stara kura woła!  
Zbierajcie się dziatki  
tutaj dookoła!  
Jastrząb leci! Uważajcie, kurze dzieci!*

Niezależnie od grupy wiekowej, zaistniała potrzeba wytłumaczenia tekstu piosenki. Słowo „dziatki” kojarzyło się dzieciom z osobami w podeszłym wieku; młodszym dzieciom trzeba było wprowadzić też informacje dotyczące kur i jastrzębia.

#### **Każdorazowo przed śpiewaniem piosenki przeprowadzałam ćwiczenia emisyjne**

- Mów to, co ja!

Uczestnicy zebrani w jednym miejscu:

- powtarzają sylaby: ko, ko, pi, pi wypowiedane w zróżnicowany sposób (np. wysoko, nisko, cicho, nieco głośniej, powtarzane, przerywane itd). W podobny sposób powtarzają słowa: kukuryku, kukurrrrrryku,
- śpiewają fragment melodii od coraz wyższych dźwięków: a, b, h, c, cis, d, dis, e, f, fis.

- Echo rytmiczne z użyciem sylaby ko

Osoba prowadząca wypowiada sylaby ko, ko... w określonym rytmie; wszyscy powtarzają w ten sam sposób.

- Uwaga, Jastrząb!

Dzieci (Kurczaki) biegają po podwórku przy muzyce improwizowanej przez nauczyciela na fortepianie. Gdy usłyszą, że nadlatuje Jastrząb (umówiony motyw muzyczny w dolnym rejestrze), uciekają do Mamy Kury (nauczyciela).

Ta wersja zabawy jest bardzo lubiana przez trzy- i czteroletnie dzieci.

W grupie dzieci pięcio- i sześcioletnich można wybrać jednego Jastrzębia, który będzie polował na Kury. Gdy dzieci usłyszą, że nadlatuje Jastrząb (umówiony motyw muzyczny w dolnym rejestrze), uciekają do Mamy Kury. W tym czasie Jastrząb próbuje kogoś złapać. Jeśli mu się to uda, złapana osoba również zamienia się w Jastrzębia. Wygrywa ten, kogo Jastrząb nie złapie.

W grupie dzieci szkolnych proponuję zabawę w wersji oryginalnej:

Mama Kura (wybrana osoba) znajduje się po jednej stronie sali, a Kurczaki (pozostałe osoby) po drugiej. W środku sali stoi Jastrząb. Po zaśpiewaniu piosenki Mama Kura woła:

„Jastrząb leci! Uważajcie, kurze dzieci!”

W tym momencie dzieci przebiegają do mamy, a Jastrząb próbuje je złapać. Ten, kto zostanie złapany przez Jastrzębia (dotknięty), odchodzi z zabawy i buduje mur, który zwięza drogę ucieczki dla Kurczaków.

Podczas zabawy warto wykorzystać śpiew z podziałem na role:

Mama Kura: *Ko ko ko, ko ko ko*

Dzieci z grupy: *Stara kura woła!*

Mama: *Zbierajcie się dziatki tutaj dookoła!*

## **Zabawy dodatkowe wysnute z treści piosenki**

- Życie kurczaka – opowieść ruchowa ilustrowana muzyką

Dzieci zwijają się w kulkę na podłodze – imitują kurczątko, które przechodzi przez kolejne fazy rozwoju:

- wylęga się z jajka,
- biega po podwórku,
- zjada robaki, pije wodę,
- piszczy,
- ucieka do mamy.

- Zabawa w jastrzębie

Dzieci podzielone na dwie grupy: chłopcy to Jastrzębie, dziewczynki to Kurki. Każda grupa porusza się na określony rodzaj muzyki. Gdy jedna grupa zostanie wywołana, druga grupa siedzi w wyznaczonym miejscu.

- Kury i jastrząb – wersja z instrumentami

Dzieci (Kury) otrzymują instrumenty, np. grzechotki. Siedzą przy pianinie i grają na grzechotkach w rytm muzyki (dziobią ziarenka). Gdy usłyszą, że zbliża się Jastrząb (umówiony motyw muzyczny w dolnym rejestrze), przestają grać i czekają w ciszy na odlot Jastrzębia (zmianę muzyki).

Warto zmieniać długość fragmentów muzycznych, aby działać przez zaskoczenie, żeby dzieci się nie nudziły. Można zmieniać także rytm i tempo muzyki.

## W szkole muzycznej przeprowadziliśmy analizę melodii i rytmu

- Analiza melodii: repetycja dźwięku, trójdźwięk z góry na dół

Uczniowie śpiewają melodię solmizacją lub literami. Można melodię przetransponować z tonacji C-dur do D-dur, E-dur i F-dur.

- Jaki to trójdźwięk?

Przy akompaniamentie muzyki wszystkie dzieci poruszają się po całej sali. Gdy usłyszą trójdźwięk zagrany melodycznie z góry na dół, stają w określonym miejscu sali:

- trójdźwięk durowy – miejsce nr 1,
- trójdźwięk molowy – miejsce nr 2.

- Metrum o ósemkowej jednostce miary

Uczniowie przy pomocy nauczyciela analizują rytm piosenki. Tworzą w parach lub indywidualnie własne tematy rytmiczne w takcie  $\frac{3}{8}$ .

## W grupach przedszkolnych warto zapoznać dzieci z piosenką „Kokoszka”

Jest to piosenka przedwojenna, ale wciąż aktualna, z ładną melodią i tekstem.

### Kokoszka

muzyka i słowa: Tadeusz Mayzner

**niezbyt szybko**



Powiem wam bajeczkę, miałam kokoszeczkę  
a ta kokoszeczka zносиła jajeczka  
Wcale to nie bajka, że z każdego jajka  
wyszła ta malutka kureczka żółciutka

Potem ta kureczka w koło ogródeczka  
razem z kurczętami zbierała ziarneczka  
Jastrząb wygłodzony raz nastawił szpony  
ale moja kurka podarła mu piórka

## Zabawy z drewnianymi jajkami

### a) Percepcja manualna

Dzieci stoją w kole z zamkniętymi oczami, ręce trzymają za plecami. Każde dziecko otrzymuje drewniane jajko. Za pomocą dotyku sprawdzają, czy trzymany przedmiot jest:

- twardy czy miękki,
- duży czy mały,
- płaski czy okrągły,
- gładki czy chropowaty.

Bez spojrzenia na przedmiot wysnuwają wnioski, z jakiego jest on tworzywa, jaki może mieć kolor, wreszcie – co to jest?

b) Zabawa zręcznościowa

- Dzieci noszą jajko na wyprostowanej dłoni tak, aby nie spadło.
- Dzieci przekładają jajko z ręki do ręki przed sobą, za plecami, pod kolanem itd.
- Dzieci zakręcają jajkiem na podłodze lub turlają z ręki do ręki.

c) Zabawa rytmiczna

Dzieci stukają jajkiem o podłogę zgodnie ze słyszonym rytmem.



# Laboratorium Zabaw Tradycyjnych

Niniejsza karta zabawy i opisy eksperckie są efektem prac Laboratorium Zabaw Tradycyjnych, projektu o charakterze badawczym i edukacyjnym, którego celem jest analiza tradycyjnych zabaw dziecięcych pod kątem możliwości ich wykorzystania wśród dzieci z różnymi potrzebami oraz zbadanie ich właściwości – wpływu na dzieci na polu rozwojowym, terapeutycznym, społecznym i psychologicznym. Projekt popularyzuje również korzystanie z folkloru w pracy z dziećmi.

Koncepcja i realizacja projektu:

Karolina Ociepka, Marta Urban-Burdalska, Marta Domachowska, Katarzyna Rosik

Redakcja:

Marta Domachowska

Korekta:

Filip Bukowski

Opracowanie graficzne i skład:

Katarzyna Rosik

Laboratorium Zabaw Tradycyjnych 2024 — edycja II

---

Organizator/wydawca:

## Forum Muzyki Tradycyjnej

---



Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego



NARODOWE  
CENTRUM  
KULTURY

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego  
w ramach programu Narodowego Centrum Kultury: EtnoPolska. Edycja 2024

---

Partnerzy:



Muzeum Etnograficzne  
im. Marii Znamierowskiej-Prüfferowej  
w Toruniu

Fundacja  
Muzyka jest  
nieskończona



Patron medialny:

