

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor– oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

W dzisiejszych czasach dzieci coraz częściej zamiast czytać książki oglądają filmy i bajki, jakimi zarzuca ich telewizja. Długotrwałe codzienne przesiadywanie przed telewizorem prowadzi do uzależnienia. Mimo, że bajki coraz częściej przekazują pozytywne wartości to na porządku dziennym są audycje telewizyjne, które przedstawiają przemoc i walkę. A te nie uczą co jest dobre a co złe. Oczywiście nie jesteśmy w stanie całkowicie wyeliminować oglądania telewizji czy korzystania z komputera przez najmłodszych. Jednak naszym (dorosłych) obowiązkiem jest ustalić ile czasu dziennie czy też tygodniowo nasze dzieci mogą spędzać przed ekranem monitora. Ważny jest też odpowiedni dobór oglądanych przez nie programów.

**Cele:**

- uświadomienie uczestnikom jak szybko można popaść w uzależnienie od telewizji
- zwrócenie uwagi na następstwa jakie powoduje nadmierne oglądanie telewizji
- wskazanie na potrzebę dokonywania wyborów wartościowych audycji telewizyjnych
- pobudzenie twórczego myślenia i wszechstronnych zainteresowań
- skłonienie do kreatywnego spędzania czasu wolnego
- rozładowywanie negatywnych napięć, emocji i agresji

**Uczestnicy:** około 9-12 osób w wieku 8-9 lat

**Czas trwania:** 1,5 godziny

**Miejsce spotkania:** biblioteka- wyznaczone miejsce do siedzenia w kręgu na podłodze, miejsca przy stolikach

**Metody i techniki:** praca z tekstem, dyskusja, głośne czytanie

**Formy pracy:** indywidualna i grupowa

**Środki:** tekst literacki

**Materiały:** kartki, długopisy, duże arkusze papieru, pisaki, kredki, taśma klejąca, nożyczki

**Przebieg zajęć:**

**I. Część wprowadzająca**

Omówienie celu spotkania.

Zajęcia integracyjne: moja wizytówka

Każdy z uczestników przygotowuje wizytówkę zapisując na niej swoje imię i dowolnie ją ozdabia (wizytówkę każdy przykleja sobie taśmą), po czym przedstawia się głośno.

Zabawa *A kto urodził się w maju...* 1

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor – oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

**II. Część zasadnicza**

1. Opowiedzenie i przeczytanie przez prowadzącego fragmentów bajki Z. Milera i H. Dorskocilva Krecik i telewizja.
2. Swobodna rozmowa o usłyszaną bajce. Pytania dotyczące treści np. Kim są bohaterowie książki? Co sądzą o ich postępowaniu? itp. Uczestnicy siedzą w kręgu.
3. Praca przy stolikach. Uczestnicy podzieleni zostają na trzy grupy:
  - I grupa – uczestnicy na kartkach wypisują zalety oglądania telewizji
  - II grupa – uczestnicy na kartkach wypisują wady oglądania telewizji
  - III grupa – uczestnicy na kartkach wypisują wszystko to co mogliby zrobić w czasie, kiedy bez przerwy oglądaliby telewizję.
4. Spisanie na arkuszach rezultatu pracy w grupach – głośne odczytanie i podkreślenie najważniejszych kwestii. Arkusze zostają zawieszane na ścianach.
5. Uczestnicy podzieleni na 2 grupy zostają poproszeni o ułożenie jednodniowego programu telewizyjnego.
6. Przeanalizowanie programów TV i wskazanie przez dzieci z pomocą prowadzącej na pozycje godne obejrzenia. Rozmowa o tym co rozumieją pod terminem „wartościowe programy”
7. Podsumowanie
8. Ewaluacja: buźki

**Literatura:**

1. Miler Z. Dorskocilova H., Krecik i telewizja, Warszawa 2006, ISBN: 83-89404-18-4
2. Vopel K.W., Zabawy, które łączą: otwartość i zaufanie w początkowej fazie istnienia grupy, T.1 Kielce 2001, ISBN: 83-7224-363-8

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor – oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

*Krecik i telewizja* Zdenek Miler Hana Dorskocilva

Na stoczku pod lasem zjawiała się wiosna. Wokół zazieleniło się, z trawy wychyliły się pierwsze stokrotki i złociste słoneczka dmuchawców.

– Wiosna to najpiękniejsza pora roku- stwierdził Krecik. I obudziła się w nim ciekawość: którego ze swoich druhów spotka pierwszego po długiej zimowej rozłące. Myszkę? A może zajaczka?

Ale -rzecz dziwna- pierwszy przywłókł się ślimak.

– Cześć ślimaku!- zawołał Krecik. Ślimak skinął mu od niechcenia na powitanie i zaczął nieopodal majstrować coś w swoim ruchomym domku. Krecikowi wprost oczy wychodziły z orbit: byleby tylko nic nie uszło jego uwadze. W końcu ślimak wytaskał z domu jakąś skrzynkę, postawił ją na dachu domku i nacisnął guzik. No i zaczęło się!

– Ho! Ho! Ho!- Zdumiony Krecik pokręcił głową. Bo nagle skrzynka rozjaśniała się. Pomruwała i – ni stąd, ni zowąd – pojawił się w niej obrazek. I do tego ruchomy! A także mówił! Coś tak niezwykłego Krecik musi zobaczyć z bliska. Ślimak rozsiadł się wygodnie w trawie, uważnie wpatrywał się w skrzynkę i rzucił od niechcenia przez ramię:

– Czyżbyś, Kreciku, nigdy nie widział telewizji?

Jakże ją miał Krecik widzieć, skoro jak okiem sięgnąć nigdzie jej tu nie było.

– Mogę przez chwilę pooglądać z tobą?- spytał ślimaka.

– A dlaczego miałbyś nie móc?- odparł ślimak. I patrzyli razem.

W telewizji odbywał się właśnie konkurs: który z ptaków najpiękniej śpiewa. Potem z kolei rybki pokazywały, jak porwać wędkarzom robaka z wędki, a przy tym nie złapać się na haczyk. Ale najbardziej podobało się im spotkanie z trzema kotami, które opowiadały dowcipy o kotach. Krecik śmiał się tak głośno, że jego śmiech zwabił i motyla, i zajaczka, i myszkę. I teraz już oglądali wszyscy razem.

– A dlaczego by nie? Dwoje czy pięcioro, dla mnie to bez różnicy- oświadczył ślimak.

– Nawet gdyby was oglądało dziewięćdziesiąt dziewięcioro, i tak w tej telewizji coś dla mnie zostanie!

Kiedy koło południa Słońce wreszcie wygrzebało się z chmur, leśny stoczek jakby kto miotłą wymiótł. Nigdzie ni żywego ducha. Gdzież to się wszyscy podziali? Czyżby znaleźli sobie jakieś inne słoneczko?! Na to wygląda. W zakątku pod drzwiami coś błyszczy, świeci i mruga, a zwierzątka patrzą jak urzeczone. Słonko rozchyliło gałęzie, aby lepiej widzieć- i natychmiast przestało się dziwić i zaczęło się wpatrywać wraz ze zwierzątkami w migoczące obrazki.

No cóż, telewizja może być mądra i głupia, ładna i brzydka, ale ma taką siłę, że trudno się od niej oderwać. I Słońcu się właśnie to przydarzyło. Tego dnia przestało rozglądać się po świecie, liczyć dmuchawce, ścigać się z obłoczkami- i do wieczora nie oderwało oczu od telewizji. A właśnie nadawano zajmującą opowieść o zabłąkanym szczeniaku, które w żaden sposób nie może odnaleźć swojej mamusi. Czy ją odnajdzie? Tego się Słonko ku swojemu wielkiemu żalowi nie dowiedziało, bo chcąc nie chcąc wieczorem musiało zachodzić... Ledwie jednak Słonko znikło za lasem, Krecika ogarnęła senność. Oczy mu się kleją, głowa opada... Ziewa, ziewa, ziewa...

– Muszę natychmiast położyć się do łóżka- mówi do swoich druhów. Ale jak tu iść natychmiast spać, skoro łapki nagle nie chcą Krecika słuchać- zupełnie zdrętwiały od tego siedzenia. Mimo iż w końcu Krecik jakoś się rozruszał, tym razem powrót do domu trwał trzykrotnie dłużej. Czuł się tak straszliwie zmęczony, jakby od rana nosił kamienie, no a

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor – oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

współzawodniczyć mógł jedynie z motylem pędzikiem...

Odetchnął, kiedy wreszcie znalazł się koło domu. Wskoczył do swojej podziemnej izdebki, i to wprost do łóżka. Gąsienice, pająki i żuki, które tam zanim razem mieszkały, ledwie zdążyły odskoczyć.

– Ale mi ten ślimak dał w kość!- mruknął Krecik. I nim zliczyłbyś do trzech, spał już w najlepsze. Za to zajączkowi i myszce ani w głowie powstało, by iść spać. Dawno już zapadł mrok, jedynie sierp księżycy lekko błyszczał pośród gwiazd, a ta para jeszcze siedziała jak przykuta do telewizora.

– Co też oni tam na dole mają?- dziwił się Księżyc. Spojrzał raz, spojrział drugi... i już nie przestawał patrzeć. Ześliznął się z nieba i siadł obok ślimaka w trawie. Miał stąd obraz jak na dłoni! Obojętnie co nadawano- operę czy reklamy- Księżyc doskonale się bawił. Migotanie telewizora zwabiło też inne zwierzęta: jeża i sowę. Ci dwoje we dnie śpią, a więc nocne markowanie bardzo im odpowiada. Natomiast Księżyc o tej porze powinien już być na przeciwnym krańcu firmamentu.

– Nie ma obawy, do świtu zdążę- powiedział Księżyc. I wezwał niebiańską taksówkę. Natychmiast pojawił się Wielki Wóz z siedmiu gwiazdek. Zresztą nocny mrok już z wolna różowiał od porannej jutrzenki.

– Dzień dobry, Słonko!- zawołał Krecik.

– Cześć Kreciku. Już wstałeś?

– O, już dawno. Czekam na myszkę i zajączka. Nie wiesz, gdzie się podziewają? Słonko ma z góry lepszy widok i od razu zobaczyło co się dzieje: wszystkie zwierzątka jeszcze siedzą przed telewizorem. Czy to możliwe? One chyba w ogóle nie kładły się spać!

– Chodź i ty popatrzeć- zachęcały Słonko. Właśnie w telewizji są zawody żab w skokach do wody.

– Telewizję oglądałam wczoraj, a na żaby wolę pójść popatrzeć nad staw- mruknęło Słonko. I w duchu żałowało Krecika. Kto teraz będzie się z nim bawić? Krecik gwizdnął raz, gwizdnął dwa razy. I mógłby tak gwizdać bez końca, bo drухowie nie odpowiadali. Dopiero gdy gwizdnął im tuż nad uchem, zając skarcił go surowo:

– Daj spokój, Kreciku. Przez ciebie nie słyszymy telewizji!

– A teraz właśnie pokazują najciekawsze rzeczy... - dodała myszka.

Krecik westchnął. Zrozumiał, że dziś nic już nie będzie z zabawy. Ale piłka, na szczęście, także potrafi się bawić. W chowanego, w berka... Trzeba czasem za nią wejść w gęstwinę, w błoto, słowem -wszędzie. Nawet do strumienia. I kiedy Krecik tak współ z piłką dokazywali, woda pryskała dokoła, no i niechący ochlapała też telewizor ślimaka.

– Ależ z ciebie, Kreciku, małe dziecko!- łajał go ślimak.

– Wy za to jesteście wielcy, co? No tak, wielkie z was niedojdy!- odpłacił się Krecik pięknym za nadobne. Nikogo jednak z drухów tan żart nie rozśmieszył. Wszyscy dzień w dzień przesiadywali przed telewizorem przez całą wiosnę aż do lata; czy świeciło słońce, czy padał deszcz. Tymczasem Krecik wówczas nauczył się jeździć na rowerze, a nieopodal, pod lasem, zasadził kilka grządek truskawek.

– Już wkrótce pojawią się pierwsze grzyby- oznajmił zwierzątkom.

– W telewizji już się pojawiły!- odparły zwierzątka chórem.

– No to usmażcie z nich sobie jarskie kotlety!- burknął Krecik.

– Czyż oni się nigdy nie wyleczą z tej telewizyjnej choroby?

Od ściernisk powiał wiatr, spadła pierwsza gruszka- i tak zjawiła się jesień. Liście na drzewach stały się cudownie różnobarwne, dni krótsze, a nad ranem czuło się już chłód.

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor – oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

Krecik miał nadzieję, że to zniechęci tych telewizyjnych głuptasków, ale bardzo się mylił. Przynieśli sobie tylko kołdry i pierzyny i nadal wpatrują się w telewizor. Nawet Księżyc już z nimi nie przesiaduje, woli porozmawiać sobie z gwiazdami. – Bo ta telewizja- powiada- wciąż jest taka sama!

– Kiedy ich opadłe listowie zasypie aż po uszy, na wyścigi pobiegną do domu!- pociesza Krecik. I maluje sobie najzłocistszą spośród wszystkich złocistych gruszek, aby mu w zimie w podziemnej izdebce świeciła zamiast Słonka. Jednakże telewizyjna choroba to bardzo poważna choroba. Liście zasypują już zwierzątka aż po czubki nosów, a one i tak nie przestają patrzeć w ekran. Ale nawet gdy spadł śnieg, tych pięcioro głupiutkich głuptasków nie odstępowało telewizora ani o krok.

– Szykujcie się już do snu zimowego!- wołał do nich Krecik. A sam porządnie sobie pojeździł na nartach, spać mu się więc teraz będzie jak w niebie na mięciutkiej chmurce...

– Puk! Puk!- zastukało Słonko w kopczyk Krecika.

– Już znowu wiosna?

Krecikowi wydawało się, że spał tylko chwilkę. Ale na długie budzenie się nie ma czasu, bo skądś z góry rozlega się błagalne wołanie:

– Ratunku! Na pomoc! Ratunku!

Wychylił się z podziemnej izdebki, rozejrzał i od razu wiedział, w czym rzecz. Zwierzątka wraz z telewizorem zarosły pod śniegiem cierniami i głogiem i teraz nie mogły się ruszyć.

– Wytrzymajcie jeszcze chwilkę! Już idę!- woła Krecik, ile sił w płucach, aby druhowie usłyszeli go z daleka. I spieszy z pomocą. Krecik zabrał ze sobą siekiere i piłę, bo wiedział, że inaczej sobie nie poradzi. I już tnie i rżnie, i piłuje... ale trzeba zachować ostrożność, aby nie uszkodzić zaplątanych w krzewy zwierzątek! – Ani mi w głowie ciebie ratować! To wszystko twoja wina! – Krecik wyszczerzył zęby do telewizora. W końcu jednak i jego wyrąbał spośród głogów.

“Nie wolno niczego niszczyć”. Taka myśl przyszła Krecikowi do głowy.

– Już po wszystkim!- oznajmił Krecik z dumą. Zwierzątka dziękowały mu i bardzo, ale to bardzo się cieszyły, że znów mogą poruszać wszystkimi czterema łapkami. Jak dawniej... Jak dawniej?

No, jeśli chodzi o przednie, to jeszcze jako tako. Ale tylne? Okazały się ściernięte, zdrętwiałe. Jakżeby inaczej? Przecież przez cały rok nie były w ogóle w ruchu! A oczy? Ledwie pomrużywały, bo zwierzęta niemal je sobie wypatrzyły. Zresztą i telewizor także okazał się już wypatrzony. Świecił słabiutko, ledwie jak tycia świeczka, a potem błysnął i zgasł.

– To nic takiego! Bagatela!- pocieszał zwierzątka ślimak.

– Zaniosę go do naprawy i niebawem będę z powrotem.

– Nie masz się po co spieszyć, ślimaczku. My sobie tymczasem z miłymi druhami wymyślimy inną zabawę!- śmiał się Krecik. I zniknął w swojej izdebce pod kopczykiem, gdzie już od zeszłego roku ukrywał ogromną niespodziankę.

– Ojejku, Kreciku, a cóż to takiego? – dziwiły się zwierzątka.

– Toż to hantle! Służą do ćwiczeń – wyjaśnił Krecik.

– A gdzie ich tyle znalazłeś?

– Znalazłem tylko jedno. A resztę sam zrobiłem dla was. Najpierw wszyscy bali się odrobinę, czy się tych ćwiczeń nauczą. Ale kiedy po tej długiej telewizyjnej zimie trochę się rozruszali, szło im całkiem sprawnie.

Rozalia Lorenc  
Kurs biblioterapii II°/2008

Scenariusz zajęć biblioterapeutycznych  
**Telewizor– oglądać czy nie?**  
(problem: uzależnienie od telewizji)

A co ze ślimakiem? Znacie go przecież, to znany guzdrała. Bóg jeden wie, kiedy wróci.  
Zanim z tym swoim telewizorem przywlecze się z powrotem, sikorki co najmniej trzy razy  
wyprowadzą pisklęta z gniazda.