

Przygoda Małego Raptorka

Przygoda Małego Raptorka Kubusia: Gdy Czas Zmienia Kształty

Poranek w domu. Mały Raptorek Kubuś mieszkał w Przytulnym Gnieździe na skraju wielkiego ogrodu razem ze swoją Mamą Natałką, tatą Pawłem i starszym braciszkiem Maciusiem. Każdego ranka Kubuś budził się przyzwyczajony do swoich ulubionych rzeczy: miękkiego mchu pod łapkami, śpiewu ptaszków i zajmowania najcieplejszego kamyka do zabawy. Kubuś często biegał wokół z małym wiaderkiem, podziwiając starszego brata. Mama Raptorka zawsze mówiła spokojnie: „Kiedy nadejdzie czas, pójdziemy do przedszkola, a potem wrócimy na obiad.” W domu Kubuś słuchał mamy i często zgadzał się na wszystko, bo tutaj czuł się bezpiecznie.

Jednak Kubuś miał też coś bardzo ważnego — kiedy robił coś, co bardzo lubił, trudno mu było przestać. Gdy budował wieże z kamyków, placu z liści albo bawił się w chowanego z cieniem, zapominał o czasie. Kiedy ktoś mówił „Czas iść!”, jego małe łapki i serduszek krzyczały: „Jeszcze chwilę!” I wtedy Kubuś robił tak, jak robiły to niektóre dinozaury, gdy coś im przeszkadzało — warczał, tupnął łapą, czasem nawet pchnął coś mocniej, bo nie chciał przestać. Maciuś przyglądał się temu z ciekawością i czasem próbował pomagać, chociaż bywał bardzo mały.

Pewnego ranka, kiedy słońce słonecznie musnęło ciepłutkie listki, mama powiedziała: „Dziś w ogrodzie przy przedszkolu wydarzy się coś niezwykłego. Pojawi się Zegar-Liść. Mówią, że zmienia kształty i pomaga przedszkolakom uczyć się przechodzenia z zabawy do zabawy.” Kubuś zainteresował się. „Zegar-Liść?” — zapytał. Maciuś podskoczył: „Ooo, chcę zobaczyć!” Mama uśmiechnęła się: „Pamiętajcie, nowe rzeczy czasem wyglądają inaczej i mogą być trudne.” Kubuś poczuł się trochę ciekawy i trochę niespokojny; Maciuś trzymał go za ogon, pełen ekscytacji.

Wyruszenie do ogrodu Ogród, do którego chodziło przedszkole, był pełen kolorowych kwiatów, małych pagórków z mchem i ścieżek z kamyków, które skrzypiały jak stary flet. Dzieci biegały po trawie, śpiewały i dotykały źdźbeł. Na środku ogrodu rósł wielki liść, który miał kształt zegara — Zegar-Liść. Gdy Kubuś wszedł do ogrodu z Maciusiem, liść delikatnie zakręcił i zmienił kształt z okrągłego na złamany w półksiężyc.

Przy Zegarze-Liściu stali przyjaciele Kuby: Żabcia Kwiatusia, Mały Kretek Basia i Skrzydlaty Motylek Fiszek. Maciuś przytroczył swoją małą łopatkę i patrzył z zachwytem. Pani Nauczycielka Ula uśmiechnęła się, trzymając w ręku koszyk z klockami. „Dzisiaj Zegar-Liść pokaże nam, kiedy czas zmienić zabawę” — powiedziała. „Będziemy ćwiczyć przechodzenie z jednej zabawy do drugiej.” Kubuś poczuł, jak serce mu mocniej bije. Wiedział, że zmiana to coś, czego unika.

Czas zmienia kształty — próba pierwsza Zegar-Liść najpierw ułożył się jak duże, okrągłe słońce. Wszyscy zaczęli budować wielką wieżę z mchu i kamyków. Kubuś

włożył w to całe swoje serce. Jego kamieniowe wieże były najwyższe! Maciuś pomagał podawać małe kamyczki i czuł się dumny. Gdy Zegar-Liść po chwili skurczył się i zmienił kształt na węzowy listek, Pani Nauczycielka zawołała: „Czas na piosenkę w kręgu!” Dzieci miały zostawić wieże i przyjść do środka.

Kubuś poczuł złość. „Jeszcze! Jeszcze nie skończyłem!” — wykrzyknął. Tupnął łapą i przewrócił jedną z wież, tak jakby chciał swoją siłą zatrzymać czas. Niektóre dzieci przestraszyły się, a kilka kamyków posypało się wszędzie. Pani Nauczycielka Patrycja spokojnie podeszła. „Kubuś, musimy iść do kręgu” — powiedziała. Kubuś spojrzał na nią i jego pysk zrobił się jak burza. „Nie!” — warczał. Uderzył łapką w ziemię i zaczął głośno ryczeć. Maciuś patrzył zmartwiony i przytulił jedną malutką muszelkę, jakby szukał odwagi.

Pani Patrycja uklękła i powiedziała cicho: „Wiem, że jesteś zły. Lubieś budować wieże, prawda?” Kubuś zgrzytał zębami, ale nie przestał. Innym razem w domu słuchał mamy, ale tutaj, w ogrodzie, trudno mu było. Pani Nauczycielka próbowała wziąć go za łapkę, ale Kubuś cofnął się i kopnął kłębek mchowy, przewracając go. To nie zadziało. Próba przeniesienia siłą nie skończyła się dobrze.

Dlaczego to nie zadziało? Po tej próbie Pani Patrycja powiedziała cicho do grupy: „Czasami, kiedy ktoś bardzo kocha to, co robi, trudno mu przestać na komendę. Krzyk i siła często sprawiają, że jest tylko gorzej. Musimy spróbować inaczej.” Kubuś poczuł się trochę winny, bo zobaczył, że niektóre z dzieci się boją, a jego przyjaciele wyglądają na smutnych. Maciuś położył mu małą łapkę na kolanie, jakby chciał pomagać. Jednak w środku Kubuś czuł ciągłą chęć, by zatrzymać czas przy swojej wieży.

Czas zmienia kształty — próba druga Gdy liść zmienił kształt po raz drugi, tego dnia zrobił się wstążkowaty. Teraz nadszedł czas na wyścigi kamyków. Pani Nauczycielka zaproponowała: „Kubuś, jeśli przyjdiesz do kręgu teraz, po piosence wrócimy do budowania i zgadzasz się na dzielenie się wieżą.” Kusilo to Kubusia — obiecano mu powrót do zabawy. Postanowił spróbować inaczej: zgodzi się, ale tylko pod warunkiem, że dostanie pierwszą kolejkę w wyścigu.

„Dobra!” — zawołał Mały Kretek Felek — „Zostawimy twoją wieżę nienaruszoną i wszyscy przyjdą po piosence.” Więc Kubuś poszedł do kręgu, a Maciuś podbiegł za nim, trzymając małą chorągiewkę. W środku cały czas myślał o wieży. Podczas piosenki patrzył na miejsce swojej budowli i liczył minuty. Po piosence dzieci pobiegły do toru wyścigowego. Kiedy jednak Kubuś wrócił, zobaczył, że kilku kolegów i koleżanek przypadkowo dotknęło jego wieży, a część kamyków przesunęła się. Zdenerwował się. „Mówiłem, że będę pierwszym!” — krzyknął i pchnął jednego kamienia złością. Ktoś inny odpowiedział mu odpychnięciem. Znowu zrobił bałagan, a atmosfera stała się napięta.

Dlaczego to nie zadziało? Pani Nauczycielka po raz kolejny usiadła z grupą. „Umowy są fajne, ale czasem, gdy w głowie jest zbyt wiele myśli o tym, co ma być dalej, trudno cieszyć się tym, co jest teraz. Umowa po piosence wróć nie rozwiązała uczucia, że Kubuś traci kontrolę i musi coś natychmiast zmienić.”

Kubuś zrozumiał, że obietnice i przekupstwa nie sprawiają, że serce przestaje bić szybko, gdy coś się kończy. Maciuś podał Kubusiowi mały kamyk jako gest pokoju — to trochę pomogło.

Spotkanie z Zegarem-Liściem Zegar-Liść, który do tej pory obserwował wszystko z boku, teraz poruszył się powoli i przybrał kształt srebrzystego wachlarza. Jego głos był miękki, jak szelest liści. „Mały Raptorku Kubusiu” — powiedział liść — „widzę, że trudno ci zmieniać zabawę. Czy chcesz spróbować ze mną czegoś nowego? Trzy razy spróbujemy różnych sposobów.” Kubuś spojrzał na Zegar-Liść i czegoś takiego wcześniej nie widział — liść nie był sędzią ani nauczycielką, był raczej jak stary przyjaciel ogrodu. Maciuś przytulił się do brata i szeptał: „Pomożemy ci.”

„Mam propozycję” — ciągnął liść. „Wypróbujemy trzy pomysły. Dwa mogą nie zadziałać, a trzeci może być dla ciebie jak miły promyk słońca.” Kubuś poczuł ciekawość i obawę zarazem. Zgodził się.

Czas zmienia kształty — próba trzecia (pierwsza metoda Zegar-Liścia) Zegar-Liść poprosił, by Kubuś spróbował liczyć do dziesięciu, gdy poczuje, że chce jeszcze chwilkę. „Liczyć powoli: raz, dwa... dziesięć” — poradził. „To może dać twemu ciału chwilę na uspokojenie.” Kubuś spróbował. Kiedy coś mu się nie podobało, zamknął oczka i liczył. Liczył raz, dwa, trzy... ale w połowie liczenia zaczynał wymyślać, co zbuduje dalej, i jego myśli biegły szybciej niż liczby. Gdy dotarł do dziesięciu, nie czuł się spokojniejszy, tylko jeszcze bardziej poirytowany. Liczenie nie wystarczyło. Jego złość wciąż była duża jak burza. Maciuś kiwał główką, próbując go wesprzeć, ale sam nie wiedział, co zrobić.

Dlaczego to nie zadziałało? Pani Nauczycielka tłumaczyła potem: „Liczenie pomaga, gdy ktoś potrafi skupić myśli, ale jeśli w głowie jest zbyt wiele obrazów i planów, liczenie może zniknąć jak mgła.” Kubuś poczuł, że warto szukać dalej. Zegar-Liść skinął liściastą krawędzią i powiedział: „Spróbujemy jeszcze raz, inną drogą.”

Czas zmienia kształty — próba trzecia (druga metoda Zegar-Liścia) Druga metoda polegała na tym, by przygotować się wcześniej. „Zrobimy mały plan” — powiedział liść. „Gdy zaczynamy budować, powiedz głośno: „Jakie trzy rzeczy muszę zrobić przed piosenką?” I gdy czas nadejdzie, wykonasz te trzy rzeczy, a potem spokojnie przejdziesz dalej.” Kubuś pomyślał, że to brzmi sprytnie. Następnym razem, gdy budował wieżę, powiedział: „Muszę umieścić trzy największe kamienie i przykleić mech.” Maciuś zapisał to patyczkiem w ziemi jako przypomnienie.

Kiedy usłyszał dźwięk liścia zmieniającego kształt, schował jeden kamień i położył mech na wieży. Pomyślał: „Mam swoje trzy rzeczy, teraz mogę iść.” I rzeczywiście podszedł do kręgu. Ale po piosence dzieci znów zaczęły bawić się tak głośno, że ktoś przypadkowo przewrócił mały kamyk, a część wieży się skurczyła. Kubuś wtedy poczuł żal i złość, bo zrobił swoje trzy rzeczy, a mimo to budowla nie była taka, jak chciał. Pchnął więc tęsknie jednego z kolegów.

Zaczęła się sprzeczka. Maciuś próbował rozdzielić dzieci, mówiąc „stop”, ale był za malutki, by od razu pomóc.

Dlaczego to nie zadziało? Zegar-Liść westchnął liściem. „Planowanie pomaga, ale gdy nie ma jeszcze sposobu na uczucia, plan sam w sobie nie wystarczy. Trzeba też myśleć, jak nie stracić spokoju, gdy coś pójdzie nie tak.” Kubuś zrozumiał, że choć teraz robił małe planiki, to wciąż brakowało mu narzędzi, które pomogą mu zatrzymać się, gdy serce zrywa się do skoku.

Czas zmienia kształty — próba trzecia (trzecia, niespodziewana metoda Zegar-Liścia) Zegar-Liść uśmiechnął się ciepło i ułożył się teraz jak duża, przytulna koldra. „Czas na trzecią metodę” — powiedział. „Jest to sposób, którego nikt się nie spodziewa. Potrzebujemy małego znaku, który pomoże wszystkim pamiętać o zmianie, i małego przyjaciela, który pomoże uspokoić serce.” W ogrodzie pojawiła się mała drewniana gwizdka w kształcie koniczyny — każdy mógł ją dotknąć. „Ten gwizdek można dmuchnąć lekko trzy razy przed zmianą. Każde dmuchnięcie to zaproszenie dla twojego serca, żeby oddychało równiej. A poza tym, wybierz sobie przyjaciela, który będzie cię delikatnie przypominać o zmianie, zamiast popychać.” Kubuś poczuł, że to coś innego. Maciuś natychmiast wskoczył, mówiąc: „Ja będę twoim przyjacielem, Kubuś!” — i Kubuś uśmiechnął się przez łyzy.

Kiedy następny raz Zegar-Liść zmienił kształt, Kubuś przyłożył gwizdek do pyszczki i dmuchnął trzykrotnie: „Pu, pu, pu.” Dźwięk był cichy, ale w jego uszach zabrzmiał jak dzwoneczek. Gdy dźwięk płynął, Kubuś poczuł, że jego łapy stają się lżejsze. Żabcia Kwiatusia podeszła i położyła mokre paluszki na jego ramieniu. „Pamiętasz gwizdek i nasze trzy kroki?” — zapytała cicho. Kubuś skinął. Razem policzyli: „Jedno dmuchnięcie, dwa — jeszcze oddech, trzy — idziemy.” Maciuś trzymał brata za ogonik i liczył razem z nim.

Tym razem, gdy wrócił do wieży po piosence, znalazł, że jego kamyki były trochę przesunięte, ale nie całkowicie zniszczone. Zamiast się wściec, Kubuś wziął jedną głęboką oddechową pauzę, dmuchnął gwizdek i poprosił przyjaciół: „Możemy razem odbudować moją wieżę? Pomożecie mi, tak jak obiecała Żabcia?” Przyjaciele uśmiechnęli się i zaczęli pomagać. Kretek Basia trzymała kamyki, Motylek Fiszek delikatnie układał mech, a Maciuś podał najmniejszy kamyk dokładnie tam, gdzie trzeba było. Żabcia śpiewała cichą piosenkę, która uspokajała.

Dlaczego to zadziało? Zegar-Liść przekręcił się powoli i powiedział: „Widzisz, Kubuś? Gdy dajesz sobie przestrzeń na oddech, kiedy masz mały znak, który przypomina o przerwie, i gdy masz przyjaciela, który pomaga, zmiana staje się mniej straszna.” Kubuś poczuł, jak w jego małym sercu pojawia się ciepło. Mógł zaakceptować, że rzeczy czasem się zmieniają, bo miał plan i pomoc. Maciuś był dumny, że mógł być obok.

Nowe sposoby w ogrodzie Od tego dnia Kubuś miał swój gwizdek i swojego przyjaciela przypominającego — często był to Maciuś lub Żabcia. Gdy Zegar-Liść zmieniał kształty na ogrodowym niebie — okrąg, wstążka, wachlarz — dzieci wiedziały, że trzeba wykonać trzy rzeczy: dmuchnąć gwizdek, zrobić trzy

oddechy i poprosić przyjaciela o pomoc, jeśli serce zbyt szybko bije. Kubuś zaczął ćwiczyć delikatne sygnały i krótkie planiki. Jeśli budował, mówił głośno, co zrobi przed zmianą. Jeśli dostał złość, najpierw dmuchał w gwizdek, liczył trzy oddechy i wtedy rozmawiał. Maciuś często przypominał mu o gwizdku z cichym szeptem.

Pewnego razu usłyszał, że inni mali dinozaury też potrzebują pomocy. Kubuś pamiętał, jak kiedyś popychał i krzyczał. Teraz, gdy ktoś był blisko wybuchu, podchodził i mówił miękko: „Chcesz pomocy? Zróbmy razem gwizdek i policzmy trzy.” Czasami przyjaciel odpychał, ale najczęściej przyjaciele odpowiadali uśmiechem i uspokajali się. Maciuś stał się małym mistrzem w dawaniu przytulasków, które pomagały uspokoić kolegów.

Niespodziewana burza i prawdziwe sprawdzianie Jednego popołudnia, kiedy Kubuś bawił się w ogrodzie, przyszła nagle burza. Zegar-Liść zakręcił się i na chwilę przestał świecić jak kiedyś. Deszcz zaczął padać mocniej, a dzieci musiały szybko zebrać swoje rzeczy i znaleźć schronienie. W panice niektórzy biegli i popychali innych. Kubuś zobaczył kolegę, który upadł i płakał, bo jego kapelusz uleciał. Zwykle w takiej sytuacji Kubuś mógłby przestraszyć się i odskoczyć, albo zrobić coś gwałtownego. Teraz jednak przypomniał sobie gwizdek i trzy oddechy.

Zanim ruszył, dmuchnął trzykrotnie, wziął trzy głębokie oddechy i pobiegł, żeby pomóc. Zamiast popychać, pomógł wstać koledze, a potem razem z innymi przyjaciółmi zbudowali mały pagórek z liści, żeby chronić pudełko z klockami przed deszczem. Maciuś podawał liście szybko i radośnie. Kiedy deszcz ustał, przedszkolaki były zmęczone, ale uśmiechnięte. Pani Nauczycielka pogłaskała Kubusia po głowie i powiedziała: „Widzisz, że twoje nowe sposoby pomagają nie tylko tobie, ale też innym?”

Powrót do domu Po przygodzie z burzą Kubuś wrócił do domu inny niż przedtem. W domu, przy obiedzie, opowiedział mamie o Zegarze-Liściu, gwizdku i o tym, jak teraz pomagał kolegom. Maciuś skakał z radości, opowiadając o tym, jak razem ratowali klocki. Mama przytuliła ich obu. „Jestem z was bardzo dumna” — powiedziała. „Wiedziałam, że w was jest dużo odwagi i serca.” Kubuś poczuł dumę, ale też lekkie zdenerwowanie — w końcu czasem nadal czuł złość. Mama delikatnie powiedziała: „To w porządku. Nawet największym dinozaurom zdarza się czasem złościć. Ważne jest, żebyście mieli sposoby, które pomogą wam się zatrzymać.”

Nowe zabawy i nowe zwyczaje Po powrocie do ogrodu Kubuś dzielił się swoimi sposobami z innymi. Wspólnie wymyślili piosenkę o gwizdku: „Pu, pu, pu — trzy oddechy tu!” Gdy ktoś był zajęty zabawą, wystarczyło jedno ciche dmuchnięcie w gwizdek, by przypomnieć o nadchodzącej zmianie. Dzieci ustaliły, że jeśli ktoś nie chce jeszcze przestać, można poprosić o jedną rzecz: „Powiedz, co skończysz przed piosenką”, a reszta pomoże zadbać, by nikt nie zniszczył pracy.

Kubuś zaczął dostrzegać, że zmiana nie musi być straszna. Czasami był smutny, bo nie mógł dokończyć wszystkiego, ale coraz częściej widział, że inni chętnie

pomagają mu odbudować, a dzięki temu zabawa staje się jeszcze fajniejsza. Nauczył się pytać: „Czy mogę poprosić o minutę, żeby skończyć?” albo „Pomóż mi utrzymać mój kamień”. Przyjaciele odpowiadali chętnie, a Maciuś zawsze stał u boku, gotów do pomocy.

Co się stało z Zegarem-Liściem? Zegar-Liść nadal zmieniał kształty i przypominał wszystkim, że czas płynie i że zmiany są częścią dnia. Czasami liść układał się w kształt kwiatka i każdy wiedział, że będzie czas na sadzenie nasion. Innym razem liść przypominał chmureczkę i wszyscy wiedzieli, że będą przerwy na czytanie. Najważniejsze jednak było to, że liść pokazał, że nie trzeba walczyć z czasem — można go zaprosić do zabawy.

Pewnej cichej nocy Zegar-Liść przemówił do Kubusia: „Mały Raptorku Kubuś, pamiętaj, że czasem trzeba zatrzymać się, by zobaczyć, co naprawdę ważne. Kiedy dasz sobie przerwę i poprosisz kogoś o pomoc, serce staje się cieplejsze.” Kubuś odpowiedział szeptem: „Dziękuję. Już nie boję się tak bardzo zmian.” Maciuś przytulił brata i obaj zasnęli z gwizdkiem przy łapce.

Dialogi, które pomogły W całej tej przygodzie Kubuś rozmawiał z wieloma osobami. Oto kilka zdań, które często powtarzał i które mogły pomóc jemu i innym:

- „Poczekaj chwilkę, skończę trzy rzeczy, potem idę.” — mówił, planując małe kroki.
- „Pu, pu, pu” — dmuchnięcie w gwizdek, zanim zrobi coś, co może wywołać złość.
- „Pomóż mi, proszę” — prośba o wsparcie, kiedy serce bije szybko.
- „Daj mi jedną minutkę” — prośba, która daje przestrzeń, ale nie zamyka innych.

Pytania do ciebie, mały słuchaczu - Co byś zrobił, gdybyś był Kubusiem i właśnie budował swoją wieżę? - Jak myślisz, czy gwizdek może pomóc tobie, kiedy czujesz się rozgniewany? Jak byś go użył? - Kto w twoim przedszkolu albo w domu mógłby być twoim „przyjacielem przypominającym”, takim jak Maciuś albo Żabcia w historii? - Jakie trzy rzeczy mógłbyś zrobić przed zmianą zabawy? Możesz je teraz wymyślić i powiedzieć na głos.

Jak możesz spróbować podobnych sposobów? - Wybierz mały dźwięk lub znak: gwizdek, klaśnięcie, przycisk z kleksem. Ustal z opiekunem, że będzie on oznaczał przerwę. - Wymyśl krótką sekwencję: dmuchnięcie — trzy oddechy — powiedzenie „teraz idę”. Ćwicz ją w domu. - Poproś przyjaciela albo panią/pana w przedszkolu, żeby ci przypominali delikatnie: „Pamiętasz gwizdek?” zamiast popychać. - Gdy jesteś zły, spróbuj zrobić jedno małe zadanie (np. schować jedną zabawkę) i potem przejść dalej.

Powtarzanie dobrych rzeczy W historii Małego Raptorka Kubusia pojawiły się momenty smutku i złości, ale też dużo ciepła. Najważniejsze zmiany, które zobaczył, to: - zamiast popychać, Kubuś nauczył się prosić o pomoc; - zamiast od razu reagować siłą, używał małego znaku (gwizdka), żeby się zatrzymać; -

zamiast próbować na siłę trzymać wszystko przy sobie, planował małe kroki i prosił przyjaciół o współpracę.

Te zachowania sprawiły, że Kubuś nie tylko lepiej radził sobie z przejściami, ale też zyskał więcej przyjaciół. Wspólne odbudowywanie wież po piosence stało się ulubioną zabawą wielu przedszkolaków, a Maciuś zawsze był przy tym, by pomagać.

Zakończenie — powrót, który zmienia dom Kiedy Kubuś wrócił z ogrodu do swojego Przytulnego Gniazda, nie wszystko było takie samo. Teraz widział, że dom i ogród są połączone — to, czego nauczył się na zewnątrz, mógł używać także w domu. Gdy mama mówiła „Czas sprzątać”, Kubuś mógł zaproponować: „Daj mi trzy rzeczy, które zrobię, a potem pomogę w kuchni.” Mama klaskała w dłonie i mówiła: „Świetny plan.” To sprawiało, że każda zmiana stawiała się mniejsza i prostsza.

Na dobranoc Zegar-Liść zamknął swój liść i szepnął: „Nie musisz być idealny. Wystarczy, że próbujesz i magię tworzy twoje serce oraz twoi przyjaciele.” Kubuś i Maciuś zasnęli z gwizdkiem przy łapce i z uśmiechami na pyszczkach.