

Publiczne Przedszkole nr 2

przy Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 3

W Nowym Dworze Mazowieckim

„KRASNAL”

GAZETKA DLA RODZICÓW I DZIECI



Styczeń 2024

KĄCIK RODZICA

Ataki złości u dziecka. Jak pomóc dzieciom wyrażać złość?

Ataki złości u dzieci bardzo często stanowią wyzwanie dla rodziców. Powinniśmy przy tym pamiętać, że naszą rolą jest nauczenie malucha, jak w sposób akceptowalny społecznie może poradzić sobie z własną złością i frustracją. Tylko jak to zrobić?

Rodzice, dbając o prawidłowy rozwój emocjonalny swoich dzieci, zdają sobie sprawę, jak ważne jest akceptowanie i przyzwalanie na wyrażanie wszystkich doświadczanych przez dziecko uczuć. Problem pojawia się, gdy rodzic konfrontuje się z przeżywaną przez dziecko złością. Zastanawia się wówczas, czy może pozwolić na to, aby maluch w napadzie furii niszczył swoje zabawki, bił rodzeństwo, wyrwał zabawki czy pokładał się z krzykiem na podłodze? Pamiętajmy, że przyzwolenie na odczuwanie i wyrażanie złości, nie oznacza naszej akceptacji zachowań pod jej wpływem.

Czym jest złość? Do czego nam służy?

Mawia się, że złość piękności szkodzi, a najlepszym rozwiązaniem jest zachowanie spokoju. Wręcz przeciwnie! **Złość jest emocją, potrzebną w życiu jak każda inna i ma swoją specyficzną rolę.** Pozwala nam na stawianie granic innym osobom, wyzwala w nas siłę i energię do działania, gdy chcemy coś w życiu zmienić. Informuje nas, gdy zagrożone jest nasze bezpieczeństwo, szacunek do samego siebie i potrzebę obrony własnej przestrzeni.

Dzieciom łatwiej jest radzić sobie konstruktywnie ze złością i agresją, jeśli potrafią sobie uświadomić własne uczucia i mają możliwość wyrażenia ich na zewnątrz. W tym trudnym zadaniu pomoże nam psycholog dziecięcy, jednak powinniśmy wiedzieć, że my, rodzice, też mamy do dyspozycji wiele sposobów na to, by pomóc dziecku wyrażać złość i tym samym ograniczyć ataki hysterii.

Gdy dziecko wpada w histerię, poproś, by mówiło o tym, co czuje

Zdarza się, że [małe dziecko](#) histeryzuje, ponieważ nie potrafi wyrazić słowami swojej złości. Pocieszającą wiadomością dla wszystkich rodziców małych dzieci jest jednak to, że możemy

modelować takie wypowiedzi dziecka, odzwierciedlając jego emocje słowami: „*Rozumiem, że się jesteś zły. Złościsz się, bo nie chcesz Ci kupić tej zabawki. Nie krzycz, możesz mi o tym powiedzieć*”.

By opanować złość dziecka, nie ukrywaj swoich emocji

Niektóre dzieci ukrywają swoje emocje, bo boją się odrzucenia. Mów dziecku o własnych uczuciach w każdej sytuacji, np: „*Jestem zły, ponieważ...*” albo: „*Boję się gdyż...*”. Dzięki temu dziecko zrozumie, że **naależy rozmawiać o uczuciach i o tym, co je powoduje**.

Sposobem na atak hysterii może być rozmowa

Rozmawiaj z dzieckiem o tym, co się z nim działo, gdy atak złości minie i maluch będzie całkowicie spokojny. Wyjaśniaj, jak poprzez pewne zachowania można skrzywdzić drugiego człowieka. Opisz, czego nie wolno robić, jakie ma to skutki.

Nazywaj trudne emocje, pytaj, co dziecko czuje

Rozmawiaj z dzieckiem na temat złości, sytuacji, które ją wzbudzają i alternatywnych sposobów na poradzenie sobie z nią, np: „*Co możesz zrobić, kiedy ogarnie cię złość?*”, „*Czy jest jakieś miejsce, w którym często ogarniają cię nieprzyjemne uczucia?*”

Zwróć uwagę na to, jak twoje zachowanie wpływa na emocje dziecka

Pamiętaj, że dziecko od rodzica uczy się różnych zachowań, także sposobów przeżywania emocji. Jeśli dziecko widzi, jak w złości krzyczysz, trzaskasz drzwiami, rzucasz gazetą, bądź pewien, że będzie cię naśladować, dając sobie prawo do podobnego postępowania. **Bądź pozytywnym przykładem dla dziecka**, jak może radzić sobie ze złością.

Dziecko uczy się przez zabawę – wykorzystaj to!

Baw się z dzieckiem w „*Kiedy jestem zły*”. Usiądźcie na podłodze, niech każdy z was po kolei pokaże co robi, kiedy jest zły. Innym razem zaproponuj dziecku namalowanie uczucia, które je ogarnia gdy traci nad sobą panowanie. Zachęć je, aby w trakcie pracy opowiedziało o tym, co przeżywa. Narysuj wspólnie z dzieckiem różne zachowania ludzi, gdy czują złość (każde na oddzielnej kartce), np. skaczą, krzyczą, niszczą rzeczy, biegają, mówią o tym, idą pojeździć na rowerze. Im więcej wygenerujecie pomysłów, tym lepiej. Następnie podzielcie z dzieckiem rysunki, na te przedstawiające sposoby, które kogoś krzywdzą, sprawiają komuś przykrość i na te, które tego nie czynią.

Pozwalaj dziecku na napady złości

Jesteś przerażony, gdy dziecko krzyczy, kopie, bije? Boisz się, że jego zachowanie może przynieść więcej szkody niż pożytku? Nie zabraniaj mu tego, ale poproś, by dawało wyraz swoim emocjom w specjalnie przeznaczonym do tego miejscu. Stwórz w mieszkaniu tzw. „kącik złości”, w którym dziecko będzie mogło wyładować swoją złość. Możesz umieścić tam gazety, które może pognieść lub porwać, plastelinę do ugniatania, poduszkę, którą może uderzyć, plastikową osłonę z bąbelkami powietrza. Za każdym razem, gdy czujesz, że zbliża się napad złości, zaprowadź dziecka do kącika. Chwal dziecko za każdym razem, gdy uda mu się w inny sposób niż poprzez agresywne zachowanie, rozwiązać problem.

Czytaj z dzieckiem bajki, dzięki którym nie będzie bało się ono swoich uczuć

Czytaj dziecku bajki, których bohaterami są postacie zmagające się z [uczuciem złości](#) i znajdujące sposoby na radzenie sobie z nią. Takimi książkami są np: „*Smok Lubomił i tajemnice złości*” autorstwa Wojciecha Kołyszko lub „*Po co się złościć?*” Elżbiety Zubrzyckiej. Możesz sam opowiadać historyjki, w których brakuje zakończenia. Dziecko ma wówczas szansę samodzielnego wymyślenia, jak bohater bajki sobie poradził, nie krzywdząc nikogo.



Codzienne problemy z życia przedszkolaka

Wieloletnie doświadczenia nauczycielek związane z pobytem dziecka w przedszkolu w zakresie codziennych zwykłych „problemów” można przedstawić w postaci krótkich porad i propozycji.

Ubranie dziecka winno być dobrane do wieku dziecka, aby nie sprawiało kłopotów. Dla maluchów najkorzystniejsze są spodnie z gumkami. Unikajmy spodni i spódniczek na szelkach lub z guzikami do odpięcia. Bluzki i sweterki muszą być łatwe do zdejmowania i lekko przechodzić przez głowę. Dobrze jest pod bluzkę założyć z koszulkę z krótkim rękawem. Buty i kapcie najkorzystniejsze są bez wiązania lub zapinane na rzepy. Dla maluchów dobrze jest zostawić w przedszkolu zapasowe majteczki i rajtuzy. Zdarza się bowiem, że dziecko zajęte zabawą nie zdąży z potrzebą fizjologiczną.

Jedzenie posiłków bywa czasami problemem, który jednak najczęściej wywołują sami rodzice. Dzieci w towarzystwie koleżanek i kolegów najczęściej zjadają wszystko, a jeśli dotychczas nie lubiły jakiś potraw poznają je i po czasie akceptują. Niejednokrotnie opowiadają o tym w domu i chcą, aby przygotować podobne posiłki. Dobór składników pokarmowych w przedszkolu odpowiada wymogom zdrowego żywienia i jest to stale kontrolowane przez SANEPID. Jeżeli dziecko nie ma alergii na daną potrawę lub nie ma innych przeciwwskazań lekarskich, warto zachęcać dziecko do zjadania wszystkich potraw. Jadłospisy są prezentowane w przedszkolu na tablicy ogłoszeń.

Istotnym problemem jest dla wielu dzieci leżakowanie. Poobiedni odpoczynek jest zalecany szczególnie dla 3 i 4 latków. Pozwala na wyciszenie, relaks, odpoczynek po kilku godzinach hałasu, zajęć i zabawy. Jeśli dziecko zgodzi się położyć prawie zawsze zasypia. Zdecydowana postawa rodziców bardzo ułatwia usunięcie problemu.

Zabieranie ulubionej zabawki do przedszkola ma tyle zalet co i wad. Misiu czy laleczka przypominające dom, mogą stwarzać dziecku poczucie bezpieczeństwa szczególnie w pierwszych dniach pobytu w przedszkolu. Jednak zwykle po kilku pierwszych dniach, czasem godzinach dziecko podejmuje wspólną zabawę z innymi i wówczas przytulanka przeszkadza. Dziecko nie wie co ma zrobić, bawić się z dziećmi, czy pilnować swojej lali. Bywa, że inne dzieci zainteresowane nową zabawką mogą też się chcieć pobawić. Jeśli nasze dziecko pozwoli na to, będzie świetnie, jeśli nie może powstać konflikt.

Rozmowy z dzieckiem o przedszkolu są koniecznym elementem edukacji i wyrazem zainteresowania problemami dziecka. Mimo najczęstszego pośpiechu trzeba znaleźć chwilę, aby dziecko mogło opowiedzieć o spędzonym dniu, o swoich problemach i radościach. Należy pozwolić, aby wyraziło własną opinię na temat przedszkola, pani i innych dzieci. Istotne jest, aby zauważać pozytywne efekty edukacji i rozwoju dziecka i chwalić je za to. W żadnej społeczności, a więc i w przedszkolu nie uda się uniknąć konfliktów. Należy pozwolić dziecku się wyżalić i podtrzymać je na duchu, a jeszcze lepiej przedyskutować problem i wesprzeć je, albo podpowiedzieć rozwiązanie. Dziecko powinno też wiedzieć, że może w takich chwilach zaufać swojej Pani tak samo jak rodzicom.

Stały kontakt i współpraca z nauczycielkami winna być podstawą wiedzy o rozwoju i problemach naszego dziecka. Podstawowe informacje to: czy zjadło posiłki, czy dobrze się bawiło, jak wyglądają jego kontakty z rówieśnikami, czy umie współpracować w grupie, czy wykonuje polecenia, czy zdarzają się problemy wychowawcze. Należy też rozmawiać o rozwoju dziecka. Uwagi i opinie nauczycielek mogą czasami niemile nas zaskoczyć, ponieważ przyzwyczailiśmy się lub nie widzieliśmy problemu. Popełnicie wielki błąd, jeśli z góry założycie negatywny stosunek nauczycielki do dziecka. „Przedszkole” jest partnerem we właściwym kształtowaniu osobowości naszego dziecka. Trzeba zastanowić się z czego może wynikać

problem i jeśli się nie zgadzamy lub nie zostaliśmy przekonani należy powrócić do rozmowy z nauczycielem lub dyrektorem placówki. Nie oczekujemy i nie wymuszamy u nauczycielki oceny i porównywania z innymi dziećmi. Nie porównujemy prezentowanych prac i rysunków naszego dziecka do innych. Pamiętajmy też, że etap edukacyjny dzieci w wieku 3 do 6 lat charakteryzuje się indywidualnym, a więc nierównym rytmem rozwojowym. Bywają bowiem w okresie przedszkolnym dziecka okresy dużych zmian i takie, w których następują one bardzo wolno. Zatem ocenianie i przykładanie wzorców jest niedopuszczalne, a egzekwowanie jednolitych standardów jest nieuzasadnione. Postępy i rozwój dziecka należy widzieć w aktualnych jego możliwościach. Postępy zaś mierzyć porównując co potrafi teraz, do tego co potrafiło wcześniej.



KĄCIK PRZEDSZKOLAKA

POCZYTAJ MI MAMO, TATO ... "Bajka o Bałwanku"

Dawno, dawno temu, za górami, za lasami i za jednym oceanem, niedaleko bieguna północnego znajdowała się kraina zwana Bałwanlandią. Mieszkały w niej bałwanki, a rządził nimi dobry i mądry władca, król Bałwaniusz Pierwszy. Tak naprawdę to był on już dwudziestym siódmym władcą Bałwanlandii, jednak, przyjęło się, iż każdy kolejny władca, przybierał tytuł Bałwaniusza Pierwszego. Bałwaniusz Pierwszy rządził swym państwem rozsądnie i zyskał poparcie wśród swoich poddanych.

Pewnego dnia, do Bałwaniusza przybiegł jeden z jego doradców i zdyszany wykrzyknął:

– Panie, mamy poważny problem! Od kilku tygodni słońce świeci coraz silniej. Jeśli potrwa to dłużej to już wkrótce nad Bałwanlandię nadciągnie lato, śniegi stopnieją, lody skruszeją, nasza kraina porośnie soczystą zieloną trawą, a nasz lud zginie!

– To straszne, powiedział Bałwaniusz. Zaraz zwołam radę naukową, niech nasi mędrcy zbadają tę sprawę i spróbują znaleźć jakieś rozsądne rozwiązanie. Dziękuję Ci za tę informację.

– To mój obowiązek, Panie – powiedział Doradca, skłonił się władcy i oddalił.

Król, tak jak powiedział, tak też zrobił. Zwołał radę naukową, której przedstawił problem, aby go rozpatrzyła. Naukowcy debatowali i badali zagadnienie pogodowe, przez całutkie dwie doby, gdyż sprawa była bardzo pilna. W końcu, przewodniczący rady udał się na spotkanie z Królem.

– Panie, – rzekł, kłaniając się władcy. – Zbadaliśmy sprawę, którą przekazałeś nam do rozpatrzenia i moje wieści nie są dobre. Wszyscy nasi najlepsi specjaliści podeszli rzetelnie do tego zagadnienia i wszyscy jednogłośnie potwierdzili, iż niebezpieczeństwo jest bardzo duże. Już wkrótce nad Bałwanlandię nadciągnie lato, śniegi stopnieją, lody skruszeją, nasza kraina porośnie soczystą zieloną trawą, a nasz lud zginie! Istnieje jednak bardzo mała szansa aby uniknąć katastrofy. Jeśli znajdzie się śmiałek, który pokona Słońce, lub zmusi je do odwrotu, nasza kraina przetrwa.

Dowiedziawszy się o tym Król zwołał radę wojenną. Przedstawił problem swoim generałom, a ci wydali stosowne rozkazy.

Kilka godzin później do walki ze Słońcem ruszyli najdzielniejsi wojownicy bałwaniego ludu. Jednak im dalej oddalali się oni od stolicy i pięknego królewskiego lodowego zamku, tym większy odczuwali upał. Upał był tak duży, że już wkrótce każdy z wojowników zaczynał się topić. W ten sposób, z wyprawy powróciło kilku zaledwie wojowników i żaden z nich nie pokonał Słońca.

Król, dowiedziawszy się o tym, bardzo posmutniał. Martwił się o swoje królestwo i o swoich poddanych. Zwołał więc wielkie zgromadzenie, na które przyszli wszyscy mieszkańcy królestwa. Król wyszedł na podwyższenie i przemówił do zebranych na rynku bałwanów:

– Moi drodzy poddani, mam dla was bardzo smutną wiadomość. Od kilku tygodni słońce świeci coraz silniej. Jeśli potrwa to dłużej to już wkrótce nad Bałwanlandię nadciągnie lato, śniegi stopnieją, lody skruszeją, nasza kraina porośnie soczystą zieloną trawą, a nasz lud zginie! Próbowaliśmy powstrzymać Słońce, jednak żaden z naszych dzielnych wojowników nie zdołał go pokonać. Być może wśród Was znajdzie się śmiałek, który zdoła ocalić naszą piękną, mroźną krainę.

Wśród zgromadzonego tłumu powstało wielkie poruszenie. Bałwany rozmawiały, szeptały, kiwały głowami, zachęcały jeden drugiego, jednak, każdy a nich bał się podjąć się trudnego zadania. W końcu przed oblicze Króla wystąpił Mały Bałwanek o imieniu Bart.

– Ja to zrobię, Panie. – powiedział, odważnym głosem.- Pokonam słońce i uratuję nasz lud.

– Ty? – Zapytał z niedowierzaniem Bałwanisz Pierwszy. – Jesteś taki młody, nawet jeszcze nie dorosłeś. Czy na pewno chcesz podjąć się tak niebezpiecznego zajęcia?

– Tak, Panie. Chcę.

– A więc w tobie ostatnia nadzieja, mój chłopcze. – Powiedział Król, a na jego twarzy widać było troskę. Młody Bart, wrócił do swojego igloo, spakował niezbędny na wyprawę ekwipunek, oraz potrzebny prowiant, następnie pożegnał się ze swoimi przyjaciółmi i rodziną. Mama Bałwanka, lamentowała i płakała; próbując odwieść go od wyprawy, jednak jego tata, powiedział mu, że „choć bardzo się o niego martwi, to jednak jest z niego dumny i że będzie trzymał za niego kciuki, aby mu się udało”. Te słowa wiele dla Bałwanka znaczyły. Od razu zrobiło mu się raźniej i już wkrótce był gotowy do drogi.

Jeszcze tego samego dnia Bart wyruszył na wyprawę przeciwko Słońcu. Przez całą drogę obmyślał sposoby na to, aby powstrzymać Słońce przed świeceniem, tak aby śniegi nie stopniały a lody nie skruszały. Jednak im więcej o tym myślał tym bardziej beznadziejna wydawała mu się ta wyprawa. Bo jaką bronią można pokonać słońce? Znane mu rodzaje broni, takie jak choćby wyrzutnia śnieżnych kulek i lodowych sopli, nie zdają się na nic, ponieważ kulki i sople rozpuszczają się zanim dotrą do palącego Słońca. Nie zdają się na nic również dzidy czy miecze, gdyż ciężko będzie nimi dosięgnąć Słońca lub do niego dorzucić.

Idąc i rozmyślając, przez całe popołudnie, Bałwanek poczuł się bardzo zmęczony. Zatrzymał się, więc na odpoczynek, zjadł kolację i strudzony zasnął. Kiedy się obudził, na swym ramieniu poczuł palący dotyk. Otworzył zaspane oczy i ujrzał, stojące przed nim Słońce trzymające rękę na jego ramieniu.

– Czego szukasz młody Bałwanku? – Zapytało Słońce miłym i przyjaznym głosem.

Bałwanek przestraszył się bardzo, gdyż ciepło bijące od stojącej obok niego postaci, powodowało, iż zaczął się powoli roztopiać. Mimo to postanowił, że nie ucieknie jak jakiś tchórz, tylko mężnie stawi czoło niebezpieczeństwu.

– Tak naprawdę to szukam właśnie Ciebie. Miałem zamiar z Tobą walczyć, jednak podczas drogi uświadomiłem sobie, że walka nie jest odpowiednim rozwiązaniem.

– Dlaczego chciałeś ze mną walczyć? – zapytało zdziwione Słońce.

– Świecisz tak mocno, że już wkrótce nad naszą piękną mroźną krainę zwaną Bałwanlandią, nadciągnie Lato, a wtedy śniegi stopnieją, lody skruszeją, ziemia porośnie trawą, a nasz wspaniały Bałwani lud przestanie istnieć, ponieważ wszyscy się rozpuścimy.

– Już teraz rozumiem, dlaczego inne bałwanki tak mi groziły i wymachiwały swoimi dzidami i mieczami. Rozumiem, dlaczego uciekały z przerażeniem, kiedy się do nich uśmiechałem. Rozumiem, jak ważna jest to sprawa dla Twojego ludu. Rozumiem i przepraszam. Nie wiedziałem, że moje promienie mogą być dla kogoś tak niebezpieczne. – Słońce było wyraźnie poruszone tym, co usłyszało od Barta. – Widzę, że i na ciebie źle działa bijące ode mnie ciepło. – Powiedziało zerkając na kałużę powstałą u stóp Młodego Bałwanka. – Aby nie narażać Cię dłużej na cierpienie, obiecuję, że nie będę świecić tak mocno nad Twoją krainą. Bądź zdrow.

Po tych słowach Słońce zasłoniło się chmurami i odleciało.

Bart czuł, że wiele wody wyciekło z jego rozpuszczającego się ciała. Czuł, że jest poważnie chory. Czuł, że marchewka, będąca jego nosem wyraźnie się przechyliła, a węgielki oczu stały się bardziej wystające. Czuł się jednak szczęśliwy, ponieważ obietnica, jaką dało mu Słońce oznaczała, że lato nie nadejdzie nad Bałwanlandię, że śniegi nie stopnieją, że lody nie skruszeją,

że trawa nie porośnie ziemi. Jednym słowem był szczęśliwy, gdyż uratował Bałwanlandię i jej mieszkańców. Zmęczony i strudzony, powrócił w końcu do stolicy i został zaprowadzony na spotkanie z Królem:

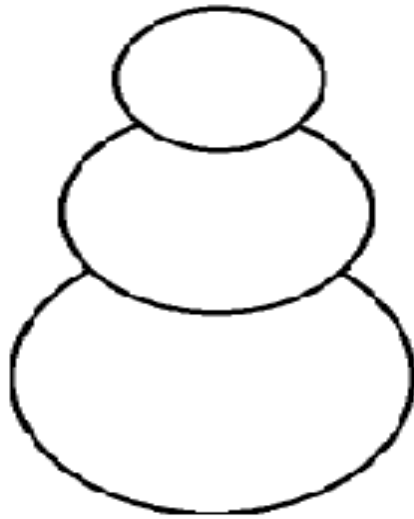
– Panie nasze królestwo jest uratowane. Słońce dało mi swoje słowo, że nie będzie tak mocno świeciło, a to oznacza, że śniegi nie stopnieją, a lody nie skruszeją, i że nasza kraina oraz jej mieszkańcy są bezpieczni.

Król tak ucieszył się tą wieścią, że uczynił z Barta swego doradcę i od tej pory traktował jak swojego syna. Ponadto na cześć młodego Bałwanka, król ogłosił trzy dni świąt, podczas których wszyscy mieszkańcy tańczyli, śpiewali i wiwatowali na cześć Barta oraz na cześć Króla. Wszyscy świetnie się bawili włącznie z zaproszonymi z całego świata gośćmi.

I ja tam byłem, miód i wino piłem **aut. Sławomir Żbikowski**



LEPIMY BAŁWANA



=



=



=



=



=



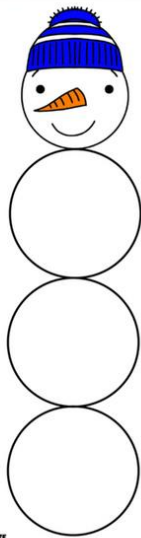
=



Połącz w pary takie same bałwanki.

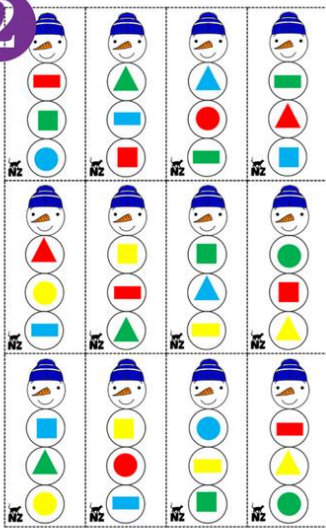


1



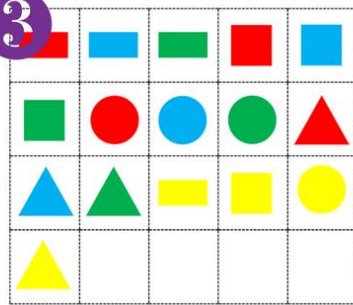
NAUCZYCIELSKIE ZAGADKI

2



NAUCZYCIELSKIE ZAGADKI

3



NAUCZYCIELSKIE ZAGADKI

CO TU NIE PASUJE?



Sztuczny śnieg, jak go zrobić w domu?

Zabawa i rozwijanie zmysłów dziecka

Przepis na sztuczny śnieg jest niezwykle prosty, a składniki na niego znajdują się chyba w każdym domu. Co najwyżej tata, który będzie chciał się ogolić wieczorem, może przeżyć mały szok. Kiedy w łazience odkryje brak pianki do golenia. Cicho sza, jak coś to przecież my się nie golimy 😊 a za oknem próżno czekać na to, że spadnie śnieg. Zabawa takim śniegiem to namiastka prawdziwego białego szaleństwa. U nas za oknem próżno go na razie wypatrywać.

Do wykonania zimnego śniegu potrzebujecie:

- 10 opakowań sody oczyszczonej 100 gram,
- piankę do golenia
- miseczek, podstawka na stół,
- łyżka do mieszania, nie koniecznie można wymieszać rękami

To namiastka zimnego puchu sprawi, że Wasze dziecko nie będzie chciało kończyć zabawy. Pamiętajcie tylko, że sprzątanie bałaganu będzie spoczywało na waszych barkach. Dodatkowo taka zabawa to dla dziecka wspaniałe doznanie **sensoryczne** oraz rozwój zmysłu dotyku i wzroku, który warto wspierać od samego początku. Dodatkowo **zapewniamy dziecku rozwój motoryki małej**. Dzięki pracom paluszkowym tzw. ręcznym, dziecko ćwiczy umiejętności manualne i [usprawnia małą motorykę](#).

Uwaga:

- Nie należy dziecka zostawiać samego
- Produkty, typu soda i pianka mogą uczulać
- należy przestrzec malucha przed wkładaniem rąk do buzi i oczu.



GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA



Zimowe tematy kart ze zdjęciami, pokazują różne aktywności na śniegu. Na początku rozmawiamy z dziećmi co można robić na śniegu, jak można się bawić, co dzieje się, gdy nie założymy czapki lub gdy upadniemy...itp.

- * **snowboard** – język wyginamy na boki w buzi,
- * **sanki** – buzia szeroko, język ustawiamy przy górnych zębach, zjeżdżamy po podniebieniu w tył,
- * **lepimy bałwana** – język na boki w buzi, do policzków – lepimy kule,
- * **kasząca pani** – kaszemy (jak nie założycie czapki to będziecie mieli kaszel),
- * **śnieg na rękawiczkach** – dmuchamy na ręce,
- * **syrop, lekarstwo, miód** – młaszczemy, próbujemy syrop,
- * **łyżwy** – przejeżdżamy językiem (przy otwartej buzi) po dolnych zębach i sprawdzamy czy są ostre jak łyżwy,
- * **karetka** – mówimy na zmianę [i] – [o] szeptem, normalnym głosem i bardzo głośno, jak złamiemy rękę, nogę na nartach to trzeba wezwać pogotowie,
- * **narty** – kierujemy językiem od kącika do kącika ust (slalom gigant),
- * **robimy aniołka** – wargi zamknięte i przejeżdżamy językiem wkoło, w buzi,
- * **kichamy** – mówimy [aaa – psik],
- * **sople** – tworzymy sople językiem od górnych do dolnych zębów (otwarta buzia).

JEDZIE ZIMA- H. Ożogowska

Jedzie pani Zima, na koniku białym,
spotkały ją dzieci, pięknie powitały:
- Droga pani Zimo, sypnij dużo
śniegu,
żeby nam saneczki, nie ustały w
biegu



**Do BABCI I DZIADKA
z okazji Ich ŚWIĘTA
z życzeniami i piosenką w STYCZNIU
śpieszy dziatwa uśmiechnięta**

Babcia i dziadek to bardzo ważne osoby w życiu każdego dziecka, a Dzień Babci i Dziadka to najpiękniejsze dni, w których obdarzani są oni szczególnymi dowodami miłości.

Jest to zawsze ważne wydarzenie w naszym przedszkolu. Chcemy, aby Babcie i Dziadkowie mieli możliwość odwiedzenia naszego przedszkola i obejrzenie występów wnucząt na żywo. Myślimy, że jest to wspaniały pomysł na prezent z okazji Dnia Babci i Dziadka-w tym roku spotykamy się po feriach zimowych.



PSYCHOLOG RADZI ...

Czy pomaganie przy wnukach to obowiązek babć i dziadków?

Brak obowiązków zawodowych i dysponowanie dużym zasobem czasu wolnego nie jest równoznaczne z codzienną opieką nad wnukami. Współcześni seniorzy to nie staruszkowie z laską spędzający całe dnie w fotelu z krzyżówkami. To energiczni, nowoczesni ludzie, którzy mają swoje pasje, przyjaciół, zwiedzają świat i korzystają z wolnego czasu. Nie każda babcia i nie każdy dziadek chcą wziąć na siebie odpowiedzialność opieki nad dzieckiem i rodzice powinni to zrozumieć.

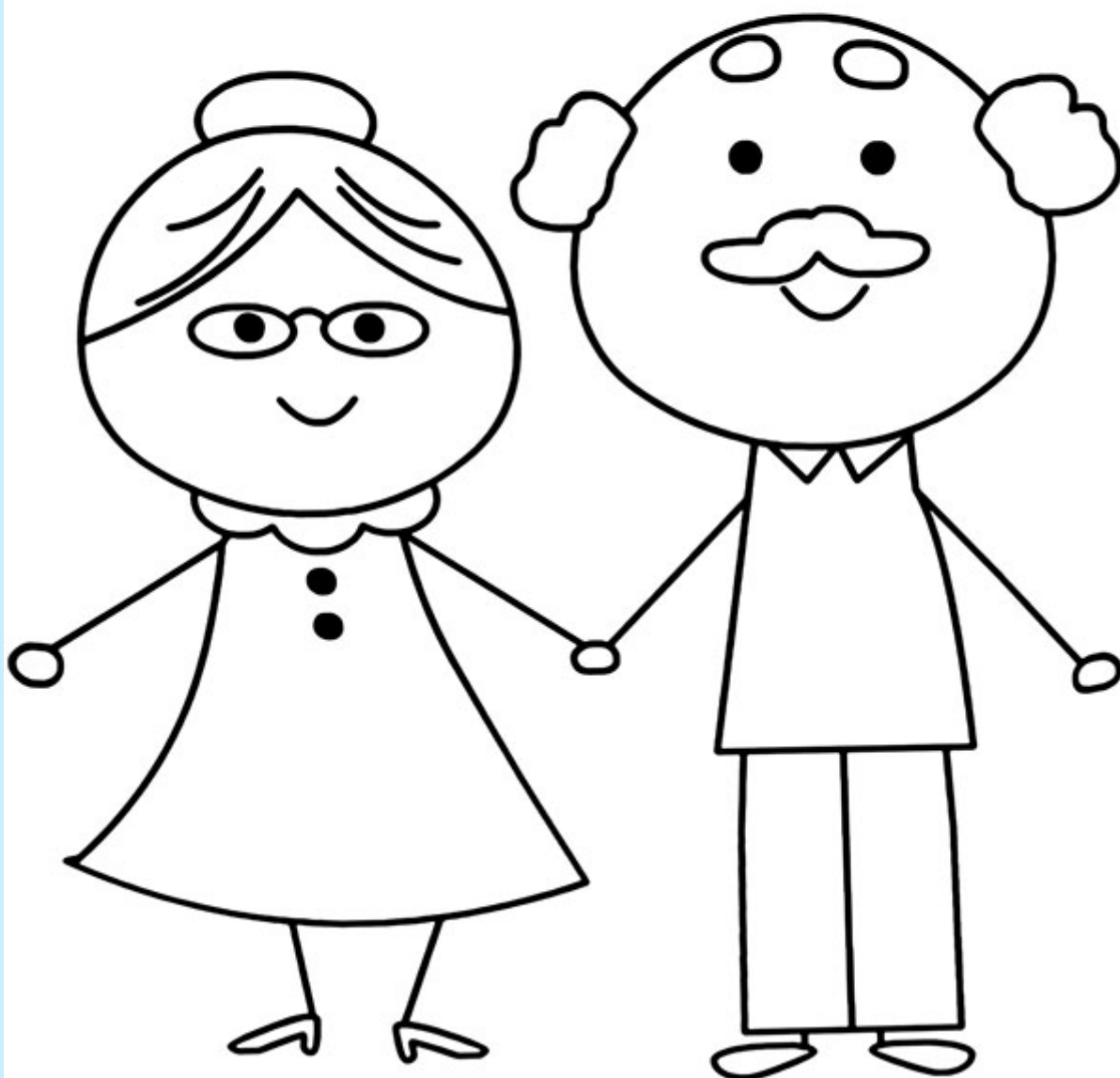
„Nikt nie powiedział, że dziadkowie muszą koniecznie opiekować się dziećmi i pomagać. Większość młodych rodziców właśnie tego oczekuje od dziadków, ale pamiętajmy o tym, że dziadkowie mają prawo do własnego życia i spędzania czasu zgodnie ze swoimi potrzebami, w końcu oni swoje dzieci już wychowali” tłumaczy psycholog Magdalena Chorzewska.

Gdy dziadkowie nie deklarują pomocy przy wnukach, nie proponują zabrania ich na weekendy, warto się najpierw zastanowić, czy ich niechęć jest rzeczywistym powodem. Być może dziadkowie nie chcą się narzucać i czekają na pytanie ze strony swoich dzieci. Szczególnie teściowe są wyczułone w tym temacie względem swoich synowych.

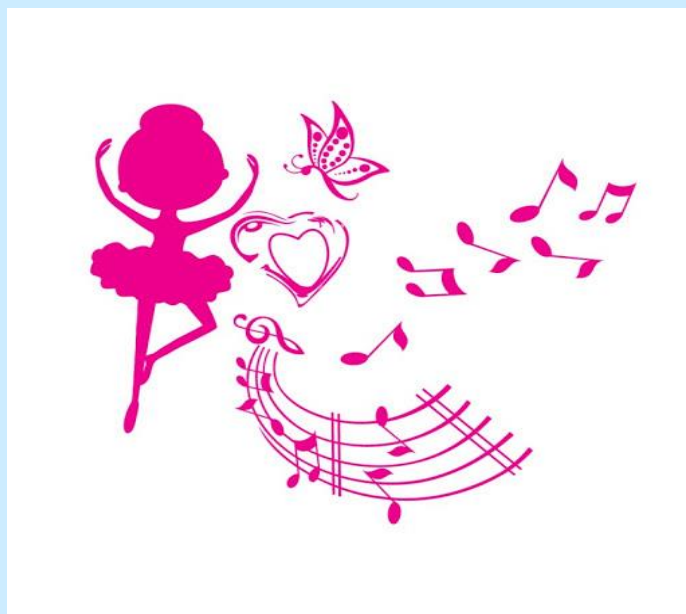
Psycholog Magdalena Chorzewska: „Sytuacja, w której teściowa nic nie mówi, boi się narzucać, a synowa nie prosi o pomoc, bo obawia się odmowy nie należy do rzadkości, jednak ktoś musi przerwać to błędne myślenie. Warto w takich sytuacjach rozmawiać o swoich potrzebach i odczuciach, ale ze wzajemnym szacunkiem.”

POKOLORUJ OBRAZEK. Poproś rodziców, może wspólnie stworzycie piękny prezent w postaci laurki dla swoich kochanych Babć i Dziadków 😊

DLA KOCHANYCH DZIADKÓW



KACIK MUZYCZNY



„Piosenka dla Babci i Dziadka”

*Wyczaruję dla babuni suknię z kropli rosy
Szal z obłoczków, wstążkę z tęczy wplotę jej we włosy.*

*Babciu, droga babciu, to wszystko dla ciebie
babciu, droga babciu bardzo kocham ciebie.*

*Namaluję dziadusiowi rybek pełną rzekę,
Koszyk grzybów, działkę z domkiem, pieska na pociechę.*

*Dziadku, drogi dziadku, to wszystko dla ciebie
dziadku, drogi dziadku bardzo kocham ciebie.*

M. Terlikowska <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=yt+wyczaruj%C4%99+dla+babuni>

<https://www.youtube.com/watch?v=DCD1UU4Npts>

ZAMALUJ TE LITERY, KTÓRE SĄ POTRZEBNE DO
NAPISANIA PODANEGO WYRAZU W RAMCE



BABCIA

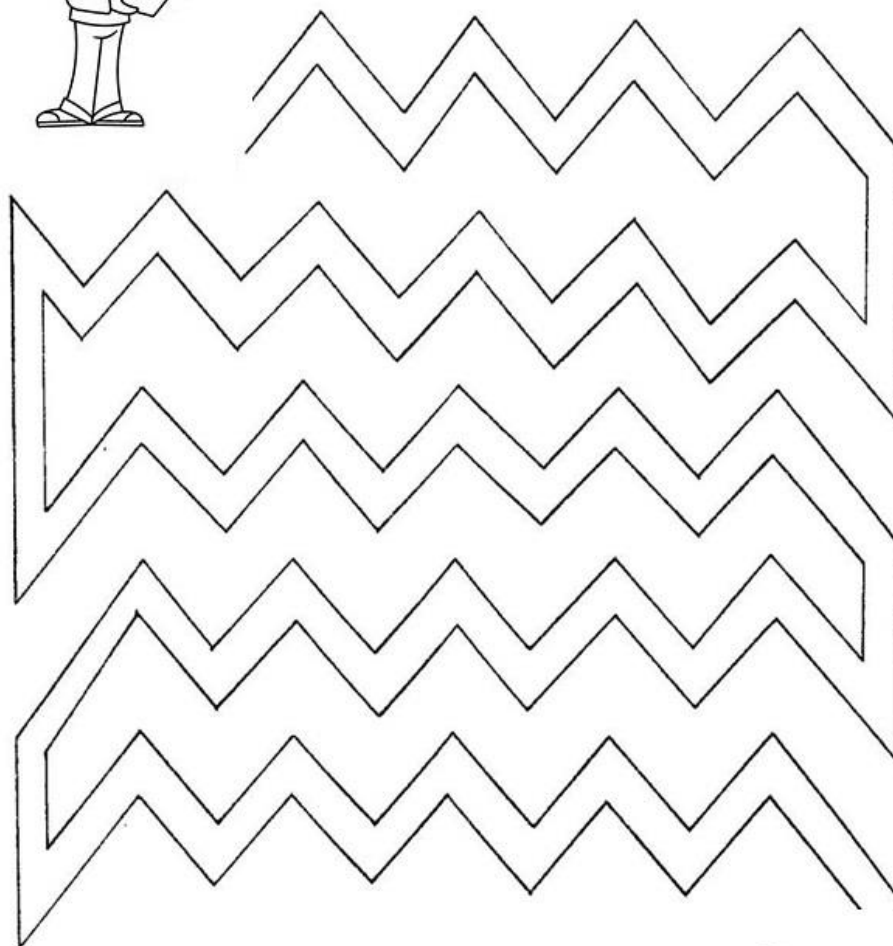
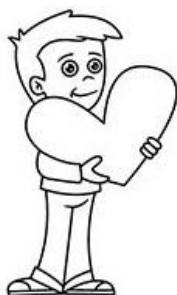
R	A	N	S	B	A	I	M
S	O	B	T	E	Y	T	C



DZIADEK

E	K	A	T	Z	A	D	C
S	D	Ś	R	I	M	Y	O

Narysuj drogę wnuczka do babci.

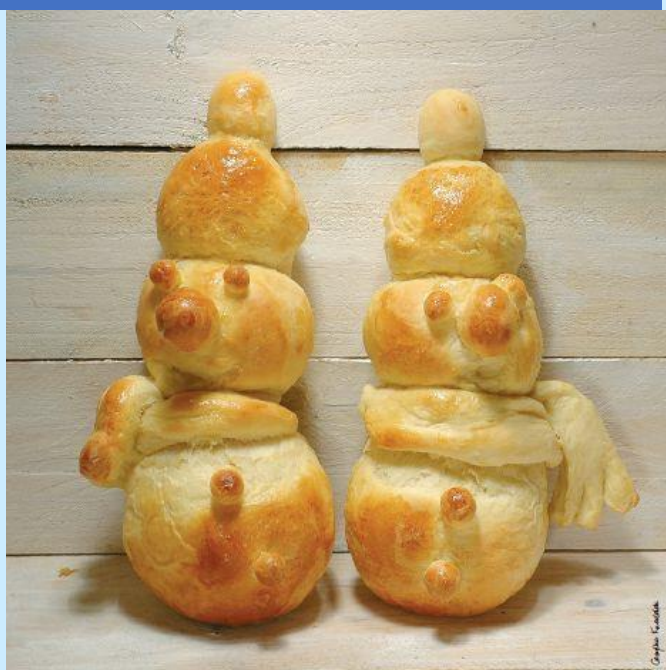


Z przedszkolnego Menu - zimowe smakołyki dla naszych Krasnali.

DROŻDŻOWE BAŁWANKI CZYLI CIASTKA

Przygotuj:

- dwa i pół kubka mąki pszennej,
- czubatą łyżkę cukru,
- pół kubka ciepłego mleka,
- pół kostki stopionego masła,
- cukier waniliowy,
- paczkę suszonych drożdży,
- szczyptę soli,
- trzy jajka,
- jajko do posmarowania bałwanków,
- mąkę do posypania stolnicy,
- oraz miskę, stolnicę, sitko do przesiewania mąki, kubek, filiżankę, pędzelek, folię aluminiową, blaszkę do pieczenia.



- Jajka umyj starannie pod bieżącą wodą i wbij je do miseczki.
- Mąkę przesiej do miski i zrób w niej dołek. Wsyp drożdże i cukier. Wlej mleko, masło oraz jajka i zagnieć ciasto. Przykryj je ściereczką i odstaw w ciepłe miejsce.
- Kiedy ciasto wyrośnie, połóż je na stolnicy posypanej mąką. Uformuj z niego bałwanki (podobnie jak na rysunku) i ułóż na blaszce wyłożonej folią aluminiową.
- Jajko wbij na talerzyk i rozbełtaj widelcem. Posmaruj nim bałwanki. Włóż do nagrzanego do temperatury 220°C piekarnika na około 15 minut.

BEZPIECZNE FERIE

Bez względu na wiek, czekają na nie wszyscy: i przedszkolaki, i dzieci ze szkół! Zimowe ferie, to dla dzieci czas wolny, wymarzony czas zabaw na śniegu i lodzie, ale to też wspaniała okazja do spędzania wolnego czasu poza domem, jak również na terenach oddalonych od miejsca zamieszkania. Niestety – to co dla dzieci jest czasem beztroskich zabaw i rozrywek, dla rodziców jest sporym wyzwaniem organizacyjnym. Każdy rodzic zadaje sobie pytanie: jak zaplanować dzieciom wolny czas tak, aby do przedszkola i szkoły wróciły wypoczęte i radosne? Jak więc zorganizować im czas, by ferie nie ograniczały się wyłącznie do oglądania telewizji i grania w gry komputerowe? Dla dzieci, które z różnych względów pozostają w domach, z pomocą przychodzą lokalne ośrodki kultury, szkoły, świetlice oraz biblioteki- przygotowują na ferie specjalną ofertę. Choć różnią się one to dotyczą tego samego – ciekawych propozycji zaplanowania czasu dzieci w okresie ferii. Są zatem wyjazdy do kin i teatrów, muzeów, na wystawy, konkursy, zajęcia ruchowe, warsztaty plastyczne, kreatywne łąmigłówki, gry logiczne i inne. Wolne od szkoły dzieci mogą także spędzić korzystając z parków rozrywki będących alternatywą dla tradycyjnych form spędzania czasu wolnego. Takie centra to obecnie już nie tylko karuzele i kolejki górskie, ale także parki trampolin, parki linowe, ściany wspinaczkowe, czy wielopoziomowe konstrukcje, na których pokonuje się różne zadania sprawnościowe. Miejsca te oprócz relaksu i rozrywki stawiają na aktywność fizyczną, poprawę koordynacji ruchowej u najmłodszych, ale przede wszystkim promowanie hasła, że ruch to zdrowie.

Pamiętajmy, żeby podczas ferii dać dzieciom trochę więcej swobody. Przygotujmy kilka atrakcji, ale pamiętajmy również o czasie wolnym. Ferie to czas, który warto wykorzystać także na wspólne bycie razem. Wyjścia na lodowisko, na basen. Jeśli maluch nie potrafi jeździć na łyżwach czy pływać zawsze możesz go wtajemniczyć w ten świetny sport. To świetny dodatek do ferii zimowych z dzieckiem. W natłoku codziennej gonitwy, treningów, języków obcych, tańców i całego wachlarza zajęć popołudniowych brak czasu na zwyczajne złapanie oddechu. Może warto wykorzystać ten czas na to, aby rodzice odrobinę zwolnili tempo i po prostu poleniuchować ze swoimi pociechami. Czytanie bajek jest doskonałym sposobem na nabranie sił, wyciszenie i odrobinę relaksu dla maluszka, a także budowanie relacji. To też idealny czas, by wspólnie bawić się przy najrozmaitszych grach planszowych, ale też gotować ulubione bądź też nowe, nieznanne dotąd potrawy. Z kolei, jeżeli pogoda za oknem sprzyja wyjściu na zewnątrz, przyjemność sprawią długie, wspólne spacerki. Bez troski czas podczas ferii, zabawy, wyjazdy często usypiają naszą czujność, a rzeczą priorytetową jest, by zachować bezpieczeństwo. Warto, by dzieci wiedziały, jak zadbać o bezpieczeństwo. Uczulmy nasze pociechy, aby pamiętały o kilku ważnych zasadach.

- Jesteśmy bezpieczni tylko w towarzystwie osób dorosłych.
- Nie zjeżdżamy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych.
- Podczas zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami.

- Rzucając się śniegiem nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby.
- Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych miejscach- lodowisko. Pod żadnym pozorem nie wchodzimy na lód zamrożniętych zbiorników wodnych, jezior, kanałów, stawów, itp. Pozornie tylko gruby lód może w każdej chwili załamać się pod Twoim ciężarem. Na łyżwach można jeździć tylko na lodowisku.
- Nie przebiegajmy przez ulicę, nie przechodźmy w miejscach niedozwolonych.
- Nie organizujmy kuligów- w formie zaczepiania sanek do pojazdów mechanicznych (samochód, motocykl, ciągnik, quad).
- Ubieramy się stosownie do temperatury panującej na dworze. Pamiętajmy o elementach odblaskowych na odzieży zewnętrznej.
- Bądźmy widoczni na drodze.
- Należy wracać do domu przed zapadnięciem zmroku.

Najważniejsza podczas przerwy zimowej jest dobra zabawa i brak nudy, nieważne – czy na zimowisku, czy na zajęciach artystycznych, czy po prostu w domu z mamą i tatą. Pamiętać należy przede wszystkim, aby były to bezpieczne ferie zimowe. Jeśli spełnimy te warunki, będzie to z pewnością niezapomniany czas.



Wszelkie informacje i obrazki zostały zaczerpnięte z internetu.

Przygotowała: Jolanta Oporska