

*Publiczne Przedszkole nr 2  
przy Zespole Szkolno - Przedszkolnym nr 3  
w Nowym Dworze Mazowieckim*



**„KRASNAL”**

**GAZETKA DLA DZIECI I RODZICÓW**

GAZETKA DLA DZIECI I RODZICÓW  
NR 6/2024  
**LUTY**

## ***KĄCIK RODZICA***

**Miesiąc luty wszyscy znają  
I tak sobie powiadają:  
„ Idzie luty, podkuj buty”  
Śnieg i mróz ja dobrze znam  
I sam buty dobre mam!**

### **KILKA RAD BY ZABAWY ZIMOWE BYŁY BEZPIECZNE**

- Nie zjeżdżamy na sankach w pobliżu dróg, ulic i zbiorników wodnych.
- W czasie zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami.
- Nie dopinamy sanek do samochodów.
- Rzucając się śnieżkami nie łączymy miękkiego śniegu z kamykami lub kawałkami lodu oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby.
- Na łyżwach jeździmy tylko na wyznaczonych miejscach, nie ślizgamy się na rzece lub stawie.
- Nie przebiegamy przez ulicę, nie przechodzimy w miejscach niedozwolonych.
- Bądźmy widoczni na drodze.
- Nie strącamy zwisających z dachu sopli.
- Pamiętajmy o zdrowym odżywianiu.
- Ubierajmy się odpowiednio do temperatury panującej na dworze.
- W wolnym czasie przebywajmy na świeżym powietrzu, dbajmy o aktywność fizyczną.

# 14 lutego - Walentynki

Walentynki to święto, które kojarzy się nam z miłością i romantycznością, chociaż samo ich pochodzenie... nie jest zbyt romantyczne. Skąd się wzięły walentynki? Dlaczego obecnie tak chętnie kupujemy prezenty i dekoracje walentynkowe? Oto historia walentynek, której możecie Państwo nie znać!

## Walentynki w Polsce i na świecie - historia i ciekawostki



### Krótką historia walentynek

Patron walentynek i tradycja świętowania tego dnia nie wywodzi się z Ameryki, choć tam została przyjęta i od lat jest hucznie obchodzona. **Nieprzypadkowo opiekunem święta zakochanych jest święty Walenty, biskup i lekarz, który stracił życie w imię miłości.** Żył w Cesarstwie Rzymskim w III wieku. Panował wtedy, wydany przez cesarza, zakaz zawierania związków małżeńskich przez mężczyzn w wieku 18-37 lat. Cesarz uważał, że najlepsi żołnierze – legioniści to ci, którzy nie mają rodzin. Biskup Walenty złamał ten zakaz i udzielał młodym, zakochanym parom ślubów, za co został wtrącony do więzienia. Tam zakochał się w niewidomej córce strażnika, która dzięki świętemu odzyskała wzrok. Gdy o wszystkim dowiedział się cesarz, kazał go zabić. Egzekucję wykonano 14 lutego.

W przeddzień swej śmierci Walenty napisał list do ukochanej.



Walentynki obchodzone były już od średniowiecza! Święto zakochanych popularne było w południowej i zachodniej Europie. Do północnej i wschodniej dotarły znacznie później. Choć walentynki wiązane są z katolickim patronem św. Walentym, to niektóre zwyczaje wiązane są z obrzędami wywodzącymi się z Cesarstwa Rzymskiego. W starożytnym Rzymie, 14-15 lutego, obchodzono Luperkalia ku czci Junony i Pana. Junona była rzymską boginią kobiet i małżeństwa, z kolei Pan bogiem przyrody. **W starożytnym Rzymie istniał też zwyczaj losowania imienia potencjalnej wybranki serca ze specjalnej urny.** Jak widać, poszukiwania tej drugiej połówki od zawsze wzbudzały emocje. Nie można jednak łączyć Luperkaliów bezpośrednio z Dniem Zakochanych. Choć nie można zaprzeczyć, że pewne postaci z mitologii, takie jak Eros i Kupidyn, na stałe weszły do “repertuaru” walentynek.

### Walentynki w Polsce

Najważniejszym miejscem kultu patrona miłości jest bazylika św. Walentego w Terni (miasto i gmina we Włoszech), gdzie znajdują się relikwie świętego. Każdego roku w niedzielę, która poprzedza dzień 14 lutego, do bazyliki napływają pary narzeczonych z całego świata, by właśnie tam złożyć przysięgę miłości. **Kult św. Walentego i związane z nim walentynkowe zwyczaje zyskały popularność w Polsce dopiero w latach 90. XX wieku.** Warto wspomnieć tu o polskim mieście zakochanych, Chełmnie, gdzie co roku odbywają się największe obchody walentynkowe w Polsce, znane jako “Walentynki Chełmińskie”. W chełmińskim kościele farnym przechowywana jest nawet relikwia św. Walentego, która prawdopodobnie znajduje się tam od średniowiecza.



Z uwagi na tak długą historię walentynek, która pokazuje, że miłość już od wieków była dla ludzi ważnym uczuciem, nie warto od razu stawać w opozycji do tego święta, głośno krzycząc, że jest to jedynie kicz i komercja. Walentynki można potraktować jako okazję do celebrowania związku, do zbliżenia się do drugiej, bliskiej nam osoby. Chodzi tu zarówno o wybranki/wybranków naszego serca, ale i o najbliższych, których przecież również darzymy miłością. W ten dzień warto się zatrzymać i skupić na ukochanej osobie, zrobić jej wyjątkową niespodziankę czy przyjemność. Prezent na walentynki będzie do tego miłym dodatkiem.

*Szanowni Rodzice i Nasze Kochane*

*Przedszkolaki*

*Sukcesów w życiu, szczęścia w miłości,*

*ciepłych uścisków, samych radości,*

*spełnienia marzeń, dużo słodyczy*

*w Dniu Walentego*

*najbardziej słodki KRASNAL życzy!*



# KĄCIK PRZEDSZKOLAKA

## WIERSZ NA LUTY

### „Przeziębiony bałwanek”

Rzekł do siebie raz bałwanek:  
- Dość mam takich niespodzianek!  
Nie wytrzymam! Daję słowo!  
Czuję zgoła się niezdrowo,

Zaś największa moja troska  
Ma na imię: katar z noska.  
Chociaż nosek mam z marchewki,  
Leje mi się, jak z konewki.

Nieciekawy los w ogóle  
Czeka moje śnieżne kule,  
Sądząc bowiem po kałuży,  
Słońce wcale mi nie służy.

Słońce na to tak odrzekło:  
- To dopiero mi dopiekło!  
Kto na zdrowie chucha, dmucha,  
Ten wygląda na zmarzlucha.

Jeśli zatem – drodzy moi -  
Tak bałwanka niepokoi  
Poziom rtęci w termometrze,  
Niech od dzisiaj chodzi w swetrze.



## PIOSENKA NA LUTY

### Zimowa poleczka

I. Zimową poleczkę na śniegu lub lodzie

Kochają bałwanki i tańczą ją co dzień.

Zimową poleczkę na soplach gra wiatr,

Bałwanki się cieszą, o tak, właśnie tak!

Ref.: Ha-ha, ha-ha, Hi-hi, hi-hi,

Śniegowe bałwanki to my, właśnie my.

Ha-ha, ha-ha, Hi-hi, hi-hi,

Śniegowe bałwanki to my, właśnie my.

II.A w rękach miotełki, na głowach garnuszki

Z węgielków lśnią oczka i same mkną nóżki.

Zimową poleczkę na soplach gra wiatr,

Bałwanki się cieszą, o tak, właśnie tak!

Ref.: Ha-ha, ha-ha, Hi-hi, hi-hi,

Śniegowe bałwanki to my, właśnie my...

[https://www.youtube.com/watch?v=thOD3GGfkxI&ab\\_channel=KrystynaSt](https://www.youtube.com/watch?v=thOD3GGfkxI&ab_channel=KrystynaSt)



## Zimowe zagadki:

- 1) Jaką porę roku mamy,  
gdy za morzem są bociany?      *Zima*
  
- 2) Kiedy mrozek szczypie, kiedy śnieżek pada,  
Każdy ją natychmiast na głowę zakłada.      *Czapka*
  
- 3) Na szyję zakładam, gdy dopiecze zima,  
Owijam nim szyję, kiedy mróz przytrzyma!      *Szalik*
  
- 4) Gdy nas zima atakuje, każdy z kieszeni wyjmuję,  
Raz - dwa na dłonie zakłada, ręka w śnieg bez bólu wpada!  
*Rękawiczki*
  
- 5) Płozy, deski, sznurek, podejźmy pod górę!  
W dół szybko jak strzała, zabawa wspaniała!      *Sanki*
  
- 6) Ten śniegowy panicz garnek ma na głowie,  
W miejscu nosa marchew, ulepił go człowiek!      *Bałwan*
  
- 7) Kiedy mróz nadejdzie srogi, założymy je na nogi!  
Czeka na nas lodowisko, uważajmy, bo tam ślisko!      *Łyżwy*
  
- 8) Pada z nieba biały proch, coś jak gwiazdki albo groch.  
Gdy napada po kolana, ulepimy wnet bałwana!      *Śnieg*



## ***POCZYTAJ MI MAMO, TATO...***

### **Opowiadanie „Zimowe zabawy Misia Kuleczki” - B. Forma**

Miś Kuleczka od samego rana spogląda w okno.

- Śnieg, śnieg, ciekawe kiedy pójdę na sanki. Nagle słyszy znajome głosy. To Marta i Paweł wracają z przedszkola.

- Misiu, wszędzie pełno śniegu. Zabieramy cię do parku! - już od progu woła Marta. Misiowi kręci się z radości w głowie. Paweł bierze sanki. Marta zakłada Misiowi czapkę i szalik.

- Jeszcze rękawiczki - dodaje - żeby ci nie zmarzły łapki.

- Jak pięknie wyglądam - zerka Miś w lusterko. Na dworze panuje zima. Duże płatki śniegu spadają na ziemię. Kuleczka siedzi na sankach, które ciągną dzieci.

- Widzę górkę - woła Paweł przyspieszając kroku. Po chwili jadą w dół. Gwiżdże wiatr.

- Wyśmienicie, hura, hura - słysząc śmiechy i nawoływania. Nagle sanki skręcają i wszyscy lądują w miękkiej zaspie śniegu.

- Misiu wyglądasz jak bałwanek.

- Wy także - poprawia czapkę, otrzepując się ze śniegu. Już cała trójka toczy śniegowe kule. Raz, dwa, trzy - duża, średnia, mała - i już bałwan prawie gotowy.

Paweł biegnie do domu po marchewkę i węgielki. Dzieci przyczepiają bałwankowi nos, oczy i guziki.

- Jesteś śliczny - wołają przyglądając się bałwankowi. Bałwanek uśmiecha się wesoło.

- Bardzo dziękuję - mruga węgielkowym oczkiem. Śnieg prószy coraz mocniej.

- Pora wracać do domu - odzywa się Marta. Biegną do domu. Po kolacji na dworze zapada zmrok. Cała trójka podchodzi do okna. W blasku księżyca stoi bałwanek, a dookoła niego tańczą śniegowe płatki.

*Po przeczytaniu dziecku opowiadania porozmawiajcie Państwo na temat jego treści, zadając pytania. W ten sposób sprawdzicie, czy Wasze dziecko z uwagą słuchało opowiadania i zrozumiało jego treść:*

- O jakiej porze roku jest mowa w opowiadaniu?

- Gdzie poszli: Marta, Paweł i Miś?

- Jak Marta ubrała Misia? - Jak należy ubierać się zimą?

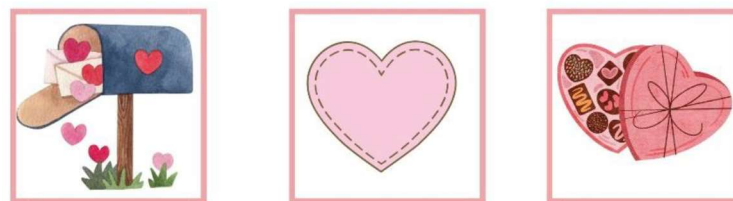
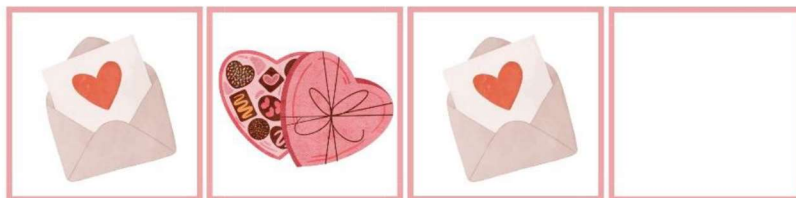
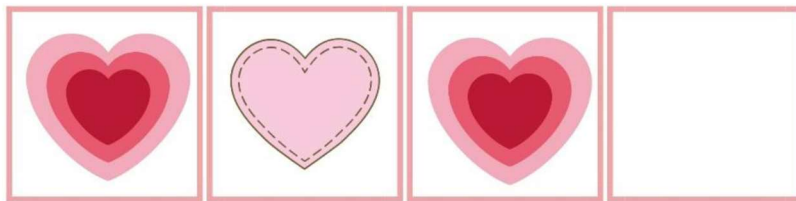
- Co stało się, gdy cała trójka zjeżdżała na sankach?

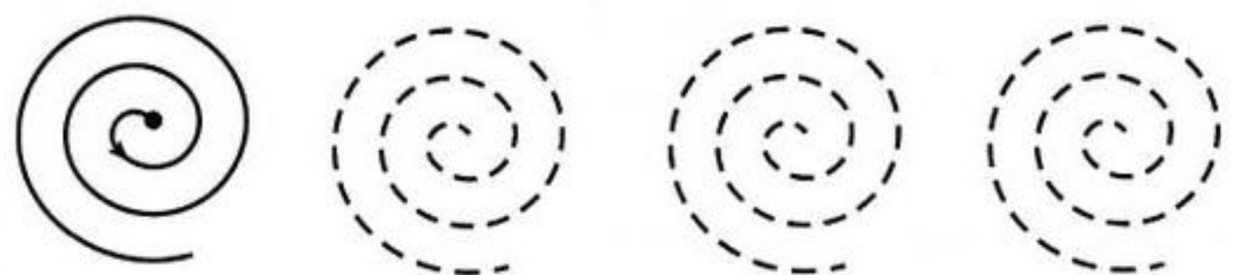
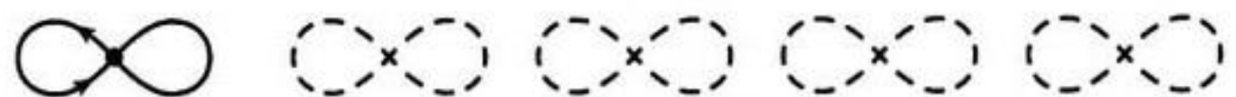
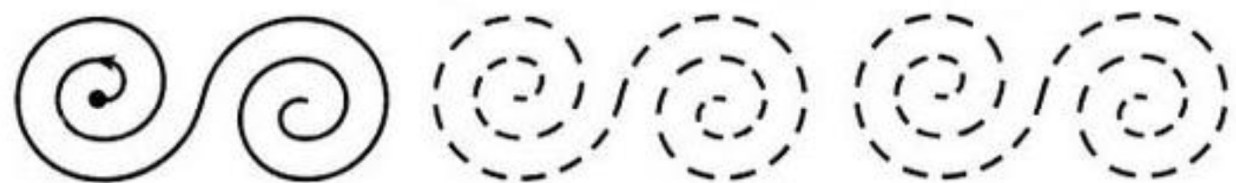
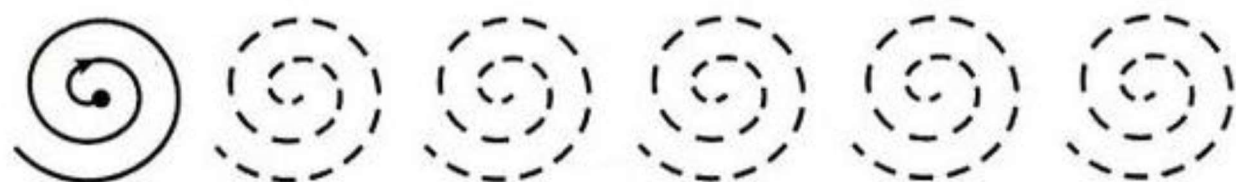
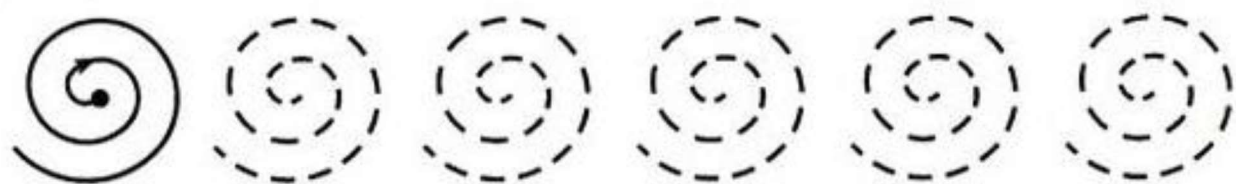
- Jak wyglądał Miś?

- Co robiły jeszcze ze śniegu dzieci wraz z Misiem?



# DOKOŃCZ RYTMY







## Z przedszkolnego menu – pyszności dla naszych Krasnali

### Przepis na pączki karnawałowe

1kg mąki, 80 g świeżych drożdży, 120 g cukru, 500 ml mleka, 7 żółtek, 1 jajko, 100 g roztopionego masła, skórka z cytryny, sok z 1 cytryny, tłuszcz do smażenia (najlepszy smalec), konfitury do nadziewania, cukier puder do posypania lub lukier. Przygotować zaczyn z cukru, mąki, mleka, przykryć, odstawić w ciepłe miejsce na 20 min. Wyrośnięty zaczyn przełożyć do miski, stopniowo dodawać składniki, masło na końcu. Wyrabiać ciasto, aż zacznie odklejać się od dłoni. Można wyrabiać robotem kuchennym. Przykryć ściereczką, odstawić w ciepłe miejsce na około 1, 5 godziny. Po tym czasie



dzielić ciasto na równe części wypełniając nadzieniem (około łyżeczki), dokładnie zlepiać brzegi, formować kulki i odkładać na wysypana mąka tace. Poczekać 20 minut aż pączki wyrosną. Rozgrzać dobrze tłuszcz i smażyć z dwóch stron do zrumienienia, ostrożnie

wyjmować. Udekorować cukrem pudrem lub lukrem. Uwaga. Składniki powinny być w temperaturze pokojowej, masło roztopione, a mleko podgrzane. **Smacznego!**

**„Faworki”**

Około ½ kilograma mąki, 4 żółtka, 5 dkg. cukru pudru, kilka łyżek kwaśnej śmietany, kilka kropel soku z cytryny lub kwasek cytrynowy, 1 cukier waniliowy, 1 łyżka masła, szczypta soli.

Wyrobić ciasto aż powstaną w cieście pęcherzyki. Rozwałkować ciasto bardzo cienutko. Wykrawać wąskie, długie paski, przeciąć w



środku i przewinać. Smażyć na złoty kolor, posypać cukrem pudrem.

## Na zdrowie!:)

# *RADY TERAPEUTY INTEGRACJI SENSORYCZNEJ*

Ewa Zielińska

## **O koncentracji uwagi u dzieci**

Podczas spotkań z rodzicami często słyszę: Moje dziecko jest roztargnione, roztrzepane, bardzo ruchliwe... Kasia ma kłopoty ze skupieniem uwagi na jednej czynności... Jurek bardzo szybko się rozprasza, wystarczy, że coś stuknie, spadnie... Karolina ma kłopoty z zapamiętaniem krótkich, rymowanych wierszyków i piosenek... Halinka po przeczytaniu przeze mnie książeczki nie potrafi przypomnieć sobie jej treści... Co robić, za chwilę pójdzie do szkoły? Nauczyciele natomiast zadają pytania: Co robić, aby dzieci lepiej koncentrowały swoją uwagę na tym, czym się zajmują? Czy koncentrację uwagi można ćwiczyć? itp. Bardzo trudno jest jednym zdaniem odpowiedzieć na te pytania. Zanim jednak zaprezentuję sposoby poprawiające zdolność dzieci do skupienia uwagi, na początku krótko omówię problem koncentrowania się i warunków pomocnych w kształtowaniu tej umiejętności.

### **Co to jest koncentracja uwagi?**

Koncentracja uwagi to umiejętność skupienia się na konkretnej rzeczy lub czynności. Do około trzeciego roku życia u dzieci występuje tzw. uwaga mimowolna, wywoływana przez dźwięki, kolory, ruch. W późniejszym czasie pojawia się uwaga dowolna umożliwiająca zrozumienie poleceń i ich wykonywanie. U dzieci trzyletnich koncentracja uwagi może trwać od 5 do 15 minut, u czterolatków do 20 minut, u pięciolatków i sześciolatków nawet do 40 minut. Jest to możliwe do osiągnięcia tylko wtedy, gdy dziecko samoczynnie podejmuje działalność i jest nią bardzo zainteresowane i zainteresowane. Jeżeli czynność jest dziecku narzucona przez dorosłego, to czas koncentracji jest o połowę krótszy.

Problemy z koncentracją obserwujemy zarówno u dzieci pobudzonych, jak i wyciszonych, spokojnych. Zarówno jedne, jak i drugie nie mogą się skupić na tym, co mają zrobić lub co mają zapamiętać, a to znacząco wpływa na edukację w przedszkolu i później w szkole. Czynnikiemami potęgującymi te trudności są niewłaściwa motywacja, brak wiary we własne siły i możliwości, brak umiejętności pokonywania trudności, mało atrakcyjne zabawy (zajęcia), zaburzenia percepcyjno-motoryczne. Do tego dochodzi jeszcze za szybkie

wprowadzanie nowych treści, zbyt krótki czas na doskonalenie nowych umiejętności, a także atmosfera w domu lub przedszkolu (szkole).

### **Wskazówki pomocne w kształtowaniu umiejętności koncentrowania uwagi**

Pierwszym warunkiem, który może wpływać korzystnie na kształtowanie umiejętności koncentracji uwagi, jest **odżywianie**, a dokładnie dbałość o regularne spożywanie różnorodnych posiłków oraz picie wody. Dieta ma być bogata w warzywa, owoce, produkty pełnoziarniste. Węglowodany uwalniają glukozę, która jest paliwem dla mózgu, a kwasy omega, które są m.in. w rybach, mają korzystny wpływ na pracę układu nerwowego. Lecytyna, która jest w jajkach, fasoli czy orzechach, wspomaga pamięć i koncentrację, podobnie jak witaminy z grupy B.

Drugim ważnym aspektem jest **aktywność fizyczna**. Nie każde dziecko ma być sportowcem, ale każde musi przebywać na powietrzu, bawić się, ćwiczyć i pokonywać naturalne przeszkody. Najprostsza gimnastyka, zawsze przy otwartym oknie lub na świeżym powietrzu, dotlenia mózg i dlatego korzystnie wpływa na wykonywanie zadań i czynności wymagających skupienia uwagi.

Trzecim elementem wpływającym na lepszą koncentrację jest sen, ale **regularny sen**, o stałych porach. To dzięki niemu następuje regeneracja sił. Czwartym jest **dbałość o otoczenie**. Podczas zajęć, ćwiczeń, odrabiania lekcji, wykonywania różnych czynności należy unikać na biurku lub w innym miejscu pracy niepotrzebnych rzeczy, które mogą przyczyniać się do rozpraszania uwagi. Kolejnym elementem jest **ograniczenie bodźców** przyczyniających się do zaburzania koncentracji, takich jak głośna muzyka, telewizor, radio, tablet, telefon. Ostatnim, równie ważnym, jest **właściwe oświetlenie i optymalna temperatura**. Warto również pamiętać, że podczas zajęć należy robić przerwy i ograniczać czas spędzany w ciągu dnia przed ekranem komputera, tabletu czy telefonu. Korzystanie z tych urządzeń sprawia, że zaczynamy być mniej uważni w czasie innych czynności.

### **Rodzaje i przykłady ćwiczeń oraz zabaw poprawiających zdolność skupiania uwagi**

Ćwiczenia poprawiające pamięć i koncentrację uwagi u dziecka powinni systematycznie realizować nauczyciele oraz rodzice bez względu na wiek dziecka. Przed każdym ćwiczeniem (zabawą) należy odpowiednio przewietrzyć salę i zachęcić dziecko, by nabrało powietrze głęboko przez nos, tak aby poruszyć mięśnie przepony. W trakcie wdechu brzuch powinien się uwypuklić. Wydech powinien trwać dwukrotnie dłużej niż wdech. To ćwiczenie trzeba powtórzyć cztery razy, aby mięśnie się rozluźniły, a umysł stał się jaśniejszy.



## **Zabawy dla dzieci w wieku do dwóch lat**

**Obrazki kontrastowe.** Zadaniem dziecka jest początkowo samo skupienie się na obrazku, później wodzenie za nim wzrokiem. Tę rolę może pełnić maskotka czy grzechotka.

**Sortery.** Dopasowywanie elementów do odpowiednich otworów. Świetnie sprawdzają się zarówno te kupione w sklepie, jak i zrobione samodzielnie. Nie zawsze muszą być to różnorodne kształty, równie dobrze możemy samodzielnie naciąć pudełko, do którego dziecko musi wrzucać guziki lub patyczki.

**Budowanie wieży.** Budować można dosłownie ze wszystkiego! Klocki, kubeczki, książki... Uważne położenie jednego przedmiotu na drugim wymaga skupienia.

**Nawlekanie.** Makaron lub koraliki można nawlekać na sznurek lub w początkowym etapie na sztywny patyczek. Zadanie możemy utrudniać, prosząc o nawlekanie różnych kolorów lub kształtów w określonej kolejności.

## **Zabawy dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym**

**Zapamiętywanie słów.** Powtarzanie po nauczycielu ciągu słów, np. kot, drzewo, dom. Im starsze dziecko, tym więcej słów należy zaproponować do powtórzenia.

**Rysowanie w powietrzu.** Rysowanie różnych przedmiotów, obiektów (np. domek, gwiazdka) lub figur geometrycznych prawą ręką, lewą ręką i splecionymi dłońmi.

**Wskazywanie części ciała.** Dorosły wymienia nazwy części ciała i wskazuje na nie. Dziecko słucha, patrzy i robi to samo. Następnie nauczyciel co innego mówi i co innego pokazuje, a zadaniem dziecka jest pokazywanie tylko tego, co mówi dorosły.

**Rymowanki.** Zapamiętywanie krótkich wierszyków, rymowanek i wyliczanek urozmaiconych różnymi gestami.

**Zabawa „Mucha”.** Dorosły rysuje kwadrat podzielony na osiem części-pól, a na jego środku rysuje muchę. Następnie mówi, gdzie leci mucha (np. w górę, w prawo, w dół, w lewo – każde polecenie to przesunięcie o jedno pole), a zadaniem dziecka jest wodzenie palcem lub wyobrażanie sobie tego lotu i powiedzenie, kiedy mucha wylatuje z kwadratu.

**Układanie według wzoru.** Nauczyciel układa z mozaiki geometrycznej lub koralików wzór, a dzieci wiernie go odwzorowują. Można też zachęcić dziecko do zapamiętania wzoru i odtworzenia go z pamięci (natomiast wzór zostaje zakryty).

**Bazgroły.** Rysowanie jednocześnie dwoma rękami w powietrzu lub na kartce papieru (w lustrzanym odbiciu). Do takiego rysowania świetnie nadają się symetryczne obrazki, np. koło, motyl, choinka.

**Uważne słuchanie.** Dorosły wolno czyta opowiadanie, a zadaniem dziecka jest klaśnięcie/podskoczenie zawsze wtedy, kiedy usłyszy uzgodnione wcześniej słowo, np. dom.

**Masażyki.** Prowadzący „rysuje” na plecach dziecka figury geometryczne, litery lub cyfry, a jego zadaniem jest powiedzenie, co dorosły narysował, lub narysowanie tego samego na kartce.

**Memory.** Odnajdywanie par takich samych obrazków lub obrazków pasujących do siebie (np. kot – kłębek wełny, pies – buda, wiaderko – łopatka, kubeczek – łyżeczka).

**Różnice.** Szukanie różnic pomiędzy dwoma obrazkami. Im starsze dziecko, tym więcej szczegółów do odszukania i tym bardziej skomplikowany obrazek.

**Popatrz, zapamiętaj i powiedz.** Dziecko ma przed sobą obrazek, na który patrzy przez minutę, starając się zapamiętać jak najwięcej szczegółów. Następnie zakrywa obrazek i ma opowiedzieć jego treść ze wszystkimi szczegółami.

**Co narysowałeś?** Dziecko otrzymuje wypunktowaną kartkę (punkty są ponumerowane). Jego zadaniem jest stworzenie rysunku poprzez połączenie punktów.

**Labirynt.** Dziecko otrzymuje kartkę z narysowanym labiryntem. Przed wejściem do labiryntu jest narysowana myszka (lub inna postać), a w jego środku ziarenko. Zadaniem dziecka jest zaprowadzenie myszki do ziarenka poprzez rysowanie trasy tak, aby myszka nie uderzyła się w ściany labiryntu. Inny wariant tego samego ćwiczenia to samodzielne rysowanie labiryntów.

**Gra towarzyska „Bierki”.** Jedno z dzieci rozsypuje bierki na stole. Następnie rozpoczyna się pojedyncze zbieranie patyczków przez poszczególnych graczy tak, aby nie poruszyć pozostałych. Wygrywa gracz, który zdobędzie najwięcej punktów.

**Przerysuj rysunek.** Dziecko ma przed sobą rysunek (stopień skomplikowania zależy od indywidualnych możliwości). Jego zadaniem jest jak najdokładniej przerysować ten obrazek na swojej kartce. Następnie wspólnie z dorosłym sprawdza, co umknęło jego uwadze.

**Odszukaj podaną literę.** Dziecko ma przed sobą krótki tekst. Jego zadaniem jest odnaleźć w nim wszystkie wielkie i małe litery odpowiadające wybranej głosce. Może je podkreślić lub otoczyć pętelką, a następnie przeliczyć, ile ich jest w tekście.

**Jak ubrana jest koleżanka?** Dwoje dzieci z uwagą przygląda się sobie. Następnie siadają plecami do siebie i teraz kolejno (raz jedna osoba, raz druga) mówią, jak jest ubrana koleżanka/kolega stojąca/-y tyłem. Na zakończenie odwracają się i sprawdzają, czy miały rację.

**Której zabawki brakuje?** Dorosły kładzie przed dzieckiem w jednej linii kilka przedmiotów. Daje mu chwilkę na dokładne przyjrzenie się. Teraz zasłania dziecku oczy, a następnie zabiera jakiś przedmiot. Zadaniem dziecka jest odgadnąć, który przedmiot został zabrany. Zabawę warto zacząć od trzech–czterech przedmiotów, stopniowo zwiększając ich liczbę.

**Co masz w ręce?** Dorosły zasłania dziecku oczy i daje do rąk dowolny, prosty w kształcie przedmiot, np. drewniany klocek. Dziecko poznaje kształt przedmiotu przez dotyk, a następnie oddaje go prowadzącemu. Gdy odsłoni oczy, próbuje narysować to, co przed chwilą trzymało w rękach. Po wykonaniu rysunku prowadzący pokazuje dziecku przedmiot.

**Słuchaj i powtórz.** Dorosły wyklaskuje, wytupuje lub wygrywa dowolny rytm. Zadaniem dziecka jest powtórzenie usłyszanego rytmu za pomocą np. bębena, kołatki, cymbałków.

### **Jeszcze kilka zdań na zakończenie**

Wymienione przeze mnie ćwiczenia i zabawy są tylko propozycjami. Ich zasób jest nieograniczony, a atrakcyjność wdrażanych zabaw zależy przede wszystkim od kreatywności dorosłych, a więc nauczycieli i rodziców. Dlatego warto poszukiwać jeszcze innych sposobów doskonalenia u dzieci umiejętności skupiania uwagi, koncentracji i zapamiętywania. Należy przy tym pamiętać, że edukacja przedszkolaków powinna przybierać formę zabawy i stanowić przyjemną aktywność, generującą radość. Dzięki temu w dzieciach pobudzona zostanie motywacja do rozwiązywania problemów, co z kolei pozytywnie wpłynie na ich edukację w szkole. Koncentracja uwagi umożliwia efektywne przyswajanie wiedzy i wpływa skutecznie na rozwiązywanie problemów, również tych, które pojawiają się w codziennym życiu. Niestety współczesna codzienność obfituje w elektroniczne gadżety i zabawki, które skutecznie rozpraszają uwagę i bombardują mózg dziecka zbędnymi, nadmiernymi bodźcami. Chcąc mieć pewność, że dziecko poradzi sobie w szkole i będzie osiągać wyniki w nauce adekwatne do swoich faktycznych możliwości, warto poprawiać i ćwiczyć jego koncentrację oraz uwagę. Niewątpliwie zaprocentuje to w przyszłości i ułatwi małemu uczniowi naukę w szkole.

## **Bibliografia**

Dennison P., Dennison G., Gimnastyka mózgu. Przewodnik dla rodziców i nauczycieli, Międzynarodowy Instytut NeuroKinezyjologii Rozwoju Ruchowego i Integracji Odruchów, Warszawa 2005.

Jaglarz A., Ćwiczę koncentrację, Wydawnictwo WiR, Kraków 2006.

Janiszewska B., Uwaga. Wspomaganie koncentracji i nie tylko. Ćwiczenia i zabawy dla dzieci od 4 do 9 lat, Wydawnictwo Seventh Sea, Warszawa 2007.

Jurek A., Skoncentruj się, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2005.

Mańkowska I., Kreowanie rozwoju dziecka. Kinezyjologia edukacyjna i inne nowoczesne metody terapeutyczne w praktyce, Wydawnictwo Operon, Gdynia 2005.

Pyrgies D., Skoncentruj się. Zabawowe formy ćwiczeń na koncentrację, Wydawnictwo Epideixis, Kraków 2018.

Wesołe lekcje. Zabawy matematyczne i inne zadania logiczne, praca zbiorowa, Wydawnictwo Publicat SA, Poznań 2001.

Weyhreter H., Zaburzenia koncentracji u dzieci. Wskazówki dla rodziców, Klub dla Ciebie, Warszawa 2001.

BLIŻEJ PRZEDSZKOLA 12.231/2020

Wszystkie informacje i obrazki zostały zaczerpnięte z różnej literatury i Internetu.

PRZYGOTOWAŁA: Agnieszka Mąkowska