*[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=&url=http://www.koncept-studio.com.pl/projects/325?sidebar=projects&bvm=bv.131783435,d.bGg&psig=AFQjCNGJic3h3on4W3Is_B_mtYkaj1axdA&ust=1473017549256863)Przedszkole Publiczne nr 2 w Zespole Szkolno - Przedszkolnym nr 3*

*[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=&url=http://www.koncept-studio.com.pl/projects/325?sidebar=projects&bvm=bv.131783435,d.bGg&psig=AFQjCNGJic3h3on4W3Is_B_mtYkaj1axdA&ust=1473017549256863)w Nowym Dworze Mazowieckim*

***Gazetka dla Rodziców i dzieci***



[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=&url=http://www.koncept-studio.com.pl/projects/325?sidebar=projects&bvm=bv.131783435,d.bGg&psig=AFQjCNGJic3h3on4W3Is_B_mtYkaj1axdA&ust=1473017549256863)

**Nr 7/2019**

**Wrzesień**

|  |
| --- |
| **Jasio przedszkolak** |
| **Autor:** [**Bożena Forma**](http://www.rokwprzedszkolu.pl/index.php?k=k0306&id_a=1&idx=F) |

|  |
| --- |
| *Do przedszkola wcześnie rano grzeczny Jasio idzie z mamą. Mocno ją za rękę trzyma i z uśmiechem dzień zaczyna.  Jaś - wesoły przedszkolaczek niesie nowy swój plecaczek. A w nim skarby oraz misia wszystkim go przedstawi dzisiaj.  Teraz misiu razem z nami, będziesz bawić się klockami. Porozmawiasz z naszą panią i rysować będziesz z Anią.* |

*[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwj94Ov0yPXOAhXJQJoKHcJQD3UQjRwIBw&url=http://e-prezent.net/16/miedzynarodowy-dzien-ksiazki-dla-dzieci/&bvm=bv.131783435,d.bGs&psig=AFQjCNGKY-o5Pac3WIYTDrAW71WSP5i7mQ&ust=1473073466354960)****Kącik Rodzica….***

# Trzylatek w przedszkolu – krótki referat dla rodziców

autor: Agnieszka Bączkowska

Dla maluchów, które nie chodziły do żłobka przedszkole jest wielkim przeżyciem. Maluch przebywał dotąd w domu z bliskimi osobami. W znanym otoczeniu czuł się pewnie i bezpiecznie. Przedszkole może, więc napełnić go strachem. Dzieci muszą przecież zmienić wiele swoich przyzwyczajeń. Niektóre radzą sobie z tym dobrze inne nieco gorzej.

**JAK SIĘ ROZSTAWAĆ?**

Rodzicom wydaje się, że oszczędzą maluchowi łez, jeśli niezauważenie wymkną się z przedszkola lub pod pretekstem załatwienia sprawy w sekretariacie wyjdą bez pożegnania. To nieprawda, że wtedy malec szybciej zapomni o mamie i chętniej zacznie bawić się z kolegami. Wręcz przeciwnie, będzie jeszcze bardziej rozżalony. Dziecko traci wówczas do rodziców zaufanie i przestaje czuć się bezpiecznie.

Pozwólmy, więc dziecku popłakać przy pożegnaniu, i nie zawstydzajmy go przed kolegami. Przy rozstaniu należy być pogodnym, bo niepokój łatwo udzieli się dziecku. Jeżeli dziecko na początku bardzo rozpacza, można je odbierać (jeżeli jest to możliwe) zaraz po obiedzie. Należy ustalić, o której się po niego przyjedzie i nie spóźniać się.

**NAUKA SAMODZIELNOŚCI**

Do tej pory wiele rodziców pomagało dziecku podczas mycia, ubierania i jedzenia. Być może wyręczano go nawet w wielu czynnościach. Aby pobyt w przedszkolu dziecka nie był dla niego dużym stresem, malec powinien radzić sobie sam w łazience i przy stole. Jeżeli dziecko ma z tym problemy, wystarczy odrobina ćwiczeń w domu.

Innym problemem są trudności z ubieraniem. Jeżeli ma z tym trudności należy mu pokazać, co powinien zakładać w pierwszej kolejności. Należy mu wyjaśnić jak może odróżnić przód ubranka od tyłu (kieszenie są a przodu, a metka z tyłu), lewą stronę od prawej. W pierwsze przedszkolne tygodnie lepiej dobierać takie ubranka, które się łatwo zdejmują (spodenki, z gumką, bluzeczki wciągane przez głowę, buty na rzepy). Zapewnijmy malucha, że powolutku wszystkiego się nauczy.

**NIKT MNIE NIE LUBI**

Dziecko do tej pory najczęściej spędzało czas z rodziną. Zdarza się, więc, że po prostu nie umie bawić się z rówieśnikami, np. nie chce dzielić się zabawkami, rządzi innymi dziećmi i obraża się, gdy nie chce go słuchać. Należy, zatem postarać się, aby maluch również poza przedszkolem często przebywał z kolegami. Namawiajmy, by zapraszał ich do domu i sam odwiedzał.

Jeżeli z trudem nawiązuje nowe znajomości, spróbujmy mu pomóc znaleźć przyjaciela. Może powrót z przedszkola z innym dzieckiem przełamie pierwsze lody…

**PROBLEMY Z LEŻAKOWANIEM**

Niektóre maluchy (zwłaszcza, te bardziej energiczne) nie są w stanie znieść popołudniowego wypoczynku. Nie są zmęczone ani śpiące i …wtedy po prostu bardzo im się nudzi.

Jeśli dziecko naprawdę nie lubi leżakowania, przez jakiś czas lepiej odbierać je wcześniej z przedszkola.

Po jakimś czasie przedszkole stanie się drugim domem dla dziecka, w którym będzie się czuło bezpiecznie i swobodnie. Należy dać mu jednak tylko trochę czasu, aby tak się stało.

******

***Poczytajmy wspólnie…***

# Czerwony Kapturek

Była sobie kiedyś mała, prześliczna dziewczynka. Jej buzia była tak słodka i radosna, że każdy, kto tylko raz na nią spojrzał, od razu musiał ją pokochać. Dziewczynka wraz z rodzicami mieszkała nieopodal lasu. Często odwiedzała babcię, która gotowa była jej przychylić nieba. Babcia mieszkała w niewielkim domku otoczonym przez zielony las. Pewnego dnia jej wnuczka otrzymała od niej prezent- czerwony aksamitny kapturek, który dziewczynka polubiła tak bardzo, że za nic nie chciała się z nim rozstawać i wszędzie nosiła go na swojej cudnej główce! Przez to zaczęto ją nazywać ,,Czerwonym Kapturkiem”.   
﻿

Jednego razu mama zawołała Czerwonego Kapturka oraz wręczyła mu wiklinowy koszyk przykryty serwetką, do którego schowała ciasto i butelkę wina, mówiąc:   
*- Córeczko, zanieś to babuni, żeby nabrała sił. Od jakiegoś czasu leży biedna chora w łóżku. Na pewno ucieszy się, kiedy ją odwiedzisz. Pamiętaj tylko, byś pod żadnym pozorem nie zbaczała ze ścieżki, którą znasz i wiesz, że prowadzi prosto do domku babci. Jeśli kogoś spotkasz, nie rozmawiaj z nim. Gdy już tam będziesz, przywitaj się ładnie z babunią i bądź grzeczna.*

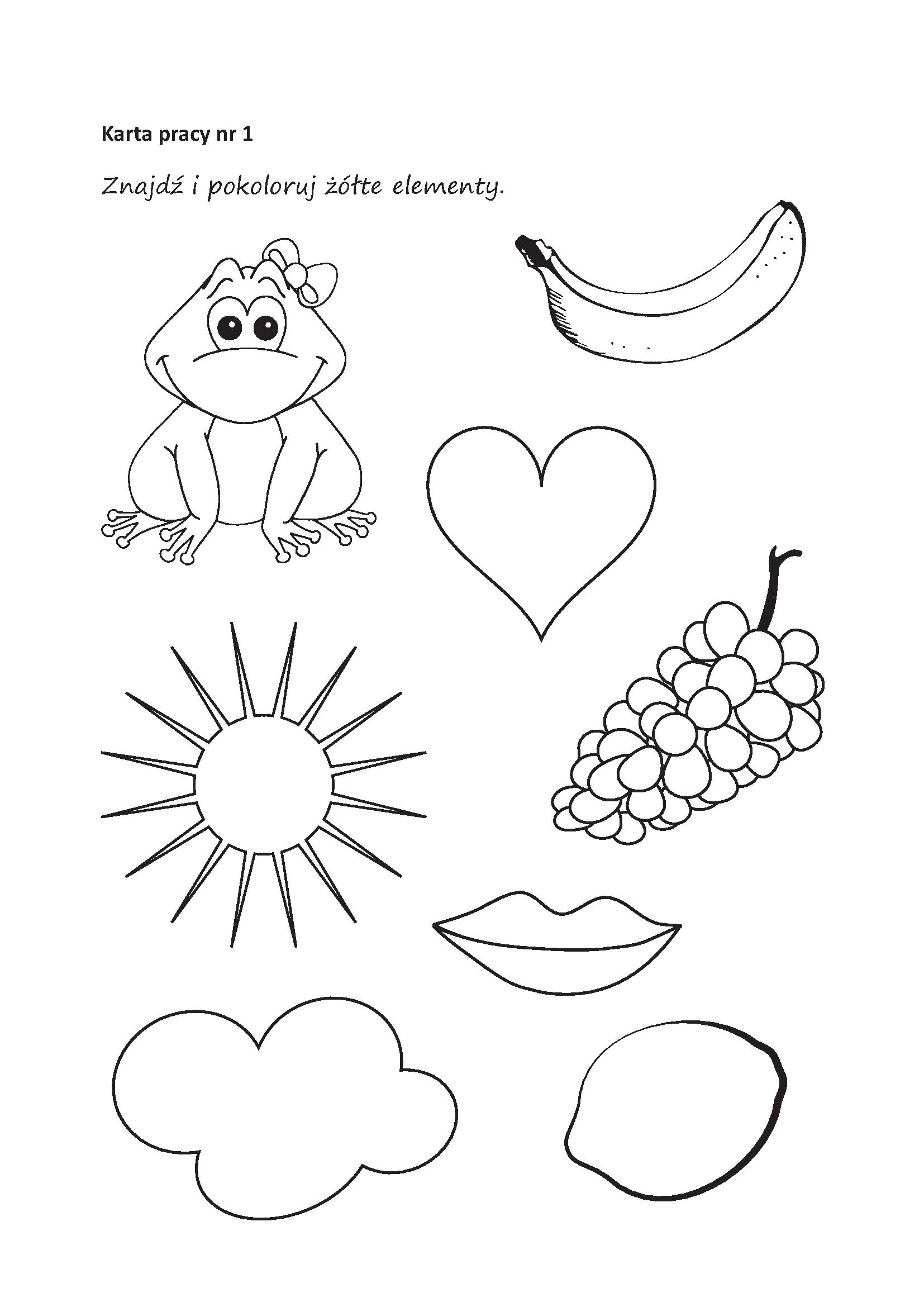
Czerwony Kapturek kiwał jasną główką, ale gdy tylko wszedł do lasu, zapomniał o przykazaniach mamy. Ujrzawszy przepiękne kwiaty nieopodal ścieżki, dziewczynka postanowiła nazbierać trochę dla babci. Gdy związywała kolorowy bukiecik, nagle obok niej pojawił się bury, kudłaty wilk i przemówił ludzkim głosem:   
*- Dzień dobry, śliczna dziewczynko!*   
*- Dzień dobry!* – odpowiedział grzecznie Czerwony Kapturek.   
*- A co tam masz w koszyczku?*- zapytał wilk.   
*- Koszyk z ciastem i winem dla mojej chorej babci. Idę do niej, by sprawić jej radość i pomóc w odzyskaniu sił.*   
Chytry wilk pomyślał sobie: *Ta mała wygląda bardzo smakowicie, na pewno będzie lepsza niż stara babka, ale muszę coś wymyślić, by połknąć obie. Zapytam dziewczynkę o drogę do babci, ubiegnę, a gdy dojdzie do domu babci, już będę tam na nią czekał!*. Tak też postanowił uczynić:   
*- A gdzie mieszka twoja babcia, dziewczynko?*   
Czerwony Kapturek odrzekł bez wahania:   
*- To niedaleko! Na końcu tej ścieżki rosną trzy ogromne dęby, oplecione przez krzaki leszczyny. Za tymi zaroślami zobaczysz niewielki biały domek. Bardzo łatwo do niego trafić. Tam mieszka moja babcia.*   
Wilk wykorzystał chwilę nieuwagi Czerwonego Kapturka i czmychnął ścieżką w kierunku domku babci. Dziewczynka, gdy uznała, że bukiet jest już wystarczająco piękny i pachnący, by ucieszył chorą babunię, także ruszyła przed siebie.   
Przez ten czas, wilk, który był duży i szybki, dobiegł do domku babci. Zapukał do drzwi, więc babcia zawołała:   
*- Kto tam?*   
*- To ja, Czerwony Kapturek, babuniu!*- odpowiedział wilk cienkim głosem *- Przyniosłam ci ciasto i wino, byś odzyskała siły!*   
*- Wejdź, kochana wnusiu!*- odparła babcia.   
Usłyszawszy to, wilk wszedł do środka i połknął babcię w całości. Gdy Czerwony Kapturek dotarł na miejsce, zastał wilka przebranego w babciny czepek i koszulę nocną, leżącego w łóżku i przykrytego kołdrą. Widok ten zdziwił dziewczynkę, jednak nie podejrzewała ona jeszcze nic złego.   
*- Babciu!*- zawołała *- Dlaczego ty masz takie wielkie uszy?*   
*- Żebym cię mogła lepiej słyszeć, kochanie.*   
*- A dlaczego masz takie ogromne oczy?*   
*- Żebym mogła lepiej widzieć, jaka jesteś śliczna.*   
*- A takie duże ręce?*   
*- Żebym cię mogła przytulić!*   
*- A takie groźne zęby?*   
*- Żebym cię mogła zjeść!*   
Gdy tylko wilk to powiedział, pożarł Czerwonego Kapturka! Jednak obfity posiłek sprawił, że poczuł senność i już niebawem w domku rozległo się jego głośne chrapanie. Okno w pokoju było uchylone, więc te straszliwe odgłosy słychać było wokół domku. Przechodzący nieopodal myśliwy pomyślał:   
*- Ale głośno chrapie dzisiaj ta staruszka. Wejdę i zobaczę, czy wszystko u niej w porządku.*   
Gdy zajrzał do domku, zobaczył śpiącego wilka i pomyślał: *Tu jesteś, zbóju! Szukam cię od dawna, ale teraz już mi nie umkniesz!* I już, już chciał strzelić do wilka, kiedy przyszło mu do głowy, że może jeszcze uda się uratować połkniętą babcię. Wziął zatem nożyczki i rozciął wilkowi brzuch. W tym momencie wyskoczyła z niego babcia, a zaraz potem Czerwony Kapturek! Myśliwy szybko przyniósł sprzed domku worek kamieni i zaszył go w brzuchu wilka. Wtedy zwierzę zbudziło się ze snu i odkrywszy, co się stało, chciało uciec, niestety kamienie były zbyt ciężkie i sprawiły, że wilk padł martwy na ziemię.   
  
Myśliwy, babcia i Czerwony Kapturek cieszyli się, że wszystko skończyło się dla nich dobrze. Dziewczynka postanowiła, że już nigdy nie zrobi wbrew woli swojej mamusi i tak też się stało.   
  
**Bajka Czerwony Kapturek powstała na podstawie baśni braci Grimm.**

[https://basn.pl ›](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=4&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjt5JnY07LkAhWBi8MKHe_3BKIQFjADegQIAxAB&url=https%3A%2F%2Fbasn.pl%2Fbajki%2Fdo-czytania.php&usg=AOvVaw2rAcTwEITCxSqZf5Q4M_04)

***[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjh1Or-tPbOAhWE_SwKHV6ICaAQjRwIBw&url=http://m.spporytejablon.superszkolna.pl/wiadomosci/4/wiadomosc/65281/zapisy_do_punktu_przedszkolnego&bvm=bv.131783435,d.bGg&psig=AFQjCNG1p7ou4YuAme2mdCuAUbDcBGFfkA&ust=1473102563078223)***

***Kącik dla przedszkolaka…***

******



******

# *https://pprzeclaw.edupage.org/files/canstockphoto5193832.jpgPół godzinki dla rodzinki…*

### Butelkowy slalom

Uważacie, że poruszanie się slalomem jest łatwe? To spróbujcie to zrobić z zawiązanymi oczami! Ta zabawa poprawia koncentrację, ćwiczy zapamiętywanie i koordynację ruchową. Zaczynacie od rozstawienia dwóch butelek po pokoju. Dziecko ma chwilę na przyjrzenie się i zapamiętanie gdzie stoją, po czym zawiązujecie mu oczy. Zadanie polega na przejściu w taki sposób, aby nie przewrócić żadnej z butelek. Gdy uda mu się przejść poziom, dokładacie kolejną przeszkodę i tak do momentu, aż skończą Wam się w domu plastikowe butelki.

### Wyścig żółwi

Zabawa, przy której jest sporo śmiechu, a dzieciaki lubią ją powtarzać i bić swoje rekordy. Na mecie ustawia się jedno lub więcej dzieci w pozycji na czworaka (mama czy tata również mogą). Każdy zawodnik na plecach ma balast w postaci woreczka. Każdy porusza się na czworaka najszybciej jak potrafi. Gdy woreczek spadnie zaznaczamy od miejsca dokąd żółw dotarł. Dzieciaki lubią poprawiać swój rekord i próbować dojść za każdym razem dalej. I tak zabawa może trwać naprawdę długo.

### Rzucamy do celu

Prosta, ale zajmująca gra. Na podłodze stawiacie miskę lub wiaderko i wrzucacie do niego piłki, balony lub zmięte w kulki gazety. Oczywiście wygrywa ten, kto wykona najwięcej prawidłowych rzutów z linii mety.

[](https://www.google.pl/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiq_8zyrPbOAhXG2CwKHSboDvgQjRwIBw&url=http://www.tapeta-dziecko-gotowanie-misiu.na-pulpit.com/&bvm=bv.131783435,d.bGg&psig=AFQjCNE6BlPi0g4_c39b3nMVQbw_WzjwuQ&ust=1473100413930301)

***Z przedszkolnego Menu- pyszności dla naszych Krasnali…***

# Zupa pieczarkowa z grzankami z pesto i mozzarellą

### Składniki

4 porcje

Zupa pieczarkowa

* 2 łyżki oliwy
* 1 cebula
* 1/2 małego pora
* 500 g pieczarek
* 1/2 marchewki
* 1/2 pietruszki
* 1 mały ziemniak
* 600 ml bulionu
* 100 ml śmietanki 18% (do zup i sosów, w kartoniku)

Pesto pietruszkowe

* pęczek natki pietruszki
* 2 łyżki pestek dyni
* mały ząbek czosnku
* 2 łyżki tartego parmezanu
* 5 łyżek oliwy extra vergine

Oraz

* bagietka
* tarta mozzarella

### Przygotowanie

Zupa pieczarkowa

* W garnku na oliwie zeszklić pokrojoną w kosteczkę cebulę i pokrojonego pora. Następnie dodać umyte oraz pokrojone pieczarki i smażyć ok. 10 minut co chwilę mieszając.
* Dodać obraną i startą na tarce marchewkę oraz pietruszkę a także obranego i pokrojonego w kosteczkę ziemniaka. Wymieszać i chwilę razem podsmażyć. W międzyczasie doprawić solą i pieprzem.
* Wlać gorący bulion i zagotować. Gotować pod przykryciem przez ok. 15 minut aż warzywa będą miękkie. Zmiksować blenderem, pod koniec dodać śmietanę.
* Zupę można udekorować plasterkami zrumienionych na maśle pieczarek.

Grzanki z pesto i mozzarellą

* Ręcznym blenderem zmiksować składniki pesto: listki natki pietruszki, pestki dyni, czosnek, parmezan, oliwę extra vergine oraz szczyptę soli i pieprzu.
* Bagietkę pokroić na kromki, posmarować pesto i posypać tartą mozzarellą. Zapiekać w piekarniku (temp. 200 st. C lub grill) do zrumienienia ok. 4 minuty

# Filety kurczaka zapiekane z serem i pieczarkami

### Składniki

4 porcje

* 1 podwójny filet z kurczaka
* sól, pieprz, po 1 łyżeczce papryki w proszku i oregano
* 1 ząbek czosnku
* 3 łyżki oliwy
* [sos pomidorowy do pizzy](https://www.kwestiasmaku.com/przepis/sos-pomidorowy-na-pizze)
* 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej/skrobi ziemniaczanej
* 1/2 czerwonej cebuli
* 8 pieczarek
* ok. 130 g mozzarelli w plastrach lub tartej (żółtej)
* bazylia

### Przygotowanie

* Piekarnik nagrzać do **190 stopni C**. Filety kurczaka przekroić na mniejsze części: z każdego filetu odciąć polędwiczkę (ruchoma część), następnie pozostały filet przekroić wzdłuż na 2 cieńsze plastry. Wszystkie kawałki kurczaka rozbić tłuczkiem na cieńsze plastry równej grubości.
* Doprawić je solą, pieprzem, papryką, oregano oraz startym czosnkiem. Nasmarować łyżką oliwy.
* Przygotować [sos pomidorowy na pizzę](https://www.kwestiasmaku.com/przepis/sos-pomidorowy-na-pizze). Na koniec dodać do niego przez sitko mąkę ziemniaczaną i zagotować.
* Kawałki kurczaka włożyć na rozgrzaną patelnię z 1 łyżką oliwy i obsmażyć z dwóch stron. Przełożyć do naczynia żaroodpornego.
* Na tę samą patelnię wlać drugą łyżkę oliwy, dodać pokrojoną w piórka czerwoną cebulę i chwilę ją podsmażyć. Dodać umyte i osuszone pieczarki pokrojone na plastry, wymieszać i smażyć przez ok. 5 minut aż zaczną się rumienić. Na koniec posolić.
* Na każdym filecie wyłożyć po ok. 2 łyżki sosu pomidorowego, następnie dodać ser mozzarella (pokrojony na półplasterki lub starty). Na wierzch wyłożyć pieczarki z cebulą.
* Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec przez ok. 15 minut. Posypać bazylią i podawać np. z makaronem. Danie można odgrzewać, np. włożyć do naczynia z upieczonym kurczakiem ugotowany i wymieszany z oliwą makaron i razem podgrzewać w piekarniku.

### Propozycja podania

makaron pełnoziarnisty

# Jogurt z syropem klonowym

### Składniki

1 porcja

* 180 g jogurtu naturalnego lub greckiego
* 2 - 3 łyżki syropu klonowego
* świeże owoce np. maliny, truskawki, borówki, marakuja, kiwi, banan, granat
* opcjonalnie, na śniadanie: kilka łyżek płatków śniadaniowych lub płatków owsianych oraz łyżeczka pestek słonecznika lub dyni

### Przygotowanie

Jogurt wlać do miseczki, polać syropem klonowym i posypać ulubionymi owocami. W wersji na śniadanie można dodać płatki śniadaniowe, owsiane i pestki.

*[https://www.kwestiasmaku.com](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=2ahUKEwjZ__e82LLkAhVuw4sKHev1DZgQFjAAegQIBhAC&url=https%3A%2F%2Fwww.kwestiasmaku.com%2F&usg=AOvVaw1M20H6MUhNCbEzjQNOg6aA)*

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

**Przygotowała:**

**Katarzyna Liberacka**