

S
Ł
Ó
W
K
O



PRZEDSZKOLE 69



REDAKCJA GAZETKI: PRZEDSZKOLE NR 69 WE WROCŁAWIU

Gazetkę redagują: Małgorzata Sobuś, , Renata Sokolińska.





Listopad

Przyszedł sobie do ogrodu
stary, siwy pan Listopad.
Grube palto wziął od chłodu
i kalosze ma na stopach.

Deszcz zacina, wiatr dokucza.
Pustka, smutek dziś w ogrodzie.
Pan Listopad cicho mruczy:
nic nie szkodzi, nic nie szkodzi.

Po listowiu kroczy sypkim
na ławeczce sobie siada.
Chłód i zimno. Mam dziś chrypkę.
Trudna rada, trudna rada.

Wanda Grodzieńska

Wyszukała: Małgorzata Sobuś



Przepisy Koraliny gotującej dziewczyny



Dziś do kuchni zaprosimy sowę

na ryżowym wafle.

Przepis jest bardzo prosty.

Na wafle nakładamy porcję masła orzechowego albo masy krówkowej.

Skrzydła wykrawamy z plasterków jabłka.

Brzuszek i dziób sowy to ułożone migdały, a jej oczy zrobicie pianek marshmallow i z jagód albo borówek amerykańskich.

Niebanalny deser jest gotowy! Smacznego!



SMACZNEGO!!!!!!

Wyszukała Karolina Żarczyńska

Kącik plastyczny - liściakowy -Jeż

Potrzebujesz :

- kolorową kartkę
- długie liście,
- wycięte koło z kartki i dwie łapki,
- klej,
- gotowe oczy samoprzylepne nasek.



Wykonanie:

Na kolorowej kartce przyklejamy liście blisko siebie jak na zdjęciu (najlepiej jeśli liście wcześniej poleżą w książce). Na liście przyklejamy wycięte z kartki koło- głowa. Przyklejamy oczy, nos i rysujemy „ryjek”. Jeż gotowy. A może tak stworzyć jeżową rodzinę? Miłej zabawy.

Wyszukała: Alina Dytman



Zapraszam do wspólnej zabawy- Rodzic czyta dziecko pokazuje.

Pokoloruj obrazki, wtnij je. Odwróć obrazkiem do dołu. Losujecie obrazek i wykonujecie podane zadanie.

Zrób z języka koszyczek! Czubek języka podnieś i dotknij podniebienia. Połknij ślinę!

Nabierz powietrze w policzki, następnie do jednego policzka, pod górną wargę i pod dolną!

Czubkiem języka dotknij każdego zęba u góry jakbyś liczył korale jarzębiny!

Przesuń czubkiem języka po ząbkach u góry, by pięknie błyszcząły!

Czubek języka podskakuje jak spadający z drzewa żołędź i dotyka do wałka dziąsłowego!

Płaski jak liść język przyciśnij całą powierzchnią u góry do podniebienia!

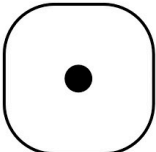
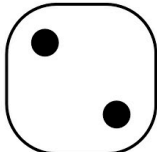
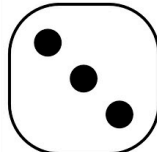
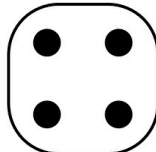
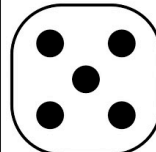

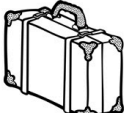
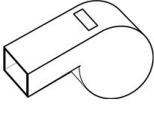













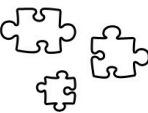





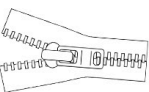


Język wspina się po: zębach na dole, zębach na górze, dotyka odniebienia i zagląda do gardła.

Wypchnij policzek językiem, by wyglądał jakby ukrył się tam orzech. Teraz drugi policzek. Powtórz 3 razy!

Gra

Przygotuj kostkę do gry i dobry humor – zaproś bliskich do zabawy.

Rzuć kostką i powtórz nazwy obrazków. Pokoloruj obrazki.

					
 WALIZKA	 GWIZDEK	 ZUPA	 GWIAZDA	 ZAJĄC	 PREZENT
 ZEBRA	 ZĘBY	 WÓZEK	 ZNAK	 LIZAK	 ZEGAR
 GAZETA	 DINOZAUR	 KOZA	 PUZZLE	 ZŁOTO	 ZAPAŁKI
 ZAMEK	 MÓZG	 JĘZYK	 ZAMEK	 KOZAKI	 ZERO

<http://fb.com/GADUterapia>

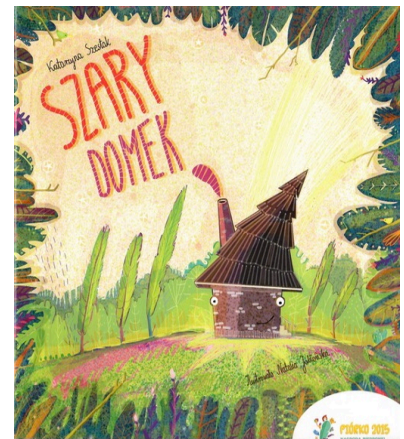
Wyszukała: Małgorzata Sobuś



Nasza Top Lista Książek dla dzieci:

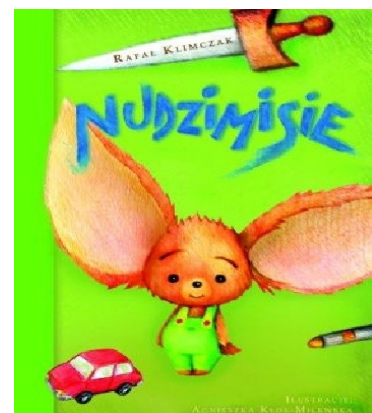
1. **Szary Domek**, Katarzyna Szestak, 2015, wydawnictwo: Zielona Sowa.

To piękna opowieść o poszukiwaniu prawdziwej przyjaźni - prawdziwej i wiernej, pomimo odmiennych natur, sposobów bycia, marzeń i opinii innych. Napisana przez laureatkę konkursu Piórko 2015. Nagroda Biedronki za książkę dla dzieci.



2. **Nudzimisie**, Rafał Klimczak, 2018, wydawnictwo: Skrzat.

O przyjaźni przedszkolaków z tymi sympatycznymi stworkami, o odnudzaniu, super zabawie i niezwykłym miejscu – Nudzimisiowie dowiedzie się z tej książki.



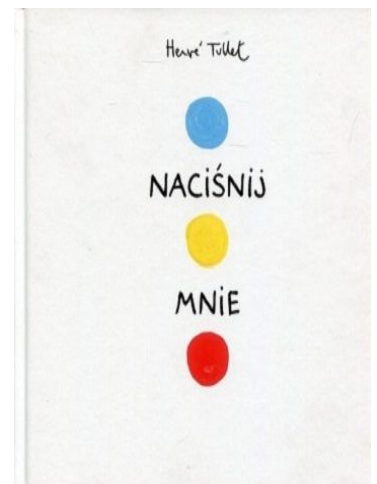
3. **Basia i przedszkole**, Zofia Stanecka, Marianna Oklejak, 2011, wydawnictwo: LektorKlett.

Przygody Basi pomagają dziecku zrozumieć świat, pokazują, jak poradzić sobie w trudnych sytuacjach. W tym tomie Basia odkryje, że „inny” nie znaczy „gorszy”, a dziwne zachowanie niektórych znajomych z przedszkola staje się zrozumiałe, gdy się z nimi spędzi trochę więcej czasu.



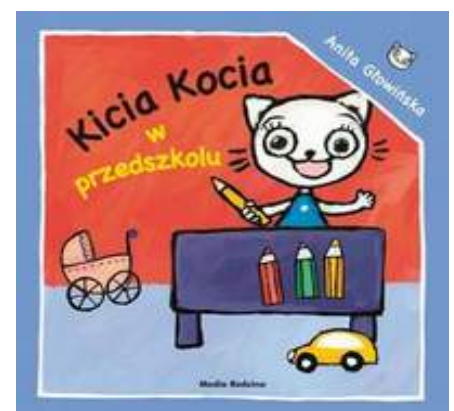
4. **Naciśnij mnie**, Hervé Tullet, 2019, wydawnictwo: Babaryba.

To interaktywna książka dla dzieci, w której główną rolę pełnią różnokolorowe kropki. Znajdziemy w niej podpowiedzi, co z nimi zrobić. Od poleceń naciskania, przez klaskanie, do dmuchania. I za każdym razem spotkamy się z innym efektem działań. Pozycja minimalistyczna w pomyśle i wykonaniu, a przez to genialna.



5. **Kicia Kocia w przedszkolu**, Anita Głowińska, 2019, wydawnictwo: Media Rodzina.

Wspólnie z Kicią Kocią dziecko odkrywa świat i uczy się poruszać w codziennym życiu. Kicia Kocia jak co dzień idzie do przedszkola, gdzie spotyka przyjaciół i razem świetnie się bawią. Dzięki Kici Koci dzieci dowiadują się, jak wygląda typowy dzień przedszkolaka.



Wyszukała: Karolina Żarczyńska



Złość w wieku przedszkolnym

Dziecięce wybuchy złości w wieku przedszkolnym są dużym problemem dla dorosłych i dla dzieci. Występowanie tych emocji jest powszechne, czasami dość naturalne i zazwyczaj są wyrazem pewnych informacji kierowanych do rodziców lub nauczycieli.

Występowanie emocji złości u dzieci może być wyrazem potrzeby kontaktu, narzędziem komunikowania przez dziecko, wyrazem nadmiaru emocji, poczucia zagrożenia lub frustracji. Złość jest emocją, która pojawia się, gdy czujemy się zagrożeni i mamy świadomość, że musimy reagować, by zapewnić sobie bezpieczeństwo. Jest to reakcja na tyle pierwotna, że w pierwszych latach życia nie podlega świadomej kontroli. Ze względu na stopień rozwoju układu nerwowego i ograniczone możliwości kontroli, dziecko okazuje złość, nie dlatego, że chce zadać ból albo postawić na swoim. Złość to komunikat, że coś poszło nie tak. Najczęstszą przyczyną, dla której nie pozwalamy dzieciom na ekspresję złości, jest chęć zapewnienia bezpieczeństwa złościącemu się dziecku, innym dzieciom lub sobie samym. Bezpieczeństwo rzeczywiście powinno być na pierwszym miejscu. Dobrze jednak dołożyć starań, żeby nie umknął nam komunikat, który wysyła dziecko, gdy reaguje agresją.

Reakcje związane ze złością częściej mogą pojawiać się u dzieci wysoko wrażliwych, czyli bardziej emocjonalnych, bardziej reaktywnych wobec różnych bodźców płynących z otoczenia, u dzieci z zakłóconą integracją sensoryczną. Warunkuje to do pewnego stopnia ich wrodzony temperament oraz stopień integracji sensorycznej. Wybuch złości związany z reakcjami agresywnymi pojawia się więc często, gdy dziecko jest zmęczone, gdy jego możliwości neuronalne są wyczerpane, gdy nie ma fizjologicznej możliwości, aby się uspokoić. Wówczas dziecko szuka jakiegoś powodu, na którym może skupić swoją energię i ją wyładować. Należy wtedy pomóc dziecku uspokoić się i odpocząć.

Co w takim razie możemy zrobić, żeby wesprzeć dzieci, kiedy się złością? Przede wszystkim dobrze jest mieć świadomość, że nie ma jednego właściwego rozwiązania, które pozwoliłoby na właściwą reakcję na dziecięcą agresję. Możemy jednak:

- 1. Zapewnić bezpieczeństwo** dziecku i otoczeniu (innym dzieciom, osobie dorosłej) – odizolować, przenieść w bezpieczne miejsce, przytrzymać, powstrzymać, objąć.
- 2. Odczytać komunikat** – zrozumieć, czego wyrazem jest agresywna reakcja dziecka, np. trudnych uczuć: złości, lęku, zazdrości, frustracji, zmęczenia, odpowiedzi na agresywne zachowanie innej osoby, potrzeby poszukiwania kontaktu.
- 3. Zaakceptować i wysłuchać** emocji dziecka (wysłuchana złość uspokaja się szybciej). Dostrzec i zaakceptować jego emocje: Widzę, że coś cię bardzo rozzłościło; Widzę, że się ze mną nie zgadzasz. Zaakceptowanie emocji i wysłuchanie stanowiska dziecka nie oznacza, że jesteśmy zobowiązani

spełnić jego wszystkie oczekiwania. Już sama akceptacja bardzo wiele znaczy – stanowi komunikat, że jest słyszane i widziane, że jest ważne.

4. Opisywać dziecku jego zachowanie. Nazywać uczucia. Okazać zrozumienie (To prawda, to niesprawiedliwe... Rozumiem, że się złościł... Masz prawo być rozgniewany... Żal ci, że nie możemy zostać dłużej na placu zabaw... Złościł się, bo kolega nie chce ci oddać swojego samochodu...).

5. Energia i złość z ciała uwalniają się przez ruch, przez aktywność ruchową. Na ile warunki na to pozwalają, należy pozwolić dziecku na rozładowanie złości w ruchu (np. uderzanie, a nawet kopanie w poduszkę, worek treningowy, miękkie siedzisko).

6. Gdy ciało dziecka się uspokoi, delikatnie objąć i przytulić dziecko – dając mu sygnał, że relacja nie została zerwana. Jeszcze raz okazać zrozumienie i powiedzieć dziecku o jego uczuciach, starsze dziecko można zapytać, jak się czuje, co się stało.

7. Po uspokojeniu nadchodzi czas na słowa – przypominamy zasady, umowy, reguły (np. Nie zgadzam się na bicie, nie ma zgody na bicie, plucie, kopanie, gryzienie). Wskazujemy dziecku, czego oczekujemy w przyszłości (np. Kiedy się złościł na kolegę, powiedz mu to, ale nie wolno ci go uderzać. Zamiast uderzyć kogoś, przyjdź do mnie i powiedz, co się stało).

8. Wprowadzenie konsekwencji – kiedy to konieczne, szczególnie w przypadku dziecka starszego, można wprowadzić konsekwencję w postaci chwilowego odizolowania dziecka – 3–5 minut w tzw. kąciaku wyciszenia. Kiedy emocje już zupełnie opadną, można zachęcić dziecko, aby przeprosiło za swoje zachowanie – nie w każdym przypadku będzie to uzasadnione, może być bowiem tak, że dziecko zareagowało całkiem automatycznie i nieintencjonalnie, w takich wypadkach wyrażanie żalu mogłoby być sprzeczne z autentycznymi uczuciami dziecka. Dlatego warto uważnie obserwować dziecięce uczucia, a kiedy rozpoznamy w nich żal, można zachęcić dziecko do przeprosin. Warto pomóc mu dostrzec, jak czują się inni, gdy ono zachowuje się agresywnie: Patrz, Tomek płacze, bo go to zabolalo; Martwię się o ciebie, gdy uciekasz, bo chcę, żebyś był bezpieczny; Marysi chyba zrobiło się przykro, może zapytamy ją o to?

Kilka wskazówek ułatwiających wspieranie rozwoju emocjonalno-społecznego przedszkolaków:

1. Motywuj i wzmacniaj poczucie wartości dziecka

Najważniejsze jest pozytywne motywowanie do zmiany zachowania i budowanie poczucia własnej wartości dziecka. Dorośli powinni stale stwarzać dziecku okazje do rozwijania zainteresowań, poznawania talentów i mocnych stron. Zachęcajmy je do zadawania pytań i poszukiwania odpowiedzi, nie zabijajmy ich naturalnej ciekawości świata. Pozwólmy dzieciom się brudzić, eksperymentować i doświadczać wszystkimi zmysłami, bo tylko wtedy będzie to szczęśliwe dzieciństwo. Dzieci potrzebują zainteresowania i uwagi, ze strony dorosłych, ich brak może powodować chęć zwrócenia na siebie uwagi i z tego powodu niestosowanie się do zasad.

2. Towarzyszyć z uśmiechem i z pomocą

Na wagę złota są pozytywne komunikaty i pochwały słowne. Wszelkie komunikaty kierowane do najmłodszych powinny być jasne, konkretne i szczegółowe, dostosowane do wieku, ani zbyt infantylne, ani zbyt poważne. Ustal jasne zasady z dzieckiem sprawiającym trudności wychowawcze, które powinny być sformułowane w sposób prosty dla dziecka, łatwy do zapamiętania i pozytywny, nie powinny być ujęte w formie zakazów z partykułą „nie”.

W przypadku młodszych dzieci warto wykorzystać ilustracje, a zasady najlepiej wprowadzać po kolei i przypominać je tak często, jak to możliwe. Bardzo ważna jest też współpraca z rodzicami. Jednolity front wychowawczy w domu i w przedszkolu da dziecku poczucie bezpieczeństwa i wyraźnie zaznaczy granice pożądanych zachowań.

3. **Bądź konsekwentny**

Dziecko przekraczające określone zasady powinno być przygotowane na konsekwencje. Dorosły wspólnie z dzieckiem powinien ustalić wcześniej, co grozi za łamanie ustalonych zasad. I pamiętać o tym, że skuteczna konsekwencja nie jest ani długotrwała, ani surowa, ale systematyczna. Występuje niezwłocznie po niepożądanym zachowaniu. Warto wykorzystać konsekwencje naturalne, czyli te wynikające bezpośrednio z zachowania, np. gdy przedszkolak zniszczy zabawkę, musi ją naprawić z pomocą rodzica, nauczyciela lub przynieść w zamian swoją zabawkę, która stanie się własnością grupy.

4. **Stwórz plan dnia**

Kolejnym sposobem na „niegrzeczne dziecko” jest przewidywalny, określony i powtarzający się rytm dnia, który porządkuje jego codzienność i staje się rutyną. Wyznacza czas na zabawę, posiłki, odpoczynek czy obowiązki. Również rodzic w domu wspólnie z dzieckiem może stworzyć plan obowiązków domowych z prostymi czynnościami, jakie dziecko może wykonywać samodzielnie bądź z pomocą rodziców, czy starszego rodzeństwa. Uczy to przede wszystkim samodzielności i odpowiedzialności za powierzone zadania.

5. **Ucz rozpoznawania emocji i wyciszaj dziecko**

Przedszkolak ma najwięcej trudności z nazywaniem i rozpoznawaniem uczuć swoich i innych osób, dlatego warto skupić się na rozwijaniu tej umiejętności każdego dnia zarówno w przedszkolu, jak i w domu.

W niwelowaniu nieodpowiednich zachowań „niegrzeczного dziecka” może pomóc proponowanie aktywności wyciszających, wymagających skupienia.

Pomocne mogą być wszelkiego rodzaju metody relaksacyjne: ćwiczenia oddechowe, masażyki, odpoczynek przy muzyce lub czytanej bajce. Dzieci powinny mieć ustalony czas na odpoczynek i zabawę zarówno w domu, jak i w przedszkolu, wiedzieć, dlaczego odpoczynek jest ważny, w jaki sposób można odpoczywać i się relaksować, by było to korzystne dla zdrowia.

6. **Przerwa time out**

W sytuacji kryzysowej, gdy niepożądane zachowanie dziecka jest niebezpieczne dla rówieśników lub jego samego, warto wykorzystać procedurę z terapii behawioralnej „przerwa time out”. Polega ona na czasowym odsunięciu dziecka od zabawy, odebraniu uwagi nauczyciela i rówieśników poprzez odejście na bok, w wyznaczone miejsce. W ramach tej metody możemy pozbawić dziecko czasowo nagród, przywilejów, przyjemności w celu uspokojenia bądź jego wyciszenia się.

Czasem przyczyna zachowania agresywnego bądź niepożądanego jest błaha, a jej wyeliminowanie jest bardzo proste dzięki m.in. zastosowaniu odpowiednich strategii. Jednak często znalezienie przyczyny jest procesem trudnym i długotrwałym, dlatego ważne jest, aby mimo pojawiających się przeciwności, dorośli nie poddawali się i stale budowali zarówno pozytywną relację z dzieckiem, jak i nic porozumienia dziecka z całą grupą przedszkolną, bo może okazać się ona pomostem do rozwiązania jego trudności.

Wyszukała Renata Sokolińska

Przygotowano na podstawie artykułów:

Agnieszki Krupa-Wiśniewskiej „8 sposobów na „niegrzeczne dzieci” – Blżej Przedszkola
Małgorzaty Stańczyk „Do czego dzieciom potrzebna jest ZŁOŚĆ?” – Blżej Przedszkola
Agnieszki Wentrych „Kiedy dzieci w przedszkolu przejawiają zachowania agresywne...?” –
Blżej Przedszkola.