**Zespół Placówek Oświatowych w Kopance**

**im. Janusza Korczaka**



**Gazetka Przedszkolna nr 2/2020**

****

**Z okazji zbliżających się**

**Świąt Bożego Narodzenia**

**Wzajemności przy wigilijnym stole,**

**białego puchu za oknem i dobrego nastroju**

**oraz pełnych garści zdrowia z całego serca życzą:**

**Dyrekcja, Nauczyciele i wszyscy Pracownicy**

**Przedszkola w Kopance**

****

** PRZYGOTOWANIA SĄ WAŻNE**

Przedświąteczna lekcja Święta Bożego Narodzenia tuż, tuż…

i na samą myśl uśmiechamy się do swoich myśli, **bo czas przedświąteczny**

**ma w sobie jedyną w swoim rodzaju magię**. Kuchnia staje się wówczas

miejscem radosnym i chętnie odwiedzanym przez domowników,

zapach potraw i wypieków pięknie wypełnia cały dom,

a choinkowe światełka tworzą niepowtarzalny nastrój. …

Jednak czasem gotujący się barszcz wrze za mocno i „ucieka” z garnka – tak można porównać przedświąteczną atmosferę panującą w wielu domach: gorąca, wrze i czasem nawet wymyka się spod kontroli. Nie ma się co dziwić, jesteśmy zapracowani, wciąż się spieszymy, a na świąteczne przygotowania mamy zawsze zbyt mało czasu… A taki gotujący się barszcz możemy przecież przykryć pokrywką, zmniejszyć płomień na kuchence i już nam to co najlepsze z garnka nie ucieknie. Tak wiele zależy od nas samych. W okresie przedświątecznym stoją przed nami do wykonania dwa zadania: przygotować Święta zgodnie z tradycją, zadumą i wspomnieniami z dzieciństwa. Drugie zadanie, o wiele ważniejsze: pamiętać, że obserwują nas nasze dzieci i uczą się podczas tej najważniejszej lekcji z życia. Dzieci w szkołach zdobywają wiedzę z książek, nabywają wiadomości niezbędne im do dalszych szczebli kształcenia się. Jednak jest jeszcze wiedza, której młodzi ludzie nie wyniosą ze szkoły: jak postępować w dorosłym życiu, w jaki sposób zorganizować czas i podzielić go sprawiedliwie, aby nic nie zaniedbać i aby nikt nie został zaniedbany. Nasze dzieci na nas patrzą i uczą się przeżywać ważne chwile tak, jak my to robimy. Po latach, tę cenną wiedzę przekażą swoim dzieciom. Potraktujmy czas przygotowań jak **przedświąteczną lekcję,** na której to my, dorośli - jesteśmy nauczycielami. Dzieci przeżywają te chwile na swój szczególny sposób: dla nich to oczekiwanie na pierwszą gwiazdkę, okazja do odkrywania nowych zapachów i smaków, oraz, a może przede wszystkim **czas, w którym chcą Ci pomóc**. Traktujmy wieczory przy choince jak wartościowe spotkania, podczas których razem z dziećmi usiądziemy, by spojrzeć na to, co jest teraz, porozmawiać o najbliższej przyszłości i o tym, że zawsze będziemy razem. Wyłączmy na tę chwilę telewizor. Bądźmy tylko MY.

Zanim wszyscy usiądą do wspólnego stołu, Rodzice zdają „egzamin” z wzajemnego szacunku do

siebie i do wydarzenia, do którego przygotowują cały dom, to szalenie trudny sprawdzian

z OPANOWANIA i zachowania DYSTANSU do wielu niezałatwionych spraw i niezrealizowanych,

a narastających obowiązków. To jest moment, w którym rozliczamy siebie z obecności, na którą

cierpliwie czekało dziecko i odliczało dni, słysząc codziennie od mamy i taty, takie SŁOWA:

„w czasie Świąt będziemy mieli dla siebie więcej czasu…”

**Zaczarowane, WYCZEKIWANE słowa:** „więcej czasu”, „poczytamy”, „pobawimy się,” „pójdziemy na sanki”… „będziemy razem”… nie możemy zawieść, bo inaczej – nie zdamy!

A więc… **DO DZIEŁA!**

**Zatrzymajmy się i zachwyćmy**: za oknem świat błyszczy się

i zaprasza do spacerów mimo mrozu,

na niebie gwiazdy czuwają nad tą jedyną najjaśniejszą,

dzieci radosne wokół choinki, wypatrują najpiękniejszej bombki

i przeglądając się w jej odbiciu, traktują dom jak

najważniejszy ląd na Ziemi. Podekscytowane przygotowaniami,

szczęśliwe, otoczone magią Świąt. Posłuchajmy: niemal słychać muzykę dobrych aniołów. A może to dzieci grają na dzwonkach, nucą kolędy, śpiewają pastorałki?

** Poczujmy:** w kuchni ciepło, pachnąco, przedświątecznie.

Po mieszkaniu rozchodzi się zapach świerku zmieszany

z zapachem pieczonego ciasta. Wstaw do wazonu parę gałązek

**Gotujmy razem!** Połączmy przyjemność z bycia ze sobą,

z pyszną zabawą w kuchni. Do świątecznego pieroga włóżmy migdał i ogłośmy najbliższym, że kto na niego trafi w wigilijną kolację, temu szczęście towarzyszyć będzie przez cały rok. Gdy ciasteczka przybiorą fantazyjne kształty, domownicy udekorują babeczki, a pieroga ulepi każdy, kto wejdzie do kuchni – poczujecie, jak bardzo jesteście sobie bliscy.

 **Zwolnijmy. Posłuchajmy,** jak skrzypi śnieg,

gdy stawiamy pospiesznie kroki. Jak dobrze znaną drogę do pracy,

pokryła biała puchata kołderka. Nacieszmy oczy widokiem

ustrojonych i oświetlonych choinek, które dostojnie zaglądają

przez okna domów. Mijamy je przecież codziennie,

a dzisiaj dodają niezwykłego uroku całej ulicy

**Znajdźmy czas na wspólny spacer** do żłóbka, na zadumę i ciszę, której tak wszyscy potrzebujemy. Porozmawiajmy o tym, zapytajmy naszą pociechę, jakie zna i jak rozumie zwyczaje związane ze Świętami, poświęćmy te chwile na tematy, które są nowe, budzą ciekawość, rodzą pytania. **Niech dziecko poczuje się słuchane, a w ten sposób ważne**. Pomagajmy sobie nawzajem i bądźmy dla siebie życzliwi - wówczas zdążymy z realizacją wszystkich planów, które sobie postawiliśmy. Poczujmy się w ten świąteczny czas naprawdę wyjątkowo. **I podarujmy** naszemu dziecku jeszcze jeden najpiękniejszy i najwspanialszy prezent, tym razem już od siebie: **codzienną porcję przytulania!**

****

****

****

**,,Śniadanie bałwana”**

**W. Zechenter - Spławińska**

**Panie bałwanie, panie bałwanie!**

**Co chce pan dostać dziś na**

**śniadanie**

**- Proszę śnieg w płatkach,**

**w sopelkach lody**

**i porcję szronu chcę dla ochłody**

**Panie bałwanie, zimne śniadanie**

**Od pani zimy wnet pan dostanie**

**10 próśb Twojego dziecka w te Święta:**

**Posłuchaj, o co proszę Cię w te Święta dziesięć razy mocniej…**

**1. Proszę Cię o małą ściereczkę. Chcę uczestniczyć w porządkach w naszym domu.**

**2. Pozwól mi usiąść przy kuchennym stole. Chcę czuć zapachy, dotykać przypraw, nazywać je i poznawać ich smaki.**

**3. Ubierz mnie w fartuszek, pozwól mi się pobrudzić, rozsypać mąkę. Uwielbiam patrzeć na Ciebie, gdy się krzątasz i pieczesz. Kuchnia nabiera wtedy blasku.**

**4. Z przedszkola odbierz mnie wcześniej, do domu wróćmy naokoło. Nie spiesz się. Pooglądajmy wspólnie choinki w oknach domów na naszym osiedlu. Prawda, że serce bije mocniej?**

**5. Razem nakryjmy stół. Czuję się dumny, gdy mogę te same czynności wykonywać tak blisko Ciebie.**

**6. Odłóż dzisiaj telefon. A jeśli zadzwonią z pracy – załatw to szybko. I powiedz, że dzisiaj to Ty nie masz dla nich czasu. Bo przygotowujesz Święta razem ze swoim dzieckiem. A to jest ważne dla Ciebie. I dla mnie też.**

**7. Popatrzmy razem w niebo. Poczekajmy na pierwszą gwiazdkę. W ten sposób uczę się, że nie wszystko „przychodzi” natychmiast.**

**8. Poczytaj mi przed snem,**

**9. Popatrzmy razem, jak rośnie ciasto. Ze wszystkich przepisów świata, znam jeden, według którego udają się każde Święta: garść czasu, szczypta życzliwości, piąstka uśmiechu i wieczór spędzony w Twoich ramionach. Tak niewiele, a cieszy ogromnie!**

**10. W taki sposób chcę uczyć się życia od Ciebie.**

****

**RODZICU!**

Dzisiejsze **nieśmiałe** dziecko,

to to, z którego wczoraj się śmialiśmy.

Dzisiejsze **okrutne** dziecko,

to to, które wczoraj biliśmy.

Dzisiejsze dziecko, które **oszukuje,**

to to, w które wczoraj nie wierzyliśmy.

Dzisiejsze **zbuntowane** dziecko,

to to, nad którym się wczoraj znęcaliśmy.

Dzisiejsze **zakochane** dziecko,

to to, które wczoraj pieściliśmy.

Dzisiejsze **roztropne** dziecko,

to to, któremu wczoraj dodawaliśmy otuchy.

Dzisiejsze **serdeczne** dziecko,

to to, któremu wczoraj okazywaliśmy miłość.

Dzisiejsze **mądre** dziecko,

to to, które wczoraj wychowaliśmy.

Dzisiejsze **wyrozumiałe** dziecko,

to to, któremu wczoraj przebaczyliśmy.

**Dzisiejszy człowiek, który żyje miłością i pięknem, to dziecko, które wczoraj żyło radością.**

Ronald Russell

****

**Etapy rozwoju emocjonalnego**

**dziecka w wieku przedszkolnym**

Emocje towarzyszą nam przez całe życie, obejmują różne zachowania i stany, zarówno pozytywne jak i negatywne. Podstawowym zadaniem jest nauczenie się ich rozróżniania i radzenia sobie z nimi. Praca nad tym procesem wymaga od rodziców czynnego uczestnictwa, aby wskazywać swojemu dziecku poprawne zachowania i pomagać w redukcji negatywnych odczuć. Przejdźmy do krótkiej charakterystyki rozwoju emocjonalnego:

TRZYLATEK:

• emocje — krótkotrwałe, gwałtowne, zmienne, okazywane z duża siłą;

• zachowanie impulsywne, związane z emocjami w danej chwili;

• brak kontroli, udawania i ukrywania emocji;

• agresja przejawia się głównie fizycznie (bije, kopie, gryzie)

• ma świadomość swoich potrzeb

• nastawiony na samodzielność i niezależność;

• wrażliwy na to, co dzieje się w jego najbliższym otoczeniu - może silnie przeżywać konflikty w rodzinie; jest coraz bardziej gotowe na dłuższe rozstania.

**CZTEROLATEK:**

• coraz lepiej potrafi nazywać przeżywane przez siebie emocje, opisywać zachowania społeczne;

• potrafi rozpoznać dlaczego ono samo lub ktoś inny przeżywa dane uczucie, zwraca jednak uwagę przede wszystkim na zewnętrzne przyczyny emocji;

• może rozładowywać napięcie emocjonalne poprzez ssanie kciuka, obgryzanie paznokci, nadruchliwość, koszmary senne;

• podczas przeżywania dużego stresu może skarżyć się na ból brzucha, moczyć się lub wymiotować;

• zaczyna zdobywać umiejętność regulacji

emocji;

• w tym wieku nasilają się u dziecka lęki słuchowe, przed ciemnością i dzikimi zwierzętami oraz wyjściem mamy - często związane są one z rozwijającą się u dziecka wyobraźnią;

• ma coraz większą potrzebę nawiązywania kontaktów z rówieśnikami, przynależności do grupy

**PIĘCIOLATEK:**

• rozumie emocje własne i innych ludzi, potrafi je określić;

• potrafi ocenić przyczyny emocji i przewidzieć, jakie zachowania mogą wiązać się z określonymi uczuciami;

• uczy się, jak można wpływać na emocje innych osób, jak reagować, gdy ktoś przeżywa trudną sytuację;

• rozwijają się uczucia związane z samooceną

- poczucie zadowolenia z siebie, wstyd;

• w konfliktach z rodzicami coraz częściej próbuje negocjować, a nie tylko wybuchać złością;

• zwykle rozumie stawiane mu wymagania;

• potrafi utrzymać koncentrację przez dłuższy czas i zaplanować działanie;

• rozwija się u niego poczucie humoru, rozumie żart;

• jest zazwyczaj zrównoważony i spokojny.

Jak rozwijać sferę emocjonalną dziecka?

• „Chrońcie swoje dzieci przed niebezpieczeństwami dorosłego życia, stymulując ich rozwój emocjonalny.

• Pamiętajcie, że dzieci naśladują nasze emocje. Starajcie się do starczać im dobrych wzorców.

• Uczcie swoje dzieci wyrażać emocje, rozmawiajcie o nich i zachęcajcie je, by bacznie obserwowały emocje innych osób

• Nie dopuszczajcie do tego, aby wasze maluchy godzinami wpatrywały się w ekran telewizora. Telewizja zaburza prawidłowy rozwój mózgu.

• Jeżeli wasz kilkulatek ogląda telewizję, kontrolujcie czas i programy, które ogląda. Po każdym programie porozmawiajcie z nim, czego się dowiedział. To jedyny sposób, aby przekazana przez telewizję cenna informacja została zrozumiana i zapamiętana.

• Wyeliminujcie oglądanie telewizji, jeżeli wasze dziecko jest bardzo ruchliwe i trudno mu się skoncentrować. Jeżeli dla dziecka telewizor stał się ważniejszy niż zabawa z wami lub innymi dziećmi, jak najszybciej wynieście odbiornik z domu.

• Kontrolujcie każdą grę komputerową, która pojawi się w ręku dziecka. Zadbajcie o to, by były to programy edukacyjne.

• Zabraniając dziecku oglądania telewizji, nie pozostawiajcie go samemu sobie. Aby odbyło się to bezboleśnie, maluch musi mieć atrakcyjną alternatywę, np. w postaci wspólnej zabawy z wami.

**Zabawy rozwijające sferę emocjonalną:**

**„Kocham Cię, gdy ...**

Codziennie przed snem rodzice wypowiadają zdanie - Kocham Cię, gdy...? i następnie podają trzy powody. Potem to samo mówi dziecko. Wszyscy starają się każdego wieczoru szukać nowych odpowiedzi, co wymaga przypominania sobie różnych szczegółów z całego dnia i umiejętności ich nazywania oraz szukania pozytywnych cech drugiej osoby.

**Czary-mary.**

Dziecko rysuje na kartce sytuację, osobę, której się boi, np. ducha. Dorosły można powiedzieć, że pełni rolę czarodzieja, który zamienia rysunek w taki sposób, żeby zmniejszyć strach dziecka, np. rysuje klatkę dla ducha lub duży mur, którego duch nie może pokonać.

**Nazywaj swoje uczucia .**

W czasie tej zabawy rodzice z dziećmi oglądają ilustracje przedstawiające różne postacie i nazywają przeżywane przez nie uczucia np. radość, smutek, strach, gniew, zdziwienie. Następnie opisują, próbują się wcielić w przedstawione osoby i wymyślają co takiego się wydarzyło, że dana osoba na obrazku właśnie to odczuwa. Można również na podstawie pokazanych uczuć odwołać się do doświadczeń dziecka i rozpocząć rozmowę o jego uczuciach np. kiedy ty jesteś szczęśliwy”



Kącik mądrej główki

Czy wiesz, kto to jest? Opowiedz mamusi, co bałwanek ma na głowie, z czego zrobiony jest jego nosek i co trzyma w rączce. Policz razem z tatą, ile guziczków ma bałwanek na brzuszku. Wszyscy razem pokolorujcie bałwanka!

Policz, ile jest bombek i ile jest gwiazdek na choince, wskaż małe i duże bombki. Pokoloruj obrazek według swojego pomysłu. Do dzieła!

