

Dzielniaczek

MIESIĘCZNIK INFORMACYJNO-EDUKACYJNY PRZEDSZKOLA NR 208



10.11.2022 r. Nr 3/195/2022



W naszym przedszkolu ten niezwykle i bajkowy dzień obchodziliśmy 7 listopada. Od rana czekaliśmy z niecierpliwością w naszych salach na gości. I oto są - odwiedziły nas bajkowe postacie, które zostawiły nam list z zadaniami do wykonania. Jako niespodziankę dostaliśmy ogromną kolorowanekę. Wspólna zabawa była wspaniała! I oczywiście bardzo czarodziejska i bajkowa.



W tym numerze:

- Recykling, upcycling, downcycling- o co w tym chodzi?
- Rokitnik- wartości zdrowotne i odżywcze
- Oddział IV i V- poznajemy Warszawę
- Co słycać w oddziale VI?
- Lateralizacja lewostronna- co warto wiedzieć?
- Jak rozmawiać z dzieckiem o śmierci?
- Co planujemy w listopadzie?

Gazetkę redagują zamiennie: **Agnieszka Przybyszek**, Patrycja Rochowiak, Ewa Dębińska-Dzidek; współpracują wszyscy nauczyciele

URODZINY

W listopadzie urodziny obchodzą:

Michał z oddziału I
Zosia z oddziału IX
Karol z oddziału II

Życzymy wszystkiego najlepszego!

Recykling, upcycling, downcycling- o co w tym chodzi?

Większość towarów, które kupujemy w sklepach wykonanych jest z tworzywa, które możemy ponownie wykorzystać poddając je recyklingowi. Jeśli posegregujemy we właściwy sposób m.in. papier, plastik, szkło oraz metal to zużyte produkty przestają być odpadkiem, a stają się wartościowym surowcem. Dlatego też, kiedy wrzucamy zużyte opakowania do odpowiedniego kosza np.: na meble, ubrania, buty czy gazety dajemy szansę na przetworzenie ich. Celem recyklingu jest m.in. oszczędność energii, ochrona przyrody i dóbr naturalnych.

Jedną z odmian recyklingu jest **downcycling**. Polega on na przetwarzaniu danego tworzywa na materiał o mniejszej wartości. Większość recyklingu przemysłowego można uznać za downcycling. Niewiele jest rzeczy, które można wielokrotnie przerabiać bez zmniejszenia ich wartości. Przykładem takiego surowca jest papier - można go przetworzyć ok. 5 razy. Dla porównania, najgorszej jakości plastik można przerobić tylko jednokrotnie. Downcycling znajdzie zastosowanie również w domowych warunkach, np. poprzez ponowne wykorzystanie foliowej torebki jako worka na śmieci.

"Kierując się ideą recyklingu i upcyclingu, z okazji przypadającego na 22 listopada Dzień Kredki, chcielibyśmy dać "nowe życie" starym i zużytym kredkom. Zachęcamy zatem Państwa do wzięcia udziału w zbiorce starych/ połamanych/ niepotrzebnych kredek ołówkowych i świecowych, która odbędzie się na terenie naszego przedszkola od 14 listopada do 16 grudnia. Kredki prosimy wrzucać do pojemników, które zostaną postawione w szatni górnej oraz obok wózków na parterze. Więcej informacji znajdą Państwo na plakacie informacyjnym znajdującym się w miejscu zbiórki."

Upcycling jest procesem przeciwnym do downcyclingu. Podczas takiego przetwarzania wtórnego, powstają produkty o wartości wyższej niż te, z których zostały one pierwotnie stworzone. Upcycling to naprawianie i dawanie „drugiego życia” starym i niepotrzebnym przedmiotom.

Przykładem mogą być meble z europalet, kwietniki w ogrodzie z opon lub świeczniki ze słoików. Dzięki naszej wyobraźni możemy stworzyć wyjątkowe i oryginalne przedmioty, które nabiorą dla nas znacznej wartości.

Recyklingowe ciekawostki:

- Z 35 plastikowych butelek można wyprodukować bluzę z polaru.
- Do produkcji 1 tony papieru potrzeba ok. 17 drzew. Te drzewa produkują w ciągu roku tlen, który wystarczyłoby dla 170 osób.
- Jedna plastikowa butelka rozkłada się ok. 500 lat, a aluminiowa puszka od 200 do 400 lat.
- Niemal cały samochód (80 - 95%) przeznaczony do złomowania nadaje się do recyklingu.



Pufa wykonana z opony

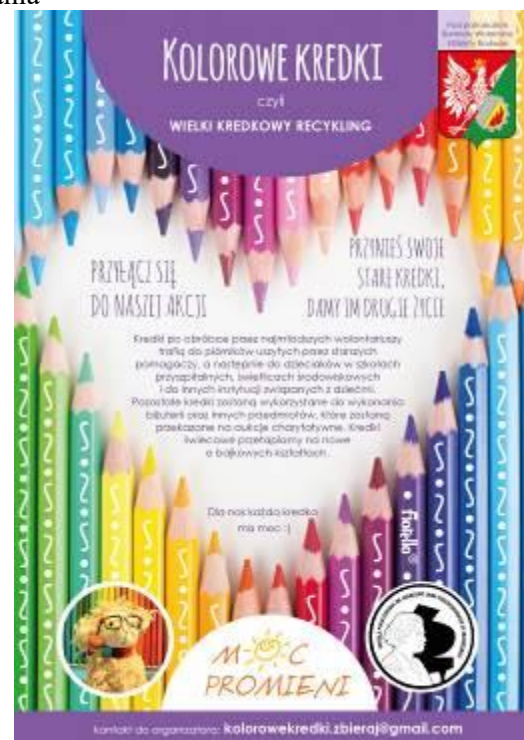


Pojemnik na przybory wykonany z puszek

Opracowała:
mgr Izabela Szymaszek

Źródło:

<https://naszesmieci.mos.gov.pl/>,
<https://zielonaferajna.pl/>



ROKITNIK- wartości zdrowotne i odżywcze



Rokitnik zwyczajny ze względu na swoje wyjątkowe właściwości zdrowotne i odżywcze znalazł zastosowanie zarówno w kuchni, jak i w kosmetyce - zawiera ponad **190 bioaktywnych substancji**, które pozytywnie wpływają na zdrowie.

W składzie rokitnika znajdują się:

- **antyoksydanty**,
- **flawonoidy**,
- **aminokwasy**,
- **nienasycone kwasy tłuszczowe**,
- mikroelementy (m.in. **potas, żelazo, fosfor, mangan, bor, wapń i krzem**),
- oraz witaminy (**A, C, D, E, K, PP** oraz te z grupy **B**),
- **prowitaminy**.

W celach leczniczych i pielęgnacyjnych wykorzystuje się owoce rokitnika, liście, a także olej z pulpy owoców lub nasion rokitnika. Oleje te różnią się między sobą zawartością m.in. kwasów tłuszczowych, karotenoidów - silnych przeciwutleniaczy i jednocześnie barwników rokitnika (jest ich zdecydowanie więcej w oleju z pulpy owoców), a także fitosteroli i witaminy E. Rokitnik jest rośliną częściowo chronioną. Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Środowiska z dnia 9 października 2014 r., rokitnik zwyczajny znajduje się na liście gatunków dziko występujących roślin objętych ochroną częściową (pozycja 230).

Rokitnik w Polsce rośnie dziko jedynie wzdłuż linii brzegowej Bałtyku i w Pieninach, co oznacza, że w tych miejscach nie można zbierać jego owoców. Legalnie można je pozyskiwać tylko z krzewów uprawnych.

Jak wygląda rokitnik?

Rokitnik to dość wysoki i kolczasty krzew tworzący rozległe gąszcze, przez które trudno się przedrzeć. Wiosną zakwita drobnymi, żółtymi kwiatkami przytulonymi do gałązek. Gdy wypuści liście są one długie, wąskie i lancetowate, z wierzchu oliwkowozielone, a pod spodem srebrzyste, przez co rokitnik przypomina srebrzystą palmę. Jednak najbardziej efektownie wygląda wtedy, gdy na gałęziach pojawiają się złociste lub pomarańczowe grona owoców, które utrzymują się na roślinie przez całą zimę, aż do wiosny.

Rokitnik - zastosowanie w kuchni

Owoce rokitnika są kwaśne, o charakterystycznym lekko ananasowym aromacie (stąd rokitnik określany jest również mianem rosyjskiego ananasa). Zbiera się je od sierpnia do października. Wówczas znajdują zastosowanie w kuchni - nadają się na przetwory, m.in. soki, dżemy, konfitury, marmolady, galaretki.

Ile witaminy C zawiera rokitnik?

Owoce rokitnika zajmują drugą pozycję na liście owoców, które posiadają najwięcej witaminy C. Pod względem jej zawartości rokitnik ustępuje tylko owocom dzikiej róży.

Jednak zawartość kwasu askorbinowego w owocach rokitnika jest różna i zależy od miejsca występowania rośliny.

- Te rosnące u wybrzeży mórz, a także w parkach czy ogrodach zwierają średnio **200-250 mg** witaminy C (a niektóre źródła podają nawet **315 mg**) w 100 g.

- Z kolei te występujące na obszarach gór środkowej Europy aż **405-1100 mg/100 g**.

Według specjalistów z Instytutu Żywności i Żywienia, zapotrzebowanie na kwas askorbinowy wynosi średnio **40-50 mg** dziennie u dzieci, **75 mg** dziennie u kobiet i **90 mg** dziennie u mężczyzn, co oznacza, że 100 g tych owoców znacznie przewyższa dzienne zapotrzebowanie na ten składnik odżywczy.

Dlatego rokitnik jest zalecany we wszystkich dolegliwościach spowodowanych niedoborem witaminy C, takich jak m.in.:

- brak apetytu,
- skłonność do występowania siniaków,
- rozpułchnione i krwawiące dziąsła,
- trudności w gojeniu się ran,
- bóle mięśni i stawów.

Rokitnik można również stosować profilaktycznie w okresie jesienno-zimowych zachorowań, by **wzmocnić odporność**. Należy zwrócić uwagę, że witamina C zawarta w owocach rokitnika jest bardzo trwała, gdyż prawie **nie rozkłada się** w procesie przetwarzania (np. na przetwory) i przechowywania. Jest to spowodowane brakiem enzymu rozkładającego kwas askorbinowy (askorbinazy) w rokitniku.

Zawarte w dużych ilościach w owocach rokitnika witaminy C i E oraz sterole roślinne obniżają poziom "złego" cholesterolu LDL, który doprowadza do zmian miażdżycowych, a dalej do schorzeń, takich jak m.in.:

- choroba wieńcowa (niedokrwienność serca),
- udar mózgu,
- zawał serca.

Ponadto udowodniono, że sam kwas askorbinowy **obniża ciśnienie krwi**.

Takie same właściwości wykazuje potas, którego również nie brakuje w tych jesiennych owocach. W związku z tym rokitnik jest polecany osobom zmagającym się z nadciśnieniem tętniczym, a także w profilaktyce tej choroby.

Spożywanie owoców rokitnika może zapobiec także krwawieniom. Są one bowiem bogate w witaminę K, która jest niezbędna do produkcji w wątrobie protrombiny (czynnik II), która odgrywa najistotniejszą rolę przy krzepnięciu krwi. Pod względem zawartości tej witaminy rokitnik przewyższa inne rośliny z niej słynące - czarną aronię, jarzębinę, dziką różę i czarną porzeczkę.

ROKITNIK- wartości zdrowotne i odżywcze

Sok z rokitnika na wzmocnienie

Przepis na sok z rokitnika

- Kilogram owoców rokitnika – najlepiej zebranych po pierwszych przymrozkach, wtedy są mniej cierpkie – zasyp kilogramem cukru i odstaw na 7-8 godzin.
- Następnie powoli doprowadź do wrzenia i na małym ogniu gotuj przez 20-30 minut.
- Przeceź sok i zlej do butelek.
- Po pasteryzowaniu odstaw w ciemne miejsce.

Stosuj sam lub jako dodatek np. do herbaty w okresie większej zapadalności na grype i przeziębienia.

Rokitnik na choroby skóry

Napary z liści i olej z rokitnika (w formie okładów) stosuje się w licznych schorzeniach skóry, by przyspieszyć proces gojenia, m.in. w oparzeniach, odmrożeniach, odleżynach, uszkodzeniach skóry przez promienie słoneczne i rentgenowskie, w przypadku trudno gojących się ranach i grzybicach. Co ciekawe, w niektórych krajach rokitnika używa się przy uszkodzeniach skóry po promieniowaniu nuklearnym, czyli przy poparzeniach na skutek wybuchów jądrowych.

Rokitnik, ze względu na sporą dawkę beta-karotenu, barwi na pomarańczowo. W związku z tym jest naturalnym barwnikiem dodawanym do wszelkiego rodzaju kosmetyków - m.in. do płukanek kolorujących do włosów i samoopalaczy (poprawia i wyrównuje kolor skóry, nadając jej złocisty odcień).

Olej z rokitnika jest dodawany także do szamponów i odżywek do włosów, ponieważ, dzięki wysokiemu stężeniu polifenoli, witamin i minerałów, regeneruje ich strukturę, a tym samym wpływa na elastyczność i połysk kosmyków. Poza tym kosmetyki do włosów z dodatkiem oleju z rokitnika wykorzystuje się pomocniczo w leczeniu łupieżu i przy wypadaniu włosów (gdyż olej stymuluje wzrost włosów).

Rokitnik jest również dodawany do kremów, m.in. tych przeznaczonych do pielęgnacji skóry suchej, starzejącej się. Poza tym jest wykorzystywany do produkcji preparatów do opalania się (pełni rolę naturalnego blokera promieni UVA i UVB).

Warto wiedzieć, że kremy z rokitnikiem mają żółtawy odcień. Jednak po otwarciu opakowania i długotrwałym stosowaniu tracą one swój kolor. Jest to naturalny proces utleniania się i nie pogarsza on właściwości kremu.



Nie każdy może cieszyć się efektami, jakie daje stosowanie rokitnika - spożywania tej rośliny nie zaleca się m.in. osobom chorującym na kamicy nerkową i inne choroby nerek. Przeciwwskazaniem do stosowania rokitnika są również wrzody żołądka i dwunastnicy - objawy choroby mogłyby się nasilić ze względu na to, że wśród substancji aktywnych obecnych w rokitniku znajdują się kwasy mogące podrażniać błonę śluzową żołądka.

Opracowanie:
mgr Agnieszka Rij-Kasprzycka
– zespół „Wiem, co jem”

(źródło: www.wyleczto.pl,
www.poradnikzdrowie.pl)



Od listopada w naszym przedszkolu uruchamiamy zbiórkę monet w ramach akcji „Góra grosza”. Wrzucając drobne monety do pojemnika przy wózkowni będziemy mieć możliwość wsparcia funduszu na pomoc psychologiczną, rzeczową i specjalistyczną dla dzieci wychowujących się poza własnym środowiskiem rodzinnym. Ważnym aspektem akcji jest uświadomienie dzieciom, że najdrobniejsze monety zebrane w dużej ilości mogą poprawić jakość życia wielu osób. Zapraszamy do współpracy.

ODDZIAŁ IV i V- POZNAJEMY WARSZAWĘ

W październiku w oddziale IV i V poznawaliśmy miasto w którym mieszkamy i uczymy się - Warszawę. Nie brakowało przygód, wycieczek, nauki i dobrej zabawy.

Oglądaliśmy mapę Warszawy – wskazywaliśmy na niej Wisłę. Rozmawialiśmy o mostach. W naszej sali zbudowaliśmy własny most, przez który każdy miał okazję przejść. To było nie lada wyzwanie. Wszystkim udało się dotrzeć na drugi brzeg suchą stopą. Każdy malował rzekę oraz fale łącząc kreseczki. A w wolnym czasie w parach bujaliśmy się w rytm piosenki „Płyn, płyn łódką swą”.



14 października odwiedziliśmy jeszcze jeden, dodatkowy punkt na mapie miasta – ogród zoologiczny. Było to wyjątkowe wyjście, w czasie którego towarzyszyli nam rodzice. Przejazd tramwajem, wspólne wyszukiwanie zwierząt w ogrodzie i pyszne gofry zakupione przez pana Pawła. Po rozmowach o wyjściu okazało się, że każdy element tej wycieczki był absorbujący, a przejazd i posiłek dostarczył równie dużo radości, co cel wycieczki:)



Ważną częścią naszego miasta jest ulica. Jej poświęciliśmy także dużo uwagi. Poszliśmy na spacer wypatrując samochodów, autobusów i tramwajów. W czasie wycieczki naszą uwagę przykuł także radiowóz przy pobliskiej komendzie. Był to również czas nauki bezpiecznego zachowania w czasie wspólnych wyjść i poznawania zasad, jakie obowiązują na ulicy. Wszyscy wróciliśmy do przedszkola i opowiadaliśmy nieobecnym na wyjściu kolegom i paniom, co można zobaczyć na warszawskiej ulicy.

Ciekawe, co przyniesie nam listopad ?

CO SŁYCHAĆ W ODDZIALE VI?

Październik był dla dzieci z oddziału VI czasem przypomniania sobie smaku owoców. Dzieci z niewielką pomocą uczyły się myć, obierać i kroić jabłka, gruszki oraz śliwki. Na bazie owoców uczyliśmy się tworzyć zbiory oraz dopasowywać owoce do zdjęć i ilustracji. Nie zabrakło różnorodnych prac plastycznych oraz ulubionych zabaw muzycznych.



Jednym z ciekawszych zajęć było czytanie uczestniczące z wykorzystaniem komunikatorów. Nasze zuchy coraz lepiej radzą sobie z czekaniem na swoją kolej i włączaniem się w odpowiednim momencie. Dzięki pięknej pogodzie wiele czasu spędzaliśmy na podwórku przedszkolnym. Tam udało nam się odszukać owocowy akcent, dzięki któremu wiemy, że owoce rosną na drzewie. Jesienne zbiory z ogródka wykorzystaliśmy do sensorycznego toru w ramach realizacji projektu edukacyjnego „Gramy zmysłami”. Październik minął nam wspólnie szybko, zdrowo, owocowo ☺.

LATERALIZACJA LEWOSTRONNA - CO WARTO WIEDZIEĆ?



Czym jest lateralizacja lewostronna?

Lateralizacja to dominacja prawej lub lewej strony ciała w odniesieniu do czynności ruchowych, takich jak np. pisanie czy wykonywanie codziennych czynności, które wymagają precyzji. Lateralizację można podzielić na jednorodną: prawostronną i lewostronną, a także niejednorodną, czyli skrzyżowaną. Lateralizacja prawostronna jest potocznie zwana praworęcznością i oznacza dominację lewej półkuli mózgowej, a tym samym prawej połowy ciała: oka, dłoni czy nogi. Lateralizacja lewostronna, czyli leworęczność objawia się wyborem lewej części ciała do wykonywania codziennych zadań, czyli większą aktywnością prawej półkuli mózgowej. Lateralizacja skrzyżowana to połączenie dominacji poszczególnych części ciała z tego obu stron.

Osoby leworęczne, w odróżnieniu od praworęcznych, piszą, jedzą i wykonują większość czynności wymagających precyzji ręką lewą. Prawa ręka pełni funkcję pomocniczą. Leworęczność wynika z silniejszego rozwoju prawej półkuli mózgu, co objawia się nie tylko częstszym używaniem lewej ręki, lecz także sprawniejszym funkcjonowaniu całej lewej strony ciała. Tendencja do leworęczności pojawia się w okresie niemowlęcym i utrwała do około 2 roku życia.

Przyczyny i diagnoza leworęczności

Leworęczność jest uwarunkowana przez czynniki genetyczne, patologiczne i kulturowe. Prawdopodobieństwo jej wystąpienia u dziecka obojga leworęcznych rodziców wynosi 46% i zaledwie 2%, kiedy rodzice są praworęczni. Inną przyczyną leworęczności mogą być czynniki związane z nieprawidłowościami

w okresie płodowym, takimi jak np. konflikt serologiczny, anomalie hormonalne, niedotlenienie, a także uszkodzenie mózgu dziecka w czasie trudnego porodu. Czynnikiem warunkującym leworęczność jest także presja społeczna. Dziecko, które wychowuje się w domu, w którym para rodziców jest leworęczna, automatycznie ich naśladuje i uczy się posługiwać lewą dłonią. Na przykład zminimalizowanie ilości osób z leworęcznością w krajach muzułmańskich wynika m.in. z braku akceptacji społecznej dla leworęcznych.

Preferencje ręczności występują już w życiu płodowym. Z badań ultrasonograficznych kobiet w ciąży wynika, że u 90% płodów zaobserwowano preferowanie ssania kciuka prawej dłoni.

Wczesna diagnoza leworęczności opiera się na obserwacjach, zazwyczaj poczynionych przez rodziców lub opiekunów. Dzieci między trzecim a szóstym miesiącem życia zazwyczaj wyciągają do przedmiotów obie dłonie. Jednocześnie pomiędzy czwartym a szóstym miesiącem wykształca się chwyt jednoręczny. Wówczas można zauważyć, którą dłoń preferuje dziecko. Podobne wnioski można wyprowadzić z obserwacji wyboru dłoni, za pomocą której dzieci wskazują przedmioty palcem. Około drugiego roku życia lateralizacja jest już wyraźnie widoczna i utrwała się w kolejnych latach.

Skłonność do dominacji ręką należy potwierdzić przed rozpoczęciem nauki pisania. Często dość łatwo udaje się zaobserwować dominację konkretnej strony ciała na podstawie jedynie obserwacji dziecka i jego działań. W razie wątpliwości potrzebna jest kompleksowa diagnoza lateralizacji lewostronnej, która obejmuje: rozmowę z rodzicami, badanie psychologiczne, ocenę lateralizacji wystawioną przez nauczyciela lub pedagoga szkolnego.

Jak wspierać dziecko z leworęcznością?

Podstawowe zadanie rodziców dzieci leworęcznych to ułatwianie codziennych czynności i rozwoju poprzez dostosowanie używanych przez dzieci przedmiotów. Należy nauczyć dziecko właściwego trzymania przyborów piśmienniczych.

Rodzice powinni zwrócić uwagę na wyrobienie nawyku pisania we właściwym kierunku, czyli od strony lewej do prawej. Po zaobserwowaniu skłonności dziecka do leworęczności należy maksymalnie ułatwić mu rozwój poprzez zakup artykułów i przyborów przeznaczonych dla osób z tendencją do posługiwania się lewą ręką: specjalnego pióra, zeszytów ćwiczeń, myszy komputerowej oraz zadbanie o prawidłowe, prawostronne oświetlenie biurka.

W sklepach można kupić dostosowane dla leworęcznych przedmioty, takie jak: noże, nożyczki, klawiatury i myszki komputerowe, zeszyty ze skośną linią dla dzieci oraz przyrządy geometryczne, gdyż w tradycyjnych linijkach i kątomierzach cyfry i liczby na podziałce były zakrywane dłonią i tym samym niemożliwe do odczytania.

Leworęczność - ciekawostki

- Lewą ręką sprawniej posługuje się obecnie około 10% społeczeństwa. Najmniejszy odsetek osób leworęcznych znajduje się w Azji – jest ich tam zaledwie 3%.
- Leworęcznym niekoniecznie trzeba się urodzić – można się także nim stać. Leworęczność można wyćwiczyć, kiedy np. z powodu wypadku prawej ręki nie można używać do codziennych czynności.
- Do światowego grona wybitnych przedstawicieli populacji leworęcznych, którzy zapisali się w historii, należą m.in.: Albert Einstein, Ludwig van Beethoven, Leonardo da Vinci, Aleksander Wielki, Juliusz Cezar, Napoleon Bonaparte, Winston Churchill, Georg Bush, Barack Obama, Krzysztof Penderecki
- Osoby leworęczne mają swoje święto, które zainicjowali mieszkańcy Wielkiej Brytanii w 1992 roku. Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych przypada na 13 sierpnia.

Opracowała: mgr Wioletta Bogdal

JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O ŚMIERCI?



Są takie tematy, które, choć obecne od zarania dziejów, poruszone przez dzieci - stawiają rodzica w sytuacji zakłopotania. Jednym z nich często jest śmierć. Przyjrzyjmy się bliżej temu zagadnieniu w odniesieniu do wieku dziecka.

Dzieci do drugiego roku życia, nie są w stanie rozumowo pojąć na czym polega śmierć. Doświadczają jednak straty poprzez zmysły: brak znajomego głosu, zapachu, dotyku. W przypadku straty kogoś bliskiego, znaczącego w ich życiu - tracą poczucie bezpieczeństwa. Co za tym idzie - małe dzieci również mogą być w żałobie. Skoro już maluszki potrafią tworzyć więź, czuć miłość, radość, to czemu miałyby nie doświadczać straty? Nie musimy rozumieć, żeby czuć.

Dzieci w wieku przedszkolnym zaczynają odróżniać obiekty nieożywione od ożywionych oraz martwe od żywych. Poznają też niektóre przyczyny śmierci, jak wypadek czy choroba oraz rytuały związane z pożegnaniem zmarłych i wspominaniem ich. Od około piątego roku życia dzieci zaczynają pojmować nieodwracalność śmierci. Wzrasta też zainteresowanie biologicznymi jej aspektami. Pojawia się również zjawisko personifikacji śmierci - wyobrażanie sobie jej jako osoby (duchy, pani z kosą itp.). Jest to naturalna forma osvajania się z tematem śmierci. Co ważne, charakterystyczne dla przedszkolaków jest myślenie magiczne. Wszystko odnosi się do siebie, uważają, że coś zadziało się przez wgląd na dziecko.

Od około 12 roku życia dzieci wykształcają zdolność myślenia abstrakcyjnego. Mogą zacząć łączyć swoją wiedzę z religią czy filozofią. W tym wieku pojawia się wiele trudnych pytań. Trudnych dlatego, że nie ma tu zazwyczaj jednej prawdziwej czy prawidłowej odpowiedzi. Nastolatki przeżywają żałobę dwojako - na zewnątrz jako osoba dorosła, wewnątrz - jeszcze jak dziecko.

Posiadając powyższą wiedzę - łatwiej jest dostosować poziom rozmowy do potrzeb dziecka. Od czego zacząć rozmowę z małym dzieckiem? Czasami to ono zada konkretne pytanie, wówczas jest łatwiej, bo odpowiadamy na jego realne zapotrzebowanie. Należy bacznie obserwować i słuchać dziecka, ono zazwyczaj chce zaspokoić swoją ciekawość. Kiedy temat je nudzi, lub przestaje rozmić odpowiedzi, zazwyczaj po prostu wraca do zabawy. Jak odpowiadać dziecku? Przede wszystkim szczerze, rzeczowo, konkretnie, prostym językiem - bez przenośni, metafor. Pojęcia, które mogą wprowadzić dziecko w błąd, a są potocznie używane to np.: *odszedł, zasnął na wieki*. Mogą przynieść wiele negatywnych skutków: dać dziecku nadzieję, że ta osoba wróci; wprowadzić dziecko w lęk przed zasypianiem, wprowadzić dziecko w lęk, przez wyjazdami bliskich itp. Zawsze mówimy wprost - ta osoba umarła. A co to znaczy? To znaczy, że nie oddycha, jego serce nie bije, nic nie myśli i nic nie czuje i to się nigdy nie zmieni, to jest nieodwracalne. Jeśli dziecko pyta, dlaczego ktoś umarł - warto zostawić przestrzeń na jego odpowiedź i zapytać: *A jak myślisz?* Wówczas możemy dowiedzieć się, na jakim poziomie rozumienia jest dziecko i jakie są jego przemyślenia/obawy. Szczególnie przedszkolaki, które są jeszcze na etapie myślenia magicznego, mogą nas zaskoczyć odpowiedziami typu: *Babcia umarła, bo nie zjadłem kanapek, które ostatnio mi zrobiła. Dziadek umarł, bo byłem niegrzeczny*. Jest to okazja do wyjaśnienia i zaopiekowania się myślami i uczuciami naszego małego rozmówcy.

A co jeśli dziecko nie zadaje pytań o śmierć? Można odnieść się do sytuacji z bajek czy literatury, ale przede wszystkim do codziennego życia. Do śmierci zwierząt, do cyklu życie - śmierć w odniesieniu do pór roku. Można zacząć od konkretnego kontekstu: *Moja koleżanka w pracy była dzisiaj bardzo smutna, bo dowiedziała się, że zmarła jej babcia...* Jednak, kiedy sami doznajemy straty, nie zawsze jesteśmy w stanie rozmawiać z dzieckiem. I to jest normalne. Pamiętajmy, aby dla siebie życzliwym, dać sobie prawo do tego, że możemy sobie z czymś nie poradzić, że możemy poprosić o pomoc bliskich czy specjalistę. Miejmy też odwagę mówić *nie wiem*.

Nie wiem czemu dzieci umierają. Nie wiem czy niebo istnieje. Nie wiem czemu babcia zachorowała. A Ty, jak myślisz?

Opracowała: mgr Joanna Obojska-Glinicka.

Źródło: notatki własne z wykładu: *Jak prowadzić dialog z dzieckiem nt. choroby, śmierci i rozvodu*.
Prowadzony przez mgr Biancę-Beatę Kotoro.



Dnia 20 listopada mijają dokładnie 33 lata od uchwalenia najważniejszego dokumentu stanowiącego o prawach najmłodszych- Konwencji o Prawach Dziecka. To radosny dzień, ale z poważnym przesłaniem. W naszym przedszkolu dzieci wraz z nauczycielami będą tworzyć plakaty w formie kolażu. Mamy nadzieję, że wybrzmia słowa J. Korczaka: "Dziecko ma prawo być sobą. Ma prawo do popelniania błędów. Ma prawo do posiadania własnego zdania. Ma prawo do szacunku. Nie ma dzieci - są ludzie...". Efekty pracy rodzice będą mogli obejrzyć na tablicach w szatni oraz na stronie internetowej przedszkola. Są święta, o których warto pamiętać.

Co planujemy w listopadzie ?



Oddział I

W oddziale I listopad zapowiada się bardzo ciekawie. Pierwszą połowę miesiąca przeznaczymy na jesienną pogodę - będziemy bawić się wodą, parasolem i wiatrakami. Następnie będziemy rozmawiać o bezpiecznej drodze do przedszkola. Poznamy koło oraz kolor czerwony i zielony. Nie zabraknie również zabawy ze środkami transportu. Zapowiada się fantastyczna zabawa. Nie zapomnimy też o pluszowych misiach, które mają swoje święto 25 listopada.



Oddział II i III

Dzieci z oddziałów II i III większą część listopada będą poznawać jesiennie warzywa (marchew, burak, ziemniak, kapusta) pod różną postacią. Będą poznawać ich kształt, fakturę, kolor, smak i zapach. Nie zabraknie zabaw sensorycznych, plastycznych i kulinarnych z warzywami w roli głównej – dzieci będą eksperymentować m.in. z masami plastycznymi o wdzięcznych nazwach: marchewkolina czy burakolina, będą smakować sałatkę jarzynową, ciasto marchewkowe, świeżo wyciskane soki, które przygotowują z pomocą nauczycieli. Będzie pysznie i zdrowo.

W ostatnim tygodniu tego miesiąca nie zapomnimy o cudownym Świącie Pluszowego Misia, które obchodzone jest 25 listopada. Z tej okazji przedszkolaki będą mogły przynieść do przedszkola swoje ulubione misie i wspólnie wyprawimy dla nich wspaniałe przyjęcie – będą kolorowe balony, świeczki oraz prezent ze „słodkim co nieco”. To również będzie dobra okazja do tego, by dzieci doświadczyły różnicy między miękka i twardą fakturą pokonując ścieżkę sensoryczną lub dotykając miękkich i twardych przedmiotów.

Oddział IV i V

W oddziale IV i V temat, jaki będziemy zgłębiać to: Zwierzęta domowe. Każdy z nas przynajmniej zetknął się ze zwierzęciem we własnym domu, u kolegi, dziadków czy sąsiadów. W tym miesiącu poznamy tajniki życia takich zwierząt jak: pies, kot, rybki i chomik.

Dowiemy się, jaki jest ich styl życia, jakie warunki potrzebują by zapewnić im w naszych domach, co lubią jeść, robić, a także, jak możemy się nimi opiekować. Najciekawsze będzie poznanie, jak możemy się z nimi bawić w domu a czasem na świeżym powietrzu. Być może uda nam się dowiedzieć, czy ktoś z nas posiada zwierzątko w domu, jak się wabi i stworzymy własną kolekcję zdjęć i portretów naszych pupili. Jak zawsze nie możemy się doczekać realizacji kolejnego tematu.

Oddział VI

W listopadzie oddział VI będzie omawiać różnorodne warzywa. Przypomnimy sobie, jak wyglądają i smakują marchewki, buraczki, oraz ogórki. W ramach czytania uczestniczącego poznamy niesfornego Pana Pomidora z wiersza J. Brzechwy. Ciekawe prace plastyczne z jadalnymi masami tj. marchewkolina urozmaicą nam przedszkolne zajęcia. Będziemy kształtować umiejętności matematyczne takie, jak tworzenie zbiorów i ciągów. Spróbujemy odwiedzić Kuchcikowo i przyrządzić słodką niespodziankę. Czeka nas ciekawy czas.

Oddział VII

W tym miesiącu przyjrzymy bliżej naszym ulubionym zabawkom. Podczas zajęć towarzyszyć nam będą pluszowe misie, kolorowe klocki, pociągi, auta i piłki. Będziemy je nazywać i rozpoznawać, może uda nam się odgadnąć, kto schował się przed nami w pudełku. Nauczymy się wspólnie bawić zabawkami z naszej sali - m.in. zbudujemy tory pociągowe oraz ulicę dla aut, na której powstanie długi korek. Nie zabraknie piosenek i książeczek związanych z zabawkami. W naszej grupie będziemy obchodzić też Dzień Pluszowego Misia. Razem zorganizujemy przeróżne zabawy ruchowe i plastyczne z Misiem w roli głównej. Jedno jest pewne - w listopadzie nie zabraknie u nas dobrej zabawy!

Oddział VIII

Dzieci z grupy VIII w listopadzie:

- Poznają najważniejsze zwierzęta hodowlane oraz dzikie, jak i te mieszkające w ZOO;
- Poznają pracę weterynarza;
- Nauczą się segregować zwierzęta ze względu na ich cechy wyglądu;
- Poznają domy zwierząt oraz to, co lubią jeść;
- Nauczą się przeliczać zwierzęta w zbiorze;
- Wykonają pracę plastyczną „Dom mojego pupila”;
- Nauczą się piosenek związanych ze zwierzętami, będą inscenizować każdą z nich.

Oddział IX

Listopadowy temat realizowany w oddziale IX to: Deszczowe krople. W tym miesiącu towarzyszyć nam będą kalosze i parasol, z którymi będziemy bawić się, wykonywać ćwiczenia i tańczyć przy dźwiękach jesiennych melodii. Dowiemy się, skąd się bierze deszcz, poznamy wiele piosenek o deszczowej pogodzie, a także stworzymy wiele pięknych prac plastycznych, podczas których będziemy poznawać i utrzymywać kolor niebieski. Pobawimy się niebieską chustą, spryskiwaczem z niebieską wodą, pianką do golenia, wata, folią malarską i bąbelkową. Będziemy pokonywać deszczowy tor przeszkód ubrani w kalosze, z parasolem w rękę. Żaden deszcz nie będzie nam już straszny.

Oddział X

W listopadzie w oddziale X będziemy kontynuowali temat "Poznajemy owoce i warzywa - robimy przetwory na zimę". Dalej będziemy poznawać wielozmysłowo wybrane owoce i warzywa. Będziemy je oglądać, dotykać, wąchać, smakować, odczuwać ich ciężar. A może uda nam się odgadnąć z zamkniętymi oczami jaki trzymamy w rękę owoc/warzywo i wskazać go na obrazku? Będziemy tworzyć owocowo-warzywne zbiory, przeliczać ich ilość i układać proste ciągi rytmiczne. Wykonamy również kilka kolorowych prac plastycznych. Czeka na nas wiele wesołej zabawy!