

# DZIELNIACZEK

MIESIĘCZNIK INFORMACYJNO-EDUKACYJNY PRZEDSZKOLA NR 208



W tym numerze:

- Dzień Osób z Zespołem Downa
- Co planujemy w marcu?
- Nie ma edukacji bez komunikacji!
- Co słysząc w oddziale IV i V?
- Luty w oddziale VI
- Akcja „Pomaganie przez ubranie”
- Ach te emocje! - rozwój emocjonalny dziecka

## DZIEŃ

### OSÓB Z ZESPOŁEM DOWNA

Dzień 21 marca to nie tylko pierwszy dzień wiosny, ale także – ustanowiony w 2005 r. z inicjatywy Europejskiego Stowarzyszenia Zespołu Downa – Światowy Dzień Zespołu Downa. Data ta nie jest przypadkowa, gdyż nawiązuje do dodatkowego chromosomu w 21 parze chromosomów, co jest genetyczną przyczyną występowania Zespołu Downa.



21 marca to także Światowy Dzień Kolorowej Skarpetki, która stała się symbolem solidarności z osobami z Zespołem Downa. Tego dnia podejmowane są różne inicjatywy, happeningi, których celem nadrzędnym jest podnoszenie świadomości dotyczącej trisomii 21, tolerancji wobec odmienności i zaznaczenie obecności osób z Zespołem Downa jako pełnoprawnych członków naszego społeczeństwa.

Nasze przedszkole od lat bierze udział w obchodach tego, jakże ważnego dla nas dnia. Również w tym roku sprawimy, by dzień 21 marca był kolorowy nie tylko z powodu pierwszego dnia wiosny!

Opracowała:  
Michalina Liczbańska

## Światowy Dzień Zespołu Downa



W tym dniu zakładamy kolorowe skarpetki  
NIE DO PARY!!!

RÓŻNOKOLOROWE SKARPETKI TO SYMBOL ŚWIATOWEGO DNIA ZESPOŁU DOWNA. PRZYŁĄCZAJĄC SIĘ DO AKCJI OKAZUJEMY SOLIDARNOŚĆ Z OSOBAMI Z DODATKOWYM CHROMOSOMEM

SPRAWMY, BY 21 MARCA BYŁ KOLOROWY NIE TYLKO Z POWODU PIERWSZEGO DNIA WIOSNY! ZAŁÓŻMY W TYM DNIU KOLOROWE SKARPETKI MOGĄ BYĆ W PASKI, KROPKI, KWIATKI I CO TYLKO KOMU PRZYJDZIE DO GŁOWY. KONIECZNIE NIE DO PARY!

Liczmy  
na Was!

11.03.2024 r. Nr 7/210/2024

PRZEDSZKOLE SPECJALNE NR 208

UL. DZIELNA 1A  
00 – 162 WARSZAWA  
tel. 22 831 39 23

<https://przedszkole208.edu.pl>

[sekretariat@przedszkole208.edu.pl](mailto:sekretariat@przedszkole208.edu.pl)

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

### MARCOWE WYDARZENIA W NASZYM PRZEDSZKOLU:

05 – 22.03. – Rekrutacja na rok szkolny 2024/2025

06.03. - Koncert muzyczny

14.03. - Drzwi Otwarte dla rodziców kandydatów

20.03. - Koncert muzyczny

21.03. - Dzień Osób z Zespołem Downa

W marcu urodziny obchodzimy:

DAVID Z ODDZ. I

ALICJA Z ODDZ. I

MICHAŁ Z ODDZ. IV

PAWEŁ Z ODDZ. IV

TOMEK Z ODDZ. IV

XAWERY Z ODDZ. VI

ZOSIA Z ODDZ. VII

MAKS Z ODDZ. IX

AGNIESZKA Z ODDZ. IX

Wszystkiego  
najlepszego!!!



### KALENDARIUM:

08.03. - Dzień Kobiet

10.03. - Dzień Mężczyzn

21.03. - Pierwszy dzień wiosny

21.03. - Dzień Osób z Zespołem Downa

22.03. - Dzień wody

30.03. - Zmiana czasu z zimowego na letni



31.03. - Wielkanoc

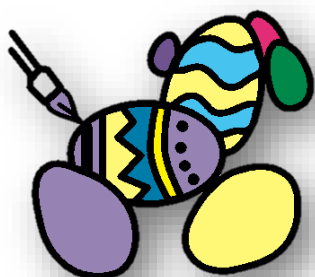
## CO PLANUJEMY W MARCU?

### ODDZIAŁ I

W marcu dzieci z oddziału I poznają wybrane zawody. To ich pomysłowe zabawy zmobilizowały nas do zgłębienia tajemnic zawodu lekarza, policjanta, strażaka i kucharza. Przywitamy także wiosnę, przypomnimy sobie pierwsze jej oznaki, nie zapomnimy także o nadchodzących świątach wielkanocnych. Będzie kolorowo, pachnąco i smacznie.

### ODDZIAŁ II/III

W marcu przedszkolaki z oddziału II i III przywitają długo wyczekiwaną wiosnę. Dzieci poznają wygląd zewnętrzny oraz cechy fizyczne pachnących, zielonych nowalijek: koperku, pietruszki, szczypiorku, a nawet młodych listków szpinaku. Wykonają także dużo sensorycznych prac plastycznych związanych z realizowanym tematem. Będą odbijać kształt nowalijek w masach i glinie, malować zieloną farbą i doklejać zielone listki do plastelinowych gałązek. Przedszkolaki będą usprawniać także swoje ręce obrywając zielone listki, zgniatając szpinak do uzyskania zielonego soku, a także krojąc plastikowym nożem szczypiorek na wiosenne kanapki. W marcu w oddziale II i III nie zabraknie także działań kulinarnych i przyrodniczo - ogrodniczych. Zasadzone i pielęgnowane przez dzieci uprawy nowalijek dadzą na pewno obfite plony, które wykorzystane będą do działań kulinarnych. Dzieci zrobią pyszny zdrowy zielony koktajl oraz być może zielone pesto. Nie zabraknie tematów związanych z przygotowaniem do Świąt Wielkanocnych. Na pewno będzie twórczo, kulinarnie i oczywiście zielono!



### ODDZIAŁ IV/V

W marcu realizujemy temat: „Zwiastuny wiosny”. Przez cały miesiąc będziemy obserwować pogodę, a nasze obserwacje zapisywać w kalendarzu pogody. Dowiemy się, co oznacza powiedzenie „W marcu, jak w garncu”. Poznamy pierwsze wiosenne kwiaty: krokusy, przebiśniegi, tulipany i forsycje. Będziemy wykonywać wiele prac plastycznych.

### ODDZIAŁ VI

Dzieci z grupy VI w marcu:

- 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 i będą inscenizować każdą z nich.

### ODDZIAŁ VII

W marcu w oddziale VII kontynuujemy projekt „Woda wokół nas”. Czekają nas kolejne aktywności i zabawy z wodą w roli głównej. Do tej pory udało się nam już m.in. zrobić wielką pianę, stworzyć akwarium w słoiku, zaparzyć herbatę, a nawet kąpać lalę! I w tym miesiącu nie zabraknie pluskania - planujemy dalsze zgłębienie właściwości wody i jej znaczenia dla środowiska. Czekamy także na obiecanie przez nasze panie bańki mydlanej!

### ODDZIAŁ VIII

W marcu oddział VIII zajmie się tematem Świąt Wielkanocnych. Swoją uwagę skupimy na kurze, jajkach, pisankach, koszyczku wielkanocnym. Porozmawiamy o świątecznych tradycjach, o tym jak powstają pisanki i co powinno znaleźć się w wielkanocnym koszyku.

Będziemy przeliczać jajka, dopasowywać je i układać według podanego wzoru. Spróbujemy układać proste sekwencje dwu i trzelementowe, historyjki obrazkowe oraz grać w świąteczne memory. Nauczmy się porównywać wielkość przedmiotów i układać je w kolejności od najmniejszego do największego. Czekają nas także przenoszenie na łyżce jajek, obieranie ich, a także malowanie, dzięki czemu stworzymy własne kolorowe pisanki. Dodatkowo poznamy nowe piosenki i zabawy związane z nadchodzącą porą roku - wiosną, a w naszych pracach plastycznych pojawi się więcej koloru zielonego i żółtego.

### ODDZIAŁ IX

W pierwszej połowie marca będziemy poznawać wiosenne kwiaty. W naszej sali stworzymy kolorowy ogródek, sadząc w doniczkach cebulki kwiatów. Dowiemy się czego potrzebują rośliny, aby mogły rosnąć. Wykonamy kolorowe prace plastyczne dekorując kontury kwiatów. W drugiej połowie marca będziemy przygotowywać się do Świąt Wielkanocnych poznając tradycje związane z tym świętem. Będziemy oglądać palmy i pisanki oraz wykonamy je samodzielnie wykorzystując różne techniki plastyczne. Dowiemy się, co znajduje się w koszyczku wielkanocnym oraz posmakujemy tych produktów. Postuchamy wierszyków i opowiadań związanych z tym tematem.

### ODDZIAŁ X

W marcu dzieci z oddziału X będą zgłębiać tajemnice świata kuchni. Wspólnie będziemy się bawić w kąciku kuchennym: gotować, smażyć, kroić, smakować. Obejrzymy, nazwiemy i posegregujemy naczynia i sztucce. Policzymy, ile ich jest w naszym kąciku. Udamy się do warzywniaka. Przygotujemy samodzielnie owocową ucztę i koktajl. Będziemy doskonalić trudną sztukę jedzenia sztuccami, zadbamy o estetykę posiłków. Nie zabraknie muzyki, książek i zajęć plastycznych! Czekają nas wspaniałe zabawy!

## NIE MA EDUKACJI BEZ KOMUNIKACJI!

Tytuł niniejszego artykułu, choć brzmi banalnie, zawiera całą prawdę o edukacji i terapii dzieci z niepełnosprawnościami, które mają problemy w zakresie komunikacji.

Komunikacja to przede wszystkim **relacja**, a co za tym idzie, niezmiernie ważne **poczucie bezpieczeństwa**; to **rozumienie** tego, co się dzieje, to możliwość **wyrażenia siebie**, wypowiedzenia się.

Wykorzystywanie komunikacji alternatywnej **nie powinno i nie może ograniczać się** tylko do sytuacji gabinetowej, podczas zajęć rozwijających komunikację. Musi być obecna **wszędzie**, również podczas zajęć edukacyjnych. Dbanie o to zapewnia podmiotowe traktowanie każdego dziecka, indywidualne podejście do niego i jego potrzeb. Dziecko staje się **partnerem** w procesie nauczania, współtowarzyszem podróży po wiedzę i nowe umiejętności. Edukacja oparta na wzajemnym szacunku, zrozumieniu, uważności, komunikacji jest gwarantem większej jej efektywności.

Podczas zajęć dzieci, wykorzystując komunikację alternatywną, budują **poczucie sprawstwa**, poczucie własnej wartości, mają możliwość decydowania i kontrolowania sytuacji. Przystają być przedmiotem różnorodnych oddziaływań, czasem dla nich niezrozumiałych, niechcianych, dostają za to możliwość aktywnego wyrażania siebie oraz **realnego wpływu** na swoją sytuację.



## CO SŁYCHAĆ W ODDZIALE IV I V?

W lutym oddziały IV i V realizowały temat: „**Ruch to zdrowie**”. Podczas zajęć poznawaliśmy różne formy aktywności ruchowej: taniec, gry ruchowe, ćwiczenia fizyczne, spacerowanie, zabawy muzyczno-ruchowe. Dzieci pokonywały tory przeszkód, grały w piłkę, podnosiły hantle, bawiły się szarfą gimnastyczną, kręciły hula hop, rzucały woreczkami, przeciągały szarfy, przechodziły przez tunel. W ogródku przedszkolnym jeździły autami, rowerkami, wspinały się na górkę, biegały i zjeżdżały na zjeżdżalni. Było mnóstwo ruchu i dobrej zabawy.

Opracowała:  
Anna Józwiak



W zależności od umiejętności i zasobów, dzieci w naszym przedszkolu mają możliwość **wyboru aktywności**, decydowania o tym czy dana aktywność ma być **kontynuowana**, mają **prawo odmowy** wykonania zadania. Mogą **komentować** sytuacje, mogą powiedzieć, co im się podoba lub nie, z kim chcą się bawić, mogą **pytać i odpowiadać** oraz powiedzieć, co jest nie tak. To wszystko z perspektywy osoby bez problemów w komunikowaniu się może wydawać się błahę; jednak dla osób z niepełnosprawnością, szczególnie tych najmłodszych, jest **niebawale istotne**.

Bez możliwości komunikowania się, bez AAC pozostaje im bycie biernym odbiorcą niezrozumiałych treści. Dbajmy zatem by komunikacja alternatywna i wspomagająca towarzyszyła dzieciom, młodzieży i dorosłym wszędzie, **nie odbierajmy im głosu tylko dlatego, że nie używają słów**.

Opracowała:  
Michalina Liczbańska  
terapeutka AAC



## LUTY W ODDZIALE VI

Luty w oddziale VI upłynął pod znakiem poznawania **świata wody**. Dzieci zgłębiały wiedzę o zjawiskach, jakie związane są z wodą, jej przeznaczeniem i wyglądem - zobaczyły, jak może zmieniać się pod wpływem **zimna i ciepła** oraz jak może zmieniać **kolory** pod wpływem przeróżnych barwników. Poznały miejsca, w których można ją spotkać, bawiły się puszczając **stałki** na wodzie oraz **zatapiając** przedmioty, sprawdzając, co może w wodzie zatonać, a co unosi się wbrew swojemu ciężarowi. Wykonywały **prace plastyczne** związane z wodą, a najważniejsze dla nich było zrobienie własnego grupowego **akwarium**, w którym pływają rybki, kraby, żółw i muszelki.

Temat ten sprawił dzieciom wiele frajdy, szczególnie zatapianie w wodzie statków.

Opracowała:  
Milena Kalińska



## AKCJA „POMAGANIE PRZEZ UBRANIE”



### Drodzy Rodzice, Nauczyciele i wszyscy Pracownicy!

W dolnej szatni naszego przedszkola został ustawiony **biały pojemnik do zbiórki tekstyliów** w ramach akcji "Pomaganie przez ubranie", do prowadzenia której wracamy po krótkiej przerwie ☺

Głównym założeniem działalności fundacji "Pomaganie przez ubranie" jest **wsparcie finansowe** fundacji charytatywnych, do których trafiają pieniądze wygenerowane z zawartości przestanego worka z ubraniami.

A zatem, jeśli posiadają Państwo niepotrzebne rzeczy, w stanie nadającym się do dalszego użytku, to zachęcamy do wzięcia udziału w tej akcji!

#### Do pojemnika można wrzucać:

- odzież męską, damską i dziecięcą, która nadaje się do ponownego użytku;
- czapki, szaliki, apaszki, rękawiczki, skarpetki;
- obuwie (muszą być w parach);
- torebki, plecaki;
- obrusy, ręczniki, zastawy.

Najważniejsze, aby nie oddawać rzeczy zniszczonych. Potrzebne jest obuwie, odzież i inne tekstylia bez plam, dziur, zmechaceń - nadające się do ponownego użytku.

Pełną informację o tym, co można wrzucić do pojemnika, znajdziecie Państwo na plakacie, który znajduje się na naszej tablicy informacyjnej, a szczegóły dotyczące samej akcji są na stronie internetowej [www.pomaganieprzezubranie.pl](http://www.pomaganieprzezubranie.pl)

Środki z obecnej zbiórki zostaną przeznaczone na **Krakowskie Hospicjum dla Dzieci im. Księdza Józefa Tischnera**. Ta małopolska fundacja zajmuje się kompleksową opieką lekarską, pielęgniarstwem i rehabilitacyjną dzieci do 18 r.ż. Obejmuje także opieką socjalną i psychologiczną ich rodziny.

Za akcją w naszym przedszkolu odpowiadają Panie: **Izabela Szymaszek** - nauczycielka oddziału X i **Aleksandra Molenda** - psycholog

Serdecznie zapraszamy do udziału!  
Liczy się każde wsparcie ♥



## ACH TE EMOCJE... - ROZWÓJ EMOCJONALNY DZIECKA

Rozwój emocjonalny jest jednym z kluczowych doświadczeń z perspektywy rozwoju dziecka wpływającym na różne obszary jego funkcjonowania. W pierwszym etapie rozwoju emocjonalnego obejmującym **okres noworodkowy** dziecko doświadcza głównie emocji jako reakcji na fizyczne potrzeby. Opieka i reakcje rodziców w tym czasie odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu poczucia bezpieczeństwa i budowaniu więzi emocjonalnej. W **okresie niemowlęctwa**, dzieci zaczynają świadomie odbierać swoją odrębność od rodziców i rozpoznają podstawowe emocje. Kolejne fazy obejmują **okres wczesnego dzieciństwa**, kiedy dzieci uczą się wyrażać emocje i radzić sobie z nimi. **Przedszkolaki** z kolei rozwijają empatię i zdolność do regulacji emocji. W wieku szkolnym dzieci nabywają umiejętności radzenia sobie z większymi wyzwaniami emocjonalnymi takimi, jak stres czy konflikty z rówieśnikami.

Wspieranie rozwoju emocjonalnego dziecka to proces, w którym otaczające je środowisko oraz reakcje rodziców odgrywają kluczową rolę. Pomagając dzieciom nazwać i zrozumieć ich emocje, a także rozwijając zdolności radzenia sobie z nimi w zdrowy sposób, wspieramy ich prawidłowy rozwój emocjonalny.

Oto kilka praktycznych wskazówek, jak aktywnie wspomagać nasze pociechy:

### 1. Aktywne słuchanie:

- Daj dziecku dar Twojego czasu i uwagi.
- Słuchaj aktywnie, wykazując gotowość do zrozumienia jego myśli, uczuć i doświadczeń.
- Buduj zdrowe podstawy emocjonalne poprzez empatyczne słuchanie.

### 2. Akceptacja uczuć:

- Szanuj wszystkie uczucia dziecka, nawet te trudne czy nieprzyjemne.
- Pomóż dziecku zrozumieć różnorodność emocji, kształtując wewnętrzną równowagę i pewność siebie.

### 3. Nauczanie rozpoznawania emocji:

- Zachęcaj dziecko do rozmowy na temat swoich emocji.
- Podziel się swoimi uczuciami, aby pokazać, że jest to naturalna część życia.
- Pomóż dziecku nazywać i identyfikować swoje emocje.

### 4. Nauczanie zdrowego wyrażania emocji:

- Naucz dziecko sposobów konstruktywnego wyrażania i rozładowywania napięcia.
- Wspieraj je w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami w pozytywny sposób.
- Pamiętaj, że akceptacja emocji nie oznacza zgody na niewłaściwe zachowanie.

### 5. Unikaj narzucania uczuć:

- Szanuj indywidualność dziecka, pozwalając mu na wyrażanie unikalnych emocji.
- Nie narzucaj, co powinno czuć w danej sytuacji, co wzmacnia jego autentyczność.

### Polecenia czytelnicze:

Seria książek „Uczucia Gucia” autorstwa **Aurélie Chien Chow Chine** to wartościowy zbiór, który pomaga najmłodszym rozpoznawać i radzić sobie z różnymi emocjami. Autorka stworzyła krótkie i proste opowieści, które potoczyła prostymi technikami relaksacyjnymi, dostosowanymi do potrzeb najmłodszych czytelników. Gucio, mały jednorożec z charakterystyczną grzywą, stanowi głównego bohatera serii, a zmiana koloru jego grzywy odzwierciedla zmieniające się emocje. Seria składa się z kilkunastu tomów, z których każdy skupia się na jednej emocji, takiej jak np. złość, poczucie winy, smutek czy radość.

Seria o **Niuniusiu** została stworzona przez **Agnieszkę Nuckowską**, piękne ilustracje stanowią autorstwo Aleksandry Sz wajdy. Ta kolekcja książek jest dedykowana najmłodszym czytelnikom. Publikacje charakteryzują się obfitością obrazków i niewielką ilością tekstu. Prosta narracja skoncentrowana jest na fabule utrzymanej w przystępny sposób, pozbawionej skomplikowanych zwrotów akcji. Wiele z opowieści ma charakter humorystyczny - opiera się na codziennych sytuacjach i żartach z nimi związanych.



[www.magdalenabockomysiorska.pl](http://www.magdalenabockomysiorska.pl) Blog o rodzicielstwie bliskości, porozumieniu bez przemocy i naturalnym rozwoju dziecka z naukowej perspektywy. Jego autorką jest **Magdalena Boćko - Mysior** - pedagog, autorka książek dla dzieci i rodziców, która w mediach społecznościowych dotyka kwestii związanych ze zdrowiem psychicznym dzieci i rodziców. W swoich publikacjach porusza m.in. tematykę złości, zachowań agresywnych, porażki, umiejętnego stawiania granic. Daje konkretne wskazówki, podaje przykłady wspierających komunikatów, które warto kierować do dzieci w różnych sytuacjach.



Wspieranie rozwoju emocjonalnego dziecka to nie tylko kształtowanie jego umiejętności radzenia sobie z emocjami, ale także tworzenie bezpiecznego otoczenia, w którym dziecko czuje się słuchane, akceptowane i rozumiane. To proces, który buduje zdrowe podstawy dla jego przyszłych relacji i równowagi psychicznej.

Opracowała:  
Aleksandra Molenda  
psycholog