

Przedszkole Miejskie Nr 15 im. Wandy Chotomskiej

w Olsztynie



BIULETYN PRZEDSZKOLNY DLA DZIECI I RODZICÓW

Dla wszystkich tych, co chcą wiedzieć więcej...

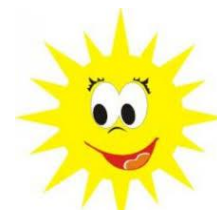
"PRZEDSZKOLNE ECHO"



LATO 2022

Redagowała:

Agata Jastrzębska-Staniucha





KOCHANI RODZICE !!

Wielkimi krokami dobiega końca kolejny rok pobytu Waszych dzieci w naszym przedszkolu. Mamy nadzieję, że był on dla Nich ciekawy, pełen wrażeń i nowych doświadczeń. Przez ten czas dzieci dowiedziały się wielu interesujących wiadomości, nawiązały nowe przyjaźnie, a co najważniejsze stały się jeszcze bardziej samodzielne.

Już wkrótce WAKACJE – czas urlopów, wyjazdów, relaksu i odpoczynku od codziennych obowiązków. Na ten czas wspólnej i radosnej zabawy - Dyrektor, panie nauczycielki oraz pozostały personel przedszkola życzy wszystkim dużo słońca, ciepła, interesujących podróży, ciekawie, spędzonych letnich chwil oraz jak najwięcej przyjemności i radości ze wspólnie przeżytych dni. Niechaj Wasze pociechy wrócą po wakacjach opalone, wypoczęte i pełne nowych sił do pracy i nauki, Rodzice zaś pełni optymizmu i nowej energii do codziennych zmagania z trudnościami, jakie niesie życie.

Dyrektor i Personel Przedszkola

„Jedziemy na wakacje”

Jedziemy na wakacje
do lasu, nad wodę.
Prosimy ciebie, słońko
o piękną pogodę.
Jedziemy na wakacje
nad morze, na plażę.
Kolorowe muszelki
przynieś, falo, w darze.

Jedziemy na wakacje
w te góry wysokie.
Nie chowajcie się, szczyty,
za mgłą, za obłokiem.
Jedziemy na wakacje
Na Mazury? Może!
Wyjrzyj z krzaków, prawdziwku,
czekaj na nas w borze.



Kącik rodzica...

Dobre rady dla rodziców, którzy przyprowadzą pierwszy raz do przedszkola swoje dziecko.

- **Okres adaptacyjny**

Okres adaptacyjny w przedszkolu ,czyli od momentu przyprowadzenia dziecka do placówki do pełnego przez nie zaakceptowania tego miejsca, jest trudny dla każdej z trzech stron. Ciebie, Twojego dziecka i kadry pracującej w przedszkolu, bo przecież biegnący z płaczem maluch za odjeżdżającym rodzicem to widok rozdzierający serce. Dlatego w tym okresie powinieneś zarezerwować sobie więcej czasu na nieprzewidziane sytuacje, mieć więcej cierpliwości, stanowczości i przede wszystkim ściśle stosować się do wskazówek personelu. Wychowawczynie w Twoim przedszkolu wiedzą co mówią.

- **Stosuj się do regulaminu.**

Większość z przedszkoli ma swój własny wewnętrzny regulamin. Są to zasady typu: - nie przynosimy do przedszkola własnych zabawek, chodzimy w kapciach z białą podeszwą itd., Stosuj się do tych zasad, bo choćby wywoływały Twój sprzeciw lub wydawały Ci się na pierwszy rzut oka dziwne lub absurdalne, to podyktowane są doświadczeniem i wiedzą personelu.



- **Bądź słowny!**

Jeśli mówisz dziecku, że odbierzesz je po obiedzie, to koniecznie bądź na czas. Dziecko nie ma poczucia czasu i nie wie czy już minęła godzina czy nie, ale momentu obiadu nie da się przegapić. Wasze dzieci siedzą wtedy jak na szpilkach i zerkają co chwila na drzwi od sali. Kiedy nie przychodzisz, spuszczaają nos na kwintę, chowają się w kącie i pochlipują. Więc błagam Cię, dotrzyj słowa!

- **Bądź punktualny!**

Nie spóźniaj się na śniadania, bo to wielki problem dla dziecka, jego kolegów jak i kadry. Dlaczego? Z kilku powodów: - Niektórym dzieciom trudno jest wejść do dużej grupy innych dzieci. Czują się później nieswojo, nie mogąc się zaaklimatyzować. Łatwiej im przychodzi wejście do sali, gdy jest zaledwie kilkoro dzieci i „przyczajanie się” do tych, które powoli się schodzą. - Gdy dziecko przychodzi spóźnione na śniadanie, wszystko musi robić w pośpiechu: jeść, korzystać z toalety, a tu i tak grupa się niecierpliwi, bo musi czekać na „spóźnialskiego” . Albo maluch przychodzi w środku zajęć i nie orientuje się o co chodzi.

- **Nie spóźniaj się po dziecko!**

Oprócz tego, że kadra przedszkola też chce iść do domu, to taki samotny maluch nie ma się już z kim bawić, bo przecież wszyscy koledzy i koleżanki już dawno sobie poszli. Przedszkole staje się puste, jakieś takie wielkie i straszne.

- **Nie przyprowadzaj chorego dziecka do przedszkola**

Chore dziecko zaraża inne dzieci w grupie a także wychowawczynię. Dlatego jest to nie w porządku w stosunku do innych rodziców, którzy prędzej czy później się zorientują, kto jest „roznosicielem zarazków” i będziesz miał nieprzyjemności. Poza tym chory maluszek źle się czuje, jest osłabiony często rozdrażniony i nadaje się tylko do łóżka a ty każesz mu uczestniczyć w zajęciach.

- **Jeśli dziecko nie może wyjść na dwór**

Jeśli dziecko nie może, albo nie powinno wychodzić z grupą na dwór, to zanim zostawisz dziecko w przedszkolu, zapytaj personel czy to nie będzie dla nich problemem, bo może się okazać, że nie ma z kim zostawić Twojego dziecka. Istnieją przepisy, które regulują ilość dzieci na jednego wychowawcę, dlatego jeśli wszystkie dzieci wychodzą do ogrodu, również wszyscy wychowawcy muszą iść z nimi. Twoje dziecko nie może samo zostać w Sali, więc zostaje pani woźna albo sekretarka, a one też mają swoją pracę.

- **Dbaj o czystość przedszkolaka.**

Myj dziecku regularnie włosy, obcinaj paznokcie, czesz przed wyjściem z domu, nie zakładaj brudnych czy dziurawych ubrań. Inne dzieci widzą te wszystkie niedociągnięcia i Twoja pociecha może stać się obiektem kpin rówieśników.

- **Wychowawczynie to nie wróg, a sprzymierzeniec**

Wychowawczynie jest cennym źródłem informacji o Twoim dziecku, oraz o tym jak rozwiązywać problemy wychowawcze, przecież spędza z nim tyle godzin. Dlatego traktuj ją jak sprzymierzeńca. Współpracuj, rozmawiaj o problemach i słuchaj rad i wskazówek, mimo, że nie zawsze chciałbyś coś takiego usłyszeć. Nie bierz tego do siebie. Każdy przecież zna się na czymś innym. Ona doradzi Ci w sprawach wychowania, a Ty jej prawdopodobnie doradziłbyś jaki wziąć kredyt, albo jaki kupić samochód.

- **Ubieraj dziecko odpowiednio do pogody.**

Jeśli pogoda jest w kratkę i nigdy nie wiadomo jak będzie po południu, na wszelki wypadek zostawiaj w przedszkolu, odpowiednio do pory roku, kalosze albo ortalionowe spodnie, czy rajstopki albo koszulkę z krótkim rękawkiem. Nie ma nic gorszego niż niemożność wyjścia do ogrodu z powodu braku odpowiedniego ubranka.



- **Nie dawaj dziecku drogich ubrań.**

Dziecko w przedszkolu niezależnie od tego czy jest w sali czy w ogrodzie, będzie klękać na posadzce, turlać się, chodzić na czworaka. Może ubrudzić się plasteliną, zaplamić zupą czy farbami. Nie unikniesz tego, więc lepiej nie kupuj dziecku drogich ciuszków, których później będzie Ci żal.

- **Uczestnicz w przedstawieniach.**

Dzieci grają w przedstawieniach dla Was. Dlatego niecierpliwie wyczekują, kiedy przyjdziecie i dostają skrzydeł, kiedy widzą rodziców na scenie. Jeśli nie możesz przyjść na przedstawienie, wytłumacz dziecku, dlaczego tak się dzieje i wyślij na nie kogoś znajomego dla dziecka, kto będzie robił zdjęcia. Później, razem z maluszkiem obejrzyj zdjęcia i wysłuchaj relacji.

- **Zgłaszaj, jeśli ktoś inny odbierze dziecko z przedszkola.**

W przedszkolu są ścisłe zasady co do tego kto może odebrać Twoje dziecko. Nie stawiaj więc personelu w kłopotliwej sytuacji, i zgłaszaj za każdym razem, jeśli to będzie ktoś nieznany. Zgłaszaj nawet, jeśli to miałyby być mama innego przedszkolaka. Nie chodzi o utrudnianie komukolwiek życia, ale o zwiększenie bezpieczeństwa dla Twojej pociechy.

- **Przedszkole nie wychowa dziecka za Ciebie.**

Przedszkole nie zastąpi Cię w wychowywaniu Twojego dziecka. Ono ma pomagać sprawować opiekę, pomagać w wychowywaniu i przygotowywać do edukacji szkolnej. To ty jesteś odpowiedzialny za wychowanie swojego dziecka, nauczenie wszystkich zasad współżycia społecznego, dobrych manier itd.

- **Ucz dziecko.**

Jak wspomniałam w poprzednim punkcie, przedszkole ma za zadanie przygotowywać Twoje dziecko do nauki szkolnej. Jednak nawet najlepsza wychowawczyni czy logopeda nie nauczy wszystkiego w tak krótkim czasie, mając tak wiele dzieci. Dowiaduj się więc, jaki materiał aktualnie omawiany jest w grupie i kontynuuj go w domu, na spacerze czy jadąc samochodem

- **Nauka języka obcego.**

Jeśli Twoja pociecha uczy się obcego języka już w przedszkolu, to bardzo dobrze. Nie oczekuj jednak, że już po miesiącu zacznie coś mówić. U ludzi mowa bierna, czyli rozumienie, wyprzedza mowę czynną, czyli mówienie. Oznacza to, że może upłynąć wiele czasu, zanim Twoja pociecha zacznie mówić w obcym języku.

Kącik czytelniczy

Czytanie książek, a potrzeby i kompetencje dzieci w wieku przedszkolnym (3 – 6 lat)

Okres między 3 a 6 rokiem życia jest niezmiernie istotny dla rozwoju myślenia, pamięci i mowy dziecka. Potrafi ono już powiązać przyczynę ze skutkiem, zadaje mnóstwo pytań i komentuje opowiadaną mu historię, łączy ze sobą różne zdarzenia. Odróżnia świat zewnętrzny od świata odczuć, przeżyć i wrażeń, powoli dostrzega i przyjmuje istnienie innego niż jego punkt widzenia.

Przeczytana już książka jest zawsze świetnym pretekstem do rozmowy i wyprawy do miejsc związanych z jej tematem, co utrwala zapamiętywanie w przyjemny sposób.

Wyposażony w szereg kompetencji poznawczych przedszkolak staje się coraz bardziej świadomy nie tylko własnych emocji, ale też uczuć innych ludzi.

Książka przynosi pomoc w konfrontacji z własnymi lękami – efektem pracującej na „pełnych obrotach” wyobraźni, daje poczucie pewności siebie, gdy uda się pokonać strach.

Książki dają dzieciom wzory osobowe, szczególnie potrzebne, gdy one same nie wiedzą, jak sobie poradzić w nowej albo trudnej sytuacji.

Odpowiednio dobrana do tego etapu rozwoju lektura pozostawia trwałe ślady w całym życiu dziecka i kształtuje jego gotowość do rozpoczęcia kolejnego wyzwania, jakim jest etap szkolny, a dla rodziców stanowi nieocenioną pomoc w przekazaniu istotnych dla rodziny wartości.

Opracowane
Zespół czytelniczy:

A. Aleksandrowicz, G Rokicka, J. Sanajko

Na podst. M. Gajewska "Książką połączeni, czyli o roli czytelnictwa w życiu dziecka"

**Czytanie książek rozwija
myślenie, pamięć i mowę
dziecka.**

Poprzez czytanie dziecko
zdobywa wiedzę o sobie
i otaczającym je świecie oraz
rozwija kompetencje poznawcze.

Książki pomagają dzieciom
poznać i nazwać emocje swoje
i innych osób, a także rozróżnić
świat zewnętrzny od świata
odczuć i wrażeń.

**Czytanie uczy wyrażania
emocji oraz radzenia
sobie z nimi.**

Czytanie jest dla dziecka
czasem relaksu i reguluje
emocje z całego dnia.

**Książki pomagają owoić trudne
tematy, uczą komunikować
potrzeby i pokonywać lęki.**

(3-6 lat)

Bohaterowie książkowi dają
dzieciom nowe wzory osobowe
oraz wskazówki, jak postępować
w różnych sytuacjach.

Czytanie z rodzicem rozwija w dziecku
zainteresowanie literami i słowem
pisanym oraz rozbudza w nim gotowość
do nauki samodzielnego czytania.

Czytanie rozwija kreatywność
i wyobraźnię dziecka,
uczy wyciągania wniosków,
porównywania faktów
i znajdowania rozwiązań.

Książka jest świetnym pretekstem
do rozmowy z dzieckiem
i wyprawy do miejsc związanych
z jej tematem.

„Mała Kasia o wielkim sercu”

Dawno, dawno temu, w małej wiosce, gdzieś na końcu świata, urodziła się dziewczynka. Na imię dano jej Katarzyna. Jednak wszyscy mówili na nią po prostu Kasia, czasem Kasiunia. Była tak malutka, że nie sposób było zwracać się do niej inaczej. Dni mijały, a dziewczynka rosła, jednak wciąż wydawała się subtelna, delikatna i taka krucha. Była ciągle uśmiechnięta i nigdy nie płakała. Już w wieku 5 lat, miała sięgające do pasa, ciemne włosy i duże czarne oczy, które wszystkim, bez wyjątku, przypominały iskrzące się węgielki. Kasia była uwielbiana przez wszystkich w wiosce. Gdy podrosła, stała się bardzo pomocna. Starła się wesprzeć swoich znajomych, jeśli mieli jakiś problem. Próbowwała pomagać swoim rodzicom. Była pierwsza do asystowania swojemu nauczycielowi, który na co dzień sam musiał radzić sobie z przekazywaniem wiedzy dzieciom z tejże wsi, a wcale nie było ich tam mało. Pomagała wszystkim ludziom, którym była w stanie. Potrafiła znaleźć radę, nawet wtedy, gdy inną sytuacja wydawała się bez wyjścia. Oprócz tego, z nauką radziła sobie doskonale. Wszystko rozumiała. Jednak jej największą zaletą (tak przynajmniej twierdziła ona sama) była niesamowita umiejętność obchodzenia się z przyrodą. Zwierzęta kochały ją bardziej niż rodzice, a rośliny rosły pod jej opieką jak za dotknięciem czarodziejskiej różdżki. Wiedziała, jak porozumieć się z każdym stworzeniem na tej ziemi. Często jednak nie potrzebowała nawet słów, po prostu jej obecność, dotyk, działały cuda. Pewnego razu, jak zawsze, wybrała się na spotkanie ze swoimi leśnymi przyjaciółmi. Pojechała tam na swoim ukochanym koniu. Zwierzęta wyczuwały ją. Gdy tylko przekraczała granicę lasu, wszystkie instynktownie ją znajdowały. Tego dnia, przywitała się z każdym po kolei, chociażby zwykłym pogłaskaniem. Tłoczyły się dookoła Kasi, jak gdyby była lekiem na wszystkie ich problemy, które, wbrew pozorom, są czasem poważniejsze niż ludzkie. 10-letnia wtedy dziewczynka, pocieszała je najlepiej jak umiała, całym serduszkim. Nie potrafiła z nimi rozmawiać, tak, jak ludzie rozumieją rozmowę. Potrafiła za to mówić do nich sercem. I to właśnie sprawiło, że wszystkie stworzenia otwierały się przed nią. Tak samo było też tego dnia. Karmiła te, które zjawiały się głodne. Poila te, które były spragnione. Pocieszała te, które z jakiegoś powodu były smutne, nawet, jeśli nie wiedziała dlaczego. Spędzała czas z tymi, które czuły się samotne. Po prostu robiła to co zawsze, dawała im siebie. Spędziła w lesie większość dnia. Zorientowała się, że robi się ciemno. Pożegnała więc swoich przyjaciół, wsiadła na wierzchowca i ruszyła w drogę powrotną. Do domu dotarła szczęśliwie. Oporządziła konia, zjadła kolację z rodziną. Posprzątała w swoim pokoju i zasnęła. Rano się nie obudziła. Rodzice myśleli, że jest zwyczajnie zmęczona. Kiedy jednak wybiła 13 po południu, zorientowali się, że coś jest nie tak... Poszli do niej do pokoju. Kasia miała gorączkę. Wyglądała strasznie. Miała czerwone oczy, sine usta i trzęsała się jak osika. Spanikowani rodzice zwołali wszystkich ze wsi, którzy mieli chociaż najmniejsze pojęcie o medycynie. Niestety, mimo wielu hipotez, nikt nie wiedział co jej jest, ani jak jej pomóc. Wszyscy jednak zgodnie twierdzili; Mała Kasia umierała. Odwiedzali ją kolejni znajomi, przyjaciele. Wszyscy wychodzili zapłakani. Dziewczynka ledwo



otwierała usta, mówiła ludziom, żeby się o nią nie martwili, zapewniała, że wszystko będzie dobrze, chociaż wiedziała co się dzieje. Wieczorem Kasia zapadła w niespokojny sen. Do domu zaczęły przychodzić również zwierzęta. Były z nią tak związane emocjonalnie, że wiedziały, co teraz stanie się z ich najlepszą przyjaciółką. One też płakały. Na swój sposób oddawały hołd małej Kasi. Wszystkie gromadziły się w jej pokoju. Dołączyła do nich również jej rodzina. Niespodziewanie wybiła północ...zwierzęta zachowywały się, jakby oszalały. Zaczęły skakać i biegać. W normalnej sytuacji, rodzina nigdy nie pozwoliłaby wejść im do domu, a przy takim ich zachowaniu wszyscy zaczęliby panikować. Jednak to nie była normalna sytuacja. Rodzice Kasi czuli, że tak powinno być, więc przyglądali się zwierzętom ze stoickim spokojem. A one, jakby nagle opadły z sił, przestały się ruszać. Z ich ciał wychynęły ich dusze, które miały ludzkie postaci...ta, pochodząca z ciała jelenia, zwróciła się do małej Kasi:

- Księżniczko natury; dziękujemy za wszystko co dla nas zrobiłaś. Nasze dusze zakłęte były w ciałach zwierząt od tysięcy lat. Była to nasza kara, za to, jak bardzo złymi byliśmy, kiedy stąpaliśmy po ziemi w ludzkim ciele. Musieliśmy czekać na osobę, która będzie miała tak otwarte serce, jak Ty i da nam tyle miłości, ile Ty nam dałaś. Wyzwoliłaś nas od wieczystej klątwy, która ciążyła nad nami. Uratowałaś nas. Dziękujemy za wszystko. Nasz czas już nadszedł, więc oddajemy swoje żywota, aby Twoje mogło trwać. Już zawsze będziemy o Tobie pamiętać księżniczko...do zobaczenia w niebie! I wszystko zniknęło. Tak, jak gdyby nigdy nic się nie wydarzyło. Rodzina zastygła w bezruchu. Wciąż nie mogła zrozumieć co się stało...jednak szybko zapomnieli o tej niezwykłej sytuacji, ponieważ Kasia obudziła się. Otworzyła oczy, przeciągnęła się, po czym zdziwiona zapytała:

- Dlaczego wszyscy siedzicie nade mną? Która jest godzina? O jejku, spóźnię się na zajęcia do szkoły, obiecałam Panu, że przyjdę wcześniej i pomogę mu w przygotowaniu klasy! Księżniczka natury wyzdrowiała. Wszystko wróciło do normy. Po chorobie nie było śladu. Gdy mieszkańcy dowiedzieli się o tym, zapanowała wielka radość. Kasia znów chodziła do lasu. Miłość, która zrodziła się pomiędzy dziewczynką, a wszystkim co żyje, pokonała chorobę. Od tej pory wszyscy zrozumieli, że najważniejsze, to być dobrym człowiekiem i kochać świat takim jakim jest, a nauczyła ich tego właśnie mała Kasia...



Kącik logopedyczny

LICZYMY DOLNE ZĘBY,
TAK JAK MUSZELKI
PRZYWIEZIONE Z WAKACJI



Przedzkolne
Pomysły

KRĘCIMY JĘZYKIEM NA
ZEWNĄTRZ BUZI JAK
WIATRACZKIEM



Przedzkolne
Pomysły

RUSZAMY JĘZYKIEM PRAWO
LEWO, TAK JAK CHODZIMY
Z WALIZKĄ



Przedzkolne
Pomysły

SIĘGAMY JĘZYKIEM DO
NOSA, TAK JAK WSPINAMY
SIĘ PO GÓRACH



Przedzkolne
Pomysły

ROBIMY DZIUBEK, JAK
SPOTKANA NA SPACERZE
KACZUSZKA



Przedzkolne
Pomysły

ROBIMY SMUTNĄ ALBO ZŁĄ
MINĘ, JAK WTEDY GDY
SPÓŹNIA NAM SIĘ POCIĄG



Przedzkolne
Pomysły

PRZESYŁAMY BUZIAKI NA
POŻEGNANIE PRZED
WYJAZDEM NA WAKACJE



Przedzkolne
Pomysły

UŚMIECHAMY SIĘ
SZEROKO DO
WAKACYJNEGO ZDJĘCIA



Przedzkolne
Pomysły

WYPUSZCZAMY POWIETRZE
Z PIĘKI („SZ” I ”S”)



Przedzkolne
Pomysły

NABIERAMY POWIETRZA W
POLICZKI DO NURKOWANIA
(RAZ W PRAWY RAZ W LEWY)



Przedzkolne
Pomysły

JAK FALE OBMYWAJĄ SKAŁY
TAK MY OBMYWAMY ZĘBY
Z TYŁU (GÓRĘ I DÓŁ)



Przedzkolne
Pomysły

SKACZEMY PO GÓRNYCH
ZĘBACH JAK DELFIN
WYSKAKUJĄCY Z WODY

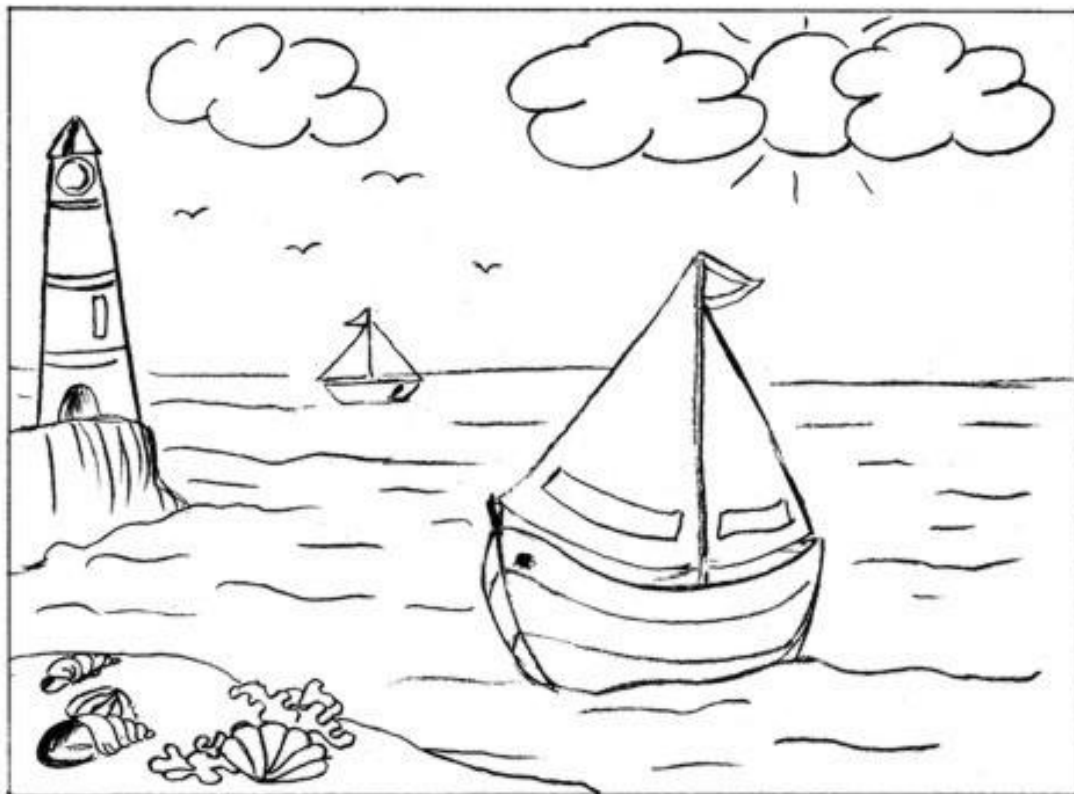
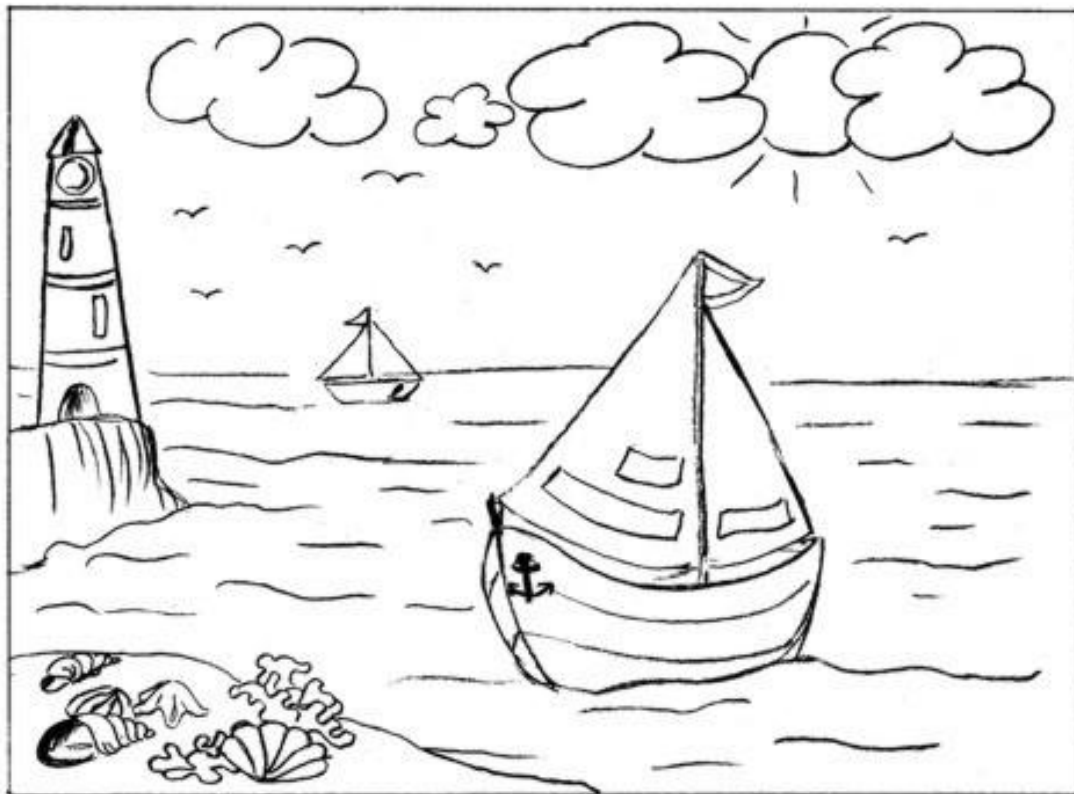


Przedzkolne
Pomysły

Niespodzianka dla młodszego przedszkolaka...



... i starszego przedszkolaka



Znajdź 7 szczegółów, którymi różnią się obrazki. Pokoloruj obrazki.

Pół godzinki dla rodzinki...

Nasze propozycje na wspólne zabawy z dzieckiem w czasie urlopu.

Wyjeżdżając z naszymi dziećmi na oczekiwane wakacyjne urlopy i wycieczki dobrze jest zabrać ze sobą kilka sprawdzonych pomysłów na zabawy na świeżym powietrzu. Chcemy zaproponować Wam kilka wesołych i prostych zabaw, w które z powodzeniem możemy się bawić razem z najmłodszymi i nieco starszymi dziećmi. Wybrane zabawy ruchowe rozwijają motorykę dużą i małą, doskonałą koordynację wzrokowo-ruchową, ćwiczą spostrzegawczość i refleks oraz uczą przestrzegania ustalonych reguł obowiązujących w zabawie.

*** Z KAMIENIA NA KAMIEŃ**

Na piasku patykami / kredą na boisku rysujemy niby strumień – dwie równoległe linie w odległości od siebie ok. 6 kroków. Przez strumień można przejść po kamieniach – narysowanych kółkach – ułożonych w odległości od siebie ok. 1 m. Dzieci ustawiają się na jednym brzegu strumyka, po czym kolejno przechodzą na drugi brzeg skacząc z kamienia na kamień i pamiętając o tym, że na kamieniu można postawić tylko jedną nogę. Dzieci które przejdą na drugi brzeg i nie wpadną do strumienia nagradzamy oklaskami.

*** KANGURZE SKOKI**

Zaznaczamy na piasku / boisku / trawie linie startu i mety. Dzieci ustawiają się na linii startu, po kolei wykonują po tyle samo kangurzych skoków w dal. Który kangur doskoczy do mety jako pierwszy?

*** SARNIE SKOKI**

Zaznaczamy na piasku / boisku / trawie linie startu i mety, a pomiędzy nimi ustawiamy kilka niewysokich (zależnie od wzrostu dzieci) przeszkód, jak np. piłka, samochodzik, ręcznik itp. Dzieci po kolei pokonują całą trasę przeskakując przez przeszkody jak sarenki.



*** SZUKAM PIERŚCIONKA / KORALIKA**

Stojąc w kole trzymamy w dłoniach sznurek (długość zależy od liczby uczestników zabawy), na którym jest nawleczony pierścionek / koralik. W środku koła znajduje się jedno dziecko. Pozostałe osoby przesuwają pierścionek / koralik w lewą lub prawą stronę, a dziecko w środku stara się zgadnąć, kto ma w dłoni pierścionek / koralik. Gdy mu się to uda, następuje zamiana ról.

*** KOLOROWA PIŁKA**

Ustawiamy się w kole. Rzucając do siebie piłkę każdy mówi jakiś kolor. Umawiamy się, że gdy ktoś powie kolor czarny, nie wolno złapać piłki. Jeśli jednak gracz pomyli się i złapie wtedy piłkę, osoba, która piłkę rzuciła zadaje jej zadanie (oczywiście odpowiednio trudne do wieku gracza), np. stój na 1 nodze aż doliczę do 5, podrzucić 4 razy piłkę wysoko w górę i ją złapać, przeturlaj piłkę do bramki, itp.

*** ZGUBIŁEM DROGOCENNE KAMIENIE**

Osoba dorosła rozsypuje w kilku miejscach kolorowe guziki / skrawki kolorowego papieru / cukierki. Na dany znak dzieci zaczynają szukać drogocennych kamieni.

*** KOTEK STRZELA GOLA**

Osoba dorosła staje w szerokim rozkroku tworząc bramkę. Dzieci – kotki biegają na czworakach pchając przed sobą głową piłkę i starają się na zmianę strzelić gola.

*** RYBY DO WODY – RYBY Z WODY**

Ustalamy linię: rysujemy ją na piasku, wybieramy skraj stawy i piasku, itp. Ustalamy po której stronie jest woda, a po której brzeg. Dzieci – ryby stają „na brzegu”, na hasło „Ryby do wody” przeskakują linię obiema nogami, na hasło „Ryby z wody” wyskakują tyłem „na brzeg”.

*** 1, 2, 3, 4, BUM!**

Ustawiamy się w kole, po kolei podajemy sobie piłkę (w lewą lub prawą stronę), licząc od 1 do 5. Nie wolno jednak powiedzieć 5 – w zamian mówimy BUM!. Osoba, która pomyli się i powie 5 musi – jeśli graczy jest niewiele - wykonać jakieś zadanie lub – jeśli graczy jest więcej – odpada z gry.

*** MINI PODCHODY**

Osoba dorosła chowa jakiś przedmiot i oznacza narysowanymi na kawałkach papieru / na piasku strzałkami drogę do kryjówki. Dzieci mają za zadanie wytropić kryjówkę, idąc według pozostawionych wskazówek.

*** OD MIEJSCA DO MIEJSCA**

Przygotujemy kilka karteczek z rysunkami charakterystycznych miejsc, np. ławka, klomb z kwiatami, schody, stół, drzwi, krzesło itp. Wybieramy pierwsze miejsce, w którym zostawiamy karteczkę z rysunkiem następnego miejsca i tak po kolei umieszczamy karteczki. W ostatnim miejscu pozostawiamy niespodziankę np. cukierka. Dziecko ma za zadanie po kolei odnajdywać narysowane miejsca, by na koniec odnaleźć ukrytą niespodziankę.

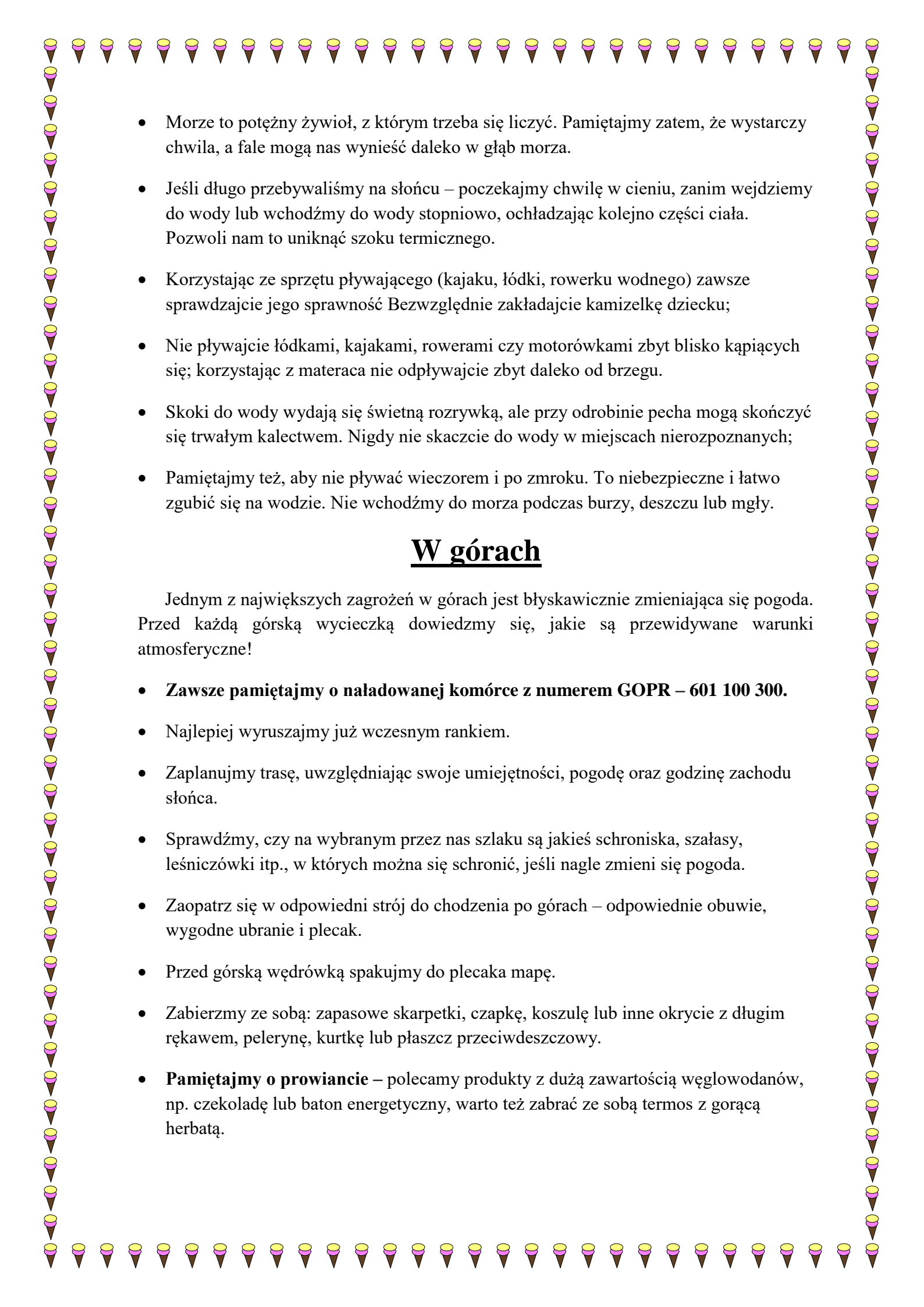
Życzymy wesołej zabawy!

Bezpiecznie na wakacjach

Wakacje są przede wszystkim czasem zabawy i odpoczynku. Każdy z nas na swój sposób na relaks i spędzenie wolnego czasu. Niektórzy odpoczywają aktywnie na górskich szlakach inni wolą lenistwo na plaży, a jeszcze inni zwiedzają różne nowe miasta i świetnie się bawią. Nikt nie siedzi w domu, gdy za oknem mamy piękną słoneczną, zachęcającą do wyjścia pogodę. Wszyscy jednak musimy pamiętać, że dobra zabawa nie zwalnia nas z obowiązku dbania o bezpieczeństwo swoje i innych. Jak powinniśmy postępować, aby wakacje zawsze kojarzyły nam się z samymi przyjemnościami? Wystarczy wykazać zdrowy rozsądek i pamiętać o kluczowych zasadach bezpieczeństwa.

Nad wodą

- Pamiętajcie, że najbezpieczniejsza kąpiel to ta w miejscach odpowiednio zorganizowanych i oznakowanych. Miejsce na kąpiel musi być bezpieczne. Dlatego nie wolno się kąpać przy śluzach, mostach, budowlach wodnych, portach, zaporach, a także w brudnej wodzie i tam, gdzie są silne wiry i prądy. Nie pływajmy w pobliżu wodorostów. Zwracajmy uwagę na dno i ukształtowanie zbiornika.
- Jeśli dzieci są w wodzie miejcie nad nimi ciągły nadzór, również gdy potrafią pływać. Zwykle zachłyśnięcie wodą może skończyć się utonięciem;
- Nie pozostawiajcie na brzegu swoich rzeczy bez opieki. Jeśli są one cenne to oddajcie je lepiej do przechowalni lub pozostawcie w domu;
- Nigdy nie kąpmy się w rwących rzekach, bo wystarczy poślizgnąć się na kamieniu, żeby porwał nas nurt.
- Najbezpieczniejszym miejscem na kąpiel są strzeżone kąpieliska wodne czy baseny . zawsze stosujcie się do regulaminu takiego kąpieliska i poleceń ratowników, opiekuna obiektu czy policji wodnej. Pływajmy wyłącznie w obszarze wyznaczonym przez boje.
- Bawiąc się w wodzie nie zakłócajcie wypoczynku i kąpeli innym, przede wszystkim nie krzyczcie, nie popychajcie innych;
- Nie wrzucajcie przedmiotów do wody;
- Idąc na plażę, nie zapominajmy o kremie z filtrem UV. Ciało nasmarujmy już około 20–30 minut przed wyjściem na słońce, czynność tę powtarzając co 2–3 godziny i po każdym wyjściu z wody.
- Chcąc uchronić się przed udarem, między godziną 11 a 16 ukryjmy się w cieniu.
- Nie zapominajmy o okularach przeciwsłonecznych i lekkim nakryciu głowy.
- Pamiętajmy, by zabrać ze sobą wodę oraz coś do jedzenia.

- 
- Morze to potężny żywioł, z którym trzeba się liczyć. Pamiętajmy zatem, że wystarczy chwila, a fale mogą nas wynieść daleko w głąb morza.
 - Jeśli długo przebywaliśmy na słońcu – poczekajmy chwilę w cieniu, zanim wejdziemy do wody lub wchodzimy do wody stopniowo, ochładzając kolejno części ciała. Pozwoli nam to uniknąć szoku termicznego.
 - Korzystając ze sprzętu pływającego (kajaku, łódki, rowerku wodnego) zawsze sprawdzajcie jego sprawność. Bezwzględnie zakładajcie kamizelkę dziecku;
 - Nie pływajcie łódkami, kajakami, rowerami czy motorówkami zbyt blisko kąpiących się; korzystając z materaca nie odpływajcie zbyt daleko od brzegu.
 - Skoki do wody wydają się świetną rozrywką, ale przy odrobinie pecha mogą skończyć się trwałym kalectwem. Nigdy nie skaczcie do wody w miejscach nierozpoznanych;
 - Pamiętajmy też, aby nie pływać wieczorem i po zmroku. To niebezpieczne i łatwo zgubić się na wodzie. Nie wchodzimy do morza podczas burzy, deszczu lub mgły.

W górach

Jednym z największych zagrożeń w górach jest błyskawicznie zmieniająca się pogoda. Przed każdą górską wycieczką dowiedzmy się, jakie są przewidywane warunki atmosferyczne!

- **Zawsze pamiętajmy o naładowanej komórce z numerem GOPR – 601 100 300.**
- Najlepiej wyruszajmy już wczesnym rankiem.
- Zaplanujmy trasę, uwzględniając swoje umiejętności, pogodę oraz godzinę zachodu słońca.
- Sprawdźmy, czy na wybranym przez nas szlaku są jakieś schroniska, szałas, leśniczówki itp., w których można się schronić, jeśli nagle zmieni się pogoda.
- Zaopatrz się w odpowiedni strój do chodzenia po górach – odpowiednie obuwie, wygodne ubranie i plecak.
- Przed górską wędrówką spakujmy do plecaka mapę.
- Zabierzmy ze sobą: zapasowe skarpetki, czapkę, koszulę lub inne okrycie z długim rękawem, pelerynę, kurtkę lub płaszcz przeciwdeszczowy.
- **Pamiętajmy o prowiancie** – polecamy produkty z dużą zawartością węglowodanów, np. czekoladę lub baton energetyczny, warto też zabrać ze sobą termos z gorącą herbatą.

- Nie zapominajmy o okularach przeciwsłonecznych i nasmarowaniu się filtrem do opalania.
- Przed wyjściem w góry poinformujmy kogoś, gdzie się wybieramy, jakim szlakiem i o jakiej porze planujemy wrócić.

W razie nagłej zmiany pogody, szukajmy podstawowych oznaczeń szlaku turystycznego. Jest to prostokątny znak – kolorowy pasek, oznaczający kolor szlaku, pomiędzy dwoma białymi paskami. W Polsce mamy 5 kolorów szlaków:

- **czerwony** - szlak główny dla danych gór, zwykle prowadzi przez najwyższe i najciekawsze szczyty pasma;
- **niebieski** – trasy dalekobieżne, warto planować nimi wyprawy, gdy nie chcemy schodzić z gór i planujemy nocować w schronisku;
- **zielony i żółty** – krótkie szlaki, które zwykle krzyżują się z innymi szlakami;
- **czarny** – krótkie szlaki dojściowe.

Spacer do lasu lub na łąkę

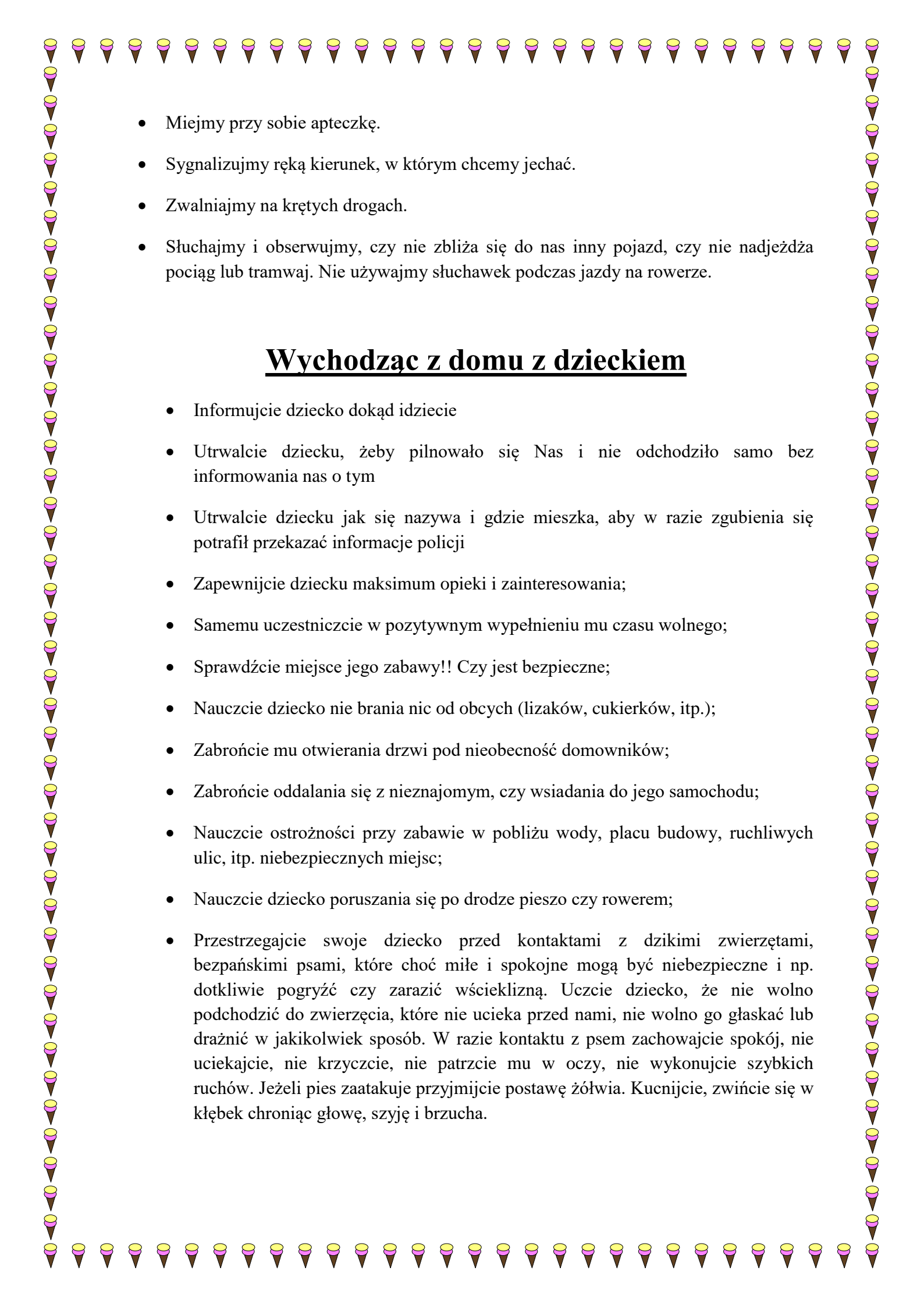
Wehodząc do lasu, poruszajmy się po wydeptanych ścieżkach. Każde miejsce w lesie wygląda podobnie, więc łatwo się zgubić, chodząc na przełaj. Jeśli zauważymy dzikie zwierzę, nie zbliżajmy się do niego, a jeśli to ono idzie w naszym kierunku, zatrzymajmy się i poczekajmy lub zrobmy powoli kilka kroków do tyłu. Nie rzucajmy się do ucieczki (zwierzę może ruszyć w pościg), nie patrzmy zwierzęciu w oczy ani nie pokazujemy mu zębów (odczyta to jako przejaw agresji).

Nie dokarmiajmy dzikich zwierząt! To dla nich niezdrowe.

- Stosujmy preparaty przeciw komarom, kleszczom, szerszeniom oraz osom.
- Nie rozpalajmy ognisk w lesie i jego pobliżu.
- Jeśli zauważymy pożar – dzwońmy po straż pożarną. Nie podchodźmy do ognia.
- Zabierzmy ze sobą śmieci z lasu

Wyprawa rowerowa

- Starajmy się nie podróżować solo.
- Zawsze jeźdzmy w kasku.

- 
- Miejmy przy sobie apteczkę.
 - Sygnalizujemy ręką kierunek, w którym chcemy jechać.
 - Zwalniamy na krętych drogach.
 - Słuchajmy i obserwujmy, czy nie zbliża się do nas inny pojazd, czy nie nadjeżdża pociąg lub tramwaj. Nie używajmy słuchawek podczas jazdy na rowerze.

Wychodząc z domu z dzieckiem

- Informujcie dziecko dokąd idziecie
- Utrwalcie dziecku, żeby pilnowało się Nas i nie odchodziło samo bez informowania nas o tym
- Utrwalcie dziecku jak się nazywa i gdzie mieszka, aby w razie zgubienia się potrafił przekazać informacje policji
- Zapewnijcie dziecku maksimum opieki i zainteresowania;
- Samemu uczestniczcie w pozytywnym wypełnieniu mu czasu wolnego;
- Sprawdźcie miejsce jego zabawy!! Czy jest bezpieczne;
- Nauczcie dziecko nie brania nic od obcych (lizaków, cukierków, itp.);
- Zabrońcie mu otwierania drzwi pod nieobecność domowników;
- Zabrońcie oddalania się z nieznanym, czy wsiadania do jego samochodu;
- Nauczcie ostrożności przy zabawie w pobliżu wody, placu budowy, ruchliwych ulic, itp. niebezpiecznych miejsc;
- Nauczcie dziecko poruszania się po drodze pieszo czy rowerem;
- Przestrzegajcie swoje dziecko przed kontaktami z dzikimi zwierzętami, bezpańskimi psami, które choć miłe i spokojne mogą być niebezpieczne i np. dotkliwie pogryźć czy zarazić wścieklizną. Uczcie dziecko, że nie wolno podchodzić do zwierzęcia, które nie ucieka przed nami, nie wolno go głaskać lub drażnić w jakikolwiek sposób. W razie kontaktu z psem zachowajcie spokój, nie uciekajcie, nie krzyczcie, nie patrzcie mu w oczy, nie wykonujcie szybkich ruchów. Jeżeli pies zaatakujecie przyjmijcie postawę żółwia. Kucnijcie, zwińcie się w kłębek chroniąc głowę, szyję i brzucha.

Podsumowując

Aby lepiej zapamiętać zasady bezpieczeństwa, na koniec przedstawiamy kilka z nich w bardziej humorystyczny sposób:

- 1) Numer 112 znamy i w razie potrzeby go wybieramy.
- 2) Jeśli kogoś nie znamy, na pewno z nim nie rozmawiamy.
- 3) Gdy na plaży przebywamy, od mamy się nie oddalamy.
- 4) W górach po szlaku chodzimy, wtedy nie zbłądzimy.
- 5) Gdy na słońcu przebywamy, czapkę lub kapelusz zakładamy.

Gdziekolwiek planujemy się wybrać, pamiętajmy o naładowaniu przed wyjściem telefonu lub noszeniu ze sobą przenośnej ładowarki typu power bank – tym bardziej, jeśli planujemy dłuższą wędrowkę, spacer, podróż. Dodatkowo zawsze miejmy w telefonie zapisane numery alarmowe, a także w odpowiedni sposób zapisane numery bliskich osób. Przed imieniem bliskiej osoby powinno znaleźć się słowo „ICE”. Jest to znak dla ratowników medycznych, kogo poinformować w razie wypadku.

Przestrzegajmy zasad bezpieczeństwa a wakacje będziemy wspominać z uśmiechem.

Życzymy bezpiecznych i udanych wakacji!

Źródła:

- https://czasdzieci.pl/ro_artykuly/id,749192b.html
- <http://strefamlodych.pl/badz-bezpieczny-w-czasie-wakacji/>
- https://czasdzieci.pl/ro_artykuly/id,749192b.html
- <https://tarnowskie-gory.policja.gov.pl/k26/bezpieczenstwo/jak-unikac-zagrozen/bezpieczne-wakacje/65020,Jak-spedzic-bezpiecznie-wakacje-porady.html>

Opracowała: Agata Jastrzębska-Staniucha



Warto Wiedzieć

Zabawy, które można wykorzystać podczas podróży, na wakacjach.

Podróż to niemałe wyzwanie dla rodziców jak i maluchów. Wszyscy wiemy, że długa jazda może być dla dziecka trudna i męcząca – przecież dla dziecka nie ma nic nudniejszego na świecie od siedzenia prawie bez ruchu w jednym miejscu, z którego można tylko obserwować widoki za oknem.

Chciałam zaproponować Państwu kilka ciekawych zabaw, które umilą długą i niekiedy żmudną podróż.

Bezludna wyspa. Zaczynamy zabawę od wypowiedzenia formułki: „Jadę na bezludną wyspę i zabieram ze sobą...” i tu pada jakieś słowo. Kolejna osoba musi powtórzyć pierwsze słowo i dodać swoje. Następna musi powtórzyć poprzednie słowa i dodać kolejne. Ten kto pierwszy się pomyli – przegrywa. Świetna zabawa na rozwijanie pamięci i koncentracji.

Pomidor to znana i lubiana zabawa od pokoleń. Jedna osoba zadaje pytania (im głupsze tym weselej), druga odpowiada na nie zawsze słowem „pomidor”. Przegrywa ten, kto pierwszy się roześmieje.

Marionetka. Dziecko wykonuje różne polecenia, np. dotknij nos językiem, prawą ręką swoją głowę i lewą kolano brata, obliź łokieć (nie da się!), następnie rodzic (poza kierowcą oczywiście;) wykonuje polecenia dziecka.

Bajkopisarz. Wspólnie opowiadamy bajkę – każdy po kolei dodaje 1 zdanie – może powstać na prawdę ciekawa historia;)

Co widać na literę...? - to już zabawa dla trochę starszych dzieci. Jeśli jedziecie drogą krajową, nadmorską lub górską i wokół sporo się dzieje, możecie pobawić się w: „Co widać na literę...” i tutaj podać dowolną literę, np. „Co widać na literę C”: czapla, chata, ciastko etc.

Czego nie widać? „Kto znajdzie...?” Latarnię, burego psa, panią w chuście... Kto pierwszy wskaże obiekt, ten dostaje punkt. A inna wersja tej samej zabawy, polega na odgadnięciu co ktoś widzi: „To coś jest duże... czarne... stoi naprzeciwko domu... nie ma rąk tylko łapy”. Dla utrudnienia maksymalnie 10 podpowiedzi. Im mniej podpowiedzi, tym więcej punktów.

Pamięć doskonała. Dorosły zaczyna zdanie: „Jadę na wakacje i zabieram z sobą... plecak”. Każda kolejna osoba będzie musiała dodać jedną dodatkową rzecz, np. „Jadę na wakacje i zabieram z sobą plecak i książkę”. Jeśli ktoś się pomyli, wypada z

gry. Wygrywa ta osoba, która będzie w stanie zapamiętać najdłuższy ciąg rzeczy, które zostały zabrane na wakacje.

Wykorzystajmy dobrze ten czas wspólnej podróży - rzadko zdarza się okazja spędzenia z dzieckiem tylu chwil. Warto spojrzeć na wyjazd właśnie w ten sposób. Najlepsze **zabawki nie zastąpią dobrego towarzystwa**. Mama lub tata na siedzeniu obok (jeśli oczywiście nie ma rodzeństwa) mogą sprawić, że dziecko każdą podróż będzie traktować jak przygodę.

Źródło: <http://www.buggygym.pl/> <https://tuptuptup.org.pl>



WSZYSTKIM DZIECIOM I RODZICOM ŻYCZYMY
RADOSNYCH I BEZTROSKICH CHWIL

SŁONECZNYCH WAKACJI

Dyrektor

i Personel Przedszkola Miejskiego nr 15

im. Wandy Chotomskiej w Olsztynie