

Przedszkole Miejskie Nr 15 im. Wandy Chotomskiej

w Olsztynie

BIULETYN PRZEDSZKOLNY DLA DZIECI I RODZICÓW

"PRZEDSZKOLNE ECHO"



Biuletyn redaguje:

Agata Jastrzębska-Staniucha

Witajcie Kochani ☺

To już ostatni numer naszej gazetki w tym roku szkolnym...

Już 1 sierpnia rozpoczniecie wszyscy wakacyjny czas odpoczynku...

Niektórzy z Was wyjadą z rodzicami poza nasze miasto... dalej lub bliżej.

Będzie nam miło, jeśli przysłacie pozdrowienia wakacyjne ze swoich wyjazdów.

Część z Was – dzieci z grupy Muzykańce i Fruwaki – po wakacjach staną się
pierwszoklasistami.

Kochani – życzymy Wam samych sukcesów w szkole ☺

Na wakacje – trochę dobrych rad ☺



**WAKACYJNE RADY
- NIE OD PARADY!**

*Kap się do woli,
korzystaj z pogody,
lecz nigdy nie wchodzić
rozgrzany do wody!*

*Gdy idziesz do lasu
to pamiętaj jeszcze,
by się zabezpieczyć
przed komarem i kleszczem!*

*Bądź bardzo ostrożny
w czasie letnich podróży!
Od opiekunów się nie oddalaj,
abyś się nie zgubił!*

*Urządzamy grzybobranie.
Jaka rada stąd wynika:
Gdy jakiegogo grzyba nie znasz
nie wkładaj do koszyka!*

*Głowa nie jest od parady,
stążyć musi dalej.
Dbaj więc o nią i ostaniaj,
kiedy słońce pali!*

*Płynie w rzece woda
chtodna, bystra, czysta.
Tylko przy dorosłych
z kąpieli korzystaj!*

*Jagody nieznane
gdy zobaczysz w borze
nie zrywaj! Nie zjadaj! –
bo zatruć się możesz!*

Latem często pojawiają się burze...

Czy wiecie jak się zachować w czasie burzy?

- jeśli burza się zacznie, gdy będziemy w drodze, nie chowajmy się pod drzewami, wiatami czy słupami energetycznymi, tylko w budynku lub w samochodzie,
- jeśli burza zastanie nas na otwartym terenie, trzeba trzymać stopy jak najbliżej siebie i przykucnąć,
- jeśli wychodzimy z domu pozamykajmy okna i drzwi,
- unikajmy wzniesień i górskich szczytów, najlepiej skryć się w niższych partiach gór a jeszcze lepiej w schronisku,
- lepiej nie obserwować zjawiska burzy z balkonu i odsunąć się od okna,
- lepiej unikać rozmów przez telefon oraz nie korzystać z urządzeń podłączonych do prądu,
- jeśli burza zastanie nas nad wodą lub na wodzie, należy jak najszybciej z niej wyjść na brzeg.



To warto wiedzieć!

Zdrowe odżywianie na wakacjach.

Wakacje nie powinny być odpoczynkiem od zdrowego żywienia, dlatego nie dajmy się skusić niezdrowym przekąskom, które zabijają pierwszy głód, ale będą niezdrowe dla dziecka i Ciebie. Dbanie o posiłki podczas wakacji nie jest stratą czasu - warto wykorzystać letni okres, str. 6 by wykształcić w dziecku prawidłowe nawyki żywieniowe.

Aktywność fizyczna dzieci na wakacjach jest wzmożona, dlatego też dopisuje im apetyt. Dobrze zbilansowane posiłki dostarczą im energii na cały dzień. Równowaga przyjmowanej i zużywanej energii, czyli dobrze zbilansowana dieta dziecka oraz duża ilość ruchu uchroni dziecko przed otyłością. Właściwe, pełnowartościowe posiłki ograniczają potrzebę spożywania pustych kalorii, np. słodczy, po których dziecko robi się szybko głodne i znów zaczyna rozglądać się za przekąską.

Jak zachęcić dziecko do zdrowego odżywiania? Dobrą drogą jest wspólne przygotowywanie posiłków: zakupy, wybór produktów i przygotowanie potraw mogą dać wiele radości. Dziecko będzie się czuło docenione i ważne – jako partner i uczestnik czegoś, co zazwyczaj robią wyłącznie dorośli. Planowanie posiłku to świetna okazja, by zapoznać dziecko z piramidą żywienia, nauczyć, które produkty są zdrowe i dlaczego. Możemy wspólnie przeglądać przepisy kulinarne w prasie oraz na stronach internetowych, razem wybierać potrawy i tłumaczyć dziecku dlaczego akurat te a nie inne składniki są dobre dla organizmu (witaminy, mikro i makroelementy etc.). Na zakupach z dziećmi starajmy się wybierać zdrową żywność: ciemne pieczywo, różne rodzaje nabiału (sery białe, żółte, jogurty), soki, jak najwięcej warzyw i owoców oraz ryby. Zwracajmy uwagę na daty przydatności. Kupując produkty – wybierajmy takie, które dobrze znoszą wyższą temperaturę. Ryby to samo zdrowie - witaminy z grupy B, A, D i E, niezbędne wielonienasycone kwasy tłuszczowe, łatwo przyswajalne białko - nie może ich zabraknąć w diecie małego dziecka. Odgrywają ważną rolę m.in. w budowie tkanki nerwowej, oczu i mózgu dziecka, a zawarte w rybach kwasy omega-3 zapobiegają w starszym wieku miażdżycy i innym chorobom serca oraz poprawiają funkcjonowanie naczyń krwionośnych. W Polsce jemy ich stanowczo za mało, zaledwie 4 kilogramy rocznie na osobę. Dla porównania statystyczny Irlandczyk przyswaja ich ok. 92 kilogramy na rok. To jeden z najzdrowszych produktów, który ma ogromny wpływ na nasze zdrowie.

Ryby oraz kolorowe i smaczne surówki ze świeżych warzyw są idealnym posiłkiem w lecie – w znacznym stopniu zaspokajają potrzeby odżywcze dzieci. Dlatego, jeśli spędzamy wakacje nad morzem – skorzystajmy z okazji, by nauczyć dzieci jeść ryby.

Opracowano na podstawie materiałów otrzymanych przy realizacji projektu „Zdrowe Dzieci”.



„Lato bez nudy”, czyli pomysły na rodzinne zabawy podczas wakacji ;)

Nadeszły wakacje – nareszcie całą rodziną będziecie razem. Cieszysz się? A może trochę cię to przeraża, bo nie wiesz, co będziecie robić przez cały ten czas? Po prostu spróbujcie dobrze się bawić! Bawcie się wszędzie, w zwykłych codziennych sytuacjach.

„Turlanie się”

Najpierw załóż, że to będzie brudna zabawa. Nim ją zaczniecie, sprawdź, czy w trawie na pagórku nie kryje się coś niebezpiecznego, np. duży kamień, dół, szkło, kolczaste rośliny. Dobrym miejscem jest też wydma (uwaga na piasek, który może dostać się do buzi i oczu). Z mniejszej góry dziecko może turlać się samo (pilnuj je, idąc za nim, by nie stoczyło się w niewłaściwym kierunku), z większej – w objęciach mamy lub taty. Możecie obserwować, jak z góry stacza się piłka. Ważnym treningiem jest podchodzenie pod górkę. Co to daje:

- ćwiczy zmysł równowagi,
- trenuje wspinaczkę, pomaga dobrze poczuć się w swoim ciele.

„Coś żółtego”

Gdy dziecko nauczy się odróżniać niektóre kolory, podczas spaceru powiedz: „Widzę coś żółtego. Co to jest?”. Zadaniem malucha jest str. 19 odnalezienie w okolicy takiego przedmiotu i pokazanie go. Dla starszego dziecka zmodyfikuj zasady – szukajcie wcześniej ustalonego obiektu, np. pana z brodą, czerwonego motocykla. Każdy dostrzeżony element to punkt. Co to daje:

-młodsze dziecko utrwała nazwy kolorów i podobnie jak starsze ćwiczy zmysł obserwacji.

„Za mały kocyk”

Na podłodze w domu, na trawie lub na plaży rozłóżcie koc lub prześcieradło. Wszyscy członkowie rodziny muszą się na nim położyć tak, by się zmieścić. Jeśli się udało, złóżcie koc na pół i znów spróbujcie się zmieścić. Zabawa trwa dalej: złóżcie koc ponownie i sprawdźcie, na jak małej powierzchni możecie razem leżeć. Co to daje:

- uczy współpracy,
- zacieśnia więzi.

„Na opak”

Jeden dzień w tygodniu wywróć do góry nogami. Umówcie się, że zjecie kolację na śniadanie, a śniadanie na kolację albo deser na początku obiadu (nieduży, bo mogą być kłopoty z daniem głównym!). Możecie też rano przywitać się radosnym „dobranoc” i przeczytać dziecku książeczkę, jeszcze zanim wstanie z łóżka, a wieczorem powiedzieć „dzień dobry”. Co to daje:

- przełamuje rutynę,
- rozwija wyobraźnię

„Dzień dobry”

Idźcie na spacer i do napotkanych osób, na zmianę (raz ty, raz dziecko) **mówcie „dzień dobry”**. Punkt zdobywa ten, komu przechodzić odpowie. Dzieci mają w tej zabawie większe szanse, bo ludzie zwykle chętniej odpowiadają na ich pozdrowienia. Co to daje:

-trenuje umiejętności społeczne.

„ Zły wilk ”

Wyobraźcie sobie, że ogródek lub dywan w pokoju to las, mieszka w nim zły wilk i inne zwierzęta. Jedna osoba zostaje wilkiem, a reszta kładzie się nieruchomo na trawie (podłodze). Nie wolno drgnąć, można tylko mrugać oczami i oddychać. Jeśli wilk zauważy, że ktoś się ruszył, ta osoba odpada z gry. Wilk może też prowokować, np. robić zabawne miny, wydawać śmieszne odgłosy. Co to daje:

- uczy cierpliwości,
- przestrzegania zasad,
- kreatywności

„ Jaki to smak? ”

Przygotuj posiłek dla dziecka z produktów o różnych smakach. Zawiąż mu oczy i podawaj różne jedzenie, np. twaróg, soczek, szynkę, pieczywo, pomidora. Za każdym razem dziecko musi odgadnąć, co zjadło. Potem zamieńcie się rolami. Co to daje:

- trenuje zmysł smaku,
- pomaga w rozwijaniu słownictwa



Wakacje to czas odpoczynku, ale można go także wykorzystać na usprawnienie rozwoju dziecka...

Mamo, tato - czy wiesz, że dziecku z trudnościami grafomotorycznymi trudniej jest też ...mówić!

Nawet jeśli dziecko prawidłowo trzyma kredkę nie oznacza, że nie potrzebuje terapii ręki. Czy podpira głowę ręką, zjeżdża z krzesła, za mocno lub za słabo dociska ołówkę, szybko się męczy kolorując czy rysując szlaczki? A może ma trudności z zakładaniem skarpet, kurtki, koszulki, zapinaniem guzików? Nie czekaj na cud i zobacz jak kilka zabaw może pomóc dziecku nie tylko sprawnie pisać czy wycinać ale przede wszystkim czuć się dobrze we własnej skórze.

Trudności w zakresie małej motoryki same nie miną. Będą się nawarstwiać.

Oto kilka propozycji zabaw ruchowych dla całej rodziny:

- **Siłowanki** z tatą czy innym członkiem rodziny. Zapasy i przepychanki traktowane są jak coś złego, a tymczasem są niezastąpione w uwalnianiu trudnych emocji.
- **Czworakowanie** – możesz zrobić slalom z poduszek, a na plecy dziecka położyć ciężką poduszkę, woreczki z grochem, założyć plecak obciążony książką. Warto użyć wyobraźni i bazując na upodobaniach dziecka otoczyć aktywność ciekawą historią, np. jesteś piratem i przenosisz skarb w dżungli do ukrytej jaskini (na końcu slalomu może znajdować się stół, który stanie się jaskinią)
- **Czołganie się**
 - **Taczka** z rodzicem lub rodzeństwem („Ciekawe czy uda Ci się dojść do kanapy?) Dla wielu dzieci to niesłychanie trudna zabawa! Dlatego cieszcie się nawet z dwóch kroczków i motywujcie dziecko do codziennych prób. Zacznij od podtrzymywania ud dziecka.
 - Rysujcie w powietrzu duże wzory, np. serce, koło
 - Krążenie ramion (małe i duże koła), ręce wyciągnięte w bok. Możliwe, że dziecko będzie miało trudności ze skoordynowaniem ruchu obu rąk, a może ramiona będą opadały. Warto wtedy nie odpuszczać tego genialnego ćwiczenia i stanąć za dzieckiem lekko podtrzymując wyprostowane ręce i delikatnie prowadzić ruch. Jeśli dziecko zupełnie sobie z tym nie radzi, poproś by zrobiło kilka wymachów rękami do przodu i do tyłu.
 - Malowanie ściany na sucho (warto podać dziecku suchy pędzel czy wałek do malowania) – można delikatnie prowadzić rękę dziecka by zakres ruchu góra dół był jak największy i płynny.
 - Wszelkie zabawy z masami plastycznymi! Szczególnie tworzenie kuleczek i wałków z plasteliny (lepcie stworki, zwierzątka, wyklejajcie proste wzory na

kartonie, np. kwiaty na łące, kurczaczki, bazye). Zachęcaj by dziecko ugniatało i wałkowało masę.

- Malowanie na dużych powierzchniach – najlepiej na arkuszu zawieszonym na drzwiach itp.
- **Samoobsługa to niesłuchanie istotny cel terapii ręki** więc pamiętaj by nie wyręczać dziecka, które ma trudności w tej sferze. Pomóż mu zrobić to samodzielnie. Zakładanie skarpet jest niesłuchanie trudne dla wielu dzieci więc kup skarpety do kostki, tzw. stopki. Pokaż dziecku jak je założyć, poproś by zrobiło to samodzielnie – nie pospieszaj, a jeśli widzisz narastającą frustrację, zażartuj by rozluźnić atmosferę. Możesz też poprosić by dziecko włożyło dłonie w skarpetę i ją porozciągało, co przy okazji jest fajnym ćwiczeniem dłoni.
- **Staraj się nie wyręczać dziecka w żadnej czynności samoobsługowej.** Asystuj, wspieraj, upraszczaj te czynności dla niego tak by stopniowo uczyło się jak je wykonać ale nie wyręczaj. Czy wiesz jak fantastycznym ćwiczeniem jest przekładanie ubrań z lewej na prawą stronę, łączenie skarpet w pary i zwijanie ich w kłębki, wyjmowanie prania z pralki, strzepywanie go, a wreszcie wieszanie? Wiem, że czasem goni Was czas ale te sytuacje, w których dziecko wyręczasz powinny być wyjątkami, a nie regułą. Teraz w czasie kwarantanny warto zmienić nawyki i stworzyć dziecku listę domowych obowiązków. Rzecz jasna atmosfera wokół tych zmian musi być pozytywna bo inaczej dziecko będzie się buntowało.

Warto ustalić listę codziennych obowiązków dla dziecka. Może to być np. podlewanie kwiatów, układanie ubrań i zabawek na półkach, ścieranie kurzu, przekładanie ubrań ze strony lewej na prawą, łączenie skarpet w pary i kłębki, wyjmowanie prania z pralki, strzepywanie mokrych ubrań i rozwieszanie ich – najlepiej przy użyciu klamerek. Pomoc w kuchni: rozbijanie jajek na jajecznicę, ubijanie piany na ciasto, mieszanie składników, krojenie warzyw i owoców (np. bezpiecznym nożem karbowanym z uchwytem lub nożem drewnianym czy plastikowym jeśli dziecko ma duże trudności motoryczne), robienie kanapek, ścieranie stołu, wyjmowanie sztućców itp. ze zmywarki i układanie ich w szufladzie, nakrywanie do stołu, dekorowanie stołu. Warto zamontować wieszak na kurtkę dziecka nisko, tak by mogło bez trudności ją odwieszać.

Samoobsługa: mycie twarzy i zębów, spienianie mydła do mycia rąk i wycieranie ich ręcznikiem, czesanie włosów, ubieranie się, rozbieranie się, jedzenie sztućcami, zapinanie guzików, zakładanie spodni, butów, czapki, zakładanie skarpet, zasuwanie suwaków.

TERAPIA RĘKI W DOMU TO SUPER ZABAWA DLA CAŁEJ

RODZINY I CUDOWNIE SPĘDZONY CZAS RAZEM

ŻYCZYMY UDANEJ ZABAWY ☺

KIEDY DO LOGOPEDY?

Przeziębienie
Przed
Przeziębienie
Przed
Przeziębienie
Przed

Skontaktuj się z logopedą, jeśli dziecko:



NIE MÓWI
lub
MÓWI
BARDZO MAŁO



mówi tak,
że jego
MOWA jest
NIEZROZUMIAŁA
dla innych ludzi



podczas mówienia
WYSUWA JEZYK
między zęby, ZNIEKSZTAŁCA
lub ZAMIENIA głoski



MÓWIŁO
I PRZESTAŁO
albo
NIE MÓWI
W OKREŚLONYCH
SYTUACJACH
i miejscach

MÓWI PRZEZ NOS



ODDYCHA PRZEZ USTA
i śpi z otwartą buzią

SSIE KCIUK, WARGĘ
LUB POLICZEK



mo-mo-mowa

JAKA SIĘ,
NIE MÓWI
PŁYNNIE



MA TRUDNOŚCI Z JEDZENIEM –
gryzieniem, żuciem,
połykaniem
ORAZ PICIEM z kubeczka
lub przez słomkę



MA ZABURZONY
SŁUCH

MA NIEPRAWIDŁOWĄ
BUDOWĘ
NARZĄDÓW MOWY



NADMIERNIE
SIĘ ŚLINI

Przychodzi dziecko do logopedy...

Gimnastyka buzi małego podróżnika, czyli zestaw ćwiczeń w drodze na wakacje...

Poniższy zestaw będzie idealnym rozwiązaniem dla zabieganych przedszkolaków, którzy popołudnia będą spędzali na placu zabaw (a nie w domu).



Unieś język do magicznego miejsca - za górnymi ząbkami i przytrzymaj przez chwilę!

GADU terapia



Zrób ze swoich warg motorek!

GADU terapia



Udawaj konika!

GADU terapia



Zrób huśtawkę ze swojego języczka - unieś go za górne ząbki i opuszczaj.

GADU terapia



Zrób ze swoich policzków balonik!

GADU terapia



Wysyłaj buziaczki! Wsuń usta i cmokaj!

GADU terapia



Umyj swoje ząbki od wewnętrznej strony językiem!

GADU terapia



Przyklej język do sufitu w buzi i przytrzymaj przez chwilę!

GADU terapia

K J A C B o f N t f y t v
s a v y z s H i w l s t c b a
M G Z



Strefa dziecka i rodzica.

Wychowanie a kształtowanie się poczucia własnej wartości.

Poczucie własnej wartości wpływa na wiele obszarów funkcjonowania człowieka. Jako ważny czynnik w życiu każdej osoby, powinien zajmować istotne miejsce w procesie wychowania dzieci.

Czym jest poczucie własnej wartości?

Poczucie własnej wartości stanowi postawę wobec samego siebie. Składa się z komponentu intelektualnego (samoocena, pozytywne lub negatywne wartościowanie własnych cech), emocjonalnego (samoakceptacja, uczucia do samego siebie) i działaniowego (nasz stosunek do siebie w zachowaniu, sposób w jaki siebie traktujemy).

Niekiedy obserwuje się, iż ktoś może mieć adekwatną wysoką samoocenę przy niepełnej akceptacji samego siebie, w skutek czego może nie posiadać stabilnego, wysokiego poczucia swojej wartości. Niekiedy może dziać się odwrotnie – mimo świadomości swoich wad, akceptuje i lubi siebie.

Zwykle samoakceptacja kształtuje się wcześniej niż samoocena. W większej mierze zależy od doświadczeń wczesnego dzieciństwa. W dużym stopniu zależy od tego, czy będąc małymi dziećmi posiadaliśmy poczucie bezpieczeństwa i odczuwaliśmy bezwarunkową miłość.

Kształtowanie się poczucia własnej wartości w rodzinie.

Poczucie zaczyna kształtować się od wczesnego dzieciństwa, gdy dziecko zaczyna wyodrębniać się i budować poczucie „ja”. Proces ten trwa całe życie i zależy od kilku czynników: pośrednich lub bezpośrednich komunikatów na temat siebie (zwłaszcza od osób znaczących), porównywania z innymi, oceny osiągnięć i porażek oraz z czasem własnej aktywności w kształtowaniu się poczucia własnej wartości.

Gael Lindenfield wymienia zachowania rodziców, które utrudniają kształtowanie się poczucia własnej wartości:

- niezaspokajanie podstawowych potrzeb dziecka – biologicznych i psychicznych (np. uznania, bezpieczeństwa, miłości),
- ignorowanie, odrzucanie uczuć dziecka, karanie lub karcenie dziecka gdy przeżywa ból, wstyd, strach, ośmieszanie, karcenie powodu wrodzonych cech lub wieku dziecka,
- stawianie nadmiernych wymagań przekraczających możliwości dziecka,
- niekorzystne porównywanie z innymi,
- nieliczenie się z poglądami, opiniami dziecka w kwestiach go dotyczących,
- odmawianie dziecku racjonalnego wyjaśnienia decyzji,
- nadawanie negatywnych etykietek,
- nadopiekuńczość, wyręczanie przy jednoczesnym komunikacie, że nie poradzi sobie, gdyż jest za słabe, by z czymś sobie poradzić,
- kary naruszające poczucie godności dziecka,
- niekonsekwentne postępowanie wobec dziecka zwłaszcza w okazywaniu mu uczuć,
- okazywanie większej uwagi obcym,
- straszenie pozbawieniem opieki, odebraniem miłości.

Jak widać powyższe zachowania nie są przestępstwami, a zachowaniami rodziców, którzy kochają swoje dzieci, ale niekiedy reagują zbyt emocjonalnie lub nie zdają sobie sprawy z wpływu takich zachowań. Oczywiście rodzice nie są jedynymi osobami kształtującymi poczucie własnej wartości. Stanowią je również dziadkowie, ciocie, wujkowie, rodzeństwo a z czasem doświadczenia w relacjach z kolegami i nauczycielami.

Jak wspomagać dziecko w kształtowaniu poczucia własnej wartości?

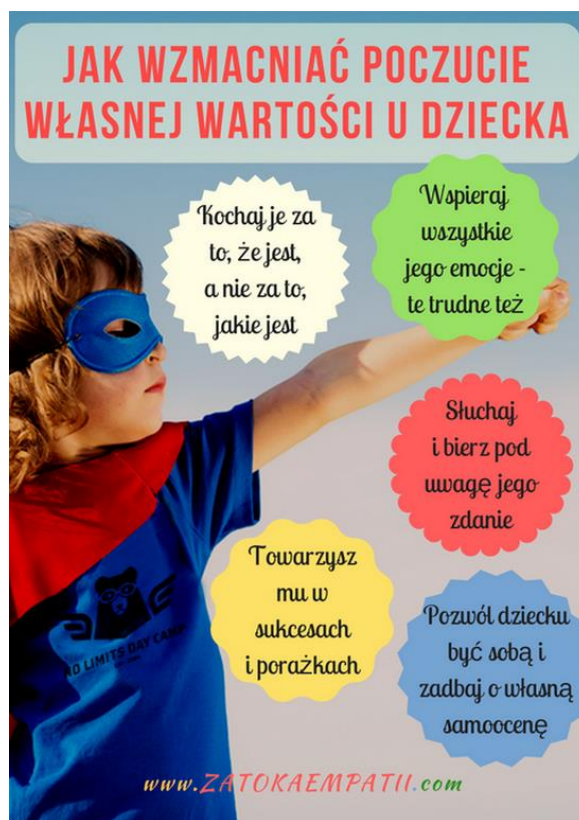
Poniżej znajdują się przykładowe zachowania wspomagające kształtowanie poczucia własnej wartości dzieci:

- zaspokajanie podstawowych potrzeb psychicznych – bezpieczeństwa, akceptacji,
- aktywne i uważne słuchanie, stosowanie komunikatów „ja” (Gordon),
- zauważanie doświadczanych emocji i nie zaprzeczanie im,
- stosowanie zasad, norm, granic adekwatnych do wieku dziecka przy jednoczesnym podmiotowym traktowaniu,
- szanowanie autonomii, uwzględnianie zdania dziecka, wykorzystywanie jego pomysłów i propozycji,
- docenianie wysiłku, dobrych intencji,
- dawanie okazji do uznania i osiągnięć dziecka,
- podkreślanie pozytywów, wspieranie, pomaganie, zachęcanie do samodzielności,
- obserwowanie dziecka, odpowiadanie na jego sygnały, okazywanie zainteresowania i troski,
- w sytuacji niewłaściwego postępowania, wskazywanie na zachowanie, a nie osobę, nie generalizowanie pojedynczych zachowań (zawsze, nigdy).

Istotą stabilnej akceptacji jest umiejętność obdarzania siebie miłością, a tym samym pogodzenie się z możliwością popełnienia błędu, porażki i umiejętnością wybaczenia sobie. Stabilne, wysokie poczucie własnej wartości nie świadczy o byciu perfekcyjnym. Nie ma idealnych rodziców, jak również trudno być idealnym dzieckiem...

Warto pamiętać, iż przede wszystkim bardzo istotne jest umiejętne okazywanie dzieciom bezwarunkowej miłości, akceptacji, szacunku. Wówczas dziecko ma przekonanie, że jest warte miłości i wartościowe ze względu na swoją niepowtarzalność.

(opracowano w oparciu o materiały p. Doroty Pankowskiej)



Łamigłówki Przedszkolnego Echa

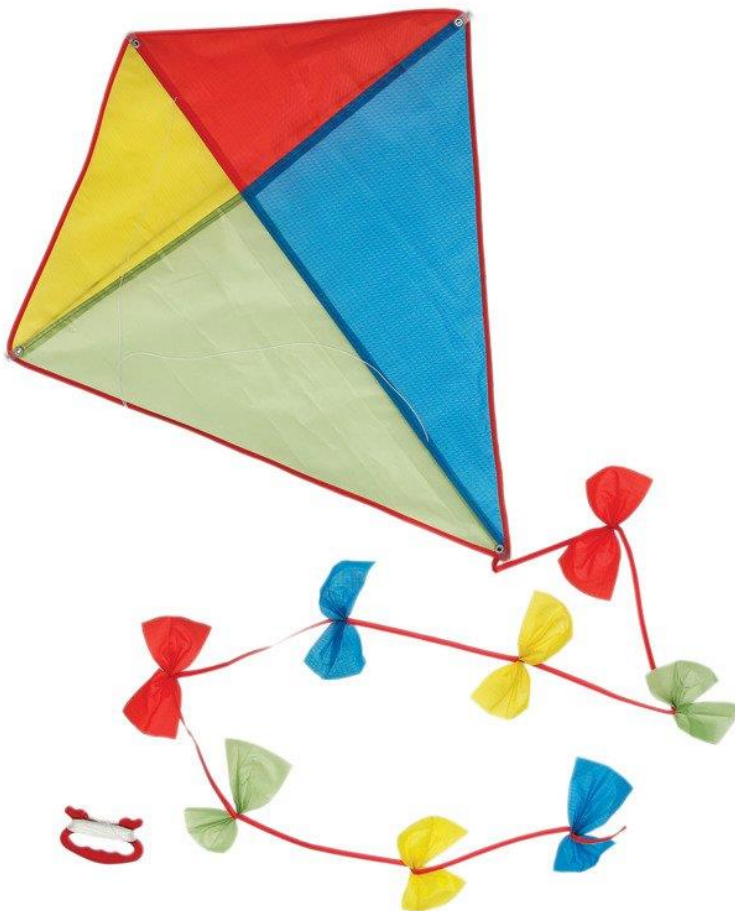
Propozycje prac plastycznych

Zapraszam do wykonania latawca.

Do wykonania pracy potrzebować będziemy:

- kolorowy papier lub bibuła
- nożyczki
- kredki
- sznurek lub wstążka
- dowolne ozdoby

Wycinamy kształt latawca ozdabiamy wg. własnego pomysłu, możemy inspirować się podanym przykładem . Miłej pracy.



Zapraszam do wykonania przepysznych lodów.

Przygotuj:

- szary papier
- mazak
- Lej
- waciki kosmetyczne
- farba

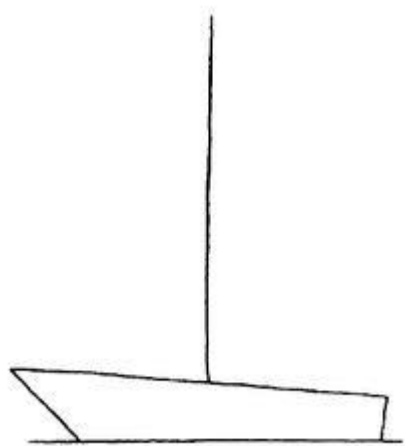
Wytnij z szarego papieru trójkąt i ozdób go w kratkę mazakiem w ten sposób powstanie wafelek, możesz również wykleić trójkąt z małych kawałeczków szarego papieru.

Następnie wybierz kolory ulubionych smaków lodów, pomaluj na te kolory waciki- kółeczka. Przyklej kompozycję na wafelek. Twoje ulubione lody są gotowe!;



Jak narysować żaglówkę?

1. Rysujemy fale oraz kadłub
2. Rysujemy maszt
3. Dorysowujemy żagiel i ster
4. Jeszcze żagiel
5. Ozdabiamy w dowolny sposób



Wakacje spędzicie zapewne w plenerze, więc mamy dla Was jeszcze jedno zadanie...

spróbujcie **ułożyć ciekawy obrazek** z tego co znajdziecie dookoła: kamyki, patyki, kwiaty.

Różnej wielkości **kamyki pomalujcie farbami** i wyczarujcie z nich jakieś ciekawe stworki czy ludziki, a może owady...

Biegajcie, grajcie w piłkę, możecie jeździć na rowerze – **spędzajcie czas w ruchu**
i

tak jak lubicie...

DO ZOBACZENIA PO WAKACJACH ☺

WESOŁYCH WAKACJI

Wszystkim przedszkolakom
i ich Rodzicom
życzymy wspaniałych, pogodnych
i roześmianych wakacji.
Niech ten letni czas
będzie pełen
niezapomnianych
wrażeń i chwil.

