



PRZEDSZKOLNE ECHO

nr 1
JESIEŃ 2025



Biuletyn Przedszkolny nr 1, PM 15 w Olsztynie

Redakcja: Agata Jastrzębska-Staniucha

Drodzy Rodzice.

Witamy w nowym roku przedszkolnym 2025 / 2026

*Witamy wszystkich bardzo serdecznie,
a w szczególności Rodziców, których dzieci rozpoczęły
uczęszczanie do naszego przedszkola od września.*

Nasz biuletyn wydawany jest raz na kwartał i obejmuje:

miesiące Jesieni (wrzesień, październik, listopad)

miesiące Zimy (grudzień, styczeń, luty)

miesiące Wiosny (marzec, kwiecień, maj)

miesiące lata (czerwiec, lipiec, sierpień)

SPIS TREŚCI:

1. Adaptacja – rady a rzeczywistość	str. 3
2. „Edukacja matematyczna w przedszkolu”	str. 4
3. Gimnastyka dla Smyka – dlaczego to takie ważne.....	str. 7
4. Gimnastyka buzi i języka. Kącik Logopedyczny.....	str. 8
5. Już jesień.....	str. 10
6. Kącik Małego Artysty.....	str. 12
7. Kiedy zgłosić się z dzieckiem do poradni psychologiczno-pedagogicznej.....	str. 15
8. Kącik języka angielskiego.....	str. 18
9. Mamo, tato pobawmy się – gry, zabawy, łamigłówek.....	str. 19
10. Na obiad na śniadanie i do kawy czyli pyszności z dyni.....	str. 22
11. Pokoloruj ☺.....	str. 27

Adaptacja - rady a rzeczywistość

Pierwsze skojarzenia ze słowem „adaptacja w przedszkolu” mogą napawać strachem, niepewnością, a czasem nawet próbą uniknięcia tego procesu.

Musimy więc ustalić jaka jest definicja tego słowa. Otóż, wg. myśli pedagogicznej W. Okonia „Adaptacja, czyli przystosowanie określa się jako proces lub wynik procesu uzyskania równowagi między potrzebami jednostki, a warunkami otoczenia społecznego”. To nic innego jak nauczenie się obycia w grupie społecznej, pamiętając o swoich potrzebach. Każdy, kto przekroczy mury przedszkola musi odbyć ten proces. Może on przebiegać w różny sposób. Czasami dziecko wbiega uśmiechnięte, radosne, zapominając o pożegnaniu z opiekunem a innym razem, smutek i łzy pojawiają się od samego przekroczenia drzwi przedszkola. Jednak w tych dwóch modelach- dosyć skrajnych- jest prawidłowość.

Każde dziecko jest indywidualnością i posiada inną dojrzałość emocjonalną- dlatego nie ma gotowej recepty na prawidłową adaptację do przedszkola. To na nas rodzicach oraz nauczycielach spoczywa obowiązek pomocy dziecku w trudnych chwilach. W tym miejscu możemy stworzyć pewien spis informacji, które pomogą usystematyzować dostępną wiedzę dotyczącą adaptacji:

Adaptację ułatwia:

- pozytywne myślenie o przedszkolu (personelu),
- poznanie placówki przez dziecko
- usamodzielnianie dziecka (tj. nauka wyrażania swoich potrzeb a także umiejętności samoobsługowe i higieniczne);
- jasne i przejrzyste dla dziecka informacje np. dotyczące pory odbierania;
- akceptacja wszystkich emocji dziecka- rozumienie jego stresu oraz wspieranie go;
- okazywanie spokoju i poczucia bezpieczeństwa podczas rozstawania się;
- ujednolicenie rytmu dnia w przedszkolu i w domu.



Adaptacja, mimo, że jest procesem trudnym, jest także podstawą do wielu korzystnych zmian w życiu dziecka i otwiera je na świat całkiem nowych doznań i wyzwań. Tegoroczne „Maluszki” jak potocznie z czułością nazywane są najmłodsze przedszkolaki, zdawać by się mogło, iż proces adaptacji mają już za sobą.

Choć rano zdarzają się jeszcze łzy, chętni uczestniczą w zajęciach, zabawach. Codziennie uczą się czegoś nowego, codziennie lepiej rozumieją zasady funkcjonowania w społeczności przedszkolnej. Wierzimy, że wkrótce przedszkole będzie dla nich drugim domem.

Edukacja matematyczna w przedszkolu

Edukacja matematyczna w przedszkolu jest bardzo ważnym obszarem rozwoju poznawczego dziecka oraz istotnym elementem życia codziennego każdego przedszkolaka. Otóż ta „królowa nauk” towarzyszy dzieciom w najprostszych sytuacjach (podział zabawek, liczenie ilu kolegów czy koleżanek przyszło dziś do przedszkola itp.), jak również życiowych problemach (kiedy przyjdzie mama, jak długo muszę czekać na swoją kolej/ile osób jest przede mną w kolejce, czy dzielenie się z rodzeństwem cukierkami).

Matematyka jest wszechobecna, a dzieci poprzez proste czynności uczą się przeliczania, rozpoznawania liczb, porównywania zbiorów, pomiarów czy orientacji przestrzennej oraz położenia przedmiotów względem własnej osi. Edukacja matematyczna w pewnym stopniu porządkuje również życie przedszkolaka. Dzięki umiejętnościom matematycznym mały człowiek zaczyna orientować się w czasie (tata przyjdzie po mnie po obiedzie, zmiana w zabawie konkretną zabawką nastąpi po 5 min – gdy zadzwoni dzwonek), pomaga analizować i wyciągać wnioski oraz w sprawiedliwy sposób rozwiązywać konflikty m.in. poprzez dzielenie się według ustalonych zasad. Podstawowym zadaniem matematyki jest wyposażenie dziecka w umiejętności, dzięki którym lepiej zrozumie otaczający go świat, a w przyszłości szkole matematyczne zadania staną się bardziej przystępne.

Edukacja matematyczna musi iść w parze z rozwojem myślenia, z kształtowaniem odporności emocjonalnej, a także z ćwiczeniem umiejętności matematycznych. Osobiste doświadczenia dzieci są podstawą do której dziecko tworzy pojęcia i umiejętności. Istotne jest zatem, aby przy

kształtowaniu umiejętności matematycznych patrzeć na dziecko w sposób holistyczny. Kluczową rolę odgrywa tu harmonijny rozwój emocjonalny, poznawczy oraz społeczny. Bardzo ważne jest, żeby dziecko podczas swoich doświadczeń mówiło, opowiadało o nich, nazywało pojęcia oraz przedmioty, gdyż sprzyja to rozwojowi myślenia oraz koncentracji uwagi. Nauczycielowi/rodzicom zaś daje możliwość obserwowania, czy dziecko rozumie we właściwym kierunku i czy uczy się tego co trzeba. Jest to również idealny moment, w którym nauczyciel/rodzic może ukierunkować na właściwy tor myślenia. Własne doświadczenia sprzyjają również temu, aby dziecko czuło, że to co robi ma sens.

Edukacja poprzez zabawę ma fundamentalne znaczenie w edukacji przedszkolnej. Pozwala dziecku na działanie, rozwiązywanie problemów oraz wyzwala chęć poszukiwania, pobudza w dziecku doświadczania nowości, rozbudza możliwości poznawczych i wzbogacania wiedzy. Mózg małego dziecka jest ukształtowany i nastawiony na zdobywanie wiedzy poprzez wielokrotne doświadczanie oraz styczność z otaczającym go światem. Dziecko wykorzystuje do tego swoje zmysły: słuch, wzrok, dotyk, węch, smak. Dlatego też wszystko co dziecko widzi, czuje, słyszy, wszystko o czym myśli oraz to czego dotyka, bezpośrednio wpływa na funkcjonowanie mózgu. Reasumując: dla prawidłowego ukształtowania struktury mózgu dziecko potrzebuje doznań wielozmysłowych. Jest to możliwe dzięki swobodnej zabawie przedmiotami o różnych kształtach, kolorach, wielkościach, fakturach. Te umiejętności dostrzegania różnych cech jednego przedmiotu są niezbędne przy klasyfikowaniu. Dzieci w wieku przedszkolnym lubią zabawy sensoryczne do których można wykorzystać wodę czy piasek, a które pomogą przyswoić pojęcia związane z objętością. Do nauki geometrii fundamentem jest zaś świadomość własnego ciała oraz orientacja przestrzenna. Zazwyczaj dobra orientacja przestrzenna sprzyja rozwojowi umiejętności matematycznych. Dlatego warto proponować dzieciom zabawy, które oddziałują na wszystkie te płaszczyzny.

PROPOZYCJE ZABAW MATEMATYCZNYCH:

Szukamy kształtów:

Dziecko otrzymuje kartonik z wyciętym kołem/ kwadratem/trójkątem itp. i jego zadaniem jest odszukanie w domu/na podwórku przedmiotów, w których ukryły się te kształty np. lodówka, stół, krzaczki w kształcie kuli, koło samochodu itp. Może stawiać kropki/kreski za każdą znalezioną rzecz (starsze dzieci mogą zapisywać w postaci liczbowej). Kolejnym zadaniem będzie przeliczanie i określenie liczebności zbioru. W momencie kiedy dziecko odkryje kilka figur może porównać, których figur w jego otoczeniu jest więcej.

Rurki do dodawania:

Na kartonie min. wielkości A5 przyklejamy 2 rurki (mogą być papierowe, plastikowe), pod rurkami doklejamy tackę, nad rurkami zostawiamy miejsce na kartoniki z liczbami. Nad rurkami umieszczamy kartoniki z liczbami np. 3 i 2. Zadaniem dziecka jest włożyć do rurki tyle piłeczek, ile wskazuje liczba nad rurką. Następnie przelicza, po ile piłeczek wyleciało na tackę. W ten sposób uczymy prostych działań matematycznych. Można wzbogacić tę zabawę o krótką historyjkę typu: Mama upiekła 3 babeczki z jagodami i 2 z truskawkami. Ile babeczek razem upiekła mama? I tu mamy przygotowanie do nauki rozwiązywania zadań z treścią. Można również poprosić dziecko, aby wymyśliło swoje zadanie, a my je rozwiążemy. Warto się pomylić, aby dać dziecku satysfakcję z poprawy rodzica oraz pokazać, że każdy ma prawo się pomylić.

Zamiana miejsc:

Na stole ustawiamy kilka zabawek w zależności od wieku (zaczynamy od 3). Prosimy dziecko, aby uważnie przyjrzało się kolejności zabawek i powtórzyło kilkakrotnie na głos ich ustawienie np. miś, auto, lalka. Następnie zakrywamy dziecku oczy i zmieniamy ustawienie zabawek. Zadaniem dziecka jest określenie, która zabawka zmieniła miejsce. Zabawę można zmodyfikować i zamiast zamieniać miejsca, chowamy jedną zabawkę, a zadaniem dziecka jest powiedzieć, która zabawka zniknęła.

Tor przeszkód:

Rozkładamy na podłodze, woreczki/poduszki i zasłaniamy dziecku oczy. Zadaniem dziecka jest uważne słuchanie poleceń rodzica np. jeden krok w prawo, dwa do przodu itp., aby przejść przez drogę i nie stanąć na którąkolwiek z przeszkód.

Miłej zabawy :)



Gimnastyka dla Smyka - dlaczego to takie ważne?

W naszym przedszkolu co roku organizowane są zajęcia w ramach kształcenia specjalnego oraz z pomocy psychologiczno-pedagogicznej zakresu usprawniania ruchowego. Oprócz tego systematycznie organizujemy wszystkim przedszkolakom zabawy ruchowe na świeżym powietrzu. Dlaczego to takie ważne?

Gimnastyka ma duże znaczenie dla dzieci w wieku przedszkolnym, ponieważ wdraża do wyrobienia nawyku właściwej postawy oraz pomaga w opanowaniu przez dziecko wiedzy na temat jego zdrowia. Głównym celem gimnastyki korekcyjnej jest skorygowanie istniejących zaburzeń statyki ciała oraz doprowadzenie jej w miarę możliwości do stanu prawidłowego a także niedopuszczenie do wad postawy. Podczas zajęć dzieci wykonują szereg ćwiczeń oddechowych, rozluźniających, rozciągających mięśnie przykurczone, mięśni grzbietu i obręczy barkowej oraz mięśni brzucha.

Sprawność ruchowa dziecka w wieku przedszkolnym przebiega w dwóch etapach: doskonalenie ruchów postawno-lokomocyjnych (chodu, biegu, skoków, wspinania się) rozwój ruchów manipulacyjnych, który polega na zdolności posługiwania się przedmiotami i narzędziami codziennego użytku.

Wiek przedszkolny jest okresem, kiedy obserwujemy dalszy rozwój sprawności motorycznej, następuje automatyzacja ruchów cyklicznych (chodu, biegu), opanowanie pozycji równoważnych, podwyższa się poziom ogólnej sprawności fizycznej, rozwija się zdolność koordynacji ruchów oraz samoobsługa i samodzielność. Dziecko w wieku przedszkolnym samo je, myje się, rozbiera i ubiera, utrzymuje porządek we własnych rzeczach, pomaga w łatwych pracach domowych. W wieku przedszkolnym dziecko uczy się jeździć na rowerze, pływać, jeździć na łyżwach, na nartach. Stopniowo doskonalące się ruchy drobnych mięśni dłoni umożliwiają coraz sprawniejsze po-sługiwanie się ołówkiem, pędzlem, nożyczkami.

Dziecko w wieku przedszkolnym szybciej reaguje ruchem na bodźce,, wyczerpuje się i męczy, wymagając chwili odpoczynku, lecz również szybciej po wysiłku wraca do normy. Po krótkim odpoczynku od nowa gotowe jest do podjęcia dalszej zabawy. Bardzo gorąco zachęcam do wspólnego spędzania czasu z dzieckiem na dworze- to jest bardzo ważne. Taka aktywność wspomaga rozwój organizmu, stymuluje go, rozwija umiejętności, zwiększa odporność oraz przynosi ogólne odprężenie i radość. Jesień to czas kiedy aura jest jeszcze przyjazna, a „dary jesieni” dają wiele możliwości. Zatem nic nie stoi na przeszkodzie, żeby wyjść i dobrze się bawić!

Oto kilka moich propozycji na zabawę:

- ❖ **Jesienne szukanie skarbów** – przygotowujemy listę rzeczy (najlepiej obrazkową), które dziecko ma znaleźć podczas spaceru i ruszamy. Możesz stworzyć własną listę lub skorzystać z tych dostępnych w Internecie. Umieszczamy listę na pudełku i gotowe.

- ❖ **Spacer w deszczu**, z kolorowym parasolem i koniecznie w kaloszach, żeby można było wejść do tych wszystkich głębokich kałuż.
- ❖ **Jesienne obrazki** – pozbieraj różne kolorowe liście. Wymyśl z dzieckiem jakieś ciekawe kompozycje, obrazki.
- ❖ **Puszczanie łódek na kałużach** to też super zabawa, łódki można zrobić np. z papieru.
- ❖ **Weźcie książki na dwór**, o ile pogoda na to pozwoli i poczytajcie coś ciekawego siedząc pod ciepłym kocem. Może jakąś książkę na temat jesieni?
- ❖ **Szyszkowa stacja pogodowa** – ponieważ szyszki zamykają się i otwierają w zależności od wilgotności powietrza, można je wykorzystać do określania pogody. Życzę udanej zabawy!!!



Gimnastyka buzi i języka

Kącik logopedyczny

Ćwiczenia logopedyczne są niezwykle ważne z punktu widzenia usprawniania motoryki narządów mowy (języka, warg i podniebienia), ale również kształtowania świadomości dziecka w wykonywaniu poszczególnych ruchów i położeniu poszczególnych narządów mowy.

Kilka ważnych zasad:

- ćwiczenia powinny być wykonywane dokładnie i powoli, czas trwania i liczba powtórzeń powinny być dostosowane do indywidualnych możliwości i potrzeb dziecka,
- dobrze jest, przynajmniej na początku, wykonywać je przed lustrem, aby dziecko obserwowało ułożenie swoich narządów artykulacyjnych,
- gdy dziecko nie potrzebuje już kontroli wzrokowej, do niektórych ćwiczeń można wykorzystać każdą okazję (spacer, długie zakupy, podróż, itp.),
- w pracy z małym dzieckiem warto wykorzystywać jego naturalną i podstawową formę aktywności, jaką jest zabawa i w takiej właśnie formie prowadzić ćwiczenia,
- aby zmotywować dziecko do regularnych, nierzadko trudnych dla niego, ćwiczeń należy pamiętać o chwaleniu, nawet jeśli na początku nie wykonuje ich precyzyjnie.

A teraz już kilka propozycji:

Ćwiczenie oddechowe - „Jesienny wiatr”:

Przygotowujemy jesienne listki (małe kawałki krepiny, kolorowego papieru), kładziemy je na otwartej dłoni. Prosimy by dziecko nabrało powietrze nosem i delikatnie dmuchało (wypuszczało powietrze ustami) na listki, by te poruszały się - „tańczyły na jesiennym wietrze”. Następnie prosimy, by ponownie nabrały powietrza, ale tym razem szybko i mocno dmuchnęły, by listki spadły z dłoni - „spadły z drzewa”. Dzięki temu ćwiczeniu utrwalamy prawidłowy tor oddechowy oraz wydłużamy fazę wydechu.

Ćwiczenie artykulacyjne - „Przyjęcie u wiewiórki Frani”:

Opowiadamy dziecku historyjkę o wiewiórce prosząc o uważne słuchanie i wykonywanie ćwiczeń.

Frania budzi się i przez chwilę próbuje sobie przypomnieć, jakie miała plany (robimy z warg dzióbek i ruszamy nim na boki).

Przecież miałam urządzić przyjęcie! - wykrzykuje z radością Frania. - Ale jaki tu bałagan.... Muszę najpierw posprzątać – decyduje wiewiórka, po czym zaczyna zamiatać ogonem całą swoją dziuplę (wyobrażamy sobie, że język to ogon wiewiórki Frani, a jama ustna to jej dom: zamiatamy językiem podłogę, sufit, ściany).

Trzeba policzyć, ilu przyjdzie gości (wspólnie ustalamy liczbę) i dla każdego z nich rozłożyć serwetkę na stole (robimy koci grzbiet tyle razy, ilu spodziewamy się gości).

Frania przygotowuje dla wszystkich baloniki (robimy baloniki).

Każdy z zaproszonych otrzyma też gwizdek – rurkę (układamy język w rurkę).

Gdzie są ci goście? Wszystko gotowe, a ich ciągle nie ma! Rozejrzyjmy się z Franią dookoła (oblizywanie otwartych ust czubkiem języka dookoła).

W końcu przyszli! Wiewiórka wita ich serdecznie (uśmiechamy się i przesyłamy buźki dla każdego gościa z osobna).

Po szalonych tańcach wszyscy zaproszeni są na pyszny poczęstunek (określone ruchy żuchwy przy zamkniętej buzi – naśladowanie jedzenia).

O tym przyjęciu przez całą jesień będzie opowiadał cały las!

Wy tłumaczenie niektórych określeń:

- „koci grzbiet”: opieramy czubek języka o dolne dziąsła, a masę języka wypychamy do przodu jamy ustnej. Język układa się w garb.

- „Baloniki”: wypychanie policzków powietrzem.

Życzę miłej zabawy!

Już jesień...



Jesień to specyficzna pora roku. Albo się ją lubi albo nie. Lecz każdy musi ją tolerować, ponieważ co roku gości ona w Polsce. O pięknej złotej jesieni powstawały już piosenki, wiersze i filmy. Większości z nas kojarzy się ona z powrotem do szkoły i rozpoczęciem nauki. Jednak pamiętaj, że coś musi się skończyć, aby coś mogło się zacząć. Zatem, czego jeszcze nie wiesz o jesieni?

Ciekawostki o jesieni dla dzieci

♦ Czy wiesz dlaczego jesienią liście zmieniają kolor z zielonego na pomarańczowy lub brązowy? Dzieje się tak za sprawą ograniczonego dostępu do słońca- jeśli jest mało słońca, liście nie mają odpowiedniej ilości chlorofilu (zielonego barwnika), dlatego żółkną. Zapewne teraz zastanawiasz się, dlaczego zmieniają kolor na żółty i pomarańczowy. Ponieważ wytwarzają wtedy inne barwniki takie jak karoten. Jest to barwnik pomarańczowy.

♦ Jesień kojarzy się również z odlotami ptaków do ciepłych krajów. Dzieje się tak ponieważ ptaki, które odlatują nie miałyby możliwości przetrwania w ciężkich zimowych warunkach- nie miałyby możliwości zdobycia pożywienia. Miedzy innymi do takich ptaków należą bociany.

- ◆ Czy wiesz dlaczego jesienią drzewa zrzucają liście? Drzewa pozbywają się liści, aby nie tracić wody podczas zimy. Drzewa doskonale wiedzą, kiedy mają odciąć wodę od gałązek za sprawą długości dnia. Gdy poznają, że dzień jest krótszy, drzewa automatycznie, za pomocą przegrody w gałązce, odcinają dopływ wody i listki spadają z drzewa.
- ◆ Skąd ptaki wiedzą, kiedy odlatywać do ciepłych krajów? Ptaki doskonale czują zmiany pogodowe. Jednak najważniejsza jest dla nich oczywiście długość dnia. Kiedy zauważą, że dzień staje się krótszy, odlatują do ciepłych krajów, ponieważ wtedy mają większą szansę na przeżycie.
- ◆ Czy wiesz, że listopad jest najbardziej pochmurnym miesiącem w całym roku? Zazwyczaj wtedy następuje załamanie pogody, które skutkuje tym, że nasze samopoczucie staje się gorsze.
- ◆ Oficjalny pierwszy dzień jesieni przypada na 23 września. Jej ostatnim dniem jest 22 grudnia, kiedy to zaczyna się kalendarzowa zima. W naszej szerokości geograficznej, za miesiące jesieni uważamy wrzesień, październik i listopad.
- ◆ W naszym rodzimym języku mamy tylko jedno określenie na tę porę roku, czyli jesień. Język angielski zaś, posiada aż dwie nazwy na tą jedną porę roku. Można ją nazwać zarówno Autumn, jak i Fall.
- ◆ Kiedy na naszej półkuli północnej zaczyna się jesień, to na półkuli południowej w tym samym czasie rozpoczyna się wiosna. Dzieje się tak, ponieważ pory roku zależą od tego, jaka ilość promieni słonecznych dociera do ziemi w konkretnym czasie.



Kącik Małego Artysty

Jesień przynosi nam mnóstwo radości i możliwości. Kolorowe liście, błyszczące kasztany, żołędzie w kapturkach i czerwona jarzębina mogą sprawić, że dziecko zainteresuje się przyrodą, pobudzi swoją wyobraźnię oraz rozwinie zdolności artystyczne.



„ Liściaste stworki”

Do wykonania potrzebujesz między innymi: kartkę, klej, plastelinę, liście, jarzębinę, wykałaczki oraz kredki.

Wykonanie:

Na czystej kartce papieru przyklejcie liść. Aby stał się stworkiem, musicie go odpowiednio ucharakteryzować. Możecie z plasteliny i jarzębiny dorobić mu duże, wylupiate oczy, z wykałaczek ręce oraz nogi. Palce i buty dorysujcie kredkami. Do wykonania stworków świetnie nadają się również pestki dyni, słonecznika, resztki kolorowej włóczki, farby i ... wszystko to, co Wam podpowiada wyobraźnia.



„ Liściasty latawiec”

Gdy z drzewa zaczynają spadać kolorowe liście, wspólnie z dziećmi robimy jesienne latawce. Ich wykonanie jest niezwykle proste, a różnorodność kształtów oraz kolorów sprawia, że każdy z nich jest wyjątkowy i неповtarzalny.

Wykonanie:

Zbierzcie kilka/kilkanaście liści- ilość zależy od wieku i wzrostu dziecka. Najlepiej sprawdzają się duże liście z klonu. Przywiązujemy liście nitką jeden do drugiego w taki sposób, by utworzyły linię. Następnie całość przymocujcie do patyka i latawiec gotowy. Gdy dziecko biegnie, listki tworzą szumiący na wietrze kolorowy ogon...

„Liściaste pieczętki”

Do zrobienia pieczętek potrzebujemy: farby plakatowe, kartki oraz liście. Z tym zadaniem poradzą sobie nawet małe dzieci, ale warto je wcześniej ubrać w ochronny fartuszek, aby nie pobrudziły sobie ubranka podczas zabawy.



Wykonanie:

Powierzchnię liścia pokrywamy farbą i odbijamy ją na papierze. Na jednej kartce możemy tworzyć kompozycje z kilku kształtów liści.

„Bukiet z jesiennych liści”

Podczas spaceru w parku lub lesie zbierzcie sporą ilość kolorowych liści. Najlepsze będą z dębu lub klonu. Pamiętajcie, by wybierać świeże i dość elastyczne. Do przygotowania bukietu przydadzą się Wam nożyczki, a także nitka, małe gumki recepturki bądź drucik.



Wykonanie:

Liść złożcie na pół i zwińcie w taki sposób, by utworzył pączek przypominający środek róży. Kolejny liść okręćcie wokół na wzór płatków. Każdą warstwę należy przymocować. Użyjcie do tego nitki, gumki lub drucika. Aby powstał efektowny kwiat, wystarczy zaledwie 4-5 liści. Gdy zrobicie odpowiednią ilość różyczek, możecie z nich utworzyć okrągły bukiet. Końcówki kwiatków można dodatkowo związać wstążką lub kolorową rafią. Gotowe dzieła dadzą dziecku wiele radości i satysfakcji. Będzie mogło ozdobić nimi swój pokój i stworzyć osobistą galerię albo dać w prezencie np. dziadkom.



Kiedy zgłosić się z dzieckiem do poradni psychologiczno-pedagogicznej?

- brak okazywania emocji
- zaburzona koordynacja ruchowa
- nawiązywanie relacji z rówieśnikami
- trudności w:
 - pisaniu
 - liczeniu
 - zapamiętywaniu

Jakie wsparcie zapewnia Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna?

- wspieranie rodzin w sytuacjach problemowych, związanych z rozwojem dzieci,
- diagnozowanie różnorodnych zaburzeń dzieci,
- wystawianie orzeczeń o potrzebie kształcenia specjalnego i indywidualnego nauczania.

Czujność i obserwacja

Świadomy rodzic to taki, który uważnie obserwuje swoje dziecko i słucha sygnałów pochodzących z otoczenia. Wyciąganie wniosków z obserwacji jest kluczowym sposobem na szybką reakcję. Jeśli obserwujesz swoje dziecko, które poświęca dużo czasu na wykonywanie ćwiczeń, a mimo to ma z nimi duże trudności, prawdo podobnie wiąże się to z jakimś problemem. To samo przejawia się w jego zachowaniu – nie jesteś świadkiem każdej sytuacji, jednakże musisz zaufać sygnałom z zewnątrz. Jeśli nauczyciel zwraca uwagę na zachowanie twojego dziecka, a w domu nie przejawia ono takich zachowań, warto zwrócić na to uwagę i postarać się po szukać przyczyny. **Być może twoje dziecko ma problemy z okazywaniem emocji, adaptacją bądź w kontaktach z rówieśnikami?** W diagnozie problemu z pewnością pomoże wizyta w poradni.

Jak korzystać z pomocy poradni?

Do poradni może zgłosić się każdy rodzic z dzieckiem. Placówki zazwyczaj podlegają rejonizacji – tj. zajmują się dziećmi i młodzieżą z placówek znajdujących się w jej zasięgu działania. Większość poradni ma już swoje strony internetowe, w których pokazany jest rejon działania; taką informację można też uzyskać od nauczyciela. Do wizyty w poradni należy przygotować zarówno dziecko, jak i siebie.

Rodzicu, pamiętaj że:

- ⇒ Po pierwsze, skierowanie do poradni jeszcze nic nie znaczy! Czyli nie oznacza, że dziecko ma jakiegokolwiek poważne problemy,
- ⇒ Zadbaj o uzyskanie jak największej ilości informacji od osoby, która zasugerowała wizytę w poradni,
- ⇒ Dowiedz się w czasie umawiania wizyty, co należy mieć ze sobą na pierwsze spotkanie, jakie dokumenty, rzeczy będą niezbędne, a także przybliżony czas trwania badań w poradni.

Przygotowując dziecko :

- ⇒ Porozmawiaj kiedy i gdzie wybieracie się razem;
- ⇒ Wy tłumacz, że poradnia to coś podobnego do szkoły/przedszkola – czeka nas tam zabawa i różnorodne gry, łamigłówki.
- ⇒ Zadbaj, aby sformułowanie „badanie” nie kojarzyło się dziecku z wizytą u lekarza, która zwykle wzbudza lęk.

⇒ Opowiedz dziecku, jak może wyglądać ten dzień, przyzwyczajmy je do informacji, że zostanie z panią sam w pokoju, a wy będziecie czekać na niego na korytarzu – tak, jak w przedszkolu.

Przy pierwszej wizycie specjalista przeprowadza bardzo szczegółowy wywiad z rodzicami dziecka. Warto zebrać uprzednio informacje dotyczące fizjologii dziecka, etapów jego rozwoju psychoruchowego (siadanie, raczkowanie, chodzenie), a także przebyte choroby. Zawsze mile widziani na wywiadzie są oboje rodzice.

Specjaliści będą dopytywać o sferę emocjonalną dziecka, społeczną i rozwojową. Wszystkie zdobyte od rodziców informacje mogą przysłużyć się do postawienia prawidłowej diagnozy. Pamiętajmy o szczerości w tworzeniu tego wywiadu. Wszelkie podane informacje poza stają w aktach sprawy i bez Państwa wiedzy nie zostaną przekazane „poza mury” poradni.

Na pierwszą wizytę warto przynieść różnorodne swobodne zapiski i rysunki dziecka np. brudnopisy, prace plastyczne. Takie prace, w które nie ingerował żaden dorosły, są najlepszym materiałem badawczym dla specjalistów. Ponadto na pierwszą wizytę warto mieć ze sobą opinię o dziecku z placówki. Niezbędne dla specjalistów będą wszelkie wcześniejsze diagnozy innych specjalistów, a także, jeżeli to istotne, diagnozy lekarskie.

Badania z dzieckiem przeprowadzane są bez obecności rodzica. Sytuacja ta umożliwia specjalście nawiązanie indywidualnego kontaktu z dzieckiem, nic nie rozprasza dziecka w realizacji zadań, a przede wszystkim dziecko pokazuje siebie takim, jakim jest. Badania indywidualne z dzieckiem są dla niego samym niczym innym jak zabawą!

Dziecko bierze udział w różnorodnych zgadywankach, łamigłówkach, pokazuje specjalście czego już się nauczyło, jak rysuje, jak pisze, jak czyta. Warto wiedzieć, że dla dziecka wizyta w poradni zapamiętana jest często jako czas zabaw, które są dla dziecka przyjemnością.

Po badaniu rodzice otrzymują szczegółowe informacje na temat osiągnięć swojego dziecka. Wszelkie trudności specjalista omówi i wskaże, jak należy je usprawniać w domu. Bywa i tak, że specjaliści widzą potrzebę powtórzenia badań po pewnym czasie – np. pół roku, rok, kilka lat. Terminy te umożliwiają zaobserwowanie rozwoju, pracy nad trudnościami i postępów. Warto pytać, jeżeli objaśnienia specjalisty są dla rodziców niezrozumiałe. Poradnia to miejsce, w którym specjaliści służą swoją wiedzą, aby wspierać zarówno dziecko jak i rodzica.

Kącik języka angielskiego

jesień autumn		czerwony red	
deszcz rain		pomarańczowy orange	
liście leaves		brązowy brown	
wiatr wind		żółty yellow	

Name: _____

Fall
Color
By
Number



Color Code:

- 1=tan
- 2=purple
- 3=orange
- 4=red
- 5=blue
- 6=brown
- 7=yellow
- 8=pink

Mamo, Tato pobawmy się!

- gry, zabawy, łamigłówki

Dyktando graficzne.

Pomaluj podane pola na właściwe kolory. Co powstało?

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Czerwony:	9G-11G, 3S-3W, 4J-6J, 4P-4S, 5W-7W, 4X-8X, 2O-2P, 2T, 9H-10H, 4L-5L, 4U, 5M, 6Y-7Y, 12H-13H, 3K-4K, 6K-7K, 3P, 4N, 5R, 6U, 10I.
Żółty:	11K-13K, 7P-8P, 9R-9U, 15K-15O, 7N-10N, 11O-11T, 20F, 17K-17L, 10M-11M, 15S-15U, 10U-10W, 13T-13U, 14J, 14N-14O, 12N-12S, 14U-14W, 6S, 7R, 8S, 14S, 16N, 17O.
Pomarańczowy:	9J-13J, 19G-19I, 13E-16E, 18N-18P, 3O-5O, 18D-20D, 5S, 6M-9M, 14L-14M, 21E-21G, 8K-10K, 11U-11X, 14H-16H, 22D-22E, 18J-18K, 8T-8W, 16F-18F, 5N-6N, 9W-9X, 20G, 17I-17J, 5P-6P, 10X-10Y, 19K-19L, 19C-21C, 14P-14R, 20J-20K, 6R, 11I, 14F, 15G, 19E, 12T, 16O, 17M, 17P.
Brązowy:	12I-16I, 10O-10T, 4T-7T, 16G-18G, 13L-13S, 6O-9O, 15F, 18H-18I, 16J-16M, 6L-12L, 4W, 5K, 19J, 20E, 14K, 15J, 11H, 14T, 5U, 7S, 7U, 8R, 9P, 11N, 12M, 17H, 17N, 19F, 21D, 22C, 23B.

Na obiad na śniadanie i do kawy czyli pyszności z dyni

Jesienną porą warto sięgnąć po skarby, jakie daje nam ta pełna ciepłych barw pora roku. Mówię tutaj o dyni, którą można przyrządzić na wiele sposobów. Okazuje się, że z dyni można „wyczarować” dużo więcej różnych przysmaków. Ja chciałam zaproponować zupę, prostą i szybką, z możliwością różnego jej do smakowania według potrzeby i gustu. Placuszki słodkie polecając je na śniadanie, kolację czy jako słodką przekąskę. Nie zabraknie też przepisu na ciasto do kawy lub herbaty. Wszystkie trzy przepisy: na zupę, placki oraz ciasto przygotowałam na bazie z dyni czyli puree z dyni. Przepis na ciasto oraz placki zaczerpnęłam ze strony <https://ciastkozercy.pl>.

✓ Puree z dyni

Umyłam pokroiłam w półksiężycy i wydrążyłam pestki. Nie obieramy. Półksiężycy mogą mieć grubość od 3-5cm, u mnie miały 5 cm. Przy tak twardej skórce dyni, kawałki za każdym razem wychodziły innej grubości;)

Wykładamy blachę papierem do pieczenia i układamy kawałki dyni. Pieczemy w temperaturze 180 stopni ok. 15-30 minut w zależności od grubości pokrojonej dyni. Można sprawdzać drewnianym patyczkiem czy dynia już jest gotowa. Upieczoną dynię odstawiamy do przestudzenia. Kiedy już ostygnie wyskrobujemy upieczony miąższ łyżką. Całość miksujemy w blenderze. Puree powinno mieć konsystencję gęstego jogurtu. Jeśli masa jest zbyt gęsta można dodać kilka łyżek wody.



Puree z dyni można przechowywać w lodówce ok. 5 dni. Ja od razu zamroziłam większą ilość, aby nie tracić na świeżości produktu.

✓ **Zupa krem z dyni**

Zupa dyniowa dla mnie musi mieć konsystencję kremu i taką lubię. Pomyślałam też że musi być też treściwa i rozgrzewająca. Oczywiście z tymi przyprawami trzeba uważać. Warto zrobić wersję łagodniejszą dla dzieci lub wtedy jak sami nie lubimy ostrych przypraw.

Składniki:

- ok 400g puree z dyni,
- bulion wcześniej przygotowany lub taki przyrządzony na kostce (taki na szybko:)) ok 1,5 -2litry,
- 3 niewielkie marchewki,
- 4-5 niedużych ziemniaków,
- cebula,
- czosnek,
- sól,
- curry,
- papryka słodka,
- imbir korzeń lub przyprawa sucha,
- śmietana 18 % lub mleko kokosowe.

Do przygotowanego wcześniej bulionu wrzuciłam pokrojone w kostkę ziemniaki i marchew, tak aby szybciej się ugotowały. Imbir obrany włożyłam do bulionu w kawałku. Można również dodać posiekanego w kosteczkę, wtedy nie trzeba wyjmować, a zupa jest bardziej rozgrzewająca. Imbir w kawałku wyciągamy przed blendowaniem. Pokroiłam cebulę i czosnek i na maselku zeszkliłam na patelni. Czosnek i cebulkę wrzuciłam do ugotowanych ziemniaków i marchewki w bulionie. Do całości dodałam puree z dyni. Zblendowałam tak, aby uzyskać gładką konsystencję. Następnie doprawiłam curry, słodką papryką i solą. Na koniec zaprawiłam wszystko śmietaną.



✓ **Słodkie placuszki z dyni**

Pyszne placuszki polecam na śniadanie, obiad i na przekąskę.

Składniki:

- **1 szklanka mąki (można użyć pełnoziarnistej),**
- **1 łyżeczka proszku do pieczenia,**
- **100 g puree z dyni (około 0,5 szklanki),**
- **0,5 szklanki maślanek lub jogurtu naturalnego (ja użyłam jogurtu greckiego),**
- **1 jajko,**
- **3 łyżki oleju,**
- **3 łyżki cukru (ja użyłam trzcinowego),**
- **1 łyżeczka ekstraktu z wanilii lub cukier waniliowy.**

Do pierwszej miski wsypałam i wymieszałam ze sobą suche składniki, czyli mąkę, proszek do pieczenia, cukier i cukier waniliowy. W drugiej misce wymieszałam maślanek, jajko, olej i purée z dyni. Połączyłam wszystkie składniki i wymieszałam do uzyskania jednolitej konsystencji. Nakładałam na patelnię około 2 łyżek ciasta na jeden placuszek, pieczemy z obydwu stron na rumiany kolor. Placuszki można podawać z syropem klonowym, miodem lub posypać cukrem pudrem. Same też smakują wyśmienicie:) Smacznego:)



✓ **Ciasto z dyni**

Ciasto wyszło delikatne, puszyste i wilgotne. Ponadto ja dodałam do przepisu krem, który idealnie pasuje do tego specjału z dyni. Ciasto w sam raz do kawy lub herbaty na chłodniejsze, jesienne i miejmy nadzieję, że słoneczne popołudnia;)

Składniki ciasto:

- **2 szklanki mąki,**
- **3/4 szklanki cukru,**
- **1 kostka masła (200 g),**
- **3 jajka,**
- **1 szklanka puree z dyni (ok. 200 g),**
- **1 łyżeczka cynamonu lub przyprawy do piernika,**
- **2 łyżeczki cukru waniliowego,**
- **1 łyżeczka proszku,**
- **1 łyżeczka sody oczyszczonej.**

Składniki krem:

- **Serek śmietanowy(ja użyłam łaciatego),**
- **2 łyżki masła,**
- **3 łyżki cukru pudru**
- **skórka cytrynowa, pomarańczowa lub zapachy cytrynowy lub pomarańczowy.**

Przygotowanie ciasta rozpoczęłam od zмикsowania masła z cukrem i cukrem waniliowym. Masło powinno mieć temperaturę pokojową. Do zмикsowanej masy dodałam po jednym jajku i zмикsowałam. Następnie dodałam pure z dyni. Konsystencja na tym etapie jest lekko grudkowata, nie należy się tym przejmować.

Suche składniki wymieszałam w oddzielnej misce. Mieszamy mąkę, cynamon, proszek do pieczenia i sodę oczyszczoną. Po wymieszaniu łączymy składniki, suche dodajemy do mokrych. Miksujemy krótko, tylko do połączenia się składników.

Przygotujemy tortownicę o średnicy 20cm, może być również forma na tartą. Rozgrzewamy piekarnik do 180 stopni. Gotową masę na ciasto przekładamy do formy wyłożonej papierem i pieczemy ok godzinę. Warto

sprawdzać drewnianym patyczkiem i oceniać czy ciasto już jest gotowe.



Upieczone i wystudzone ciasto można posypać cukrem pudrem lub przełożyć kremem. Ja tak zrobiłam i wyszło pysznie:) Zblendowałam serek śmietanowy, masło i cukier puder. Dodałam skórkę z cytryny i wymieszałam składniki ponownie. Na wierzchu posmarowałam ciasto masą i posypałam orzechami.

Z punktu widzenia pedagogicznego i wychowawczego, warto wspólnie przygotowywać potrawy. Dlaczego? Wspólnie spędzamy czas, poświęcamy dziecku uwagę, dziecko uczy się odpowiedzialnych czynności, poznaje różne konsystencje, smaki i zapachy, wiele jeszcze można wyliczać plusów. Ciasto najlepiej sprawdza się w tej roli. Dziecko przesypuje, dosypuje i wacha co pozytywnie wpływa na rozwój zmysłów. Jest to też dobry czas na zacieśnienie więzów rodzinnych. Dziecko jednocześnie czuje się ważne i ma poczucie realizacji ważnego zadania. Jest to też dobra zabawa i nauka.

Gotujcie, pieczcie razem i spędzajcie ze sobą dużo radosnego czasu.

Gorąco i jesiennie pozdrawiam:)

Pokoloruj ☺



KOLOROWANKI.NET.PL
Wszystkie prawa zastrzeżone

