



GAZETKA PRZEDSZKOLAKA

Warto wiedzieć...



Z zimowych rozrywek

Ulepiły sobie dzieci ze śniegu bałwana,
Gdy ich mama na podwórzu wypuściła z rana.
Nos i oczy dały z węgla, a ręce z patyków,
Toż to śmiechów na podwórzu, radosnych okrzyków!

Starsza Zosia śniegowego stracha się nie boi,
Ale Lusia mała przy niej coś trwożliwie stoi:
Medytuje niespokojnie Burek, też tchórzliwy,
Wącha śnieg, czy śmieszny bałwan żywy, czy nieżywy?

W ZIMOWYM NUMERZE :

WIERSZ „TAKA ZIMA TO JEST ZIMA” str.3

CO SIĘ DZIEJE W PRZEDSZKOLU str.4

KOLOROWANKA DLA MALUCHA str.5

IDZIE ZIMA str.6

ZIMOWA ZGADUJ – ZGADUŁA str.7

ZIMOWE ZABAWY DLA DZIECI str.8-9

BYSTRE OKO str.10

KĄCIK DLA RODZICÓW-HIGIENA WAŻNA SPRAWA str.11-12



Taka zima to jest zima

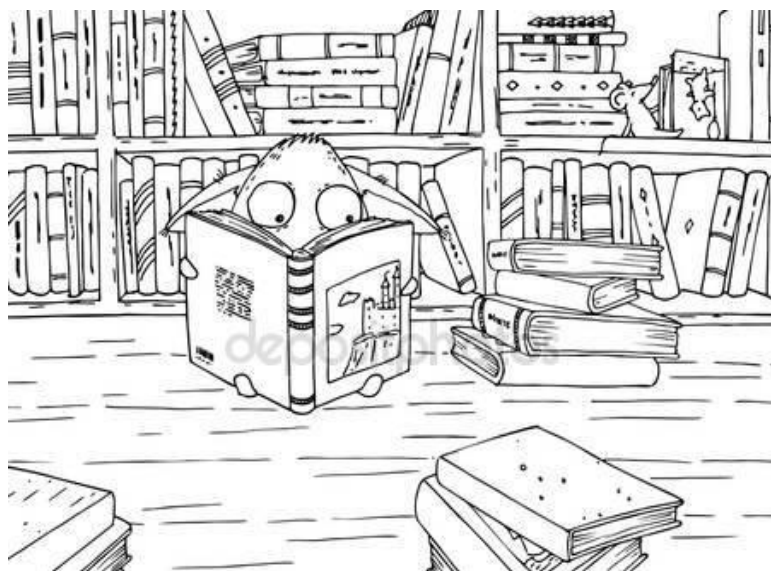


Taka zima to jest zima –
rzeki w biegu mróz zatrzymał,
biały ten i tamten brzeg,
co dzień pada śnieg, śnieg, śnieg.
Sroka na gałęzi skrzecze,
że twardnieje lód na rzece.
Gdy idę aleją lip,
słyszę śniegu skrzyp, skrzyp,
skrzyp.
Z roześmianą dzisiaj twarzą
sprawdzam kartki kalendarza.
Mamy styczeń – zima już,
a na dworze mróz, mróz, mróz.



W PRZEDSZKOLU

Opowiedz co dzieje się w przedszkolu. Pokoloruj rysunki.



KOLOROWANKA DLA MALUCHA



babyonline.pl

IDZIE ZIMA

Początek astronomicznej zimy wypada 21 grudnia. Podczas niej dzienna pora dnia jest krótsza od pory nocnej, jednak z każdą kolejną dobą dnia przybywa, a nocy ubywa. Zima to pora roku, w której przyroda wstrzymuje swój rozwój i egzystencje do minimum w celu zachowania jak największej ilości energii potrzebnej im do przetrwania tego trudnego okresu.



Zimą możemy też obserwować ślady pozostawione na świeżym śniegu.

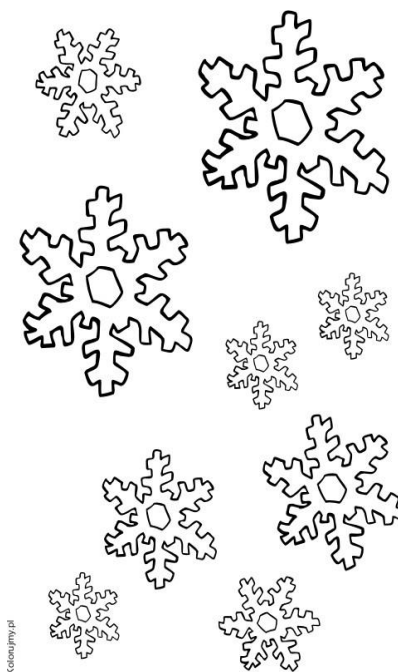


W najcięższym okresie – podczas silnych mrozów i grubej warstwy śniegu – należy dokarmiać zwierzęta.

ZIMOWA ZGADUJ – ZGADUŁA

Gdy nadchodzi, wodę skuwa,
Każdy czapkę wnet nasuwa,
Śnieg jest sypki, jak ta mąka,
Sople wiszą w wielkich strąkach! (mróz)

Po drodze zimowej pędzą silne konie,
Ciągną wielkie sanie a na nich - wesoło!
Chociaż śnieżek prószy, ludzie
uśmiechnięci,
Zaraz przy ognisku staną sobie wkoło.
(kulig)



Siada na gałęziach
Gdy mrozik przycisnie,
Jak ozdoby z cukru
Mieni się srebrzyście. (szron)

Oto domek Eskimosa,
Biały domek z lodu.
Choć w dotyku zimny,
To nie wpuszcza chłodu! (igło)

Kiedy mrozik szczypie,
Kiedy śnieżek pada,
Każdy ją natychmiast
Na głowę zakłada. (czapka)

Płozy, deski, sznurek,
Podejźmy pod górę!
W dół szybko jak strzała,
Zabawa wspaniała! (sanki)



ZIMOWE ZABAWY DLA DZIECI

Za oknem zimowa aura i śnieg, który dzieci przecież uwielbiają. To świetna okazja, aby zażyć z dzieckiem ruchu na świeżym powietrzu, przy okazji świetnie się bawiąc. Poniżej proponujemy wiele różnych zabaw dla dzieci i rodziców – sprawdź, które waszej rodzinie dostarczą najwięcej radości.

Jazda na sankach

To najpopularniejsza zimowa aktywność. Zapewnia ona dużo frajdy nie tylko dzieciom, ale i dorosłym. Decydując się na sanki lub inne przyrządy do zjeżdżania (do wyboru masz m.in. skutery czy popularne jabłuszka), weź pod uwagę bezpieczeństwo dziecka. Sprzęt powinien być solidny. Dodatkowo, jeśli starsze dziecko zjeżdżać będzie samodzielnie, warto zaopatrzyć je w pojazd, którym można sterować, unikając ewentualnych przeszkód. Zawsze upewnij się, czy zjazd z góry będzie bezpieczny – czy nie jest ona zbyt stroma, czy podejście pod nią nie sprawi dziecku trudności oraz czy teren oddalony jest od ruchu pieszych i ruchu kołowego.

Łyżwy

Już przedszkolaki mogą rozpocząć jazdę na łyżwach. Zabawa powinna odbywać się na pewnym, grubym lodzie lub sztucznym lodowisku. Prócz wygodnych i dopasowanych łyżew, warto dziecko zaopatrzyć w ochraniacze oraz kask. Na lodzie bawić się można nie tylko w berka, ale także w slalom lub zagrać w hokeja.

Jazda na nartach

W ośrodkach narciarskich w zajęciach prowadzonych przez instruktorów biorą udział już kilkuletnie dzieci. Masz narty dla malucha? Warto wypróbować je na płaskim terenie lub niewielkim wzniesieniu. Nie zapomnij o bezpieczeństwie dziecka: odpowiednim stroju, a także rozgrzewce.

A w co się bawić na śniegu?

Przeciąganie liny

Zespół dzieci i dorosłych dzielimy na dwie drużyny. Przygotowujemy bezpieczny równy teren, na środku którego wyznaczamy lekkie wgłębienie - mały rowek. Grupy ustawiają się po jego obu stronach. Każdy z zespołów ustawia się gęsiego, trzymając linę lub długi mocny szal. Wygrywa ta drużyna, której przynajmniej jeden przedstawiciel podczas przeciągania linii znajdzie się po stronie przeciwnika – za wyznaczoną linią.

Białe na białym

Przygotuj jednolitą białą chustkę lub szmatkę. Przyczep ją do patyka. Bawcie się w chowanego na śniegu. Będzie z tym sporo zabawy, gdyż odnalezienie chustki może nie okazać się takie łatwe. Pozwól kolejno każdemu dziecku ukryć ją jednak na wyznaczonym przez ciebie obszarze. Kto znajdzie chustkę najszybciej, otrzymuje punkt. Zabawę wygrywa osoba, która zbierze ich najwięcej.

Kulaj!

Podziel dzieci na drużynę lub baw się razem z nim. Ulepcie i "wyturlajcie" największą kulę, jaką potraficie.

Football na śniegu

Aby zagrać w piłkę nożną, wcale nie musicie czekać do wiosny. Na śniegu oznacz kolorowymi wiaderkami granice dwóch bramek i rozegrajcie mecz! Jeśli nie uda się wam stworzyć drużyny, można bawić się też we dwoje, na zmianę broniąc i strzelając gole.

Poszukiwacze skarbów

Ukryj w śniegu plastikową skrzynkę pełną skarbów: zabawek, upominków lub zdrowych łakoci dla dzieci. Przygotuj rysowane lub wyklejane instrukcje, według których dziecko ma podążać do skarbu. Każdą wiadomość (strzałki, rysunki drzew lub innych elementów w terenie, pytania, zagadki) schowaj w plastikowej torbie (np. koszulce na dokumenty), by uniknąć zamoczenia i lekko przykryj śniegiem lub ułóż na nim. Droga do skarbu powinna być dostosowana do umiejętności dziecka. Drużyna lub dziecko dzieli się odnalezionym skarbem.

Śnieżką do celu

Utwórz na śniegu (na prostym terenie lub lekkim zboczu) cel, na którym będziecie się skupiać podczas zabawy. Mogą to być okręgi przypominające te w grze w rzutki, może też być jeden wyraźny obszar zaznaczony kolorową linką. Zabawa do celu na pewno was rozrusza. O ile wcześniej nie rozpocznie się bitwa na śnieżki między jej uczestnikami.

Bałwan na czas

Musi być duży – na przykład wielkości choinki, która rośnie w miejscu naszej zabawy lub np. mieć wysokość jednego z dzieci. Drużyny starają się jak najszybciej ulepić bałwana o podanej wielkości.

Zimowy piknik

Czego potrzeba, by na łące zjeść pyszny piknik? Latem – kocyka, a zimą? Przydałby się jakiś gustowny, lodowy mebel. Może razem z dziećmi ulepicie duży stół lub ławę? Przystróić go możecie choinkowymi gałązkami i szyszkami. Gdy już zechcecie przy nim odpocząć, przydadzą się wymyślone filiżanki lub prawdziwy kubek ciepłej herbaty - prosto z termosu.

Tor przeszkód

Nie potrzebujesz wiele: kilka niewielkich kul, które trzeba przeskoczyć, patyki, które tworzą trasę slalomu lub też tunel z rąk dzieci lub rodzica, pod którym dziecko kończy zabawę w wyścig. Taki tor przeszkód uczy orientacji, a przede wszystkim jest świetną zabawą.

Baba Jaga patrzy

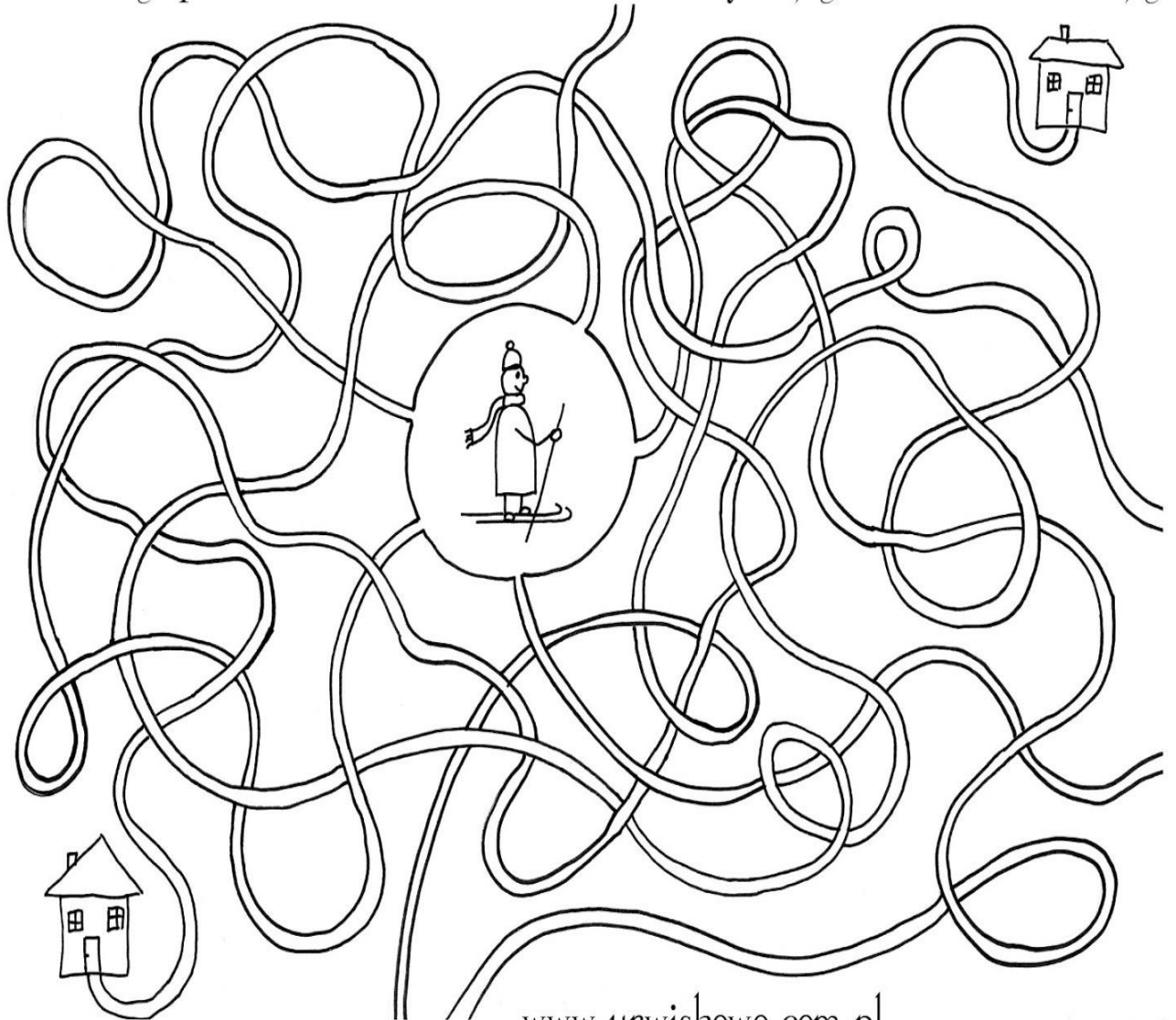
Jedna osoba wciela się w postać Baby Jagi. Reszta ekipy oddalona jest od niej o parę metrów. Odwrócona tyłem Baba Jaga powtarza słowa „Raz, dwa, trzy! Baba Jaga patrzy!”. W tym czasie dzieci biegną w jej stronę. Gdy Baba Jaga odwróci się, dzieci powinny zastygnąć. Baba Jaga może przejść się między nimi, rozśmieszać stojące w nietypowych pozycjach dzieci. Ten, kto się poruszy – odpada. Następnie Baba Jaga znów wypowiada formułkę i dzieci biegną. Wygrywa ten, który pierwszy dobiegnie do niej. Przejmuje jej rolę i zabawa zaczyna się od początku.

Bałwan bez głowy

Po co szukać węgielków zamiast oczu, nakładać czapkę lub wbijać zamiast nosa marchewkę? Nasz bałwanek może mieć naszą głowę! Taka nietypowa zabawa, uwieczniona aparatem fotograficznym, przysporzy nam sporo śmiechu. Wystarczy najpierw ulepić dwie kule, następnie ustawić za nimi stołek lub podtrzymać za nim dziecko i... uśmiechnąć się razem na widok migawki aparatu.

BYSTRE OKO

Która droga prowadzi do domku narciarza. Który to jego domek. Pokoloruj go.



www.urwiskowo.com.pl

KĄCIK DLA RODZICÓW

„Higiena- ważna sprawa”

Kilkuletnie dzieci dotychczas wychowywane w domu mają bardzo różne, nie zawsze pożądane doświadczenia i nawyki w zakresie utrzymania czystości, orientacji dotyczącej własnego ciała i zdrowia. Okres przedszkolny sprzyja kształtowaniu nawyków i przyzwyczajzeń higieniczno- kulturalnych, zamiłowania do czystości, dbałość o swój estetyczny wygląd, porządek- na zasadzie tworzenia się odruchów warunkowych. Odruchy te wymagają ustawicznego powtarzania, w przeciwnym bowiem razie ulegają wygaszeniu. Powodzenie w kształtowaniu tych przyzwyczajzeń zależy od doskonałości wykonywanych czynności oraz systematyczności i wspólnej linii postępowania z dziećmi w domu i w przedszkolu. Dzieci powinny świadomie zdobywać przyzwyczajenia, powinny wiedzieć w jakim celu to robią, bowiem w znacznej mierze udział świadomości w przeżywaniu, decyduje czy te przyzwyczajenia staną się głęboko zakorzenionymi potrzebami kulturalnymi w życiu. Dlatego dobrze jest podawać dzieciom pewne informacje np. w jakim celu to robię, do czego mi się to przyda, dlaczego tak, a nie inaczej należy to wykonywać?

Higiena osobista dzieci polega przede wszystkim na wyrobieniu przyzwyczajzeń sprzyjających jego zdrowiu, czyli: stała troska o czystość ciała, mycie rąk w ciągu dnia, mycie zębów, czesanie włosów, estetyczny wygląd ubrania, prawidłowe korzystanie z umywalni i załatwianie potrzeb fizjologicznych.

Na co powinniśmy zwrócić uwagę ucząc dziecko zasad prawidłowej higieny?

- Powinno myć ręce przed każdym posiłkiem, po zabawie na dworze, po przyjeździe do domu!
- Nie powinno brać rąk do ust!
- Nosek powinno smarować tylko w chusteczkę jednorazową!
- Kaszląc czy kichając musi przysłaniać usta!
- Nie wolno wycierać noska w rękaw czy dłonią!
- Nie można jeść nieumytych warzyw i owoców!
- Należy myć zęby co najmniej 2 razy dziennie, a najlepiej po każdym głównym posiłku!

Jak ważne jest mycie się?

Dziecko powinno być przyzwyczajone do **codziennego mycia ciała**. Warto zdawać sobie sprawę z tego, że kształtowanie nawyków higienicznych dziecka zachodzi niemal od początku jego życia. Na przykład, regularnie kąpany noworodek, a potem niemowlę przyzwyczajają się do tego, że całe ciało jest myte każdego dnia. Oczywiście wraz z wiekiem dziecka zmienia się sposób wykonywania tej czynności, lecz jej cel pozostaje ten sam.

Mycie rąk

Czynność **mycia rąk** nie jest łatwa do nauczenia ale pierwszoplanowa, ponieważ powtarza się ją kilka razy w ciągu dnia. Na mycie rąk składają się wiele różnych czynności dlatego nie może być mowy o pośpiechu, mycie rąk należy uczyć etapami, każdą czynność powtarzać wiele razy oraz kontrolować dokładność wykonania. Zasadami obowiązującymi w czasie nauki mycia rąk winny być systematyczność i ciągłość ćwiczeń powiązanych z pokazem i objaśnieniem osoby dorosłej. **Aby było skuteczne, mycie rąk powinno trwać minimum pół minuty!**

Higiena jamy ustnej i nosa

Pielęgnacja **jamy ustnej** sprowadza się przede wszystkim do pielęgnacji zębów i dziąseł. Czyste zęby to warunek zachowania ich w dobrym stanie, a to zapewnia właściwe żucie, a tym samym dobre funkcjonowanie przewodu pokarmowego, wyraźną mowę, ładny uśmiech i lepsze samopoczucie.

Nos jest doskonałym narządem klimatyzacyjnym, gdyż działa jako grzejnik ocieplając powietrze docierające do płuc. Ponadto w nosie powietrze jest doskonale dezynfekowane, tzn. niszczone są duże ilości mikroorganizmów. Zmysł powonienia chroni także przed różnymi niebezpieczeństwami wielu substancji chemicznych wdychanych z powietrzem. Dlatego też musimy zwracać uwagę na to by dziecko oddychało w miarę możliwości głęboko i rytmicznie nosem, zarówno w czasie spokojnych zajęć jak i wymagających znacznego wysiłku.

Pielęgnacja włosów

Dziecko powinno nie tylko mieć tę świadomość, że włosy są umyte, ale przede wszystkim musi same utrzymywać higienę włosów poprzez codzienne ich czesanie.

Wygląd zewnętrzny dziecka

Już od najwcześniejszych lat należy uczyć dzieci kontrolować swój wygląd zewnętrzny: czy ubranie jest czyste, czy nie brak żadnego guzika czy są one prawidłowo zapięte.