

MIEJSKIE PRZEDSZKOLE NR 27
Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI W SIEDLC



CZEŃ 2025/2026 NR 2

CO U NAS SŁYCHAĆ





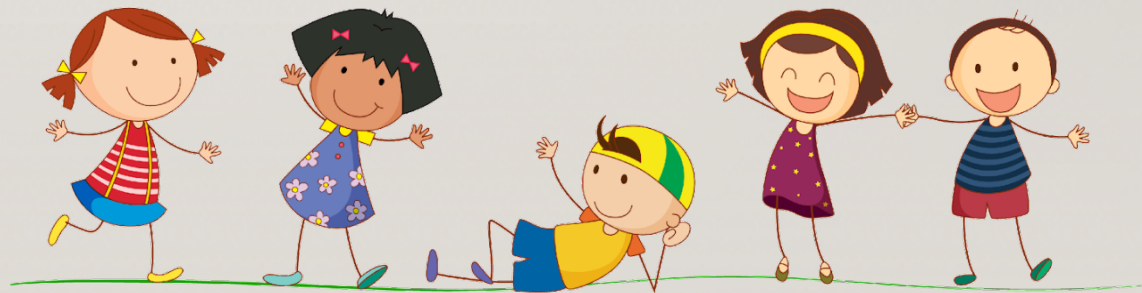
Zespół redakcyjny:
Emilia Michalak
Agnieszka Szymańska



1. Ferie zimowe. Jak aktywnie spędzić czas z dzieckiem.

2. O budowaniu satysfakcjonującej relacji dzieci z dziadkami.

W TYM
NUMERZE:



Ferie zimowe. Jak aktywnie spędzić czas z dzieckiem.

Ferie tuż tuż... Jeśli rodzice wzięli urlop, by spędzić ferie z dzieckiem, i z różnych powodów nie mogą nigdzie wyjechać, powinni tak zorganizować te dwa tygodnie, by dla pociechy były one atrakcyjne, a jednocześnie pozwoliły wypocząć dorosłym.

Oto kilka propozycji na aktywne spędzanie wolnego czasu, zarówno w domu jak i poza nim:

BASEN- Należy zachęcić dziecko do przygotowania, spakowania niezbędnych rzeczy. W wodzie dziecko może się wyszaleć, zrelaksować i nauczyć pływać. Jednocześnie wzmacnia mięśnie posturalne, utrwała prawidłową postawę ciała.

LODOWISKO- Jeśli wiek dziecka na to pozwala, można wybrać się z maluchem na pobliskie lodowisko, na którym może nauczyć się lub doskonalić umiejętność jazdy na łyżwach. Warto skorzystać w razie potrzeby z „pingwinka”, który daje podpór podczas przebywania na lodowisku.



ZABAWY NA ŚNIEGU- jazda na sankach, lepienie bałwana i rzucanie się śnieżkami, skakanie przez zaspy śniegu, robienie „aniołka” na śniegu.

SPACERY –wpływają na odporność, sprzyjają hartowaniu organizmu oraz dotleniają go. Dodatkowo wzmacniają więzi rodzinne.

Poza tym każde większe miasto oferuje wiele atrakcji dla dzieci „pod dachem”: warsztaty muzyczne, plastyczne czy artystyczne, wyjścia do kina, restauracji, sali zabaw, zwiedzanie muzeów, wystaw, itp. Ferie trwają dwa tygodnie i być może niecodziennie znajdzie się możliwość skorzystania z okolicznych atrakcji, dlatego warto zorganizować dziecku w domu aktywne zabawy. Oto niektóre z nich:

TANIEC

Taniec przy ulubionej muzyce dziecka, z użyciem różnych przedmiotów: piórek, chustek, maskotek. Można wykorzystać gazetę lub kartkę papieru jako scena do tańca, z której dziecko nie powinno zejść.

NAŚLADOWANIE ZWIERZĄT

Wydawanie dźwięków, ustawianie się w różnych pozycjach adekwatnych do danego zwierzęcia, np. stanie na jednej nodze jak czapla, pozycja na czworaka jak kot, przysiad jak żabka.

KOLOROWE KULKI

Dziecko siedzi na dywanie w siadzie skrzyżnym- wokół niego leżą małe piłeczki w różnych kolorach. Na prośbę rodzica rzuca w jego kierunku piłkę w wybranym przez niego kolorze.



GRA BALONEM

Rodzic i dziecko ustawiają się naprzeciwko siebie, rzucają balon do przeciwnika. Można urozmaicić grę podskokiem, obrotem z balonem w rękach. Do zabawy mogą dołączyć inne osoby.

TORY PRZESZKÓD

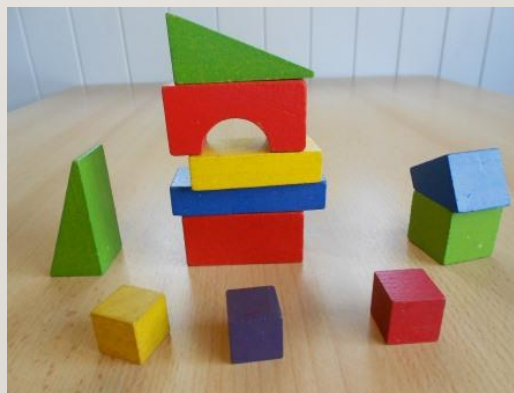
W miarę możliwości rodzic przygotowuje przedmioty, które posłużą jako elementy toru przeszkód: taboret, koc, niskie stopnie, piłeczki, koszyk plastikowy. Następnie ustawia przedmioty z pomocą dziecka w dogodnej kolejności, tak aby powstał urozmaicony tor, np. jako pierwsze dziecko bierze piłkę i trzymając ją cały czas w ręce przechodzi pod taboret, pokonuje niskie stopnie o możliwie zróżnicowanej wysokości, przechodzi po wyznaczonej linii, następnie czołga się pod rozłożonym kocem, aby na koniec wrzucić piłeczkę do koszyka.

WYŚCIGI

Do wykorzystywania w różnych formach można użyć piłeczek do ping ponga – dmuchanie do linii mety, woreczki z grochem ułożone na głowie – przejście po wyznaczonym torze, kolorowe piłki- rzuty do kosza, sznurki, tasiemki- zwijanie na czas, kartki papieru lub gazety- tworzenie „kulek śniegowych” na czas.

ZABAWY KONSTRUKCYJNE

Budowanie jak najwyższej wieży z klocków, budowanie jak najdłuższego muru czy garażu dla samochodów wzmacnia koncentrację. Tworzenie różnych maszyn i postaci z drobniejszych klocków- odgrywanie scenek.



ZABAWY „W KRAINIE BAŚNI”

Zabawy ruchowe nawiązujące do wybranych – lubianych przez dziecko bajek, np. zbieranie jabłek schowanych w różnych miejscach w pokoju – nawiązując do bajki Śpiąca Królewna, podskoki jak brykający Tygrysek z Kubusia Puchatka czy łowienie Złotej Rybki.

ĆWICZENIA MANUALNE

Wybieranie guzików, lub drobnych szklanych kulek z pojemnika wypełnionego makaronem, ryżem, grochem. Dodatkowym zadaniem może być sortowanie wszystkich elementów mieszanki. Zabawy z różnymi masami plastycznymi (glina, masa solna, plastelina), układanie domina, tworzenie obrazów z różnorodnych elementów i materiałów (np. z kamieni, liści, owoców, ziaren, patyków), przewlekanie i nawlekanie koralików, teatrzyki paluszkowe -gotowe pacynki lub narysowane na palcach postaci.

Są to proste zabawy, które pozwolą nie tylko wzmacniać mięśnie, ale także usprawniają równowagę czy koordynację wzrokowo ruchową, ogólną wydolność organizmu. Ważne jest to, aby służyć propozycji dziecka i organizować zabawę w miarę jego chęci i możliwości.

Powodzenia!!!



O budowaniu satysfakcjonującej relacji dzieci z dziadkami.

Babcia i dziadek. Wielu z nas słysząc te słowa uśmiecha się, gdyż w głowie odżywają miłe wspomnienia. Choć nie głaskali nas tylko po głowie, to wiemy jak bardzo ważni dla nich byliśmy, jak troszczyli się o nas. Spędzaliśmy z nimi dużo czasu. Gdy byliśmy młodszy opiekowali się nami, a gdy podrośliśmy to nierzadko my przychodziliśmy im z pomocą. Byli dla nas kimś ważnym.

A jak jest dziś? Jaką rolę pełnią dziadkowie w życiu naszych dzieci? Relacje międzypokoleniowe zdecydowanie się zmieniły. Wnuczki coraz częściej mieszkają wyłącznie z samymi rodzicami, przez co częstotliwość kontaktów zostaje ograniczona. Niestety, kolej rzeczy jest taka, że w związku z tym rozluźniają się relacje.



Dodatkowo – maleje autorytet babci i dziadka. Ma na to wpływ nie tylko zmniejszenie ilości spotkań, ale też fakt, że dziecko zalewane jest z zewnątrz alternatywnymi autorytetami. Niekoniecznie pożądanymi przez nas. Są to postacie z filmów, bajek – często odrealnione i prezentujące cechy niewarte naśladowania.

Teraz dwie wiadomości: dobra i zła. Zacznijmy od dobrej. To my jako rodzice mamy duży wpływ na relację naszych dzieci z ich dziadkami. A teraz ta gorsza - nie jest to proste zadanie, należy włożyć w nie dużo pracy. Jednak jeśli uważamy, że dziadkowie są osobami, których bliskość jest ważna dla naszych dzieci to warto się postarać.



Istotna jest częstotliwość kontaktów, ale też ich jakość. Spotkania nie mogą odbywać się tylko w taki sposób w jaki życzy sobie jedna ze stron. Codzielne sztywne wieczory przy herbatce? Raczej niewielu rodzicom i dzieciom to pasuje. Czasami jest też tak, że rodzice wymagają by dziadkowie opiekowali się przez określony czas dzieckiem, a seniorom ciężko odmówić, choć mają inne plany. Taki przymus może niekorzystnie wpływać na relację z podopiecznymi.

Bardzo ważne jest abyśmy rozmawiali w sposób dojrzały z własnymi rodzicami i teściami. Chodzi przede wszystkim o równorzędność, otwartą komunikację i jednocześnie szacunek do odmienności drugiego człowieka. „Ona ciągle wtrąca się i mówi, że zbyt mocno karzę Maję”, „Już widzę ich wzrok jak Szymon odmawia zjedzenia zupy”, „Nie wyobrażam sobie żebym ocierał mu łzy przy twoim tacie”... Dziadkowie mogą mieć odmienne poglądy na to jakie metody wychowawcze przyjąć, a nawet jak ubrać i czym karmić dziecko. To my jako rodzice stawiamy granice. Mamy prawo nie zgadzać się z ich radami.

Jeśli problemy nie zostaną rozwiązane w szczerzej i spokojnej rozmowie, dzieci mogą widzieć naszą złość lub niepokój i kojarzyć je z relacją z dziadkami, nawet wtedy gdy będziemy próbowali te emocje ukryć. Również my będziemy dążyli do ograniczenia kontaktów dzieci z dziadkami, chociaż ogólnie możemy uważać własnych rodziców za osoby wartościowe.

Jak widać, wpływ rodzica na relację dziecko-dziadkowie jest niebagatelny. Chociaż nie wszystko zależy od nas, to warto przyjrzeć się komunikacji z własnymi rodzicami oraz teściami. I zadbać o nią. Jej jakość wpływa nie tylko na nas, ale również na nasze pociechy.



ŹRÓDŁO:

1. Stein, Dziecko z bliska. Zbuduj szczęśliwą relację, Wydawnictwo Mamania, Warszawa.
2. Okrasa- Ćwiek B. , Przedszkolaki sensoraki, wyd. EMPIS.
3. Przyrowski Z. , Trenuj mózg poprzez ruch, wyd. EMPIS.





Kocham mocno Babcię, Dziadka
To nie żarty moi mili
Dzisiaj im życzenia składam
By sto latek jeszcze żyli.