



PRZEDSZKOLE SAMORZĄDOWE NR 3
W BIAŁEJ PODLASKIEJ
UL. Warszawska 19 C

Rok 2023/2024 NR 5
Numer 5

maj/czerwiec

PRZEDSZKOLNE CO NIE CO

KONTAKT TEL (83) 341-64-16 DYREKTOR ; 341-64-17 ADMINISTRACJA
E-MAIL ps3@poczta.onet.pl

STRONA INTERNETOWA www.przedszkole3bp.edu.pl



Wszystkim naszym wychowankom i Rodzicom składamy najserdeczniejsze podziękowania za całoroczną współpracę i życzymy, by okres wakacyjny był czasem odpoczynku i radości. Z tej okazji życzymy wszystkim przedszkolakom bezpiecznych i słonecznych wakacji, interesujących podróży, niezapomnianych wrażeń, uśmiechu na co dzień oraz szczęśliwego powrotu do przedszkola.

**Dyrektor przedszkola
i grono pedagogiczne**

W tym numerze:

1 Nie zapominajmy o czytaniu dzieciom w wakacje.

2 Zachęcamy do wspólnych zabaw ruchowych, które można wykonać z dziećmi w domu.

3 Co to kreatywność? Jak ją rozwijać?

4 Elektrostymulacja - Innowacyjna Metoda Wspomagająca Terapię Logopedyczną.

5 Bezpieczne wakacje.



***Nie zapominajmy o czytaniu dzieciom w wakacje.
20 sposobów dlaczego warto czytać naszym pociechom.***

1. Buduje więź pomiędzy rodzicem i dzieckiem.
2. Zaspokaja potrzeby emocjonalne.
3. Wspiera rozwój psychiczny dziecka i wzmacnia jego poczucie własnej wartości.
4. Uczy języka, rozwija słownictwo, daje swobodę w mówieniu.

5. Przygotowuje i motywuje do samodzielnego czytania.
6. Uczy myślenia.
7. Rozwija wyobraźnię.
8. Poprawia koncentrację.
9. Ćwiczy pamięć.
10. Przynosi wiedzę ogólną.
11. Ułatwia naukę.
12. Uczy odróżniania dobra od zła, rozwija wrażliwość moralną.
13. Rozwija poczucie humoru.
14. Jest znakomitą rozrywką.
15. Zapobiega uzależnieniu od mediów.
16. Chroni przed kwestionowanymi wpływami ze strony otoczenia i kultury masowej.
17. Pomaga w rozwiązywaniu problemów.
18. Jest zdrową ucieczką od nudy.
19. Jest profilaktyką działań aspołecznych.
20. Kształtuje nawyk czytania i zdobywania wiedzy.



Dorota Plebanowicz

Zachęcamy do wspólnych zabaw ruchowych, które można wykonać z dziećmi w domu

Chcemy pokazać przykłady kilku bardzo prostych i dość dynamicznych zabaw ruchowych, które stosujemy podczas wielu zajęć z dziećmi. Jedno jest jednak niezmiennie. Od samego początku, zawsze zaczynamy od rozgrzewki czy chociaż delikatnego rozruchu. Ma to być jeden z najsilniej wpojonych nawyków.

POSZUKIWACZE SKARBU

Nic tak nie motywuje, jak rozwiązywanie zadań i zagadek, by dotrzeć do ukrytego tajemnicą skarbu. Możecie narysować normalnie lub eksperymentalnie mapę, dodać kilka zadań specjalnych, typu: zrób 10 przysiadów, zakręć się 3 razy, podskocz 7 razy do góry itp. lub pochować kilka kartek z odpowiedziami takimi jak „sprawdź pod łóżkiem”, „szukaj za kanapą”, „zajrzyj do lodówki” itp. by dziecko nareszcie odnalazło skarb! A co będzie poszukiwaną nagrodą zależy już tylko od Was!



Pociąg - uczestnicy podzieleni na dwie drużyny ustawiają się w dwóch rzędach. Na sygnał pierwszy uczestnik obiega pachotek dookoła. Wraca do swojej drużyny, zabiera kolejnego zawodnika i trzymając się za ręce obiegają pachotek. Wracają do rzędu po następną osobę. Wygrywa drużyna, która po zabraniu ostatniego zawodnika, trzymając się za ręce, wróci na swoje miejsce.

Zajęcia sportowe dla dzieci to jedno z najlepszych kierunków, na które powinien zwrócić uwagę każdy rodzic. Sport jest doskonałym narzędziem w rozwoju

ciała, mózgu, układu kostnego, krwionośnego i pozostałych układów. Dzięki temu dziecko: mniej choruje,

- lepiej panuje nad emocjami,
- ma świetną sylwetkę,
- uczy się rywalizacji i zasad fair play,
- kształtuje pozytywne wzorce, zdobywa przyjaciół z podobnym nastawieniem do życia.

Zajęcia sportowe dla dzieci to niezbędny punkt zajęć każdego dziecka.



Monika Kruk

Co to kreatywność? Jak ją rozwijać?

Kreatywność nie jest nam dana raz na zawsze. Każdy z nas ma pewne predyspozycje do myślenia w bardziej twórczy lub bardziej analityczny sposób. Jednak samą kreatywność

i kreatywne myślenie można rozwijać. Warto to robić przygotowując młodych ludzi do startu i samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie. Kreatywność to sposób myślenia i postrzegania świata, który umożliwia nam funkcjonowanie. Tak naprawdę każdy jest kreatywny, bo inaczej w dzisiejszym świecie by nie przetrwał. Jednak poziom kreatywności każdego człowieka jest inny, dla tego warto za-inwestować w rozwój samego siebie i swojego dziecka, aby jak najpełniej żyć i korzystać z tego co oferuje nam świat.

Czym jest kreatywność?

Kreatywność to sposób myślenia prowadzący do powstawania nowych idei i ciekawych koncepcji. Jest to proces, który obejmuje spostrzegawczość, wyobraźnię, elastyczność

i umiejętność łączenia różnych idei w innowacyjny sposób. Może przejawiać się w różnych dziedzinach takich jak pisanie utworów literackich, malowanie obrazów, projektowanie nowych technologii, ale również opracowywanie strategii biznesowych i znajdowanie nowych rozwiązań. Najprościej rzecz ujmując, jest to zdolność myślenia i wychodzenia poza schematy, otwartość na nowe doświadczenia i perspektywy. Niekonwencjonalne i oryginalne rozwiązywanie problemów w sytuacjach kryzysowych.

Kreatywne osoby są bardzo często skłonne do eksplorowania i eksperymentowania, są ciekawe świata. Często proponują nowe pomysły, mają umiejętność wychodzenia poza społeczne konwencje i normy. Ponieważ kreatywność jest umiejętnością, można się jej nauczyć, rozwijać i doskonalić.

Jak rozwijać kreatywność?

Każdemu z nas kreatywność przyda się zarówno w życiu codziennym jak i w szkole czy pracy, dlatego bez wątpienia warto ją rozwijać. Dzięki niej jesteśmy w stanie stworzyć nowe koncepcje, niebanalny pomysł na biznes, ciekawie urządzić mieszkanie, zaplanować atrakcyjne wakacje i wyróżnić się w swoim środowisku społecznym.

Kreatywność to jednocześnie składowa i efekt posiadania wysoko rozwiniętych kompetencji intra/interpersonalnych. Dlatego aby wspierać rozwój kreatywności potrzebujemy przede wszystkim wspierać harmonijny rozwój wszystkich kompetencji. Ze szczególnym uwzględnieniem samodzielności, umiejętności podejmowania decyzji oraz wspieranie ciekawości świata. Radzenie sobie zarówno z porażką, jak i z sukcesem – dawania sobie prawa do błędu i rozwoju.

Pierwszym krokiem w rozwijaniu kreatywności jest eksploracja naszych zainteresowań. To, co Mnie pasjonuje, może być źródłem natchnienia do stworzenia czegoś wyjątkowego. W tym wypadku nie warto się ograniczać. Eksperymentujmy z różnymi dziedzinami nauki, technologii, biznesu. Niekiedy połączenie różnych obszarów może przynieść najlepsze pomysły. Kreatywność często jest wynikiem zrozumienia otaczającego świata i natury ludzkiej. Poprzez uważność można rozwijać empatię, która pozwala lepiej zrozumieć perspektywę innych ludzi. W procesie twórczym błędy są nieuniknione, dlatego nie warto odbierać ich jako osobistej porażki. Wszelkiego rodzaju pomyłki

trzeba traktować jako normalną część procesu, a także możliwość nauki. Akceptując swoje błędy i je analizując, wzrasta nasza motywacja do działania. Pracując nad danym zagadnieniem z innymi, można zyskać nowe spojrzenie na sprawę i zainspirować się nimi. Kreatywność rozwija się w atmosferze współpracy, dlatego warto być otwartym na wymianę pomysłów. W rozwoju kreatywności nie chodzi o naukę bycia oryginalnym, lecz otwieranie umysłu na nowe perspektywy, poszerzanie horyzontów i niestandardowe myślenie.

Kreatywność to umiejętność, która jest przydatna zarówno w życiu zawodowym, jak

i prywatnym, dlatego warto ją rozwijać. To proces, który można doskonalić poprzez doświadczanie nowych rzeczy, uczenie się na błędach, wychodzenie poza schematy. Dajmy dzieciom możliwość do podejmowania świadomych i własnych decyzji!

W dzisiejszych czasach kreatywność jest jedną z cenniejszych umiejętności. Dynamiczny rozwój technologii, zmiany w społeczeństwie i gospodarce sprawiły, że coraz więcej pracodawców poszukuje kreatywnych osób.

„Nie potrzebujesz niczyjego pozwolenia, by prowadzić twórcze życie.”
Elizabeth Gilbert

Joanna Sikorska

Elektrostymulacja - Innowacyjna Metoda Wspomagająca Terapię Logopedyczną

Jako neurologopeda z pasją do nowoczesnych metod terapeutycznych, chciałbym przedstawić Państwu fascynujący obszar elektrostymulacji, który staje się coraz popularniejszym narzędziem w terapii logopedycznej.

Elektrostymulacja to technika, która wykorzystuje prąd elektryczny do stymulacji mięśni twarzy w celu poprawy funkcji mowy i połykania. Jest to innowacyjne podejście, które zyskuje uznanie wśród specjalistów zajmujących się terapią logopedyczną. Jak działa elektrostymulacja i dlaczego jest tak obiecująca? Poprzez delikatną aplikację impulsów elektrycznych na określone grupy mięśni, elektrostymulacja pomaga w ich usprawnieniu i wzmocnieniu. W kontekście terapii logopedycznej, może być szczególnie skuteczna w przypadku dzieci z zaburzeniami mowy spowodowanymi np. porażeniem nerwu twarzowego, obniżonym lub wzmocnionym napięciem mięśni twarzy (lub języka) czy zaburzeniami przyswajania pokarmów. Dzięki precyzyjnej regulacji parametrów elektrostymulacji, terapia może być dostosowana do indywidualnych potrzeb każdego pacjenta. Zaletą elektrostymulacji jest także możliwość prowadzenia terapii w sposób bezbolesny i nieinwazyjny. Dzieci często reagują pozytywnie na tę metodę, ponieważ jest ona nie tylko skuteczna, ale również komfortowa i niepowodująca bólu. Naukowe badania oraz opinie praktykujących logopedów wskazują na obiecujące efekty elektrostymulacji w terapii mowy. Poprzez regularne sesje terapeutyczne z wykorzystaniem tej techniki, możliwe jest stopniowe usprawnianie mowy i połykania u dzieci z różnorodnymi trudnościami.

W dzisiejszym świecie, gdzie rozwój medycyny i technologii idą coraz bardziej ramię w ramię, elektrostymulacja jawi się jako nowatorskie narzędzie w rękach logopedów, zapewniające nowe możliwości w terapii mowy. Dzięki jej zastosowaniu możemy otworzyć nowe ścieżki zdrowienia i rozwoju językowego naszych podopiecznych. Wnioskując, elektrostymulacja to wszechstronne narzędzie, które zasługuje na uwagę w kontekście terapii logopedycznej. Jego efektywność, bezinwazyjność oraz obiecujące wyniki sprawiają, że warto przyjrzeć się bliżej tej technice i rozważyć jej zastosowanie w pracy z dziećmi z różnymi trudnościami mowy. Jesteśmy świadkami nowych, ekscytujących rozwiązań, które mogą wpłynąć pozytywnie na rozwój naszych małych pacjentów i otworzyć przed nimi szanse na lepszą przyszłość.

Jeśli mają Państwo jakiegokolwiek pytania dotyczące tej innowacyjnej metody terapeutycznej, serdecznie zapraszam do konsultacji w moim gabinecie. Wierzę, że dzięki współpracy i nowoczesnym rozwiązaniom, możemy osiągnąć znaczące postępy w terapii mowy u naszych podopiecznych.

Ewa Lisowska

Przedszkole Samorządowe Nr 3

Biuletyn Przedszkolne co nie
co jest dwumiesięcznikiem
przeznaczonym dla rodziców

Redaktor:

**Honorata Marjaniuk
Magdalena Hawryluk**

ZAPAMIĘTAJ!



**Chroń głowę
przed słońcem**

W górach zawsze spaceruj
po wyznaczonych trasach



**Używaj kremów
ochronnych z filtrem**

Nie śmieć



Pływaj w miejscach dozwolonych
tylko **pod opieką** osoby dorosłej

**Nie rozpalaj
ogniska w lesie**



Gdy jedziesz autem zawsze
zapinaj pasy bezpieczeństwa

Nigdy **nie rozmawiaj**
z nieznanymi



W upalny dzień
pij dużo wody

Podczas wycieczek rowerowych
załóż kask na głowę



BEZPIECZNE WAKACJE

WWW.PONADWSZYSTKO.COM

