



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

Rok 2020/2021 NR 4
Numer 4

Marzec/kwiecień

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

W tym numerze:

Dlaczego kre-
atywność jest
ważna?

1

7 pomysłów
na zabawę
bez telewiz-
ora

2

Jak mówić
żeby dzieci
nas słuchały.
Jak słuchać
żeby dzieci
do nas mówi-
ły

3

Sztuka po-
cieszania
dziecka

4

Coś dla
przedszkola-
ka

5



Wielkanoc to czas otuchy i nadziei.

Czas odradzania się wiary w siłę Chry-
stusa i drugiego człowieka.

Życzymy, aby szczególnie w tym trud-
nym dla nas wszystkich czasie, Święta
Wielkanocne przyniosły radość oraz wzajemną zyczli-
wość, by stały się źródłem wzmacniania ducha.

Niech Zmartwychwstanie, które niesie odrodzenie, na-
pełni Wszystkich pokojem i wiarą, niech da siłę w poko-
nywaniu trudności i pozwoli z ufnością patrzeć w przy-
szłość.

Dyrektor przedszkola i grono pedagogiczne

DLACZEGO KREATYWNOŚĆ JEST WAŻNA?

Kreatywność często określana jest jako talent, zdolność do tworzenia czegoś z niczego, wychodzenie w swoich działaniach poza schematy, to pewnego rodzaju innowacyjność w myśleniu. Dlaczego kreatywność jest tak ważna? Otóż możemy wykorzystać ją w rozwiązywaniu problemów i myśleć o nowych sposobach radzenia sobie z wyzwaniami. Bycie twórczym pozwala nam na dostosowanie i reagowanie na szybko zmieniający się świat. Jak więc pomóc dziecku w rozwoju jego kreatywności?

1. Nie podsuwaj gotowych rozwiązań. Pozwól swojemu dziecku próbować nowych rzeczy, mylić się, samemu dochodzić do istoty problemu. Niech samo tworzy świat!

2. Pozwalaj zadawać pytania i sam je zadawaj. Stanowią one bowiem początek kreatywnego myślenia. Ich umiejętne zadawanie ułatwia znalezienie poszukiwanej odpowiedzi. Pytania są wyrazem ciekawości otaczającego nas świata lub problemu. Jeśli chcesz aby Twoje dziecko rozwijało twórcze myślenie, zadawaj nietypowe pytania, np.: jak pachnie róża? jak dużo smaków ma sałatka warzywna?

3. Czytaj. Każdy z nas wie, że obrazy podsuwane przez telewizję nie pobudzają wyobraźni. Z kolei czytane przez nas bajki, jak najbardziej. To oczywiste, często jednak w nawale codziennych zajęć zapominamy o tym. Możemy jednak podczas wiosennych spacerów, lub podczas drogi powrotnej z przedszkola

lub szkoły możemy spojrzeć na niebo i zgadnąć czy dana chmurka to baranek, a może niedźwiedź. Poproś swoje dziecko aby opowiedziało Ci co najbardziej zainteresowało go na zajęciach, jakie pytania w związku z tym zadało i dlaczego? 4. Inspiruj i nagradzaj. Dziecko potrzebuje motywacji i wsparcia, żeby zaczęło twórczo się bawić. Dlatego też nie krytykuj pomysłu dziecka chociaż wiesz, że nie jest on do końca trafny. Niech Twój skarb sam się o tym przekona i szuka kolejnych rozwiązań. Okaż zainteresowanie wobec rzeczy jakie robi. Doceniaj jego starania.

Agata Żuk

Z dzieckiem w domu. 7 pomysłów na zabawy bez telewizora

Zacznijmy od wyłączenia telewizora, odłożenia w kącie smartfonów i tabletów. Bądźcie na wyłączność dla swojego dziecka. Wiemy, że to trudne, bo jest tyle do zrobienia i do tego jesteśmy zmęczeni. Pamiętajmy jednak, że uwaga poświęcona dziecku i czas wspólnej zabawy są dla niego najcenniejszym prezentem, a również nam rodzicom pomoże "naładować akumulatory" i na chwilę zapomnieć o codziennych trudach. Do dobrej zabawy nie będą potrzebne drogie czy wymyślne gadżety, najlepsze są te najprostsze zabawy, które sami znamy z naszego dzieciństwa. Przypominamy kilka sprawdzonych pomysłów na zabawę z dzieckiem:

- **Raz, dwa, trzy, Baba-Jaga patrzy** - w tej zabawie im więcej uczestników, tym lepiej. Jedna osoba, nazywana Babą-Jagą, stoi w pewnej odległości od pozostałych odwrócona tyłem lub z zakrytymi oczami i wypowiada słowa: raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy, w czasie których gracze biegną w jej kierunku. Gdy skończy mówić, odśpiewa oczyszczenia lub odwraca się do uczestników, a ci nieruchomieją - nie mogą się poruszać, mówić i śmiać się. Baba Jaga stara się ich rozśmieszać. Jeżeli ktoś się poruszy lub zaśmieje, musi wrócić na linię startu. Po chwili Baba Jaga znów zakrywa oczy i cykl się powtarza. Celem w zabawie jest dotarcie do Baby Jagi, gdy ona nie patrzy i dotknięcie jej. Zwycięzca zajmuje jej miejsce.
- **DIY** - zajęcia "zrób to sam" to propozycje dla bardziej aktywnych maluchów (wyciszają) i małych artystów. Możecie lepić z masy solnej, plasteliny, malować farbami, kredkami, rękami, robić wycinanki z papieru kolorowego i wiele innych. Generalnie do

takich zabaw możecie wykorzystać mnóstwo rzeczy, które są w domu. Np. makaron będzie idealny na biżuterię, a papierowe talerzyki czy opakowania po jajkach mogą zamienić się w stworki, kartonowe pudełka w domki, autka, robota i co jeszcze tylko wyobraźnia wam podpowie. Możecie w dowolnej technice stworzyć panią jesień, zimę albo ulubioną postać z bajki!

- **Tanecznym krokiem** - z podkładem muzycznym lub bez możecie wspólnie poruszać się do ulubionych piosenek i melodii. W wersji dla odważniejszych rodziców (mniej wrażliwych słuchowo) możecie włączyć sekcję instrumentalną z wykorzystaniem sprzętów kuchennych (garnki mają świetną akustykę). Dzieci będą zachwycone, sąsiedzi nieco mniej. Zorganizujcie konkurs taneczny albo konkurs piosenki. Nagrodą może być korona, medal, dyplom (oczywiście zrobiony własnoręcznie) albo pyszne małe co nieco.
- **Domowy klub fitness** - w mediach alarmują o pladze otyłości u dzieci. Waszej rodziny nie będzie to dotyczyć, jeśli postawicie na ruch. Czas na trochę wspólnych ćwiczeń fizycznych - połączycie przyjemne z pożytecznym, a maluchy będą zachwycone. Pokażcie dziecku kilka prostych figur z aerobiku, zachęćcie też, aby dziecko zaproponowało swoje ćwiczenia, które wykonacie. Na pewno będzie wesoło.

- **Wspólne czytanie** - o korzyściach z czytania nie trzeba nikogo przekonywać. Przytoczymy zaledwie najważniejsze z nich. Czytanie zaspokaja wszystkie potrzeby emocjonalne dziecka, wspiera jego rozwój psychiczny, intelektu-

alny i społeczny, a przy tym przynosi ogromną radość i pozostawia cudowne wspomnienia. Dzięki czytaniu dziecko poszerza swoje słownictwo, używa bogatszego i piękniejszego języka. Wybierzcie wspólnie książkę, usiądźcie wygodnie i przenieście się w świat bajek i niezwykłych przygód.

- **Budowanie z klocków** - należy do ulubionych zabaw całej rodziny. Proste konstrukcje, wysokie wieże, fosi, w tej zabawie ogranicza nas tylko wyobraźnia. Ponadczasowe klocki dzięki ogromnej różnorodności są nieustającym źródłem inspiracji do zabawy zapewniając wszechstronny rozwój dziecka. Zabawa klockami ćwiczy emocje, stymuluje wyobraźnię, rozwija logiczne i przestrzenne myślenie dziecka, jest dobrym treningiem na koncentrację uwagi.

- **Zabawa w teatr** - zamieńcie się rolami: maluchy niech będą rodzicami, a wy ich dziećmi. Uwaga: w tej zabawie możecie zobaczyć, jak odbierają was dzieci. Tym bardziej warto podjąć wyzwanie. Możecie również wcielić się w postaci ulubionych bajek, stworzyć własną bajeczkę. Warto pamiętać, aby dać dziecku przewodzić w zabawie. Słuchać jego pomysłów i zachęcać do inicjowania nowych scenariuszy i pomysłów.

Jeśli chcemy, aby nasze dzieci były ciekawe świata, miały wiarę w siebie, były kreatywne, bawmy się z nimi, podarujmy im swój cenny czas. Dzięki wspólnym zabawom wzmacniamy więź z dzieckiem i sprawiamy, że czuje się ono ważne i kochane.

Ewelina Łukaszuk

Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły

Aby pomóc dziecku, by radziło sobie z własnymi uczuciami:

1. Słuchaj dziecko bardzo uważnie.
2. Zaakceptuj jego uczucia słowami: „Och”, „rozumiem”.
3. Określ te uczucia.
4. Zamień pragnienia dziecka w fantazję.

Zamiast słuchać jednym uchem słuchaj dziecko bardzo uważnie

Można się zniechęcić, próbując dotrzeć do kogoś, kto tylko udaje, że słucha. Dużo łatwiej podzielić się swoimi kłopotami z ojcem, który rzeczywiście słucha. Nie musi wtedy nawet nic mówić. Często współczujące milczenie jest tym, czego oczekuje dziecko.

Zamiast pytań i rad, zaakceptuj jego uczucia słowami: „Och”, „mmm”, „rozumiem”

Dziecku trudno jest myśleć jasno i konstruktywnie, kiedy ktoś pyta, gani lub radzi. Bardzo pomocne jest zwyczajnie: „Och”, „mmm”, „rozumiem”. Takie słowa w połączeniu z wyłożoną uwagą zachęcają dziecko do wyrażania własnych uczuć i myśli oraz szukania własnych rozwiązań.

Zamiast zaprzeczać uczuciom określ te uczucia

To dziwne, kiedy usiłujemy nakłonić dziecko, aby odsunęło od siebie złe myśli, wydaje się ono jeszcze bardziej wytrącone z równowagi. Rodzice zwykle nie rozmawiają w ten sposób, ponieważ boją się, że rozmawiając z dzieckiem o jego uczuciach, mogą jeszcze pogorszyć sprawę. Prawda jest wręcz przeciwna. Dziecko, słysząc słowa o tym, czego doświadczyło, jest w pełni zadowolone. Czasem pragnie wyrazić swoje głębokie przeżycie.

OKREŚLENIE UCZUĆ

Użyj słowo określające uczucia dziecka w zdaniu, okazując, że rozumiesz te uczucia.

„Wygląda na to, że jesteś wściekły”.

„Widzę, że jesteś rozgoryczony z powodu tych lekcji”.

„Och, to musiało być frustrujące”.

„Musiało to być dla ciebie przykre”.

Zamiast wyjaśniać i uzasadniać zamień pragnienia dziecka w fantazję

Jeżeli dziecko domaga się czegoś, czego nie może otrzymać, dorośli zwykle logicznie tłumaczą, że tego nie mają. Często im usilniej tłumaczą, tym dzieci mocniej protestują.

ZACHĘCANIE DO WSPÓŁPRACY

Aby zachęcić dziecko do współpracy:

1. Opisz, co widzisz, lub przedstaw problem.

ZAMIAST: Ile razy muszę Ci mówić, abyś zgasił światło po wyjściu z łazienki.

OPISZ: Zostawiłeś światło w łazience.

KIEDY DOROŚLI PRZEDSTAWIAJĄ PROBLEM, DAJĄ DZIECKU SZANSĘ ZASTANOWIENIA SIĘ, CO ROBIĆ.

2. Udziel informacji.

ZAMIAST: To obrzydliwe, co ten ogryzek robi na twoim łóżku? Mieszkasz jak świnka!

UDZIEL INFORMACJI: Ogryzki wrzuca się do kosza.

INFORMACJA JEST DUŻO ŁATWIEJSZA DO PRZYJĘCIA NIŻ OSKARŻENIE.

3. Powiedz to jednym słowem.

ZAMIAST: Znowu wychodzisz bez śniadania! Zapomniałaś własnej głowy, gdyby nie była przytwierdzona.

POWIEDZ TO JEDNYM SŁOWEM: Janie, śniadanie.

DZIECI NIE LUBIĄ SŁUCHAĆ WYKŁADÓW I KAZAŃ, DŁUGICH TŁUMACZEŃ. DLA NICH IM KTÓRSZE PRZYPOMNIENIE, TYM LEPSZE.

4. Porozmawiaj o swoich uczuciach.

ZAMIAST: Przestań! Jesteś taki natrętny!

POROZMAWIAJ O SWOICH UCZUCIACH: Nie lubię, kiedy mnie ciągniesz za rękaw.

DZIECI SĄ PRZYGOTOWANE NA SŁUCHANIE SZCZERYCH WYPOWIEDZI RODZICÓW. PRZEZ OPISYWANIE TEGO, CO CZUJEMY, JESTEŚMY WIARYGODNI I NIE PRZYNOSI NAM TO UJMY.

5. Napisz liścik.

Przed pójściem do pracy matka przytwierdziła do telewizora kartkę z takim napisem:

„Zanim go włączysz – pomyśl – czy zrobiłem już lekcje? Czy uczyłem się?”

CZASAMI NIC NIE PRZYNIESIE TAKIEGO EFEKTU, JAK SŁOWO PISANE.



Beata Klimiuk

Sztuka pocieszania dziecka

Dodawanie dzieciom otuchy jest tak samo podstawowym elementem rodzicielstwa jak zapewnianie jedzenia; dziecko potrzebuje obu tych rzeczy do prawidłowego rozwoju. Pocieszenie jest sprawą naturalną, instynktowną- szybkie przytulenie, muśnięcie wargami, otarcie też zwykle wystarcza, żeby maluch, który się właśnie potknął, podreptał szczęśliwy dalej. Ale czasem „podmuchać” nie wystarczy. Potrzeba więcej wysiłku i czasu, żeby pocieszyć dziecko, zwłaszcza gdy rośnie i jego natura staje się bardziej złożona.

- **Musisz zdawać sobie sprawę ze swojej siły.** W oczach kilkulatka jesteś wszechmocny - Twój kochający dotyk i uspokajające słowa mają ogromną moc. Kiedy otoczysz malca swoimi ramionami i wypowiesz magiczne słowa „wszystko będzie w porządku”, dziecko na pewno poczuje się lepiej. Pocieszenie, które możesz zaoferować swojemu dziecku, jest najlepszym lekarstwem na ból fizyczny i psychiczny.
- **Bądź spokojną wyspą na wzburzonym oceanie...** Jeśli na codzienne potknięcia zareagujesz spokojnym „Bach. Nic się nie stało”, dziecko też uzna, że nic się nie stało. Nic tak nie przeraża dziecka jak wystraszeni rodzice, nic tak nie niepokoi jak zdenerwowani rodzice. Chociaż więc nieraz dotkliwie odczuwasz ból swojego dziecka, nie okazuj tego zbyt mocno.
- **...ale nie udawaj, że nie widzisz sztormu.** Chociaż nie należy się rozklejać nad

każdym draśnięciem, nie wolno też zupełnie ignorować bólu dziecka, zwłaszcza jeśli jest to ból natury emocjonalnej. Wszystkim



nam potrzebna jest świadomość, że jest ktoś kogo interesują nasze uczucia. Jeśli wszystkie problemy zbywasz słowami „Nic się nie stało. Wszystko jest w najlepszym porządku”, to znaczy, że nie dbasz o jego uczucia.

- **Bezwarunkowo pocieszaj.** Nawet jeśli zachowanie dziecka było nieznośne, w razie skaleczenia trzeba je koniecznie pocieszyć. Pociesz je nawet jeśli właśnie spadło z krzesła, na które zabroniłeś mu przed chwilą wchodzić.
- **Wysłuchaj i pozwól się wyplakać.** Rana duchowa często wymaga tyle samo pocieszenia co rana zadana ciału. Zachęć dziecko, by z Tobą porozmawiało o tym co się stało („Wyglądasz na zmartwioną, czy coś się stało?”).
- **Wysłuchaj, ale powstrzy-**

maj się od kazań. Zranione fizycznie lub emocjonalnie dziecko potrzebuje, żeby go wysłuchać, dostrzec stan ducha, pocieszyć i okazać zrozumienie.

Jednak na pewno nie potrzebuje wykładów, krytyki i słów w rodzaju: „A nie mówiłam”. Strzeż się jednak przed okazywaniem zbyt wielkiej sympatii- przesadzając możesz wychować niesamodzielnego mazgaja, który uwielbia się umartwiać.

- **Nie przypisuj nikomu winy.** Oskarżycielski ton („Gdybyś nie zo-

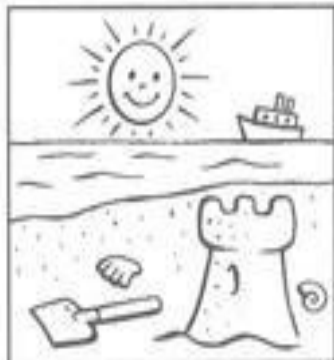
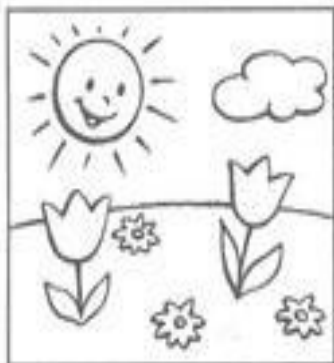
stał tego samochodziku na środku podłogi, tobyś się nie wyrócił”) nie pocieszy i niczego nie nauczy. Lepiej powiedzieć „Zastanówmy się dlaczego się przewróciłeś”. Jeśli dziecko odpowie „Przewróciłem się o samochodzik”, możesz powiedzieć „A co trzeba zrobić, aby to się więcej nie stało?”

Nie przesadzaj. Jeśli Twoje dziecko wyrzuciło ciężarówkę przez okno, a ona się roztrzaskała, powiedz: „Tak mi przykro, że Twoja ciężarówka się roztrzaskała”. Nie pędź jednak do sklepu, żeby natychmiast kupić mu nową. Jeśli nie pozwolisz swojemu dziecku uczyć się na błędach, to będzie je stale powtarzać.

Krystyna Reluga

Jakie to pory roku?

Każde zwierzątko ma ubranie odpowiednie na inną porę roku. Na której ilustracji będzie się bawić?



**Przedszkole
Samorządowe Nr 3**

Biuletyn Przedszkolne co nie
co jest dwumiesięcznikiem
przeznaczonym dla rodziców

Redaktor:

Agata Żuk

