

GAZETKA PRZEDSZKOLNA

WYDANIE I
PAŹDZIERNIK 2020



ZDROWY UŚMIECH
PRZEDSZKOLAKA

SAMODZIELNY PRZEDSZKOLAK

WIERSZYKI Z ANIMACJĄ
RUCHOWĄ

ZABAWY Z JĘZYKIEM ANGIELSKIM

KĄCIK PRZEDSZKOLAKA

GDY DZIECKO MA JUŻ ZĘBY MLECZNE, TROSKA O ICH CZYSTOŚĆ JEST KLUCZEM DO ZAPEWNIENIA ZDROWIA ZĘBÓW STAŁYCH. OTO PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI, DZIĘKI KTÓRYM SZCZOTKOWANIE BĘDZIE ŁATWIEJSZE.

§ NAKŁADAJ PASTĘ W ILOŚCI ODPOWIEDAJĄCEJ WIELKOŚCI ZIARNKA GROCHU ZAWIERAJĄCĄ CO NAJMNIEJ 1100 PPM FLUORU, KTÓRY POMAGA CHRONIĆ I WZMACNIAĆ SZKLIWO ZĘBÓW.

§ POZWÓL DZIECKU WYBRAĆ WŁASNĄ SZCZOTECZKĘ DO ZĘBÓW, DZIĘKI KTÓREJ BĘDZIE PODCHODZIĆ DO SZCZOTKOWANIA ZĘBÓW Z RADOŚCIĄ. POCZĄWSZY OD 3. ROKU ŻYCIA, MOŻESZ BEZPIECZNIE SZCZOTKOWAĆ DZIECKU ZĘBY ZA POMOCĄ SZCZOTECZKI ELEKTRYCZNEJ – CZYNNOŚĆ TĘ NADAL POWINIEN WYKONYWAĆ RODZIC.

§ DELIKATNIE SZCZOTKUJ DZIECKU ZĘBY PRZEZ MAKSYMALNIE DWIE MINUTY ZA POMOCĄ DZIECIĘCEJ SZCZOTECZKI Z MIĘKKIMI WŁÓKNAMI. DZIECKO MOŻE CI POMAGAĆ, JEDNAK DO OK. 7. ROKU ŻYCIA OSOBA DOROSŁA POWINNA ODPOWIEDAĆ ZA SZCZOTKOWANIE JEGO ZĘBÓW.

§ POPROŚ DZIECKO, ABY WYPLUŁO NADMIAR PASTY LUB WYTARŁO JĄ Z UST ZAMIAST PRZEPŁUKIWAĆ USTA. PŁUKANIE USUWA OCHRONNY FLUOR WZMACNIĄJĄCY SZKLIWO.

CZTERY PROSTE KROKI DLA ZDROWYCH I CZYSTYCH ZĘBÓW:

1. MYJDOKŁADNIE ZĘBY PASTĄ Z FLUOREM PRZYNAJMNIEJ DWA RAZY DZIENNIE.
2. UŻYWAJNICI I PŁYNÓW DENTYSTYCZNYCH, CZYSZCİĆ ZĘBY I PRZESTRZENIE MIĘDZY ZĘBAMI.
3. POJEDZENIU I PICIU, GDY NIE MOŻESZ UMYĆ ZĘBÓW, ŻUJ BEZCUKROWĄ GUMĘ.
4. ODWIEDZAJ REGULARNIE GABINET STOMATOLOGICZNY – CO PÓŁ ROKU.

PORADY!!!

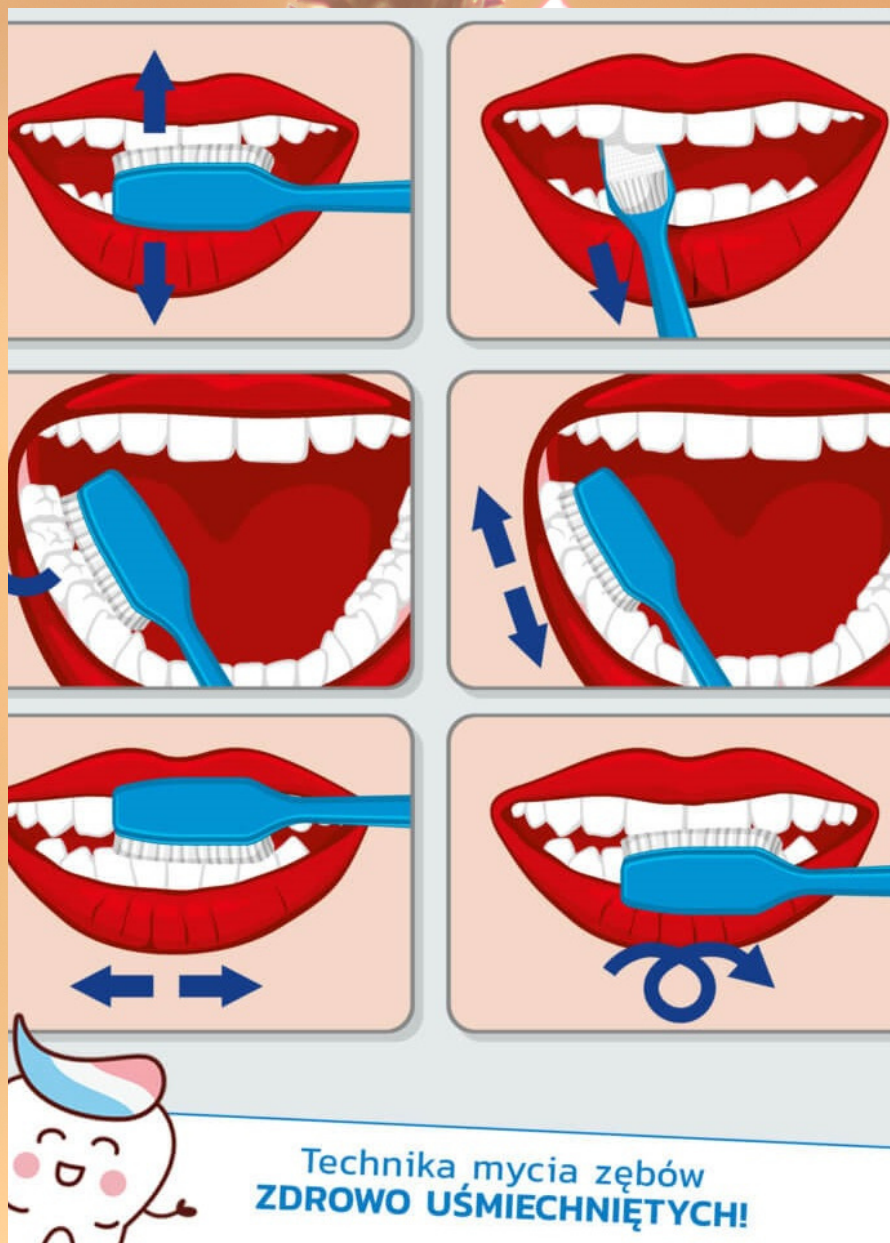
§ ZDROWE ZĘBY DODAJĄ PEWNOŚCI SIEBIE. DBAJ O NIE!!!

§ NIE ZAPOMINAJ O MYCIU JĘZYKA SZCZOTECZKĄ. NA JĘZYKU LUBIĄ GROMADZIĆ SIĘ BAKTERIE!

§ MLEKO I JEGO PRZETWORY MAJĄ DUŻO WAPNIA, TO SOJUSZNICZY ZĘBÓW.

§ UNIKAJ SŁODYCZY I SOKÓW, SZYBKO NISZCZĄ ZĘBY!

ZDROWY UŚMIECH PRZEDSZKOLAKA



Opracowała
Magdalena Nowakowska

SAMODZIELNY PRZEDSZKOLAK

Samodzielny przedszkolak

Jak wspierać samodzielność dziecka

- **SŁUCHAĆ**, jeśli dziecko mówi „ja sam”, to **dać mu szansę** spróbować
- **Stopniować trudności**, dążyć do tego, aby dziecko osiągnęło sukces
- **NIE WYRĘCZAĆ**, jeśli dziecko jest w stanie wykonać daną czynność samodzielnie
- **Wspierać i motywować** dziecko: „dasz radę”, „na pewno sobie poradzisz”, „uda Ci się”



PAMIĘTAJMY

Dzieci, które są **samodzielne** lepiej radzą sobie w nowych sytuacjach, są **pewniejsze** **siebie** i mają **wyższe poczucie** własnej **wartości**

Ponadwszystko.com

SAMODZIELNOŚĆ DZIECKA W WIEKU PRZEDSZKOLNYM MOŻEMY ZAOBSERWOWAĆ W TRZECH SFERACH. PIERWSZA STREFA TO SAMODZIELNOŚĆ PRAKTYCZNA, KTÓRA POZWALA NA PORADZENIE SOBIE Z WYZWANIAM I PORZĄDKOWYMI I SAMOOBSŁUGOWYMI – UBIERANIE I ROZBIERANIE SIĘ, HIGIENA. DRUGA TO SAMODZIELNOŚĆ UMYSŁOWA, CZYLI ZDOŁNOŚCI DO PODEJMOWANIA DECYZJI I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW PODCZAS ZABAWY I NAUKI. TRZECIA – SAMODZIELNOŚĆ SPOŁECZNA – TO UMIEJĘTNOŚĆ WSPÓŁDZIAŁANIA Z RÓWIEŚNIKAMI I OPIEKUNAMI, POROZUMIEWANIA SIĘ Z NIMI ORAZ BIERANIE ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA PODEJMOWANE PRZEZ SIEBIE DECYZJE.

PRZY WSPOMAGANIU ROZWIJANIA TYCH UMIEJĘTNOŚCI WAŻNE JEST, ABY WIEDZIEĆ CO DZIECKO POWINNO OSIĄGNĄĆ W DANYM PRZEDZIALE WIEKOWYM. NIE WYMAGAJMY WIĘC OD DZIECKA WYKONYWANIA ZADAŃ PRZEKRACZAJĄCYCH JEGO MOŻLIWOŚCI.

§ NALEŻY PAMIĘTAĆ, ŻE 3-LATEK POWINIEN POTRAFIĆ: ROZSUNĄĆ ZAMEK W KURTCE, ROZPIĄĆ UBRANIE ZAPIĘTE NA ZATRZASKI, ZAMIESZAĆ ŁYŻECZKĄ W KUBECZKU, WŁOŻYĆ SKARPETKI, ROZPIĄĆ DUŻE GUZIKI, NADZIAĆ JEDZENIE NA WIDELEC I WZIĄĆ DO UST, ZDĄĆ LUŻNĄ BLUZĘ WKŁADANĄ PRZEZ GŁOWĘ I ROZPIĘTE CZĘŚCI UBRANIA, ZGŁASZAĆ POTRZEBY FIZJOLOGICZNE, ODKRĘCIĆ I ZAKRĘCIĆ KRAN, ZAŁATWIĆ SIĘ DO TOALETY I SPUSZCIĆ WODĘ, ODKRĘCIĆ KRAN I NALAĆ WODĘ DO KUBKA, WŁOŻYĆ PÓŁBUTY Z POMOCĄ DOROSŁEGO, WŁOŻYĆ KURTKE LUB BLUZĘ ROZPINANĄ Z PRZODU, WŁOŻYĆ KAPCIE.

§ OD 4-LATKA PONADTO MOŻEMY WYMAGAĆ: SAMODZIELNEGO JEDZENIA POSIŁKU, POSŁUGIWANIA SIĘ ŁYŻKĄ I WIDELCEM, UMYCIA SAMODZIELNIE TWARZY I RĄK, WŁOŻENIA PRZEZ GŁOWĘ LUŻNEJ BLUZY I ZAŁOŻENIA SPODNI, WYDMUCHANIA NOSA W CHUSTECZKĘ, ZAPINANIA UBRANÍ NA ZATRZASKI, WKŁADANIA RĘKAWICZEK Z JEDNYM PALCEM.

§ 5-6 LATEK NATOMIAST POTRAFI JUŻ: SAMODZIELNIE SIĘ UMYĆ W KĄPIELI, NAŁOŻYĆ PASTĘ NA SZCZOTKĘ I UMYĆ ZĘBY, PRZEWLEĆ PASEK PRZEZ SZLUFKI, WYTRZEĆ SIĘ PO SKORZYSTANIU Z TOALETY, ZAPIĄĆ SWETER NA GUZIKI, ZAPIĄĆ PASEK, ZAŁOŻYĆ I ZAPIĄĆ BUTY NA KLAMERKĘ. ZNAĆ SWOJE IMIĘ I NAZWISKO, ADRES I NUMER TELEFONU DO RODZICA, WIEDZIEĆ JAK ZADZWONIĆ PO POMOC, NAKARMIĆ ZWIERZĘTA DOMOWE.

UCZĄC DZIECKO NABYWANIA UMIEJĘTNOŚCI SAMOOBSŁUGOWYCH WAŻNE JEST, ABY OSOBY DOROSŁE WSPIERAŁY DZIECKO POPRZECZ BUDOWANIE BEZPIECZNEJ RELACJI I POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI.

PAMIĘTAJMY O DOCENIANIU STARAŃ, DOSTRZEGANIU I OKAZYWANIU SZACUNKU DLA WYSIŁKÓW DZIECKA.

NIE WYRĘCZAJMY DZIECKA I NIE SPIESZMY SIĘ Z DAWANIEM ROZWIĄZANIA I POMOCY. MALUCH POTRZEBUJE CZASU NA NABYWANIE NOWYCH UMIEJĘTNOŚCI.

WIERSZYKI Z ANIMACJĄ RUCHOWĄ

JA
RĄCZKA
PIĘĆ PALUŚZKÓW MA,
PRAWA
ROBI PA, PA, PA.
LEWA
ROBI PA, PA, PA.
NOGI
ROBIĄ TUP, TUP, TUP.
PRAWA
TUP, LEWA TUP.
PODSKOK
W GÓRĘ I KROK W PRZÓD.

ZABAWA

HOPSASA! (PODSKOK W MIEJSCU)
OTO JA! (POKAZUJE NA SIEBIE)
RĄCZKI DWIE, NÓŻKI DWIE (POKAZUJE CZĘŚCI CIAŁA)
HOPSASA! TO SIĘ WIE! (PODSKOK W MIEJSCU)
GŁOWA DWOJE USZU MA, (POKAZUJE CZĘŚCI CIAŁA)
OCZY, BRODA, USTA, NOS, (POKAZUJE CZĘŚCI CIAŁA)
NO I WŁOSÓW CAŁA MOC. (POKAZUJE CZĘŚCI CIAŁA)
HOPSASA! (PODSKOK W MIEJSCU),
O TO JA! (POKAZUJE NA SIEBIE)

TARAM – TAM – TAM

TARAM – TAM – TAM! (UDERZENIE RĘKOMA 3 RAZY O UDA)
O GILI – GILI – GILI! (ŁASKOTANIE PARTNERÓW PO OBU STRONACH)
O JEJ! O JEJ! O JEJ! (KŁAŚNIĘCIE 3 RAZY NAD GŁOWĄ)
TA – RAM – TAM – TAM! (UDERZENIE RĘKOMA 3 RAZY O UDA)
O JEJ! O JEJ! O JEJ! (KŁAŚNIĘCIE 3 RAZY NAD GŁOWĄ)
O GILI – GILI – GILI! (ŁASKOTANIE PARTNERÓW PO OBU STRONACH)
TA – RAM – TAM – TAM! (UDERZENIE RĘKOMA 3 RAZY O UDA)

CO MOŻNA ROBIĆ NUDZĄC SIĘ?

CO MOŻNA ROBIĆ NUDZĄC SIĘ? HMM...
MOŻNA NA PRZYKŁAD ZIEWAĆ. AAA
ALBO CICHUTKO ŚPIEWAĆ LALALA
SZURAĆ NOGAMI PO PODŁODZE. SZUR, SZUR, SZUR
LECIEĆ KLEPAĆ SIĘ PO NODZE. KLEP, KLEP, KLEP
ALBO PODRAPAĆ SIĘ PO UCHU. DRAP, DRAP, DRAP
CZY TEŻ POGŁASKAĆ SIĘ PO BRZUCHU. O TAK!
MOŻNA TEŻ KICHAĆ JAK Z ARMATY. A PSIK!
RYSOWAĆ W POWIETRZU KWADRATY. RAZ, DWA, TRZY
BĄDŹ PUKNĄĆ SIĘ PALCEM W CZOŁO. PUK, PUK, PUK
I W POWIETRZU ZROBIĆ KOŁO. O, TAK!
LUB – JEŚLI TYLKO WYPADA. NO, NO
POŁASKOTAĆ SĄSIADA. GILI, GILI
I CO? I Z PEWNOŚCIĄ OD TEJ CHWILI NIE BĘDZIEMY SIĘ NUDZILI!

ZABAWY Z JĘZYKIEM ANGIELSKIM

1. TOUCH GREEN

POTRZEBNE BĘDĄ: PRZEDMIOTY CODZIENNEGO UŻYTKU W RÓŻNYCH KOLORACH.

TO PROSTA GRA NA POZNANIE KOLORÓW. MÓWIMY "TOUCH" I PODAJEMY KONKRETNY KOLOR (NP. "GREEN"), A ZADANIEM DZIECKA JEST ZNALEZIENIE

PRZEDMIOTU W WYMIIENIONYM PRZEZ NAS KOLORZE. ZABAWĘ MOŻEMY MODYFIKOWAĆ W DOWOLNY SPOSÓB UŻYWAJĄC INNYCH KATEGORII, NP. Kształtów (NP. "TOUCH SOMETHING ROUND") LUB CZĘŚCI CIAŁA (NP. "TOUCH YOUR BELLY").

2. COLORING DICTATION

DRUKUJEMY CZARNO-BIAŁY OBRAZEK LUB UŻYWAMY ZWYKŁEJ KOLOROWANKI. NASTĘPNIE PODAJEMY NAZWĘ KONKRETNEGO ELEMENTU Z OBRAZKA PO ANGIELSKU I KOLOR. DZIECKO POWINNO ROZPOZNAĆ, KTÓRĄ CZĘŚĆ MAMY NA MYŚLI I POKOLOROWAĆ JĄ.

3. BODY PARTS

POTRZEBNE BĘDĄ: WŁASNE CIAŁO, EWENTUALNIE PRZYLEPNE KARTECZKI. UCZYMY SIĘ CZĘŚCI CIAŁA POPRZECZ ZABAWĘ, DOTYKAJĄC ICH U SIEBIE I WYPOWIADAJĄC ZDANIE (NP.

"THAT'S MY NOSE"). ZACHĘCAMY DO TEGO DZIECKO.

NASTĘPNIE WPROWADZAMY KARTECZKI (DLA STARSZYCH DZIECI), NA KTÓRYCH SĄ WYPISANE RÓŻNE

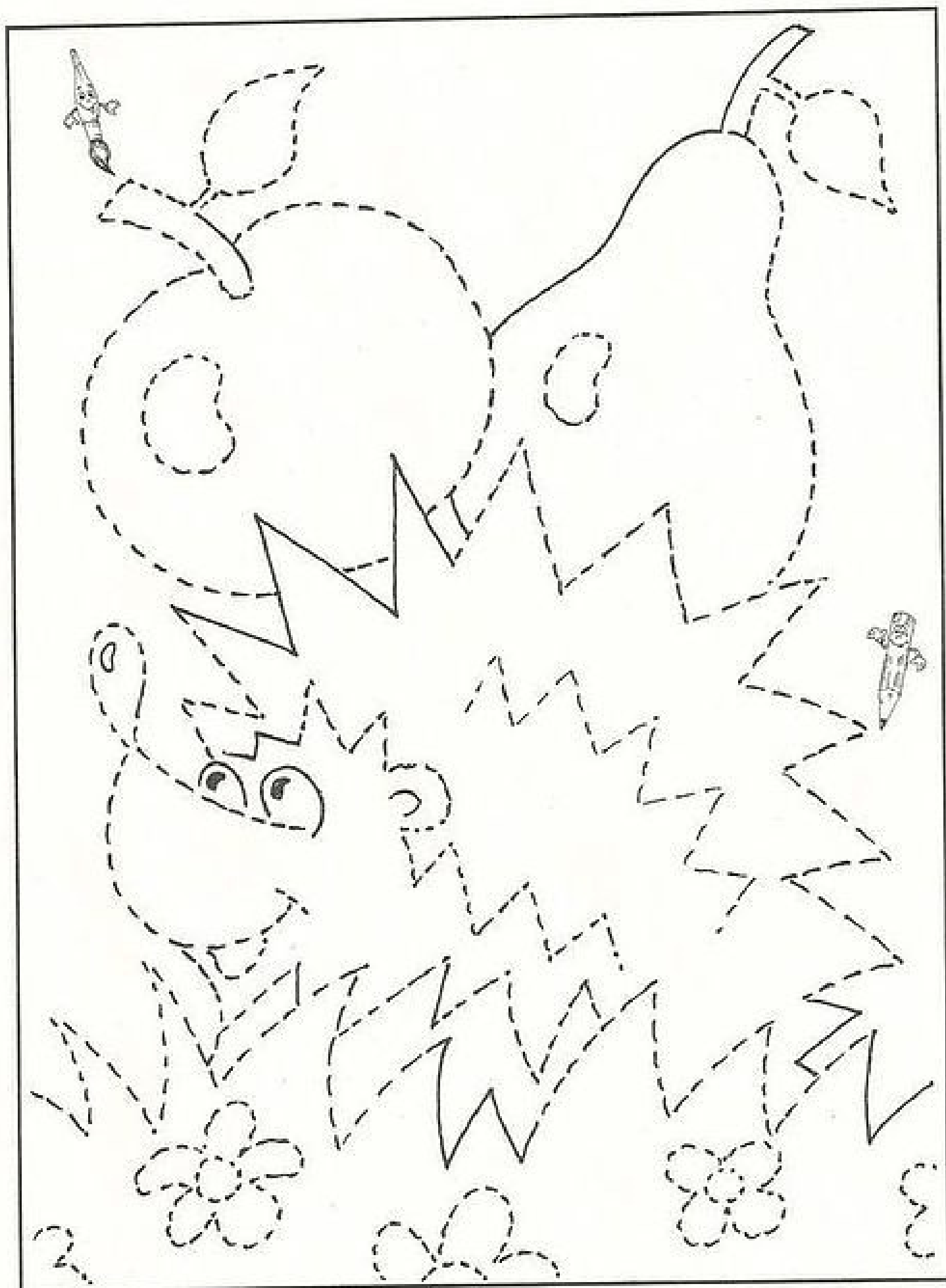
CZĘŚCI CIAŁA PO ANGIELSKU. PRZYLEPIAMY JE DO DZIECKA, A POTEM DZIECKO PRZYLEPIA

JE DO NAS. ALE NAJLEPSZY MOMENT ZABAWY, TO TEN, GDY CELOWO POPEŁNIAMY BŁĘDY.

4. JUMPING FROG

ROZŁOŻMY NA DYWANIE KARTKI Z CYFRAMI. PIERWSZY UCZESTNIK STAJE NA DANEJ CYFRZE (NP. 3) A DRUGA OSOBA WYDAJE KOMENDĘ PO ANGIELSKU (NP. 'THREE PLUS 2'). ZADANIEM PIERWSZEJ OSOBY JEST PRZESKOCZENIE NA KARTKĘ Z NUMEREM 5.



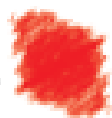




● Colour.

● Pokoloruj rysunek według kodu.

red



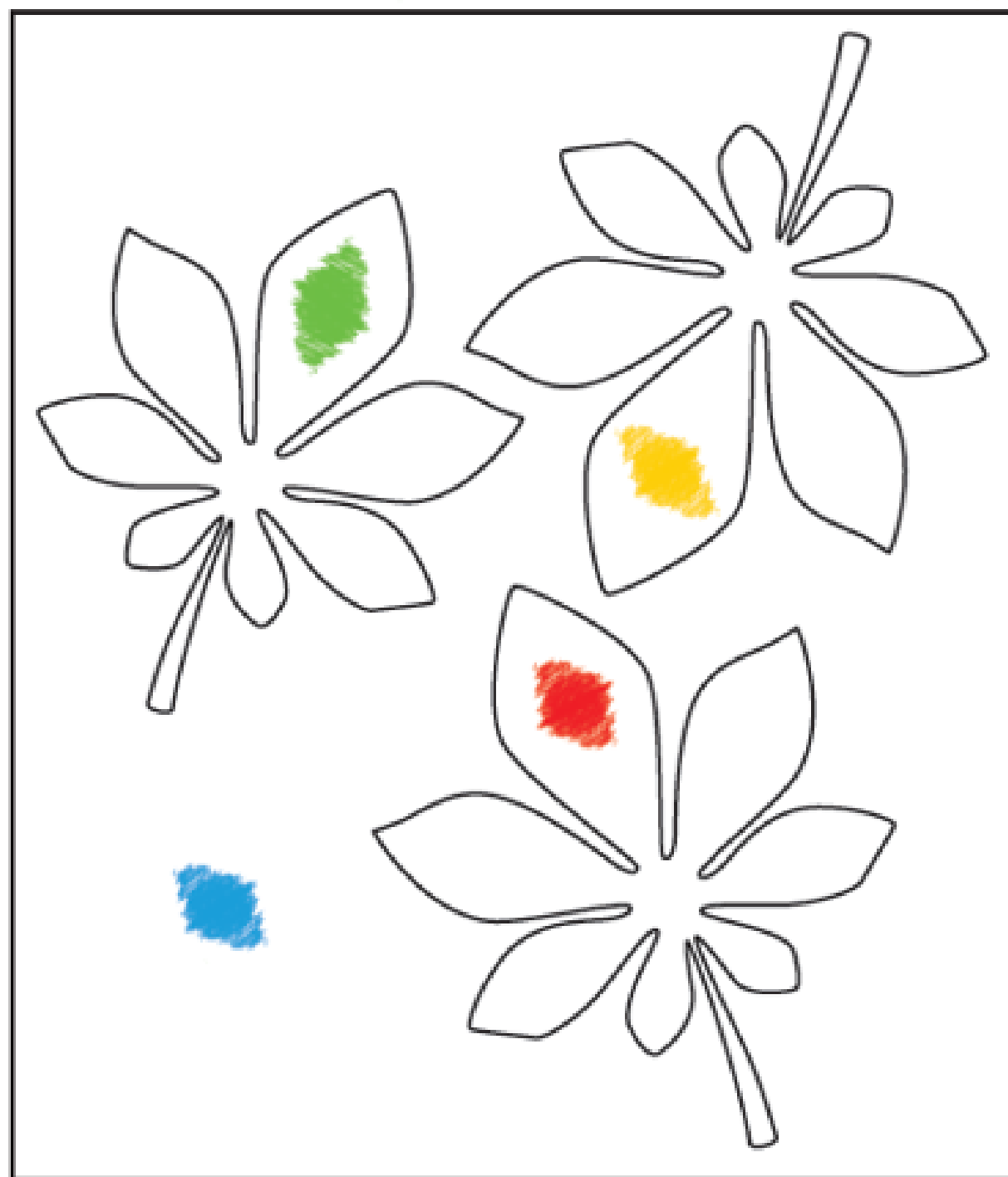
blue



green



yellow



ZAKODOWANE ZWIERZAKI

A	L	D	E
T	P	A	M
S	I	K	U
Y	D	A	N



a _____



M	L	I	K
A	E	U	M
B	I	S	K
I	W	E	R



E	L	G	E
D	K	E	S
Z	O	K	A
A	N	I	N



OPRACOWANIE GAZETKI
MAGDALENA NOWAKOWSKA

ZAPRASZAMY DO NOWEGO
MIEJSCA NA MAPIE OLSZTYNA
DLA DZIECI I RODZICÓW

UL. STAROMIĘJSKA 12
WEJŚCIE OD TARGU RYBNEGO
10-018 OLSZTYN



Rozwijanki
Martyna Alexander & Aleksandra Szarek