



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

Rok 2021/2022
Numer 1

WRZESIEŃ/
PAŹDZIERNIK

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:

Dzień kropki	1
Dzień przedszkolaka	2
Ruch, a prawidłowy rozwój dziecka	3
Przykłady zabaw ruchowych z dzieckiem	5
Zabawa ortofoniczna	7

Witamy w NOWYM ROKU SZKOLNYM 2021/2022

Witam w nowym roku szkolnym wszystkich przedszkolaków oraz ich rodziców. Szczególnie gorąco chcemy powitać nowych wychowanków, którzy po raz pierwszy przestąpili progi naszego przedszkola. W nowym roku szkolnym życzymy dzieciom samych pogodnych dni, wspaniałej zabawy, nowych przyjaźni oraz radości w zdobywaniu wiedzy.

Dyrektor Przedszkola

Ewa Dąbowska-Gomółka



WITAMY W PRZEDSZKOLU

DZIEŃ KROPKI

International Dot Day, czyli Międzynarodowy Dzień Kropki.
Jest to święto kreatywności, odwagi i zabawy.

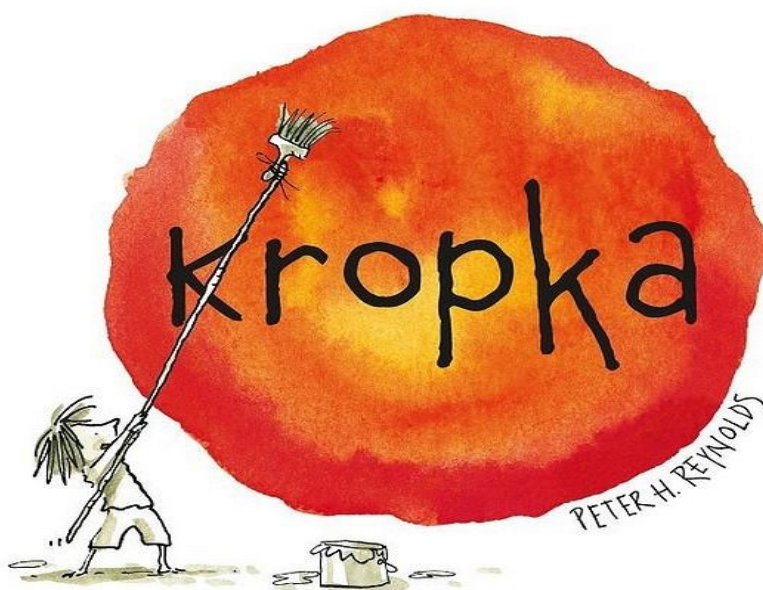


Międzynarodowy Dzień Kropki to święto, które od 2008 roku stwarza okazję do budowania pewności siebie, odkrywania talentów i pobudzania wyobraźni dzieci, młodzieży i dorosłych. Wszystko rozpoczęło się w 2003 roku, kiedy Peter H. Reynolds wydał książkę dla dzieci „The Dot” (czyli “Kropka”), w której opowiedziana została historia małej Vashtii. Nieśmiała dziewczynka, dzięki mądrej nauczycielce od plastyki, uwierzyła w siebie i poznała swój talent, inspirując tysiące nauczycieli do działania i celebrowania Dnia Kropki. Książka została przetłu-

maczona na ponad dwadzieścia języków i wydana alfabetem Braille'a. Książka szybko zyskała też popularność wśród najmłodszych czytelników inspirując ich do odkrywania swoich talentów. W Polsce książka zyskuje popularność szczególnie od roku 2017 – 13 września do sprzedaży trafiła książeczka w polskiej wersji językowej.

Dlatego także i u nas już od wielu lat obchodzimy ten także interesujący dzień poprzez kropkowe zabawy.

Barbara Sałata



Co roku w naszym przedszkolu obchodzimy także wspinały dzień jakim jest Dzień Przedszkolaka. Nie mogło zabraknąć tego święta i w tym roku dlatego z tej okazji dzieci mogły przebrać się w swój specjalny strój. Bawiliśmy się przy muzyce z chustą animacyjną, losowaliśmy zadania ruchowe z kart ze zwierzętami, każdy chętny przedszkolak miał okazję sprawdzić swoją zręczność w łapaniu motylków, które wydmu-

chiwał słoń. To był dzień pełen radości i uśmiechów :) A jak to święto ma się w naszej historii?

Zatem Ogólnopolski Dzień Przedszkolaka – święto obchodzone corocznie 20 września, ustanowione z inicjatywy Rzecznika Praw Dziecka Marka Michalaka uchwałą Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej 13 września 2013 roku dla popularyzacji wychowania przedszkolnego i

wzrostu jego znaczenia w świadomości społecznej.

Na wniosek Rzecznika Praw Dziecka Marka Michalaka w dniu 13 września 2013 roku wspierający inicjatywę środowiska dyrektorów łódzkich przedszkoli Sejm Rzeczypospolitej Polskiej podjął uchwałę w sprawie ustanowienia dnia 20 września Ogólnopolskim Dniem Przedszkolaka.

W uchwale zapisano: „Doceniając wagę edukacji przedszkolnej w rozwoju i wychowaniu dziecka, Sejm Rzeczypospolitej Polskiej ustanawia dzień 20 września Ogólnopolskim Dniem Przedszkolaka. Sejm Rzeczypospolitej Polskiej wyraża przekonanie, że ustanowienie Ogólnopolskiego Dnia Przedszkolaka przyczyni się do popularyzacji wychowania przedszkolnego i wzrostu jego znaczenia w świadomości społecznej”.

Obchody tego dnia mają być impulsem do podejmowania aktywności w zakresie upowszechniania edukacji przedszkolnej i szerzej – prawa dziecka do



edukacji i wychowania przedszkolnego, zarówno wśród najmłodszych obywateli, jak i dorosłych.

Agata Żuk

RUCH, A PRAWIDŁOWY ROZWÓJ DZIECKA

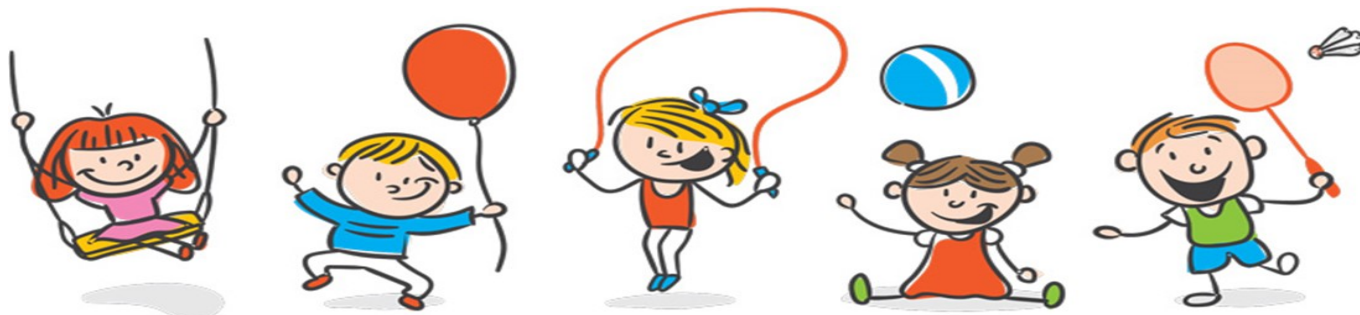
Ruch jest podstawą prawidłowego rozwoju dziecka. Współczesny świat i postęp cywilizacji usypia potrzebę ruchu. Równocześnie w zastraszającym tempie zwiększa się liczba dzieci z wadami postawy, problemami z mową, pisanie i czytaniem, coraz wcześniej pojawiają się dolegliwości bólowe i trudności z wykonywaniem zadań ruchowych. Rośnie także liczba dzieci z nadmierną masą ciała. A wystarczy codzienna gimnastyka, spacer, gra w piłkę...

To stymuluje u dziecka wzrost kości, sprzyja prawidłowemu uwapnieniu kości, poprawia ukrwienie mięśni, przyspiesza przyrost siły i masy mięśni. Ruch usprawnia także funkcje układu krążenia i układu oddechowego. Wykonywanie różnych zadań, rozwiązywanie problemów w czasie ruchu, to niezastąpiony trening

dla ośrodkowego układu nerwowego, który steruje ciałem człowieka. Odpowiednia dawka ukierunkowanego ruchu ma także wpływ na rozwój prawidłowego chwytu niezbędnego do efektywnego pisanie. Stymuluje także rozwój mowy oraz ruchy gałek ocznych potrzebne do czytania. I jeszcze jedna bardzo ważna zaleta ruchu: ruch daje radość...

Człowiek potrzebuje aktywności fizycznej tak samo jak pożywienia i powietrza. Występujący u dzieci "głód ruchu" jest wyrazem podświadomej chęci zaspokajania tej bardzo ważnej potrzeby, zapewnienia niezbędnego czynnika stymulującego rozwój: fizyczny, duchowy, emocjonalny i społeczny. Szczególnie w wieku przedszkolnym poruszanie się jest ważnym

środkiem zdobywania informacji na temat otaczającego świata. Przez ruch dziecko ma możliwość poznawania siebie samego, własnego ciała i własnych możliwości, oszacowania swoich umiejętności, a także rozwijania wiary we własne siły oraz zdobywania w trakcie zabaw ruchowych społecznych doświadczeń z innymi osobami. Okres przedszkolny jest szczególnie znaczący dla



kształtowania motoryczności dziecka. Dziecko nabywa wówczas pewnych umiejętności, które w dalszych etapach życia jedynie doskonali. W okresie tym aktywność ruchowa przyczynia się w znaczącym stopniu do wzmocnienia odporności organizmu na szkodliwy wpływ czynników środowiskowych, a umiejętności ruchowe często wyznaczają pozycję dziecka w grupie rówieśniczej.

Ruch jako czynnik stymulujący

Ruch pobudza rozwój organizmu. Dzięki niemu poprawia się motoryka i sprawność fizyczna człowieka:

- mięśnie wykonujące pracę zwiększają swój przekrój, objętość, siłę i sprężystość, następuje wzmacnianie i wzrost elastyczności i wytrzymałości ścięgien oraz więzadeł,
- ruch sprzyja mineralizacji kości,
- wysiłek fizyczny mobilizuje układ krążeniowo – naczyniowy, powoduje wzmoczoną akcję serca, które wzmacnia się i rozbudowuje,
- ruch uaktywnia układ oddechowy, gdyż płuca muszą wykonać zwiększoną pracę, dzięki czemu wzrasta pojemność życiowa płuc, a także ilość przyswajanego tlenu,
- ćwiczenia fizyczne przyczyniają się bezpośrednio do podwyższenia sprawności żołądka i jelit, a pośrednio wpływają na wydolność wątroby i nerek,
- aktywność fizyczna pobudza dojrzewanie układu nerwowego, szybciej dojrzewają ośrodki mózgu zawiadujące ruchami (przyspiesza to rozwój motoryczności), jednocześnie następuje wzrost szybkości przewodzenia impulsów nerwowych, co usprawnia koordynację ruchową,
- dzięki ruchowi dziecko poznaje otaczający je świat, wzbogaca swoje doświadczenia, kształtuje pamięć i uwagę,

- ruch rozwija samodzielność dziecka,
- zabawy i ćwiczenia w grupie uczą zachowań społecznych, dziecko podporządkowuje się obowiązującym normom i zasadom,
- aktywność fizyczna wpływa na rozwój charakteru i osobowości.

Ruch jako czynnik kompensacyjny

- kompensacja to inaczej wyrównanie, aktywność fizyczna ma przywrócić niezbędną dla prawidłowego rozwoju organizmu dziecka równowagę czynników korzystnych i szkodliwych.

Ruch jako czynnik adaptacyjny

- aktywność ruchowa rozwija zdolność przystosowania organizmu dziecka do zmieniających się warunków życia: klimatu, temperatury, ciśnienia, warunków atmosferycznych, trudności dnia codziennego, itp.
- przez ruch i ćwiczenia fizyczne można hartować organizm, czyli doprowadzać do podwyższania granicy tolerancji na bodźce czy czynniki ze strony środowiska, a także kształtować odporność na czynniki psychiczne (np. stres) i społeczne.

Ruch jako czynnik korektywny

- działania korekcyjne, przy użyciu odpowiednio dobranej i sterowanej aktywności fizycznej, podejmowane są w tych przypadkach, gdy powstałe odchylenia rozwojowe można zlikwidować lub złagodzić przy użyciu ćwiczeń korekcyjnych. Funkcja korekcyjna jest funkcją terapeutyczną i leczniczą.

Tak więc nie sposób zrezygnować z ruchu i sportu. Każdego dnia dzieci muszą mieć wystarczająco dużo okazji do fizycznej aktywności, nie tylko w związku z ich fizycznym usprawnianiem, ale również całościowym rozwojem osobowości. W tym celu muszą mieć do dyspozycji przede wszystkim wystarczająco dużo przestrzeni (łąka, plac zabaw, sala gimnastyczna). Różnorodne ćwiczenia i gry ruchowe, tak bardzo lubiane przez dzieci są dla nich czynnym wypoczynkiem. Czynny wypoczynek jest tym bardziej wskazany od najmłodszych lat,

gdyż coraz bardziej przyzwyczajamy się do siedzącego trybu życia, unikamy wysiłku fizycznego, przyzwyczajamy się do wygod. Typowym tego przykładem jest fakt wysiadania małych dzieci przed odbiornikami telewizyjnymi, przed monitorami komputera, korzystanie ze środków lokomocji (wożenie dzieci wszędzie samochodem) zamiast chodzenia pieszo, chronienie dziecka przed najmniejszym wysiłkiem, wyręczanie go w każdej trudniejszej pracy fizycznej. Dowodzi to, że ćwiczenia fizyczne (w tym także gry i zabawy ruchowe) są po prostu bezwzględnie koniecznością współczesnego człowieka.

Beata Zachariasz

PRZYKŁADY ZABAW RUCHOWYCH Z DZIECKIEM

1. „Bieg po buty”

Potrzebne będzie papierowe, duże pudło lub kosz na bieliznę. W zabawie mogą brać udział wszyscy członkowie rodziny. Należy wyznaczyć linię startu i odcinek do przebiegnięcia – na jego końcu ustawić pudełko. Miejsce zabawy musi być na tyle bezpieczne, by można było biegać na bosaka.

Dwoje członków rodziny (np. mama i dziecko) biegnie do pudełka i zdejmują buty (papcie) wkładając je do pudełka. Ponowny start do pudełka, a następnie założenie butów (papci) i powrót na linię startu.

2. „Jak rusza się....?”

Niech dziecko pokazuje (rodzic też – będzie zabawnie!), jak poruszają się różne zwierzęta: kot, słoń, niedźwiedź, sikorka, pies, bocian, wąż itp. Zabawa może mieć postać kalamburów: każde z was losuje kartkę z nazwą zwierzęcia i musi bez użycia słów pokazać, jak porusza się wybrane zwierzę.

3. „Sznurek parzy, sznurek to ścieżka”

Należy położyć na podłodze sznurek, skakankę. Rodzic wraz z dzieckiem wymyśla różne sposoby poruszania się:

- * chodzenie po sznurku przodem, tyłem, bokiem
- * przeskakiwanie przez sznurek przodem i tyłem
- * przeskakiwanie nad sznurkiem bokiem obunóż lub z nogi na nogę
- * chodzenie po sznurku zwinie- tym w skorupę ślimaka lub tzw. „leniwą ósemkę”
- * chodzenie między dwoma sznurkami, skakankami wąsko umieszczonymi między sobą („kręta ścieżka”)

4. „Zabawy z piłkami”

* Trafianie piłką do pojemnika na pranie, do wiaderka po farbie itp. Można rzucać prawą, lewą o obie ręce oraz ustalić punktację za celne trafienia

* Toczenie piłeczki pingpongowej oddechem. Dziecko poruszając się na czworaka dmucha w piłeczkę, popychając ją w wyznaczonym kierunku. Celem może być np. wprowadzenie i zatrzymanie (oddechem!) piłeczki na kartce papieru

* Rzucanie z dzieckiem do siebie piłki, jednocześnie podając na głos kolor. Piłkę trzeba złapać, chyba, że rzucający wypowie wcześniej kolor, np. czerwony. Wtedy nie wolno złapać piłki!



5. „Przeprawa przez rzekę”

Trzeba ustawić na podłodze przedmioty, po których można chodzić: złożony koc, poduszki, stół, fragmenty piankowej maty, itp. Przedmioty powinny tworzyć ścieżkę. Zadanie: przejść po kamieniach (przedmiotach) wystających z wody (podłoga) bez „zamoczenia” nóg.

6. „Idziemy w tany”

Należy przygotować różne rodzaje muzyki – wolną, szybką, spokojną i bardzo dynamiczną, rockową, dance, klasyczną, itp. Zadaniem dziecka jest zilustrowanie każdego fragmentu ruchem. Trzeba pochwalić dziecko za taniec.

7. „Slalom na różne sposoby”

Rodzic ustawia slalom, układając na podłodze w linii prostej, np. papierowe lub plastikowe kubeczki albo butelki (mogą to być też zgniecione zapisane kartki papieru). Dziecko pokonuje slalomem przeszkody w różny sposób: na czworaka, na jednej nodze, tyłem na stojąco, skacząc jak zając, itd.

Starsze dziecko może spróbować pokonać slalom z zawiązanymi oczami.

8. „Skoki przez drabinkę”

Drabinkę można wykonać, np. z gazety. Wystarczy pociąć ją na 5-centymetrowe paski, które należy ułożyć na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych „szczelbeków”.

9. „Skoki przez linkę”

To ćwiczenie bardzo pomaga w ćwiczeniu równowagi. Do tej zabawy potrzebna jest linka, którą trzeba zamocować – dla dzieci trzyletnich – na wysokości 25–30 cm

10. „Spacerek”

Rodzic włącza dziecku muzykę i rzuca im różne polecenia: „Zbieramy grzyby!”, a wtedy dziecko udaje, że podnosi coś z podłogi; „Gonimy motyle!” – dziecko podbiega i „łapie” niewidoczne motylki; „Zrywamy szyszki!”, a dziecko podskakuje i symuluje obrywanie z gałęzi szyszek, itd.

11. Zabawy dla umysłu dziecka:

Warto zadbać nie tylko o tężyznę fizyczną, ale i pokusić się

o ćwiczenia głowy:

* **Skojarzenia** – Rodzic zaczyna zabawę, mówiąc dowolne słowo, np. „słońce”. Następnie dziecko mówi słowo kojarzące się z tym, co powiedział rodzic, np. „gorąco”. Potem rodzic szuka skojarzenia do „gorąco”, np. „lato”. I tak na zmianę („morze”, „piasek”, „babki”...)

* **Poszukiwanie skarbów** - Rodzic chowa na dworze jakiś przedmiot (drobny prezent) w różnych miejscach (drzewa, krzaki, kamienie). Rodzic kieruje krokami dziecka: „Idź do przodu, stań, idź w stronę ławki, omiń ją, szukaj na dole....”. Dla dzieci starszych poleceniem może być podanie liczby kroków, jakie dziecko ma przejść.

* **Gry planszowe** - Aby podarować przy okazji dziecku nieco ruchu, rodzic umawia się z dzieckiem, że kto przegra, ten, np. rozdaje sztucę do posiłku lub drapie wygranego po plecach .



Beata Klimiuk

ZABAWA ORTOFONICZNA

Zadaniem dzieci jest wskazać właściwy obrazek związany z pogodą deszczową, słoneczną, wietrzną i zimową. Dziecko ćwiczy narządy artykulacyjne naśladowując padający deszcz (kap, kap), szum wiatru (szszszu), wypowiadając ufffff - jak gorąco, brr - jak zimno. Wybiera ilustracje przedstawiające jesienną pogodę.



KAP, KAP, KAP...



UFF, UFF, UFF...



SZSZU, SZSZU, SZSZU...



BRR, BRR, BRR...

Przedszkole Samorządowe Nr 3

Biuletyn
„Przedszkolne co nie
co” jest
dwumiesięcznikiem
przeznaczonym dla
rodziców

Redaktor:

**Barbara Sałata
Agata Żuk**