



Zespół redakcyjny:

Samorządowe Przedszkole nr 41
w Krakowie Nr4/2019/2020

Opieka merytoryczna: Dyrektor mgr Małgorzata Opryszek

Redaktor naczelny: mgr Karolina Turek

Kącik logopedyczny: mgr Agnieszka Werschner

Kącik języka angielskiego: mgr Joanna Rysiewicz

Życzymy odpoczynku od codziennych spraw, **słonecznych,**
wesołych dni spędzonych z Najbliższymi,
słodkich lodów na patyku
i uśmiechu bez liku!

Uważajcie na siebie kochane Przedszkolaki,
i zabierzcie na wakacje nasze buziaki!!!

PRZECZYTAJCIE RAZEM WIERSZYK



Lato w mieście, K. Turek



A może po prostu ze swoim pupilem
spędzić czas wakacji, jest w tym dużo racji!
Razem z nim pobiegać, obok domu lub na łące
gdzie świerszcze koncert grają, a słońce gorące
pomaluje na brązowo nas i Was.

Ciepły wiatr poopowiada to i owo,
a my posłuchamy, jak grają
wesole przyrody dźwięki.
Świat jest wielki i pełen zagadek
tuż za rogiem się kryją, z roześmianą miną.



Jak się rolki i rower mają, warto sprawdzić na podwórku
z kolegą i koleżanką pośmiać się na murku,
takie wakacje też swą wartość mają,
a szczególnie, gdy przyjaciele do nas zaglądną
i pytają: co słychać? jak się czujesz? czy wyjdiesz na spacer?

Biegnij więc co sił, nie czekaj, z siostrą lub bratem,
zatańcz przy muzyce, zaśpiewaj o lecie
wakacje w mieście nie muszą być nudne,
sami najlepiej o tym wiecie!



Przepis na udany letni dzień

- 1. Na śniadanie przygotuj dużą porcję przytulania*
- 2. W ulubionej filiżance zaparz kawę w towarzystwie promieni słońca, muzyki deszczu i szumu letniego wiatru*
- 3. Upiecz ciasto z uśmiechem i truskawkami*
- 4. Zamiast posypki do lodów, użyj dobrych słów i podziel się nimi z Bliskimi*
- 5. Do każdej potrawy dodawaj szczyptę dobrego nastroju*
- 6. Zaparz owocową herbatę, pokrój ciasto na kawałki szczęścia, a do stołu zaprosz życzliwość*
- 7. Zamiast puszkę Pandory, otwórz okno i wypełnij dom zapachem lata i dobrych planów*
- 8. I nie zapominaj, że radość z małych rzeczy jest cenniejsza niż złoto!*



NIEZALEŻNIE OD TEGO, GDZIE WYJEDZIEMY, PO PIERWSZE: BEZPIECZEŃSTWO!

Niezależnie, gdzie planujemy odpoczynek, pamiętajmy: **pilnujemy naszego dziecka jak "oka w głowie"** ! Wystarczy chwila nieuwagi, aby naszego smyka zainteresowało coś, co naszym zdaniem wydaje się zupełnie nieatrakcyjne. Bądźmy uważni na osoby, które zachwycają się naszym maluchem, proponują wspólną wycieczkę, obdarowują słodyczami i prezentami. Oczywiście są to bardzo miłe i sympatyczne gesty i nie możemy odnosić się z rezerwą do wszystkich napotkanych osób, jednak wobec obcych kierujemy się zasadą ograniczonego zaufania.

A oto rady, jak przygotować dziecko do pobytu w nowym miejscu

1. Opaska - niezgubka - Gdy wybieramy się w jakieś zatłoczone miejsce, załóżmy maluchowi na rączkę opaskę z wypisanym adresem i telefonem do domu. Jeśli dysponujemy telefonem komórkowym, najlepiej podać jej numer lub włożyć karteczkę z numerem do kieszeni ubranka.

3. Spacer na orientację - Pokazujemy dziecku drogę za każdym razem, gdy idziemy np. na plażę, do miasta, pobliskiego sklepu spożywczego. Zwracamy uwagę na charakterystyczne szczegóły topografii terenu. "Spójrz, jaka powykręcana sosna! Rośnie tuż przed naszym pensjonatem", "Zaraz za tym kioskiem musimy skręcić obok tej zabawnej reklamy i już jesteśmy w ośrodku", "Popatrz, nasz kocyk jest tuż obok tego czerwonego parasola ". Tak przygotowany przedszkolak raczej się nie zgubi.

4. Kolor wygrywa - Dziecko w rzeczach o jaskrawych, kontrastowych barwach jest widoczne i rozpoznawalne. np. Czapkę w zielonym odbłaskowym kolorze będziemy w stanie wypatrzeć z daleka (szara czy beżowa szybko znikłaby z oczu).

5. Co to znaczy grzeczny? Wy tłumaczmy dziecku, jakiego zachowania oczekujemy, gdy spacerujemy, jesteśmy w supermarkecie, na plaży. Starajmy się wyjaśnić, o co nam chodzi: "Chcę, abyś trzymał mnie za rękę przy przechodzeniu przez jezdnię", "Nie oddalaj się ode mnie, gdy dojdziemy już na plażę". I zawsze mówmy o konsekwencjach niewłaściwego postępowania: "Musisz trzymać mnie za rękę, bo ludzie nas rozdzielą", "Jeśli nie będziesz trzymać się blisko, zgubisz się". Bo tylko w ten sposób: odwołując się do wyobraźni dziecka, mamy szansę na zrozumienie przez niego naszych obaw i stanowczych oczekiwań..

6. Mamine pochwały i nagrody - Za każdym razem, gdy maluch cierpliwie stoi obok nas lub bawi się w pobliżu, tak jak o to prosiliśmy, pochwalmy go: "Byłeś dzisiaj bardzo grzeczny, cały czas trzymałeś się blisko mnie", "Lubię robić z tobą zakupy, bo zawsze pilnujesz, gdzie jestem i nie oddalasz się"- chwając, motywujemy do właściwego postępowania i jednocześnie przypominamy i utrwalamy owe zasady.

7. Przyjdź tutaj! Wyjaśnijmy dziecku, dlaczego tak ważne jest, by zawsze reagowało, gdy je zawołamy. Wyciągnij do malucha rękę i powiedz: "Piotrusiu, przyjdź tutaj!". Jeśli nie reaguje, lekko pociągnij go ku sobie i powiedz mu: "Dziękuję, że przyszedłeś". Ćwiczenie to powtarzajmy najlepiej codziennie, stopniowo zwiększając dystans. Gdy dziecko przyjdzie do nas z drugiego końca mieszkania, jest szansa, że usłyszy nasze wołanie także z drugiego końca sklepu i zareaguje na nie tak, jak go uczyliśmy.

8. Mały pomocnik - Postarajmy się, aby dziecko poczuło się ważnym uczestnikiem każdej wyprawy. W sklepie można mu powierzyć np. pchanie wózka z zakupami, a w drodze na plażę niesienie ręcznika. Będzie tak przejęte tym odpowiedzialnym zadaniem, że do głowy mu nie przyjdzie, by zboczyć z drogi.

9. Cudza mama pomoże - Gdyby jednak nasz przygotowany wczasowicz mimo wszystko się zgubił, musi wiedzieć, co ma robić. Przede wszystkim nie powinien się oddalać od miejsca, w którym stracił rodziców z oczu (wtedy mama szybciej go znajdzie). Na deptaku czy plaży, niech zaczepi panią z dzieckiem. Z pewnością nie zostawi go bez opieki i pomoże. Przy wejściu na plażę, pokażmy dziecku punkt ratowników WOPR, pokażmy jakie noszą charakterystyczne koszulki - tam w razie zgubienia zawsze może zwrócić się o pomoc, ratownicy zaopiekują się nim i rozpoczną poszukiwania. Na ruchliwym deptaku, dziecko może zwrócić się do strażnika miejskiego lub policjanta. Pamiętajmy, by dziecko znało swoje imię i nazwisko.

10. Stanowczo i konsekwentnie - I nie odstępujemy od reguł, które wspólnie ustaliliśmy, nawet jeśli zbuntowanemu maluchowi się to wcale nie podoba. I nie miejmy wyrzutów sumienia, że jesteśmy zbyt surowi. Tutaj przecież nie chodzi o naszą wygodę, ale o bezpieczeństwo dziecka. To o wiele ważniejsze niż jego dąsy czy zły humor. Możemy odwrócić całą sytuację i pokazać, że stosowanie się do ustalonych reguł nie musi być nudne! Codziennie próbujemy odszukać coś zabawnego, jakiś nowy szczegół w drodze do pensjonatu, przyznawajmy punkty za przestrzeganie reguł w ciągu dnia i zrobmy konkurs, kto ma ich najwięcej, i chwalmy, chwalmy - pochwały mobilizują każdego człowieka: i tego małego i dużego przecież też. I pokażmy wyraźnie że my też - mimo że dorośli i doświadczeni- stosujemy się do owych zasad. Bo nauka przez przykład - może działać naprawdę wiele.

mgr Karolina Turek

Kącik logopedyczny

NEUROPLASTYCZNOŚĆ MÓZGU

Mózg jest najbardziej złożonym organem w ciele człowieka i odpowiada za wszystkie procesy fizyczne (np. poruszanie się, oddychanie, bicie serca) oraz psychiczne (np. myślenie, planowanie, sen). Mózg składa się z dwóch półkul, a proces jego rozwoju zaczyna się około 2 tygodnia życia płodowego. Około piątego miesiąca życia płodowego kończy się rozwój komórek nerwowych, przy jednoczesnym procesie zwiększania się liczby połączeń między nimi.

Przez cały XX wiek sądzono, że w ciągu życia człowieka nie powstają nowe komórki nerwowe, jednak w 1998 roku został udowodniony fakt, że u osób dorosłych nowe komórki,¹ są wytwarzane w hipokampie – obszarze odpowiedzialnym za pamięć.²

Proces budowania nowych lub likwidacji starych połączeń między komórkami nerwowymi trwa od sekundy do nawet kilku lat.³ Dzięki tym stałym przekształceniom człowiek może nabywać nowe doświadczenia. Taką zdolność do trwałej zmiany pod wpływem działania różnorodnych bodźców ze strony środowiska określa się mianem **neuroplastyczności**. Proces ten zachodzi w ciągu całego życia człowieka.⁴

Nauka jest możliwa dzięki takiemu środowisku, które zapewnia stały dostęp do nowych bodźców, co jest podstawą do wzbudzenia zainteresowania. Jeżeli do pierwszego roku życia dziecko nie będzie miało dostarczanej wystarczającej ilości bodźców, układ nerwowy zacznie nieprawidłowo się rozwijać, przez co nie będzie w stanie przetwarzać nowych informacji. W wyniku braku wielorakiego doświadczenia neurony nie dostosują się do rozpoznawania innego bodźca niż ten, który był im wcześniej pokazany.⁵ Aby mózg dziecka rozwijał się prawidłowo, należy dostarczyć mu zróżnicowanych bodźców wzrokowych, słuchowych, smakowych i czuciowych już w okresie prenatalnym. Jeżeli mózg nie będzie odpowiednio stymulowany, komórki nerwowe odpowiedzialne za wyspecjalizowane funkcje nie będą aktywne i zaczną obumierać.⁶ Warto podkreślić fakt, że kobiety w ciąży posiadają naturalną wiedzę o prawidłowym stymulowaniu nienarodzonego potomstwa.

M. Kossut wyróżnia różne rodzaje neuroplastyczności, z których najważniejsze z punktu widzenia rozwoju dziecka jest neuroplastyczność:⁷

1. rozwojowa, która zachodzi w młodym mózgu, zdolnym do szybkiego uczenia się oraz posiadającym bardzo rozległy mechanizm naprawczy.
2. związana z pamięcią i uczeniem się.

¹ M. Kossut, *Synapsy i plastyczność mózgu* [w:] *Nauka światowa i polska*, t. 1, 2009, s. 288.

² K. Rymarczyk, *Neurofizjologiczne uwarunkowania rozwoju dziecka...*, tamże, s. 91.

³ M. Spitzer, *Jak uczy się mózg*, tamże, s. 79 – 80.

⁴ M. Kossut, *Synapsy i plastyczność mózgu*, tamże, s. 288.

⁵ Tamże.

⁶ Tamże, s. 88.

⁷ M. Kossut, *Synapsy i plastyczność mózgu*, tamże, s. 290.

Poprzez funkcję mózgu, jaką jest możliwość stałego przeorganizowywania własnej struktury, człowiek dostosowuje się do stale zmieniających się okoliczności. Uczenie się pozytywnych zachowań prowadzi do trwałych zmian strukturalnych i funkcjonalnych, które będą miały wpływ na jakość życia dzieci.

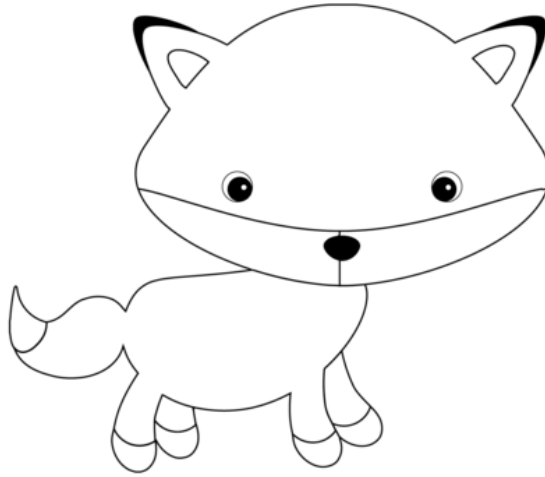
Podsumowując, neuroplastyczność to zdolność mózgu do uczenia się, zapamiętywania, zmiany pod wpływem dostarczanych bodźców. Oznacza to, że my – dorośli mamy wpływ na ilość i jakość połączeń nerwowych w mózgu dziecka. Żeby jak najlepiej wykorzystać potencjał neuroplastyczności, należy:

1. pamiętać o aktywności fizycznej – zamiast windy wybrać schody, wysiąść przystanek wcześniej,
2. czytać książki,
3. spróbować ugotować nową potrawę, posmakować nowego owocu, powąchać kwiaty lub przyprawy – nowe komórki nerwowe powstają w obszarze odpowiedzialnym za pamięć, w tym pamięć węchową,
4. zwiedzać nowe miejsca, np. pojechać do lasu za miasto, pójść na spacer do innego parku niż zazwyczaj, zaprowadzić dziecko na inny plac zabaw,
5. spróbować wrócić do domu inną drogą,
6. doświadczać nowych rzeczy – i pamiętać, że dla dziecka większość doświadczeń jest absolutną nowością!

Zbliżający się czas wakacji warto wykorzystać na zapewnienie nowych sytuacji i doświadczeń, które będą sprzyjać prawidłowemu rozwojowi dzieci.

mgr Agnieszka Werschner

Kącik języka angielskiego



Yeah, it's me, Sleepy Fox again ;)

How are you? Do you know this is our last meeting before the holidays? How will you spend your vacation? You will spend this time with your parents, your sister, your brother, maybe with your grandparents? Maybe you will go somewhere? I know it will be great time full of fun! 😊

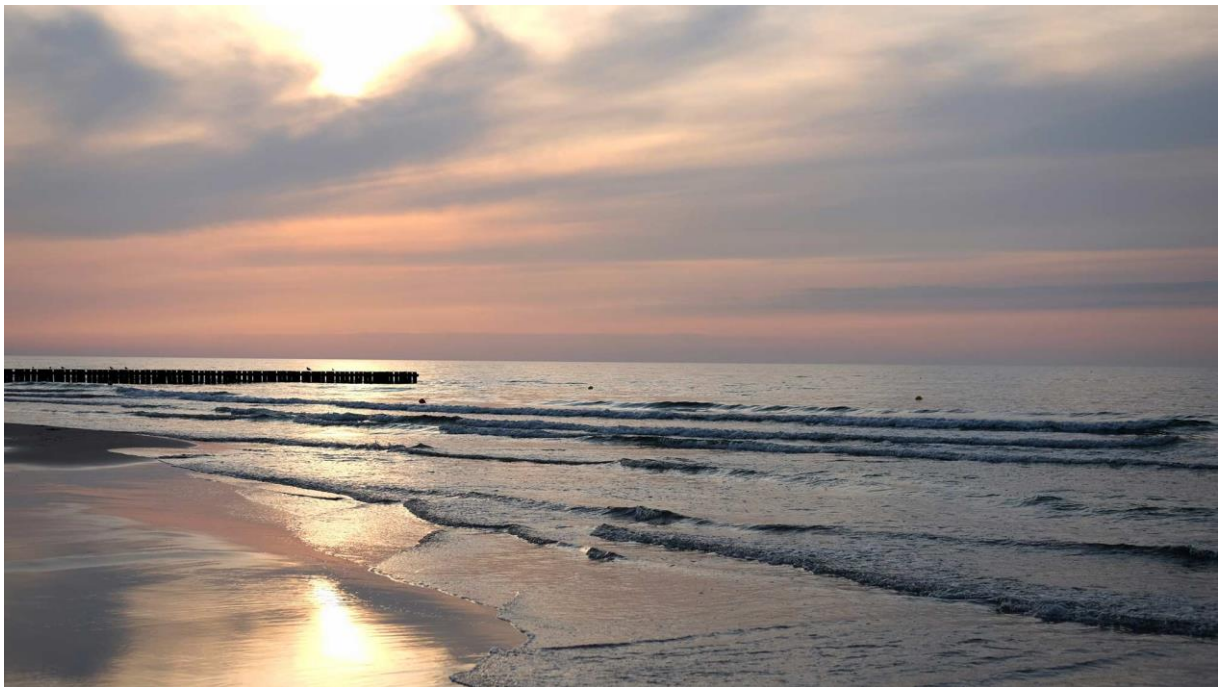
Jak się masz? Czy wiesz, że to nasze ostatnie spotkanie przed wakacjami? Jak je spędzisz? Czy będziesz z rodzicami, siostrą, bratem, a może z dziadkami? A może gdzieś pojedziesz? Jestem przekonana, że to będzie wspaniały czas pełen zabawy! 😊

So now let's learn few words about vacation!

Nauczmy się kilku słów o wakacjach!



BEACH
Plaża



SEA
Morze



Beach UMBRELLA
Parasol (plażowy)



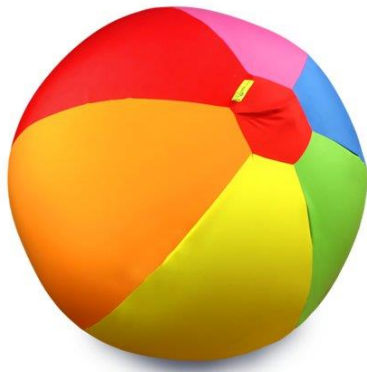
SWIMSUIT
Strój kąpielowy



MOUNTAINS
Góry



BACKPACK
Plecak



BALL
Piłka



TEDDY BEAR
Miś



DOLL
Lalka

What do you prefer? Sea or mountains? Co wolisz? Morze czy góry?

And what will you take? Ball, teddy bear or doll? Co zabierzesz? Piłkę, misia czy lalkę?

Let's sing a song and say something more about holiday! 😊

Zaśpiewajmy piosenkę i powiedzmy coś więcej o wakacjach! :)

<https://www.youtube.com/watch?v=Xg5i9rxuJM>

"SUMMERTIME" – LATO

I love summertime! (4 x) (Uwielbiam lato!)

I really like the beach, (Bardzo lubię plażę)

I really like the ocean, (Bardzo lubię ocean)

And all the creatures in the sea, (I wszystkie stworzenia w morzu)

I want to see in motion (Chcę zobaczyć to w ruchu)

Beach, (Plaża)

Ocean, (Ocean)

Palm trees, (Palmy)

In the sun (W słońcu)

I really like the woods, (Bardzo lubię las)

I really like the river, (Bardzo lubię rzekę)

The sun is hot in the sky, (Na niebie słońce jest gorące)

But the water makes me shiver (Ale woda mnie orzeźwia)

Forest, (Las)

River, (Rzeka)

Mountains, (Góry)

In the sun

I really like the city, (Naprawdę lubię miasto)

I really like the streets, (Naprawdę lubię ulice)

Everyone's out day and night, (Wszyscy wychodzą w dzień i w nocy)

Eating lots of treats (Jedzą dużo przysmaków)

Streets, (Ulice)

Parties, (Zabawy)

Ice Cream, (Lody)

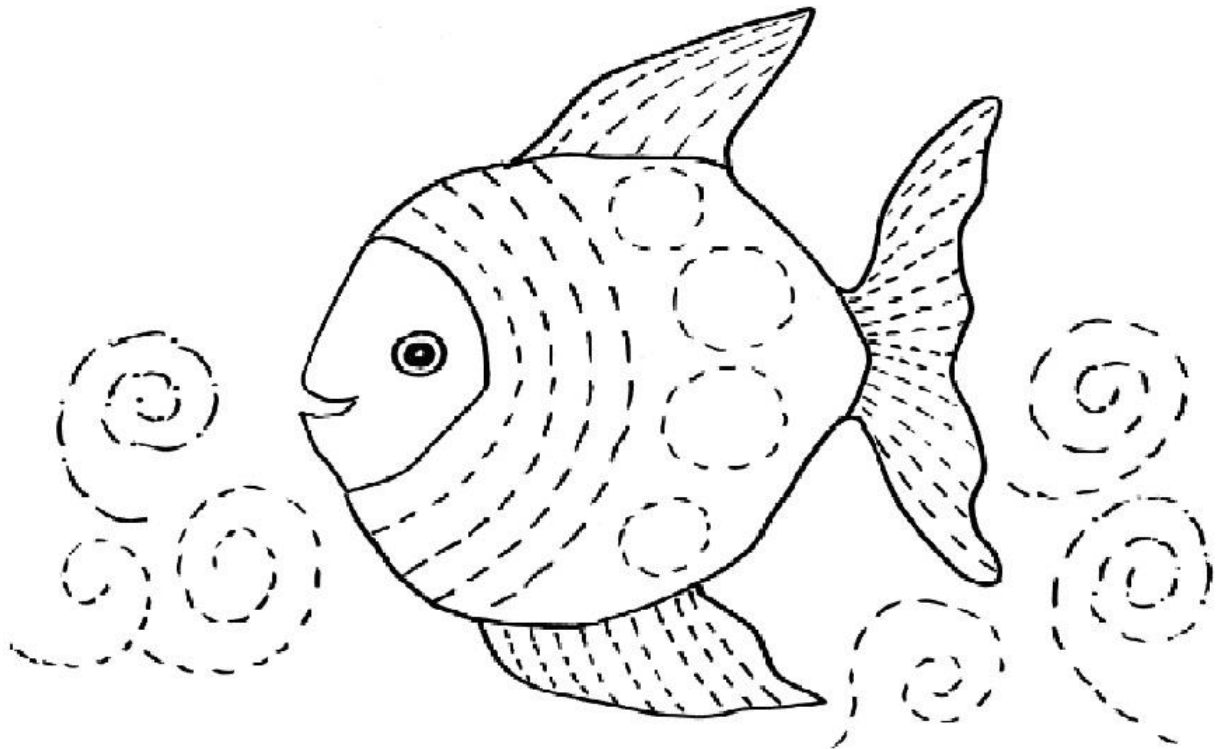
In the sun!

Thank you very much!

Bardzo Ci dziękuję!

Now you can color the picture and... Have a nice holiday!

Teraz możesz pokolorować obrazek i... Wesołych wakacji!



Strona dla maluszka

Kubuś Puchatek cieszy się, bo wreszcie rozpoczęło się lato! Jest piękna pogoda, świeci słończko i można bawić się na dworze cały dzień! Dorysuj wokół Puchatka fruujące motylki, pogodne niebieskie niebo i słończko z promykami. Narysuj kolorowe kwiatki i zieloną trawkę. Może dorysujesz jeszcze piłkę, którą bawi się Puchatek? Pokoloruj ubranko Kubusia.



Strona dla starszaka

Potrafisz policzyć, ile jest małych rybek? Pokoloruj je na złoty kolor lub ozdób różnymi brokatowymi kolorami.

Na dole strony pod obrazkiem narysuj, jak wyobrażasz sobie podwodny świat.

Pokoloruj obrazek wg wzoru: ● - czarne ★ - niebieskie (możesz używać na zamianę jasnego i ciemnego niebieskiego)

