



<https://pixabay.com/pl/illustrations/balony-wiosna-natura-akwabela-1615032/>

ECHO NASZEGO PRZEDSZKOLA

**Samorządowe Przedszkole nr 38
„Akademia Zielonego Misia”
w Krakowie
Nr 2/2024/2025**

Zespół redakcyjny:

mgr Karolina Guzik

mgr Małgorzata Oklecińska

W NUMERZE:

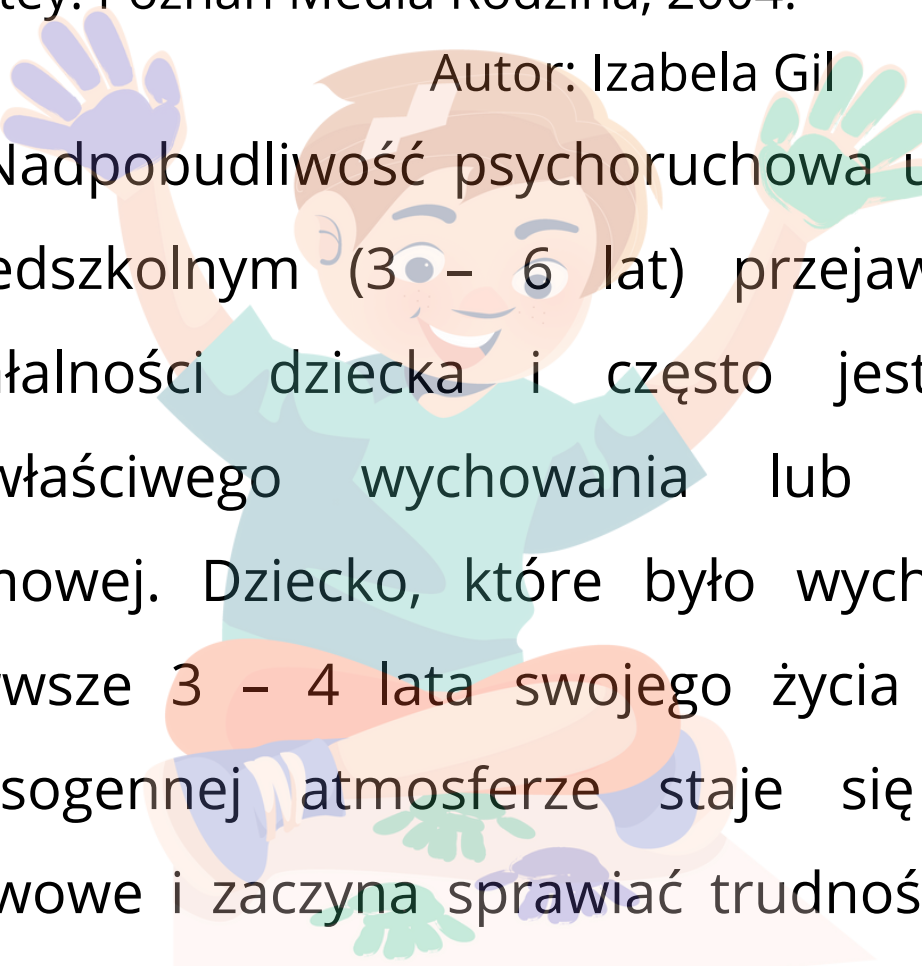


Poczytaj mamó, poczytaj tato	2
Kącik Logopedyczny	5
Kącik Tęgiej Głównki	9
Nauczyciele polecają	14
Bajka o hałasie	16

Dziecko z nadpobudliwością psychoruchową

Na podstawie: „W świecie ADHD” - Edward M. Hallowell, John J. Ratey. Poznań Media Rodzina, 2004.

Autor: Izabela Gil



Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci w wieku przedszkolnym (3 – 6 lat) przejawia się w całej działalności dziecka i często jest konsekwencją niewłaściwego wychowania lub złej atmosfery domowej. Dziecko, które było wychowywane przez pierwsze 3 – 4 lata swojego życia w niewłaściwej, stresogennej atmosferze staje się nadpobudliwe, nerwowe i zaczyna sprawiać trudności wychowawcze w przedszkolu. Z chwilą, gdy zaczyna uczęszczać do przedszkola i ma obowiązek podporządkowywania się określonym regułom, czy obowiązkom, często nie może im podołać, ponieważ nie potrafi sobie poradzić. Przedszkolak nie może sprostać wymaganiom rodziców czy nauczycieli, ponieważ nie umie panować nad własną ekspresją. Sprawę pogarszają narzekania,

strofowania otoczenia oraz nazywanie go dzieckiem „trudnym”, „upartym” czy „złośliwym”.

Takie negatywne oceny połączone z chłodem, brakiem empatii, niezrozumieniem i niechętną postawą środowiska społecznego powodują napięcia emocjonalne, wybuchy złości i płaczu.

Dziecko nadpobudliwe w wieku przedszkolnym najchętniej wybiera zabawy ruchowe. Szczególnie atrakcyjne są dla niego zabawy ruchowe, w które angażuje się emocjonalnie tak mocno, że zabawy te wtórnie pobudzają dziecko jeszcze bardziej.

W zabawach grupowych z tych samych powodów dochodzi często do konfliktów, a ingerencja dorosłych spotyka się z gwałtownymi reakcjami oporu. W zabawach konstrukcyjnych lub w czasie wykonywania codziennych czynności, jak ubieranie, jedzenie, mycie się, dziecko jest niecierpliwe, niedokładne i przy pozornym pośpiechu rozwleka lub nie kończy rozpoczętej działalności.

10 próśb nadpobudliwego dziecka



1. Pomóż mi skupić się na jednej czynności – ucz mnie przez zmysł dotyku, potrzebuję, abyś prowadził mnie za rękę.
2. Potrzebuję wiedzieć, co zdarzy się za chwilę – daj mi znać, kiedy nastąpią zmiany.
3. Poczekaj na mnie, ja ciągle jeszcze się zastanawiam – proszę pozwól mi działać we własnym tempie.
4. Jestem w kropce, nie potrafię tego zrobić – zaproponuj mi możliwości wyjścia z trudnej sytuacji.
5. Czy to jest dobrze? Ja potrzebuję od razu wiedzieć - zaraz po tym jak coś zrobię dobrze – pochwal mnie szczegółowo.
6. Nie zapomniałem, ja tylko za pierwszym razem nie usłyszałem Cię – dawaj mi tylko jedno polecenie naraz, poproś, abym powtórzył Ci, co usłyszałem przed chwilą.

7. Nie pomyślałam, mnie już nie było – przypomnij mi, bym najpierw pomyślał, a potem działał.
8. Ja zawsze pracuję, tylko w danej chwili – dawaj mi tylko krótkie etapy pracy do wykonania.
9. Wiem – znowu wszystko zrobiłem źle? – nagradzaj mnie, choć za część dobrze wykonywanego zadania, za poprawę.
10. Dlaczego często na mnie krzyczysz? – proszę docień mnie.

Kącik logopedyczny - ćwiczenia buzi i języka

Autor: Marta Brzegowy



Spacer świnki

Na wiejskim podwórku mieszkała mała świnka – Chrumcia (*naśladujemy odgłos świnki*). Była ona bardzo ciekawa wszystkiego, co się wokół niej dzieje (*otwieramy szeroko buzię językiem oblizujemy wargę górną i dolną, robiąc koło*), dlatego też postanowiła sprawdzić, co robią inne zwierzątka i wybrała się na spacer.

Na łące spotkała krowę, która jadła smaczną trawę (*naśladujemy ryk krowy i ruszamy ustami, tak jakbyśmy coś przeżuwali*). Niedaleko krowy, na polanie, hasał koń Siwek razem ze swoim małym źrebaczkiem (klaskamy, jak konie). Świnka przywitała się ze zwierzątkami i poszła dalej, kiedy doszła do lasu, usłyszała wołanie sowy (*naśladujemy sowę (u-hu-u-hu)*). Zdziwiła się, bo przecież sowy w dzień śpią, jednak ta jej powiedziała, że obudził ją dźwięk wozu strażackiego, który jechał w stronę podwórka świnki (*na przemian rozciągamy wargi mówiąc i-o-i-o, można głośno, potem ciszej*). Chrumcia bardzo się wystraszyła i pobiegła do swojego domu (*dyszemy jak w trakcie męczącego biegu, wysuwamy język, otwieramy usta*). Kiedy świnka dobiegła na miejsce okazało się, że strażacy gasili pożar kurnika, biedne kurki rozbiegły się po całym podwórku, głośno gdacząc (*naśladujemy kurki ko-ko*), a gospodarz pędził za nimi, usiłując je wszystkie policzyć (*otwieramy*

buzię i liczymy języczkiem wszystkie zęby u góry i na dole). Na szczęście wszystko dobrze się skończyło, wszystkie kury się znalazły. Gospodarz podziękował strażakom za pomoc, a jego córka przesłała na pożegnanie buziaki (cmokamy, ściągając mocno wargi). Chrumcia była taka zmęczona, że położyła się w swojej ulubionej kałuży i zasnęła, głośno chrapiąc (otwieramy usta i chrapiemy).

Gimnastyka paluszków cz. 2

na podstawie książki „Gimnastyka paluszków” G.Dolya,
J. Holder

Autor: Karolina Guzik

Paluszkowe pozdrowienia

Dziecko kładzie łokcie na stole. Dotyka kciuka czubkiem palca wskazującego, środkowego, serdecznego i małego.



Cześć Wojtku Wskazujący!

Cześć Witku Wielki!

Cześć Stasiu Serdeczny!

Cześć Marku Mały!



Potem powtórz czynność pozdrawiania palców odwracając kolejność tzn. rozpoczynając od Marka Małego.

Pięć małych groszków

Dziecko podnosi jedną rękę do góry, łokieć spoczywa na stole. Dłoń zaciśnięta jest w pięść. Za każdym razem, kiedy rośnie groszek kolejno odchyła/podnosi po jednym palcu w górę. Kiedy wszystkie groszki już urosną (wszystkie palce będą wyprostowane) dziecko podnosi wysoko całą rękę, by pokazać jak rośnie strąk. Po usłyszeniu słowa „trzasnął” - dziecko klaszcze w dłonie.

**Pięć małych strąków ściśniętych było w strąku,
Jeden urósł, drugi urósł, trzeci, czwarty, piąty.**

Rosły i rosły wreszcie, któryś wrzasnął:

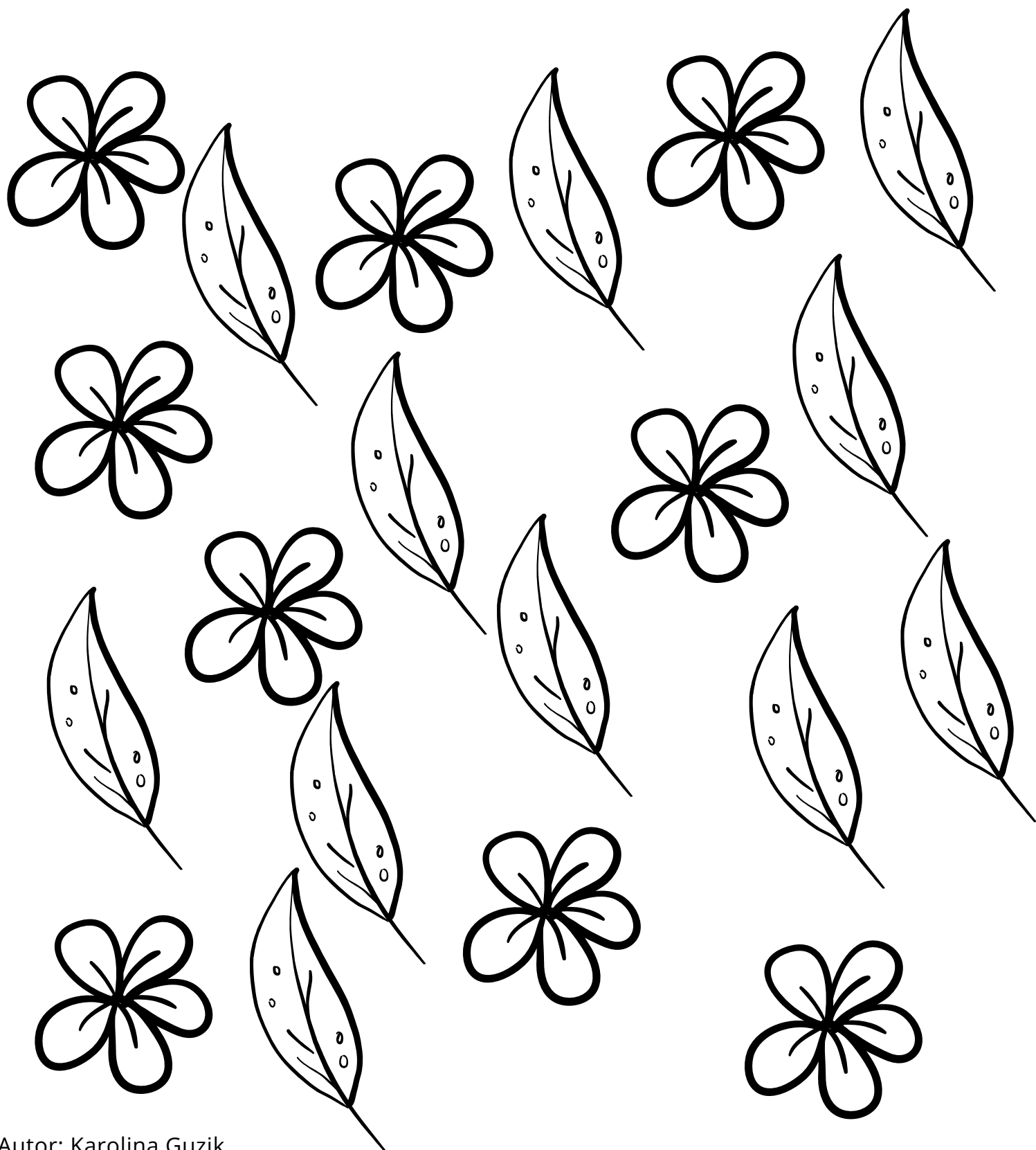
“Panowie jak tu ciasno!”

No i strączek „trzasnął”.



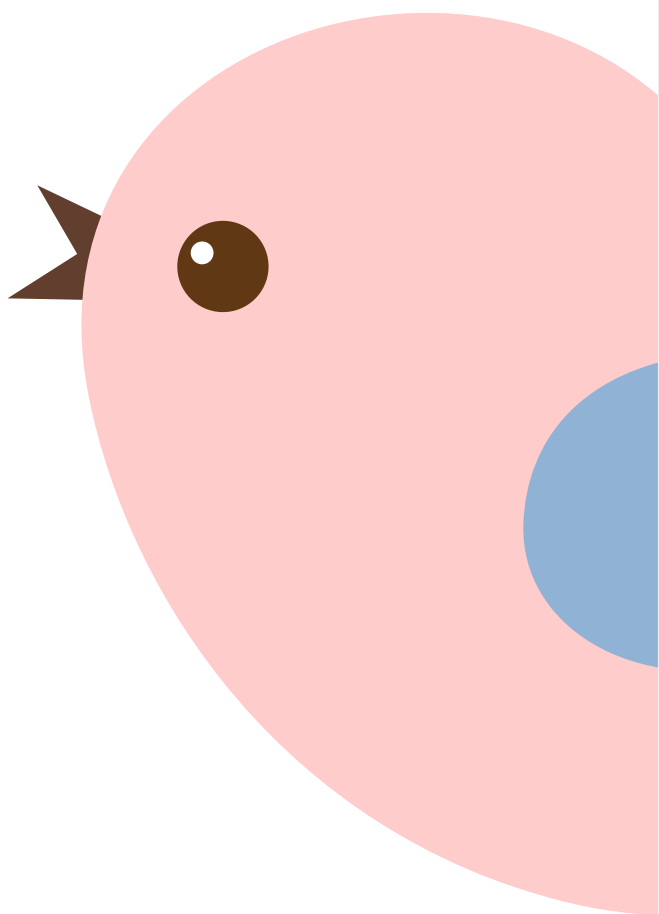
KĄCIK TĘGIEJ GŁOWY

Policz wszystkie kwiaty, a potem pokoloruj tyle liści, ile jest kwiatów. Powiedz: Ile liści zostało?



Autor: Karolina Guzik

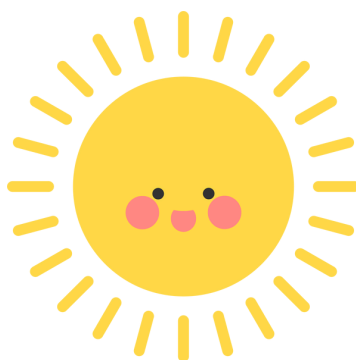
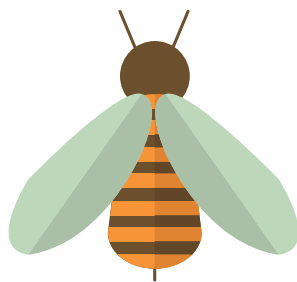
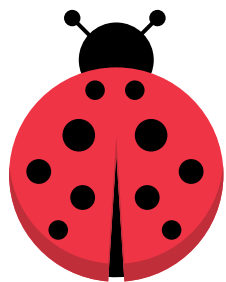
Powiedz, co jest na obrazków, a następnie dorysuj jego drugą połowę.



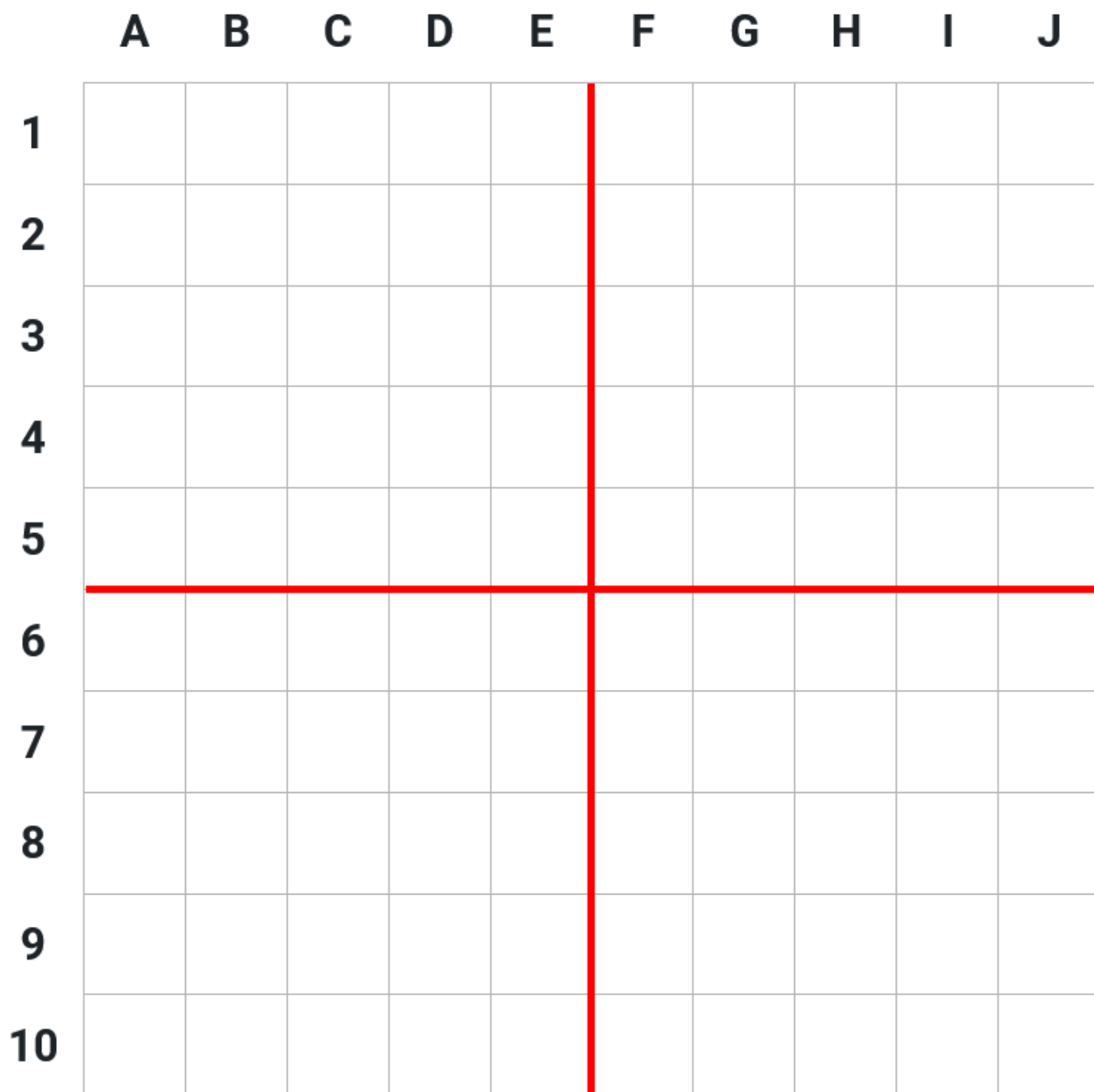
Znajdź różnice, pomiędzy dwoma obrazkami. Zaznacz je na dolnym obrazku.



Podziel słowa na sylaby, a w zielonych polach zaznacz ich liczbę cyfrą lub odpowiednią ilością kresek (dla dzieci w wieku 5 - 6 lat). Młodsze dzieci mogą wskazywać ilustracje przedstawiające rzeczy, których nazwy zostały podzielone na sylaby.



Odkryj, co znajduje się na obrazku. Pokoloruj kratki na odpowiedni kolor.



Źródło: matauczmydzieciprogramowac.pl

Autor: Karolina Guzik

:

Współrzędne na macie



D3 D4 D5 E4 E5 F3 F4 F5 G4 G5 H3
H4 H5



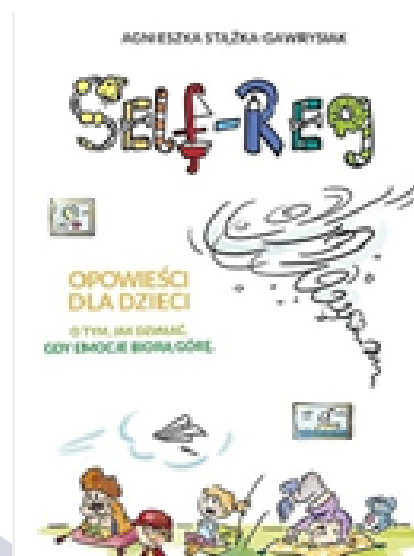
C7 D8 E9 F6 F7 F8 F9 F10 G9 H8 I7

Recenzja książki:

„Self-Reg. Opowieści dla dzieci”

Agnieszka Stążka - Gawrysiak

Autor: Małgorzata Oklecińska



Źródło: https://bonito.pl/produkt/self-regulation-opowiesci-dla-dzieci-o-tym-jak-dzialac-gdy-emocje-biora-gore?gad_source=1

„Self-Reg. Opowieści dla dzieci o tym, jak działać, gdy emocje biorą górę” to historie, które mogą się przytrafić każdemu przedszkolakowi: spory na placu zabaw, marudzenie przy kolacji, zmęczenie po występie, nagłe wybuchy złości, konflikty między rodzeństwem. Metoda Self-Reg to samoregulacja, która pozwala poradzić sobie ze stresem, docierając do jego źródeł, a nie jedynie tłumić zachowanie, które z niego wynika.

Razem z przedszkolakami Kubą i Leną czytelnicy poznają łagodne sposoby na obniżenie napięcia, czy odzyskanie energii. Rozdziały dla rodziców tak zwane “ramki” pozwalają zrozumieć, czym jest samoregulacja oraz w jaki sposób podejście Self - Reg pomaga

dzieciom i rodzicom odzyskać spokój w obliczu trudności i zadbać o relacje z innymi ludźmi.

Książka ta jest napisana w języku przystępnym dla dzieci, zawiera piękne ilustracje, a poszczególne opowieści są krótkie i wciągające. Dzięki temu, że książka opowiada o emocjach w kontekście przyjaznych historii, dzieci mogą poczuć się bardziej pewnie w wyrażaniu swoich uczuć. Opowieści zawierają konkretne wskazówki, jak poprawić swoje zachowanie i jak dbać o swoje emocje. Słabą stroną tej książki jest brak indywidualnego podejścia, każde dziecko jest inne, a niektóre mogą potrzebować bardziej spersonalizowanego podejścia w nauce samoregulacji. Podsumowując polecam tę książkę wszystkim rodzicom, którzy chcą pomóc dziecku w radzeniu sobie z emocjami. Opowieści te dostarczają praktycznych narzędzi do rozwiązywania problemów emocjonalnych, takich jak frustracja, złość czy smutek.

– stosowanie się do norm i zasad

Autor: Aleksandra Szwagrzyk



Za górami, za lasami w małym miasteczku nieopodal lasu było sobie niewielkie wesołe przedszkole. Dzieci chodzące do tego przedszkola, bardzo głośno się zachowywały, często krzyczały podczas zabawy, spaceru czy też wspólnych posiłków - czasem ich hałas był tak duży, że przeszkadzał innym mieszkańcom miasteczka a szczególnie zwierzątkom zamieszkującym pobliski las. Jak co roku w ostatnim dniu przedszkola Pani Balbinka – wychowawczyni grupy „hałasińskich” chciała zabrać dzieci na wycieczkę do pobliskiego lasu, jednak zwierzęta widząc i słysząc jak zachowują się dzieci postawiły warunek – „Dzieci muszą zachowywać się cicho, las to nasz dom! Nie chcemy, żeby ktoś zakłócał nasz spokój! Inaczej nie wpuścimy Was do lasu!” Pani Balbinka była bardzo zmartwiona cały

czas myślała, jak przekonać przedszkolaki, aby te zaczęły bawić się ciszej. Postanowiła opowiedzieć dzieciom bajkę o hałasie, aby nauczyć je, jak ważne jest zachowywanie spokoju i ciszy. Posłuchajcie...

Dawno, dawno temu w odległej krainie, gdzie panował spokój i harmonia mieszkaly małe sympatyczne stworki Ciszaki. Pewnego dnia do ich wioski przybył niezwykle gość - Pan Hałas. Okazało się, że owy gość bardzo lubi śpiewać, ale też strasznie hałasować. Codziennie rano, kiedy Ciszaki starały się czegoś nauczyć w swoim przedszkolu, Pan Hałas wychodził na środek krainy i krzyczał donośnie. W południe, gdy Ciszaki jadły obiad - dzwonił ogromnym dzwonem tak, że zupa wylewała się im z talerza. Wieczorem Pan Hałas wybierał się na długi spacer i trąbił swoją trąbką po całej okolicy, aż do późnej nocy tak głośno, że Ciszaki nie mogły zasnąć. Wesole dotychczas stworki były coraz bardziej zmęczone, rozzłoszczone, nie wiedziały jak poradzić sobie z głośnym gościem, próbowały z nim rozmawiać jednak hałas, który był wokół zagłuszał wszystko. Zamykały szczelnie drzwi i okna w swoich domkach, mimo to ten okropny dźwięk dostawał się do środka. Pan Hałas był zdumiony, dlaczego Ciszaki tak dziwnie się zachowują, po jego policzku spłynęło nawet kilka łez, było mu smutno, a od

hałas rozboleła go głowa. Wtedy jeden starszy Ciszak wpadł na pomysł. Zaproponował pozostałym Ciszakom, żeby wszyscy razem zaczęli śpiewać spokojne piosenki, wręczył im też magiczne chustki, które sprawiły, że dźwięk piosenki roznosił się po całej krainie – wiedział, że Pan Hałas lubi muzykę i śpiew. I tak się stało - Ciszaki zaczęły śpiewać. Piękne, delikatne i cichutkie dźwięki rozbrzmiewały po całej wiosce. Pan Hałas nie mógł oprzeć się urokowi melodii - zaczął tańczyć i śpiewać razem z innymi. Słowa spokojnej piosenki tak mu się spodobaly, że ciągle je powtarzał:

„Cisza, cisza niech się stanie.

Słyszeć tylko tu śpiewanie.

Szumiać drzewa, cisza śpiewa!”

Od tego czasu Pan Hałas przestał hałasować, a Ciszaki zapraszały go coraz częściej do swoich domów do wspólnej spokojnej zabawy. Pan Hałas zrozumiał też, że dotychczasowe „dziwne” zachowanie Ciszaków nie było niczym dziwnym, natomiast cisza i spokój, które zapanowały w krainie sprawiły, że samego Pana Hałasa przestała boleć głowa.

Dzieci z przedszkola wysłuchały tej historii z zainteresowaniem i obiecały, że będą starać się bardziej zwracać uwagę na zachowanie i nie przeszkadzać innym swoim hałasem. Od tego dnia w ich grupie zapanował spokój i harmonia - nawet leśne zwierzątka to zauważyły i z ogromną radością zaprosiły przedszkolaki na coroczną wycieczkę do lasu. I tak przedszkole stało się miejscem, gdzie wszyscy mogli spokojnie się bawić i uczyć, bez niepotrzebnego hałasu i zamieszania, a Pani Balbinka była bardzo dumna ze swoich przedszkolaków.

Rozwiązanie zadania ze strony 13

