



PISEMKO DLA DZIECI I RODZICÓW	MAJ/CZERWIEC NR 5/66/2020	PRZEDSZKOLE LEŚNY ZAKĄTEK W CEKCYNIE
----------------------------------	------------------------------	---

W tym numerze: * kącik urodzinowy *aktualności i ogłoszenia przedszkolne* podziękowania *kącik dla rodziców

Drodzy Rodzice !

Ani się obejrzelśmy, a mija nam kolejny rok szkolny. Mamy czerwiec! Nadchodzi lato i wakacje zbliżają się wielkimi krokami! Na pewno macie już jakieś wakacyjne plany i marzenia - życzymy w pełni ich realizacji. Choć z marzeniami niektórzy będą musieli trochę poczekać, bo dla dzieci pracujących i bardzo zajętych Rodziców mamy otwarte przedszkole przez cały lipiec i pierwszą dekadę sierpnia. Pozdrawiamy letnio, ciepło i życzymy dużej odporności na wiruski, stres, zmęczenie i problemy życia codziennego ☺

„ Z piratami w świat”

Już czas, więc ruszaj z nami
kolegami, piratami
Jeśli chcesz, opłyniesz cały świat.
A gdy ktoś zapyta nagle
czemu ciągnie cię na żagle,
to bez namysłu powiedz tak:
Bo piraci mają braci,
bo żeglarze dzielni to mocarze
a piratki mają statki.
Ruszaj z piratami w świat !

Na statku jest bezpiecznie,
bajecznie, słonecznie.
Samym kapitanem tato jest,
z delfinami będziesz płynął
wodą jasną, wodą siną
aż po horyzontu kres.



KĄCIK URODZINOWY

Swoje święto w maju oraz w czerwcu obchodzili:

- „Świerki”: *Maja Szaraficka, Borys Wojnerowicz*
- „Cisy”: *Sławomir Smoliński, Agata Drewek, Martyna MarczaK*
- „Dęby”: *Seweryn Karwecki, Alex Gaca, Patryk Żak*
- „Sosny”: *Bartosz Hippler, Gabriel Szuliński, Zofia Świetlik*
- „Brzozy”: *Szymon Fryca, Małgorzata Gostomczyk, Nadia Górecka, Maria Lubińska*
- „Jodły”: *Irmina Prączyńska, Antoni Rąfiński, Hanna Rydzkowska, Stanisław Sierosławski*
- „Jarzębiny”: *Kinga Cybulska, Marcelina Gornowicz*



Niech Wam słońko ciepło gra,
niech Wasz uśmiech długo trwa.
Lodów, ciastek i słodczy,
tego każdy dziś Wam życzy.



AKTUALNOŚCI

Co się działo w przedszkolu w maju i czerwcu !

- ❖ .W maju odbył się gminny konkurs plastyczny pt.„Moja ulubiona postać bajkowa”
- ❖ 12.05 Spotkanie ze strażakiem
- ❖ Nagrywanie występów z okazji Dnia Matki
- ❖ 27. 05 Dzień Nowalijek w przedszkolu
- ❖ 01.06 Dzień Dziecka w kolorach
- ❖ 10.06 „Z gryzakami po borowiackich fyrtlach” Regionalne spotkanie grup „0”z Panią Marią Ollick i Wojciechem Kocińskim, zapoznanie z historią, kulturą i przyrodą Borów Tucholskich
- ❖ 11.06 Pokaz muzyki etnicznej
- ❖ 16.06 Zabawy na dmuchawcach
- ❖ 21.06 Spotkanie z panem policjantem
- ❖ 24.06 Dzień truskawki
- ❖ Od 23-25.06.- Wycieczka do Tucholi, zabawy w „ Kolorowym Zakątku”



Podziękowania



- ❖ *Pani Sylwii Glazik za uszycie spódniczek na Dzień Dziecka*
- ❖ *Pani Annie Pollok za zakup baniek dla dzieci z całego przedszkola*
- ❖ *Pani Róży Prączyńskiej za zakup baniek dla grupy Jodły*
- ❖ *Dla Rodziców za zaangażowanie się w przygotowanie poczęstunków z okazji Dnia Dziecka*



Kącik rodzica...

DZIECKO NIE RADZI SOBIE Z EMOCJAMI

„Pani syn/córka nie radzi sobie z emocjami...” to słowa, które zdarza się słyszeć rodzicom od nauczycieli. Postaram się wyjaśnić co to znaczy, wskażę na co warto zwrócić uwagę, analizując przyczyny niepokojących zachowań u dziecka.

Co oznacza nie radzić sobie z emocjami?

Nie radzenie sobie z emocjami można rozumieć jako nieadekwatne do wieku i sytuacji reagowanie na sytuacje budzące emocje. Może być to z jednej strony wybuch złości, płaczu jak również tłumienie emocji w sobie. Nie radzenie sobie z emocjami może się przejawiać się m.in. poprzez:

- agresywne zachowanie wobec innych osób;
- nagłe wybuchy złości – niszczenie przedmiotów, agresja wobec innych;
- autoagresywne zachowania np. uderzanie głową o ścianę, obgryzanie paznokci, samookaleczenia;
- problemy ze snem – nie może zasnąć lub śpi cały czas, budzi się nocy, krzyczy w nocy, moczy się;
- problemy somatyczne, które nie mają medycznego powodu np. bóle brzucha, omdlenia, wymioty, napady gorączki;
- wycofanie z kontaktów społecznych – nie chce chodzić do szkoły, nie mówi do ludzi;
- nadmierne reagowanie płaczem na niepowodzenia, krytykę;
- nadmierna lękliwość ([wyłączając lęki rozwojowe](#));
- nadmierne pobudzenie i kłopot z wyciszeniem się.

Gdy mózg ludzki jest zmęczony przełącza się na tzw. „tryb gadzi”, który ma go jak najszybciej wyprowadzić z trudnej sytuacji i pozwolić zregenerować siły. Gdy reagujemy „z gada” to atakujemy, uciekamy lub zamrażamy się. Dzieci mają bardziej męczliwe mózgi niż dorośli, dlatego zdarza się im wchodzić w ten tryb częściej. Wtedy zwykle możemy nazwać te zachowania przejawem nie radzenia sobie z emocjami. Gdy dzieci wybierają atak najczęściej są agresywne, potrafią uderzyć, powiedzieć coś nie miłego, zniszczyć coś. Przez ucieczkę rozumiem m.in. wycofanie się z kontaktu, płaczliwość. Natomiast zamrożenie oznacza nie reagowanie emocjami, tłumienie ich, ale odreagowywanie ich poprzez ciało – dolegliwości somatyczne, kłopoty ze snem.

Porozmawiaj z nauczycielem

Poproś, aby nauczycielka opowiedziała Ci o zachowaniach Twojego dziecka, które ją niepokoją. Najlepiej spotkajcie się na indywidualnej konsultacji, aby był czas na uzyskanie szczegółowych informacji. Zapytaj czy nauczycielka widzi jakąś prawidłowość w zachowaniu dziecka na przykład płaczliwość przed obiadem albo napady złości w poniedziałki lub gdy dziecko przegrywa w grze. Wspólnie przeanalizujcie sytuacje poprzedzające wybuch złości, hysterii. Zapytaj jak wygląda zachowanie dziecka na tle jego rówieśników z grupy. To często cenny punkt odniesienia. Dowiedz się jakie relacje dziecko ma z innymi osobami w klasie oraz nauczycielami. Jeżeli jest taka możliwość poproś o obserwację dziecka przez psychologa czy pedagoga zatrudnionego w placówce.

Porozmawiaj z bliskimi

Wspólnie z innymi członkami rodziny zastanówcie się jak Wy widzicie zachowanie dziecka. Czy zdarzają się Wam sytuacje, w których widzicie że dziecko nie radzi sobie z emocjami. Spiszcie jakie to sytuacje i

przeanalizujcie czy istnieje jakaś prawidłowość ich występowania. Są dzieci, które bardzo się złością gdy są głodne, inne stają się drażliwe gdy za długo siedzą w hałasie.

Obserwuj zachowanie dziecka

Zwróć uwagę jak radzi sobie z nawiązywaniem kontaktu z rówieśnikami na przykład na placu zabaw, podczas gry wygraj z nim i zobacz jak się zachowa. Spróbuj sobie przypomnieć jak radziło sobie z emocjami jak było mniejsze. Czy był to spokojny niemowlak, czy każdą niedogodność sygnalizował głośnym wrzaskiem? Czy szybko się frustrował na przykład podczas nauki chodzenia? Jak się zachowywał gdy ktoś mu zabrał zabawkę albo zabronił gdzieś iść?

Przemyśl jak Ty sobie radzisz z emocjami

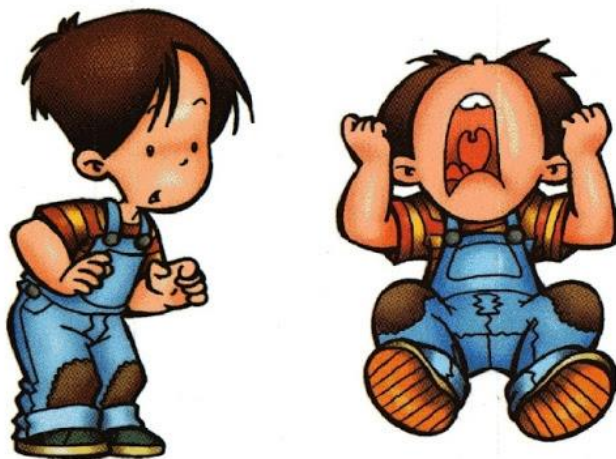
Najczęściej rodzice są pierwszymi modelami, którzy uczą dzieci jak reagować w trudnych sytuacjach. Zwróć również uwagę jak Ty zachowujesz się gdy jesteś zmęczony a sytuacja jest trudna – czy łatwiej Ci zaatakować czy wycofujesz się z kontaktu albo może udajesz „że wszystko jest ok”.

Czy coś się dzieje w rodzinie?

Zastanów się też czy ostatnio w życiu Waszej rodziny nie stało się coś co mogło zaburzyć jej funkcjonowanie. Pamiętaj dziecko jest jak radar – wyczuje napięcie jakie pojawia się w domu, nie ma szans, że go nie zauważy. Konflikt małżeński jawny bądź ukryty, rozwód, choroba, uzależnienie, problemy finansowe, kłótnie rodzinne powodują u dziecka niepokój, który potem musi w jakiś sposób odreagować np. w kontakcie z rówieśnikami.

Szukaj rozwiązań

Gdy wnikliwie przeanalizujesz sytuacje, w których dziecko nie radzi sobie z emocjami być może odkryjesz pewne prawidłowości. Uwierzcie mi, dzieciaki chcą sobie radzić dobrze, ale nie zawsze mają na to siłę, pomysł i stosowne umiejętności. Następnym krokiem będzie zastanowienie się jak można zredukować / zmienić okoliczności, aby dziecko umiało sobie poradzić z trudną sytuacją. Pomyśl jak zregenerować dziecko aby miało siłę sobie poradzić oraz jak dać mu umiejętności, które pozwolą mu pokonać przeciwności. Być może warto wtedy wybrać się do psychologa dziecięcego, który pomoże Ci doprecyzować trudność dziecka i wskaże jakie działania diagnostyczne, terapeutyczne będą pomocne w jego przypadku.



BAJKOWY ZAKĄTEK



Polskie legendy: Dlaczego Bałtyk jest stony?

Dawno, dawno temu, nad brzegiem Bałtyku mieszkał sobie pewien człowiek. Wiódł spokojne i dostatnie życie. Chętnie pomagał innym. Niewiele osób wiedziało, że mężczyzna jest w posiadaniu wielkiego skarbu - Młynka. Był to magiczny przedmiot, który dawał sól. A w dawnych czasach sól była niezwykle droga i mało kogo stać było na luksus posiadania jej w większej ilości. Właściwie nikt nie wiedział, jak mężczyzna znalazł się w posiadaniu młynka. Krążyło na ten temat wiele różnych opowieści, ale on sam nigdy o tym nie mówił.

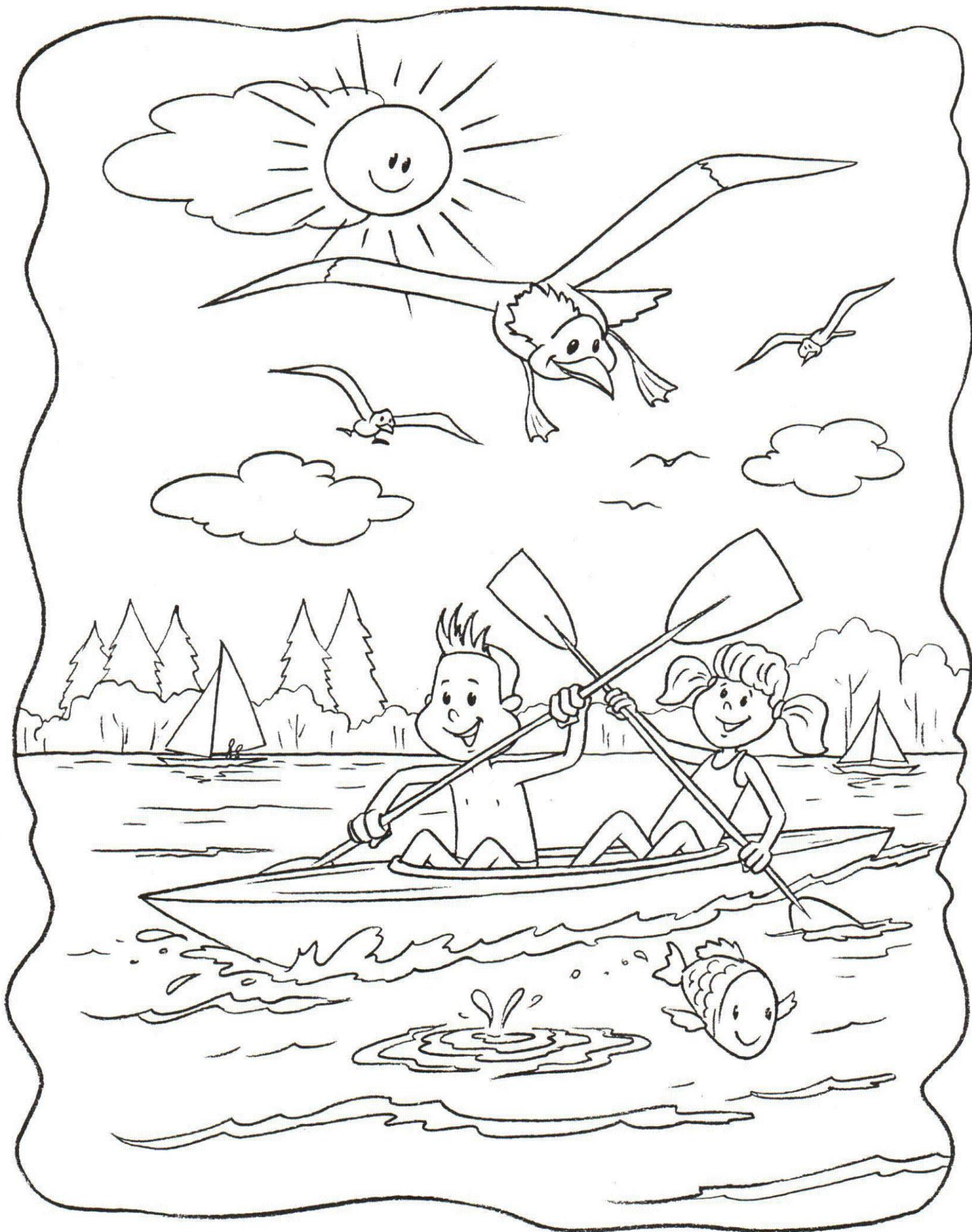
Pewnego dnia do stojącego nad brzegiem morza domu zapukał młody chłopiec. Był brudny i zmęczony. Nieśmiało poprosił gospodarza o pomoc. Otrzymał jej aż nadto, bo oprócz kolacji zaproponowano mu ciepłe łóżko. Gdy gospodyni gotowała kilka smakowicie pachnących potraw, chłopiec podejrzwał, że w rękach gospodarza pojawił się tajemniczy przedmiot. Przyglądał się z zaciekawieniem, jak z niepozornego młynka zaczyna lecieć sól i doprawia wszystkie dania. Młodzian szybko domyślił się, że młynek jest magiczny. Gdy zapadła noc, długo leżał w łóżku i wyobrażał sobie, jak wielkie bogactwa mogłaby mu dać nieprzebrana ilość soli. W jego głowie narodził się plan. Postanowił ukraść młynek i jednym ze statków udać się na północ, aby tam wzbogacić się, handlując tym pożądanym przez wszystkich surowcem.



Jak pomyślał, tak zrobił. Ukraść młynek i w pobliskim porcie udało mu się wsiąść na wypływający właśnie statek. Był już daleko od brzegu, gdy postanowił wypróbować swój skarb. Nie wiedział jednak, jak się nim posługiwać. Młynek ożył w jego dłoniach, korbka zaczęła się kręcić, a wszystko dookoła w błyskawicznym tempie pokrywała sól. Chłopiec chciał go zatrzymać, ale nie wiedział jak to zrobić. W pewnym momencie młynek wypadł mu z rąk i wpadł do wody.

W krótkim czasie słodkie wody Bałtyku zasoliły się i pozostały takie do dziś, bo młynek leży gdzieś na dnie morza i z wciąż kręcącą korbką wytwarza sól.





WYPARTYWANKI - LETNIE WYCINANKI.



Wytnij puzzle, ułóż zgodnie z podaną kolejnością.

