

Przedszkolaczek



Gazetka przedszkolna – listopad/grudzień 2021

Gazetkę redagują:

Małgorzata Piotrowska, Elżbieta Owczarska

Kącik logopedyczny – Anna Sankowska

Witajcie kochani ☺

Największą radość sprawia dzieciom okres świąteczno - noworoczny. Jest to czas, na który czekają cały rok. I wreszcie nadchodzi. Jest choinka, prezenty, kolędy... Przy okazji świąt i różnych uroczystości dzieci obdarowywane są przez najbliższych upominkami. Nie oczekujemy od nich rewanżu, dla nas nagrodą jest radość dziecka. Jednak nie dajemy wówczas szansy dzieciom odczuwania tej radości, która nam daje tyle satysfakcji - radości z obdarowywania innych. Wszystkie te doświadczenia związane z tym przeżyciem, których doświadczamy w dzieciństwie, będą owocowały pozytywnymi nawykami w przyszłości. Kiedy nasze dzieci będą dorosłe, mamy nadzieję, że ich wrażliwość będzie wyczulona na problemy innych. Czasami przecież wystarczy prosty pomysł, by powstało coś wielkiego, coś, co da radość innym!

6 grudnia - Dzień Świętego Mikołaja

Święty Mikołaj znany jest na całym świecie. W Anglii to Father Christmas, w Danii Julemanden, w USA Santa Claus. we Włoszech Babbo Natale, w Czechach Mikulas. a w Niemczech Heilige Nicolaus. Z upływem czasu Święty Mikołaj zmieniał swój wygląd. Kiedy Holendrzy osiedlili się w USA nazwa Sinter Klaas zmieniła się na Santa Claus. W Ameryce Święty Mikołaj przybrał postać pyzatego dziadka o czerwonych policzkach, białej brodzie, podróżującego saniami w zaprzęgu reniferów. To zasługa pewnego pisarza. Clement A. Moore, autor Wizyty Świętego Mikołaja, opisał w 1823 roku Świętego Mikołaja jako miłego dziadka, trochę grubawego, podróżującego saniami zaprzęgniętymi w osiem reniferów. I taki wizerunek bardzo szybko się przyjął. Kilkadziesiąt lat później Amerykanin Thomas Nast na podstawie książki Moorea namalował Św. Mikołaja i tak już zostało, chyba na wieki... W rzeczywistości Święty Mikołaj był szlachetnym biskupem. Legendy mówią, że potrafił czynić cuda. Najśłynniejsza z nich opowiada o trójce dzieci, które zły drwal zabił i ukrył w beczce. Mikołaj przywrócił dzieci do życia i obsypał prezentami. Dlatego obecnie podkładamy dzieciom prezenty pod poduszki nocą z 5 na 6 grudnia. W XVIII i XIX wieku zwykle były to bardzo skromne podarki. Obdarowywano np.

jabłkami, orzechami złoconymi, piernikami, drewnianymi zabawkami, krzyżykami, obrazkami świętymi, tabliczkami szkolnymi, a także brzoźowymi różgami. Dzień Świętego Mikołaja jest dniem pełnym radości dla dzieci, poprzedzonym niecierpliwym oczekiwaniem na spełnienie marzeń. Każdy z nas ma w pamięci mikołajkowe prezenty, buty wypełnione słodyczami czy lalki i misie wystające spod poduszki w grudniowy poranek. Pamiętamy też nasze pierwsze rozczarowanie w momencie rozwiania się iluzji mikołajkowej baśni!

Kochani... wszystkim Wam i dużym i małym życzymy...



W oczekiwaniu na mikołajki przygotujecie wspólnie z rodzicami...

Ciasteczka dla Mikołaja

Dziś przepis na ciasteczka, które uwielbia sam Święty Mikołaj! Kruche z mnóstwem czekoladowych kropelek i drażetek m&m.

Przed upieczeniem ciasteczek nie zapomnijcie napisać list do św. Mikołaja ☺

Składniki:

- 170 g masła
- 50 g cukru pudru
- 150 g brązowego cukru
- 1 duże jajko
- 270 g mąki tortowej
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1 szczypta soli
- 40 g budyniu błyskawicznego (słodki kubek)
- 80 g kropelek czekoladowych
- 150 g m&m zielonych, białych i czerwonych

Przygotowanie:

Miękkie masło ucieramy z brązowym cukrem i cukrem pudrem na puszystą masę, następnie dodajemy jajko i ucieramy jeszcze kilka minut. Mąkę mieszamy z solą, sodą oczyszczoną i budyniem. Mąkę dodajemy do masła i wyrabiamy aż składniki się połączą. Do ciasta dodajemy m&m i kropelki czekoladowe, delikatnie mieszamy.

Z ciasta formujemy małe kulki, spłaszczamy je w dłoniach i układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Blachę z ciastkami wstawiamy na 2 godziny do lodówki.

Po tym czasie piekarnik nagrzewamy do temperatury 180 stopni, ciasteczka wstawiamy do piekarnika i pieczemy ok. 15 minut.

Upieczone ciasteczka pozostawiamy przez 10 minut na blasze do ostygnięcia.

Pamiętajcie, że ciasteczka zostawiamy Mikołajowi ze szklaneczką mleka!

Hm... pewnie spróbowaliście? Udały się mikołajowe ciasteczka?

Chętnie je zobaczymy – poproście rodziców, aby na fb przedszkola przesłali zdjęcia ☺

Teraz gotowe ciasteczka wraz z napisanym lub narysowanym listem wystarczy położyć na parapecie i ... czekać cierpliwie do 6 grudnia.

Na pewno Mikołaj odwiedzi wszystkie nasze przedszkolaki ☺

Ciasteczka gotowe, zatem zapraszamy do zabawy ☺

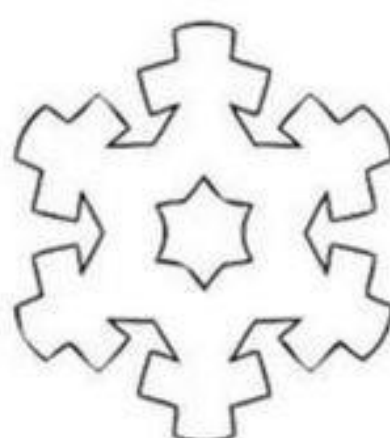
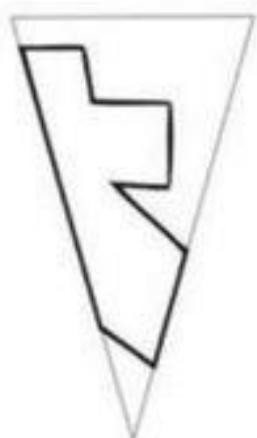
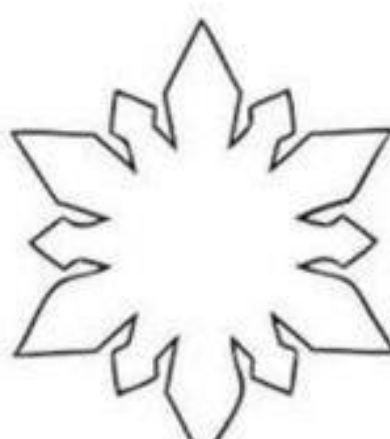
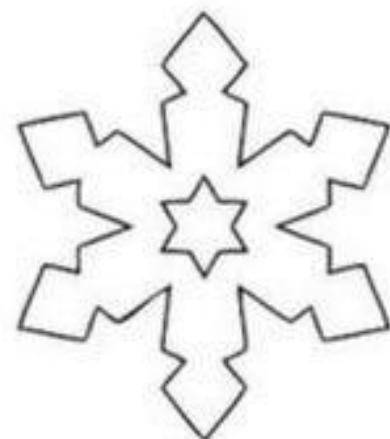
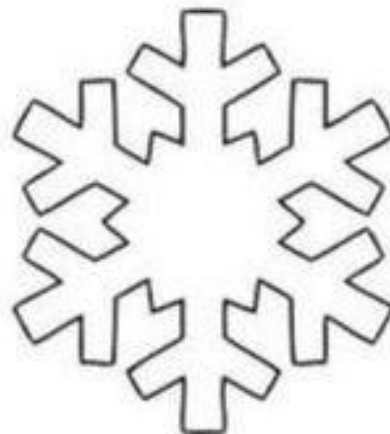
Czy wiecie, że do grzecznych dzieci Mikołaj przychodzi jeszcze raz w Boże Narodzenie? Oczekując drugiego przyjścia gościa z prezentami możecie przygotować sobie miarkę, która pokazuje ile dni pozostało do świąt.

Brodę możecie obcinać lub skreślać kolejne liczby – wybór należy do Was ☺



Mamy nadzieję, że ta mikołajkowa miarka umili Wam czas oczekiwania ☺

Na razie za oknem buro i szaro, ale dzięki własnoręcznie wyciętym gwiazdkom naklejonym na oknach możecie wprowadzić już zimowo – świąteczny klimat.



Ciekawe jak wycięte gwiazdki ozdabiają Wasze mieszkanie?

A teraz trochę ruchu...

Spróbujcie z zamkniętymi oczami najechać myszką na jakąś kartę, poproście kogoś dorosłego o przeczytanie polecenia i spróbujcie wykonać zadanie ☺



Kochani... a teraz mały quiz wiedzy o zbliżających się świętach i mikołajkach.
W przedszkolu też o tym rozmawiamy, więc pytania nie powinny być zbyt trudne, ale jeśli czegoś nie wiecie – poproście rodziców o pomoc ☺



1. Gdzie mieszka Święty Mikołaj?
2. Czego wypatrujemy przed rozpoczęciem kolacji wigilijnej?
3. Ile potraw tradycyjnie powinno się znaleźć na wigilijnym stole?
4. Ilu królów przybyło do stajenki? Znasz ich imiona?
5. Choinka to:
a. Jodła lub świerk b. Jemioła c. Lipa
6. Jak nazywa się okres przygotowań do świąt Bożego Narodzenia?
7. Ile jest niedziel adwentu?
8. Wymień tytuły trzech kolęd.
9. Gdzie urodził się Jezus?
10. Które potrawy są tradycyjnie podawane na Wigilii w Polsce? a. Jajka, mazurek b. pierogi, karp c. pieczony indyk, zupa z dyni
11. Jak nazywa się uroczysta msza odprowadzana w noc wigilijną?
12. Co od Mikołaja dostają niegrzeczne dzieci?
13. Dla kogo zostawiamy dodatkowe nakrycie przy wigilijnym stole?
14. Co w czasie kolacji wigilijnej znajduje się pod obrusem?
15. Czym dzielimy się przed rozpoczęciem kolacji wigilijnej, składając sobie życzenia?
16. Jaką rybę najczęściej podajemy podczas Wigilii?
17. Kiedy w Polsce obchodzimy dzień Świętego Mikołaja?
18. Wymień, jakie znasz atrybuty Świętego Mikołaja.
19. Czym podróżuje Święty Mikołaj?
20. Jak nazywają się pomocnicy Świętego Mikołaja?



Miłej zabawy i pięknych prezentów ☺



Drodzy Rodzice, teraz artykuł dla Was 😊

Nieprawidłowe oddychanie

Jedną z czynności biologicznych, która jest niezbędna do życia jest oddychanie.

Jak powinno wyglądać prawidłowe oddychanie?

Oddychanie podczas snu, zabawy, (w której dziecko nie mówi), oglądania telewizji, czyli w takich sytuacjach, kiedy dziecko nie mówi, powinno odbywać się przez nos przy zamkniętych ustach. Wówczas powietrze, które wdychamy jest ogrzane, nawilżone i oczyszczone. Podczas mówienia powietrze wdychane jest głównie ustami, częściowo nosem, a wydychamy ustami lub nosem – w zależności od wypowiedzianych dźwięków mowy.

Oddychanie przez nos ma wpływ na właściwy rozwój zespołu ustno-twarzowego oraz prawidłową pozycję spoczynkową języka i warg.

Oddychanie PRZEZ USTA jest nieprawidłowością na każdym etapie rozwoju!

Prawidłowe oddychanie przez nos może być z różnych powodów zaburzone. Kluczowe jest zdiagnozowanie przyczyny oddychania przez usta i prowadzenie leczenia (bardzo często we współpracy z innymi specjalistami np. ortodontą, laryngologiem, fizjoterapeutą), aby nie utrwaląć nieprawidłowego modelu oddychania.

Sygnalem do konsultacji są także: częste przeziębienia, chrapanie podczas snu, słaba koncentracja uwagi.

Konsekwencje oddychania przez usta to:

- zwiększenie ilości infekcji górnych dróg oddechowych – powietrze wdychane przez usta nie jest dostatecznie oczyszczone i nagrzane
- niedostateczny rozwój mięśni klatki piersiowej
- zaburzenie równowagi mięśniowej języka, warg, policzków
- nieprawidłowa pozycja spoczynkowa języka
- nieprawidłowe połykanie
- wady zgryzu
- wady wymowy
- niska koncentracja uwagi
- bezdechy senne
- niedotlenienie (do mózgu dociera zmniejszona jest ilość tlenu, przez co osoby, które oddychają ustami zgłaszają, że są ciągle zmęczone, niewyspane, mają trudności z koncentracją uwagi, a nawet nadpobudliwe)

Najczęstsze przyczyny oddychania przez usta:

- częste infekcje oddechowe, niedrożność nosa
- alergie

- przerośnięte migdałki podniebienne
- przerośnięty migdałek gardłowy
- skrzywienie przegrody nosa
- wady anatomiczne w obrębie nozdrzy
- polipy
- stan po operacji rozszczepowej wargi i podniebienia
- obniżone napięcie mięśniowe, mała sprawność mięśnia okrężnego warg
- krótkie wędzidełko języka
- ssanie kciuka

Ćwiczenia oddechowe przykłady

- Zdmuchiwanie lekkiego przedmiotu z ręki lub ze stołu, np. watki, piórka, kawałek papieru, kawałek chusteczki higienicznej.
- Dmuchiwanie na wiatraczki, chorągiewki, chusteczkę higieniczną.
- Puszczanie baniek mydlanych.
- Dmuchiwanie na papierowy grzebień tak, aby drgały wszystkie „zębki”.
- Dmuchiwanie w trąbkę zwiniętą z dłoni.
- Dmuchiwanie na piórko próbując jak najdłużej utrzymać je w powietrzu, jak najwyżej je dmuchnąć.
- Dmuchiwanie na papierowe łódki, lekkie przedmioty pływające w misce z wodą lub w wannie.
- Dmuchiwanie przez słomkę na lekkie elementy np. kawałki papieru kolorowego, kuleczki waty, piórka.
- Zabawa w rozgrzewanie zimnych rąk, chuchamy na nie i mówimy: „hu, hu, hu”.
- Chuchanie na lustro i obserwowanie jak zaparowało.
- Zabawa w naśladowanie chłodzenia gorącej zupy na talerzu.

Zawsze jesteśmy z dzieckiem podczas wykonywania ćwiczeń. Zwracajmy uwagę, aby podczas dmuchania usta były ułożone na kształt kółeczka i aby były lekko wysunięte do przodu a nie płaskie. Stosujemy zasadę - powietrze nabieramy nosem a wypuszczamy ustami. Można dmuchać długo lub krótko, mocno lub delikatnie. Nie wykonujemy ćwiczeń zbyt długo ani zbyt dużo, aby nie zakręciło się dziecku w głowie.

Dziękujemy za poświęcony czas i zapraszamy do lektury kolejnego numeru

