

**NUMER 1 PAŹDZIERNIK 2021r.**

**DOBRCZE WYCHOWYWAĆ I MĄDRZE KOCHAĆ  
GAZETKA DLA RODZICÓW**



**PRZEDSZKOLE 47 „MALI ARTYŚCI”  
WARSZAWA, UL. KROCHMALNA 1**



**MATERIAŁY ZEBRAŁA I ZREDAGOWAŁA  
*MARIA GÓRECKA JAROS*  
ILUSTRACJE PRZYGOTOWAŁA  
*ANETA DOROČKA***

## DLA MAMY I TATY

### DZIECKO NIE CHCE CHODZIĆ DO PRZEDSZKOLA

Dziecko radośnie machające na pożegnanie i wbiegające do sali przedszkolnej to słodki obrazek, który pozwala rodzicom spokojnie rozpocząć dzień. Niestety, nie zawsze rozstania z malcem mają taki przebieg. Co robić, gdy słyszymy: „Ale ja nie chcę do przedszkola!”?

### NIECHĘĆ DO PRZEDSZKOLA – MOŻLIWE PRZYCZYNY

Dziecięca niechęć do przedszkola niepokoi, smuci i stresuje. Wielu rodziców zastanawia się nawet, czy w placówce na pewno wszystko jest w porządku, skoro przed wejściem maluch protestuje albo wręcz zanosi się płaczem. Spokojnie – zachowanie malca nie musi wskazywać na doświadczanie przemocy czy agresji. O wiele powszechniejsze przyczyny buntu i łez to:

- Trudności z adaptacją

Problem niechęci do przedszkola zazwyczaj występuje u dzieci, które nie zdążyły się jeszcze do niego przyzwycząić. Nieistotne jest, czy maluch ma 3, 4 czy 5 lat – jeżeli wcześniej nie uczęszczał do placówki opiekuńczej, będzie to dla niego zupełnie nowe, stresujące przeżycie.

Negatywna reakcja na przedszkole może pojawić się dopiero po 2 czy 3 dniach uczęszczania do niego. Wtedy to dziecko zaczyna zdawać sobie sprawę ze schematu, mija też euforia związana z nowym otoczeniem i nowymi zabawkami.

- Brak wystarczającej ilości snu i poranne pobudki

Niechęć u dziecka starszego, które wcześniej uczęszczało już do przedszkola, może wynikać z braku odpowiednich ilości snu oraz konieczności „wyciągania” malca z łóżka. Problem nasila się zwłaszcza jesienią i zimą, kiedy w godzinach porannych panuje mrok.

### PŁACZ PRZED PRZEDSZKOLEM – JAK SOBIE RADZIĆ

Czas na wyjście z domu, a dziecko uderza w głośny płacz – jak sobie z tym poradzić? Oczywiście wszystko zależy od podłoża problemu.

**Jeśli kłopotem jest trudna adaptacja**, to dobra wiadomość jest taka, że płacz i protesty powinny ustąpić po 2, maksymalnie po około 3 tygodniach. Mniej więcej tyle czasu zajmuje najwrażliwszym dzieciom opanowanie tęsknoty za rodzicami i poznanie nowych przyjaciół.

Proces adaptacji można nieco przyspieszyć poprzez stosowanie się do kilku ważnych wskazówek.

Ważne jest między innymi to, aby:

- Trzymać nerwy na wodzy

Twoje emocje i nastawienie udzielają się dziecku. Dlatego nie patrz na nie z niepokojem, mówiąc: „To co, ruszamy do przedszkola?”. Mów o placówce w pozytywny sposób, ale też bez przesadnego entuzjazmu. Nie pozwalaj sobie na łzy przy dziecku – jeśli czujesz taką potrzebę wyrzucenia emocji, to pohamuj ją do momentu, kiedy malec zniknie za drzwiami.

- Ustalaj jasne zasady

Żegnając się z dzieckiem poinformuj je, kiedy po nie wrócisz. Miej jednak na uwadze, że słowa: „będę o trzynastej” są dla malca niezrozumiałe (powiedz lepiej: „będę po podwieczorku”).

Dotrzymuj słowa! Podkreślaj też często, że mama/tata zawsze wraca. Rodzicom może wydawać się to niedorzeczne, ale dziecko naprawdę może się bać, że już nikt po nie nie wróci.

- Rozmawiaj o emocjach

Nie obiecuj, że „będzie super”. Zamiast tego porozmawiaj o emocjach. Powiedz, że tęsknota czy smutek są naturalnymi uczuciami, które z czasem mijają. Opowiedz o swoich doświadczeniach z dzieciństwa. Poradź też, jak zmniejszyć smutek, czyli np. poprzez przytulenie się do ukochanej maskotki.

Jeśli na niechęć dziecka do przedszkola wpływa **niechęć do porannego wstawania**, to rozwiązanie jest proste – musicie tylko nieco przestawić rytm dnia. Najlepiej zacząć od obudzenia dziecka bardzo wcześnie – np. o godzinie 5. Dzięki temu wieczorem szybciej uśnie, a potem rano wstanie z większą energią. Docelowo postaraj się tak ustawić rytm aktywności i snu, aby dziecko o godzinie 6 czy 7 było już wyspane.

## **KORONAWIRUS W PRZEDSZKOLU – JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O ZAGROŻENIACH?**

Dziś przedszkolny świat wciąż odbiega od tego, jaki zapamiętaliśmy sprzed epidemii. Nowe okoliczności mogą rodzić w dziecku niepokój, dlatego warto z nim rozmawiać. Dowiedz się, które wątki trzeba poruszyć i w jaki sposób nauczyć dziecko nowych nawyków.

Bardzo prawdopodobne jest, że w ciągu ostatnich miesięcy przeprowadziłaś już ze swoim dzieckiem rozmowy o koronawirusie, związanych z nim zagrożeniach i koniecznych środkach ostrożności. Być może nawet temat poruszany był wielokrotnie – kiedy dziecko zadawało trudne pytania o możliwą śmierć z powodu choroby, dociekało, kiedy zobaczy babcię i dziadka czy płakało z powodu braku możliwości wejścia na plac zabaw.

Wątek ten zapewne stopniowo sam się wypalał – wraz ze zmniejszaniem restrykcji i „luzowaniem” ogólnych zasad. Jednak teraz, gdy dziecko wróciło do przedszkola i ma do czynienia z nowymi ograniczeniami, niepokój i potrzeba rozmowy mogą powrócić. Co w takiej sytuacji powiedzieć maluszkowi?

### **„POROZMAWIAJMY O TYM, JAK TERAZ DZIAŁA PRZEDSZKOLE” – KORONAWIRUS W ROZMOWIE Z DZIECKIEM**

#### **· Nie bój się rozmawiać i nie zakładaj, że dziecko już wszystko wie**

Niektórzy rodzice boją się rozmawiać z dziećmi o zagrożeniach, sądząc, że w ten sposób wywołają lub spotęgują lęk. Inni zakładają, że dziecko – np. 3-letnie, nie będzie w stanie zbyt wiele zrozumieć, więc takie rozmowy nie mają sensu.

Wszystko to jest oczywiście nieprawdą – nie tylko ze starszakiem, ale i z trzylatkiem warto rozmawiać. Choćby po to, aby nie bało się pewnych procedur, nie tworzyło sobie w głowie strasznych wizji i nie wierzyło we wszystko, co usłyszy od obdarzonych wyobraźnią rówieśników.

#### **· Przypomnij, czym jest wirus**

Jeśli macie już za sobą kilka rozmów na ten temat, upewnij się tylko, czy dziecko wszystko pamięta. Jeżeli jednak temat pojawił się dopiero wraz z debiutem w przedszkolu, warto go szczegółowo omówić.

Małym dzieciom możesz sporo wyjaśnić poprzez bajeczkę terapeutyczną – np. tę autorstwa Doroty Bródki (można pobrać ją bezpłatnie ze strony Miejskiego Przedszkola numer 8 w Lesznie). Po lekturze zadaj maluchowi kilka pytań i uzupełnij jego wiedzę.

### · **Wyjaśnij nowe zasady**

Krok po kroku wyjaśnij dziecku, jakie zasady bezpieczeństwa panują teraz w placówkach i dlaczego właściwie je wdrożono. Psikamy ręczki płynem – bo zabija zarazki. Nie wolno brać zabawek – ponieważ można na nich przenosić wirusy. Konieczne jest mierzenie temperatury, aby szybko rozpoznać, kto jest chory i pomóc takiej osobie. Do przedszkola może przychodzić tylko jeden rodzic, ponieważ wirusy i bakterie szybciej się przenoszą, gdy jest tłum. I trzeba myć ręczki – mydło i woda pięknie spłukują zarazki. Nie pozostawiaj miejsca na wątpliwości i mów prawdę. Pamiętaj też, żeby przestrzegać części tych reguł w domu. Częste mycie rąk, psikanie dłoni płynem antybakteryjnym i unikanie tłumów wejdzie w ten sposób dziecku „w krew”.

### · **Rozmawiaj o tym, co może się stać – uprzedź bieg wydarzeń**

Nawet jeśli twoje dziecko niewiele mówi o epidemii, to docierają do niego różne informacje, które mogą potęgować jego strach. Albo może sobie wyobrażać różne straszne rzeczy – np. to, co się stanie, jeśli pewnego dnia termometr zacznie piszczeć po pomiarze. Dlatego warto je uprzedzić na wypadek różnych okoliczności.

Wyjaśnij, że jeśli wzrośnie mu temperatura, to będzie musiało przez chwilę pobyc w innej sali i poczekać na przyjazd mamy lub taty, ale to nic strasznego. Jeśli z kolei w przedszkolu ktoś zachoruje, to trzeba będzie przeprowadzić kwarantannę – czyli polenić się w domu przez kilka dni z mamą, tatą i bajkami. Takie wyjaśnienia na pewno sprawią mu ulgę i pomogą stawić czoła nowej, trudnej rzeczywistości.

*Na podstawie artykułu: mgr Karoliny Wojtaś, psycholog*



## CZYTAMY LITERATURA DLA DZIECI

### Złe sny króla Ambrożego

Bajka o ekologii

Na środku błękitnego, ciepłego morza leżała wyspa. Latem grzana słońcem i chłodzona morską bryzą, pachniała jaśminem i kwiatem pomarańczy. Zimą potrafiła zaskoczyć kapryśnym deszczem lub burzowymi falami, nigdy jednak nie dokuczała mrozem. Wyspą rządził król Ambroży. Dobry to był król, który nie dbał tylko o siebie, jak wielu, ale też o swoich poddanych. Każdego dnia przed południem mogli przychodzić do niego i o posłuchanie prosić. Ambroży rozsądzał waśnie, rozstrzygał spory, a często i biednym pomagał. Spraw było tak wiele, że nie wszystkie udało się załatwić, każdy jednak mógł być wysłuchany. Król zaczynał poranki od wyjścia na balkon wieży zamkowej. Opierał dłonie na rzeźbionej, drewnianej balustradzie i oglądał z góry swe królestwo. Wśród parków, domów i ulic stolicy słyszał śpiew ptaków oraz gwar mieszkańców. Gdy spojrział dalej, gdzie kończyło się miasto, widział żółto-rude pola i ciemną zieleń lasów. Jeszcze wyżej, na horyzoncie zaczynał się granatowy kolor morza, przechodzący na koniec w jasny błękit nieba. Ambroży przymykał oczy, wczuwając się w zapachy wyspy. Dobrze się żyło w królestwie na wyspie.



Pewnego dnia na poranną audiencję do króla przyszedł pasterz. Był to starszy, siwy mężczyzna ubrany w lniany, prosty strój i podpierający się długim kijem. Trzymał się przez dłuższy czas na uboczu, a kiedy jako ostatni wyszedł na środek, drżącym głosem powiedział:

– Miłościwy Panie! Chciałbym prosić Cię o pomoc i wstawiennictwo. Brakuje łąk, na których mógłbym wypasać moje owce. Każde miejsce na wyspie zajmują wielkie uprawy. Po kilku latach na takich polach, na których tylko jedne rośliny się sadzi, miejsce pozostaje puste i jałowe. Ja natomiast nie mam gdzie się ze stadem podziąć. Król wysłuchał pasterza i pokręcił głową z niedowierzaniem.

– Na wyspie jest wiele miejsc dla Ciebie i Twoich owiec. Wędruj na północ i tam na pewno je znajdziesz. Zadowolony z siebie dał znać, że audyencja została zakończona i o sprawie szybko zapomniał. Tej nocy Ambrożemu przyśnił się jednak niepokojący sen. Stał w nim na wieży zamkowej i swoją wyspę jak zwykle oglądał. Jednak zamiast pięknych kolorów pól i lasów zobaczył tym razem bury piach i szary pył unoszony przez wiatr.

Rano, gdy tylko się obudził, wyszedł na balkon. Na szczęście wszystko zastał po staremu. Wzdrygnął się na wspomnienie snu. Poranne słońce szybko poprawiło mu jednak humor, szczególnie, że grupka ludzi na miejskim placu, gdy tylko zobaczyli go na balkonie, zaczęła wiwatować.

Tego dnia na audyencji pojawił się leśnik. Postawny, wyprostowany mężczyzna ubrany był cały na zielono. Prężnym krokiem wyszedł przed króla i powiedział:– Królu nasz! Ja chciałbym prosić Cię o pomoc nie dla siebie, ale w imieniu wszystkich zwierząt i roślin, które żyją w lasach. Na wyspie ciągle buduje się nowe domy i obsiewa pola. Wycina się przy tym drzewa i coraz mniej ich tutaj rośnie. Jeszcze trochę i miejsca dla leśnych stworzeń zabraknie. Król tym razem słuchał uważniej i nawet głową pokiwał. Nie miał jednak pomysłu, co z tym zrobić, więc tylko obiecał nad całą sprawą się zastanowić i audyencję zakończył.

W nocy Ambrożemu przyśniły się ogrody zamkowe. Wydawały się zwyczajne, ale coś się nie zgadzało. W pewnym momencie zorientował się, że otacza go zupełna cisza. Nie słyszał ani śpiewu ptaków, ani brzęczenia owadów. Dźwięk jego kroków odbijał się od murów zamku i wracał złowieszczym echem. Obudził się bardzo przejęty i uspokoił dopiero na balkonie, gdzie wśród gwaru przechodniów usłyszał znów szczebiot jaskółek. Odetchnął i wrócił do komnaty.

Kolejna audyencja była również inna niż zwykle. Tym razem pojawił się na niej rybak, niski i chudy, o twarzy wysmaganej wiatrem i pobrużdżonej solą morską.

– Czy wiesz Królu, co się dzieje z brudami całej stolicy? – zapytał, gdy przyszła jego kolej. – Wylewane są one do rzek, jezior i morza. Przez to woda w nich nie jest już taka czysta jak kiedyś, a ryb w niej ubywa. Muszę coraz dalej w morze wypływać i nowych łowisk szukać. Coraz trudniej z łowienia mi utrzymać moją rodzinę. Król słuchał, kiwając głową. Gdy ten skończył, wezwał marszałka i kazał wydać rybakowi pięć złotych dukatów jako pomoc w zakupie większej i szybszej łodzi. Wszyscy podziwiali szczodrość króla i audyencja zakończyła się wiwatami na cześć Ambrożego. Dziwny sen do niego jednak wrócił. Siedział w sali biesiadnej, pośród uczujących



gości. Gdy jednak podniósł kielich do toastu, zobaczył, że płyn w nim jest czarny, błotnisty i śmierdzący. Rozejrzał się po sali i zobaczył, że wszyscy łapią się za brzuchy w boleściach. To go obudziło. Poszedł zaraz do zamkowej toalety i sprawdził jaką wodę tam znajdzie. Na szczęście w królewskiej komnacie woda była chłodna i przejrzysta. Przemysł twarz i spokojniejszy wrócił do sypialni.

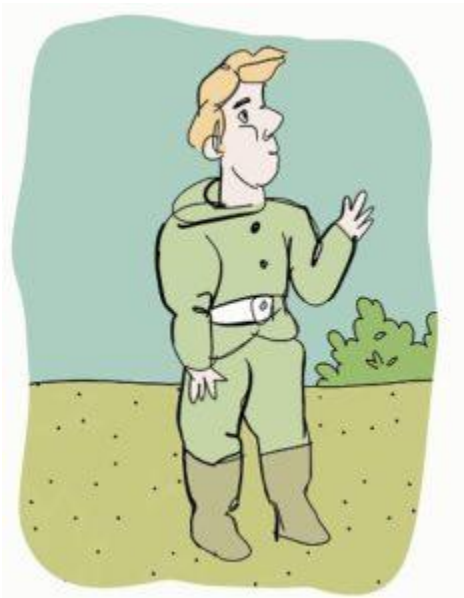
Kolejnego dnia, wśród czekających na królewskie posłuchanie, wyróżniał się starszy mężczyzna o długiej brodzie i siwych włosach. Był znanym w całej okolicy mędrcem, rzadko widywanym poza swoim domem-biblioteką. Poruszał się powoli i podpierał laską, odezwał się jednak nadspodziewanie czystym i dźwięcznym głosem:

– Królu! Od wielu dni przychodzą do Ciebie ludzie, prosząc o pomoc i ostrzegając przed niebezpieczeństwami. – zaczął. – Mówią o znikających lasach, jałowięjącej ziemi i coraz bardziej brudnej wodzie. To wszystko zmienia naszą wyspę nie do poznania. Nie wystarczy już odkładać decyzji i kupować nowych łodzi. Inaczej skończą się łagodne lata i spokojne zimy, a fale morskie zaleją w końcu i zniszczą wyspę.

– Co proponujesz? O co prosisz? – spytał poważnie zaniepokojony słowami mędrca król.

– Gdyby to było takie proste. Gdyby była jedna rzecz, której zrobienie zapewni nam spokojną przyszłość... Czegoś takiego nie ma. Zamiast tego musimy w każdej sprawie, w każdej decyzji robić to, co jest dobre dla ziemi, wody, powietrza, dla przyszłości naszej wyspy.

Król zasępił się. Co to miało oznaczać? Jak to zrobić? – myślał. Jednak ani on, ani jego dworzanie nie znali na to odpowiedzi.



W nocy Ambroży położył się późno i długo nie chciał zasnąć. Bał się, że nawiedzi go kolejny koszmar. Rzeczywiście, pojawił się, gdy tylko zamknął oczy. Znowu stał na wieży zamkowej i jak sparaliżowany patrzył na rosnące fale morskie, niosące góry brudów i śmieci, zbliżające się do murów stolicy. Przerażony widział kolory wyspy zlewające się w złowieszczy, ciemny granat

sztormowego morza i słyszał jak gwar ludzi i śpiew ptaków ustępuje wyciu wichru.

Rano wyszedł jak zawsze na zamkowy balkon. Na razie słońce grzało, ptaki śpiewały, a na błękitnym niebie nie było nawet chmur. Spojrzał w dół na miasto, gdzie tłum ludzi przelewał się ulicami. Każdy był zajęty swoimi sprawami i nie interesował się wyspą, jej powietrzem, wodą i ziemią. W tym momencie zobaczył wśród nich jasnowłosą dziewczynkę. Zaczął przyglądać się, co robi. Chodziła po głównym placu miasta, zbierając śmieci pozostawione przez niefrasobliwych mieszkańców.

– Jest nadzieja dla naszej wyspy. – pomyślał Ambroży. Zszedł z wieży i wyszedł na plac przed zamkiem. Odnalazł ją w tłumie i zaskoczona uściskał. Wziął na ręce i pokazał zebranym na placu ludziom, ogłaszając:

– Bierzmy wszyscy przykład z tej dzielnej dziewczynki. Ona prawdziwie robi coś, by ulice naszego miasta nie utonęły w śmieciach. Od dzisiaj, jeden dzień w miesiącu każdy mieszkaniec stolicy spędzi, porządkując nasze piękne miasto. Ja sam, wraz ze swoim dworem się do tego przyłączę. Stąd właśnie wziął się tradycyjny dzień sprzątania wyspy. To nie wszystko. Po powrocie do zamku wezwał do siebie mędrca i mianował go nadwornym ekologiem. Miał zawsze towarzyszyć audiencjom króla i w każdej sprawie doradzać. Wszystko, co robili, miało przede wszystkim wyspie nie szkodzić.

Od tego dnia złe sny przestały nawiedzać Ambrożego.

*Danka Markiewicz – autorka*

## Jeż

Krótkie nóżki, długi ryjek,  
ostre kolce ciało kryją.  
Ach, cóż to za groźny zwierz?  
To jest jeż, malutki jeż.



Węszy noskiem w lewo, w prawo,  
to pod listkiem, to pod trawą,  
gdzie się kryje dobry łup.  
Drepcze mały jeż – tup, tup.  
Drepcze poprzez lasu gąszcze,  
łapie myszy, węże, chrząszcze...  
Gdy zimowe przyjdą dni,  
zagrzebany w liściach śpi.

*Hanna Zdzitowiecka*

## Jesienny pociąg

Stoi pociąg na peronie -  
żółte liście ma w wagonie  
i kasztany, i żołądzie-  
dokąd z nimi jechać będzie?



Rusza pociąg sapiąc głośno.  
Już w przedziałach grzyby rosna,  
a na półce, wśród bagaży,  
leży sobie bukiet z jarzyn.

Pędzi pociąg lasem, polem  
pod ogromnym parasolem.  
Zamiast kół kalosze ma,  
za oknami deszcz mu gra.

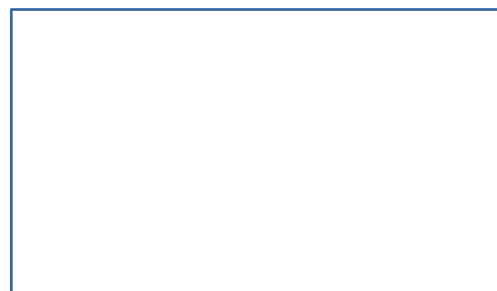
O, zatrzymał się na chwilę!  
Ktoś w wagonie drzwi uchylił  
potoczył w naszą stronę  
jabłko duże i czerwone.

*Dorota Gellner*

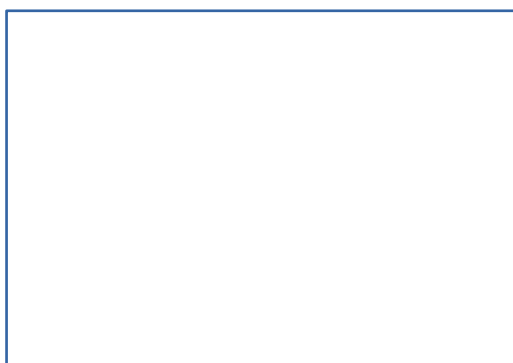
## ZAGADKI Z PRZEDSZKOLNEJ SZUFLADKI

odgadnij i narysuj odpowiedź w okienku

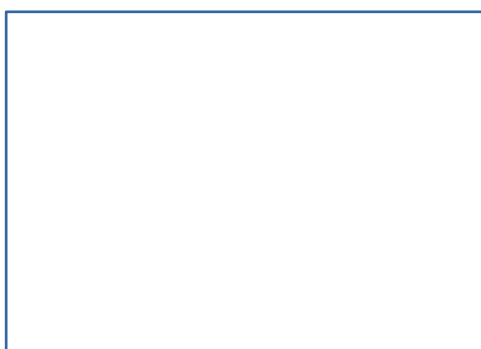
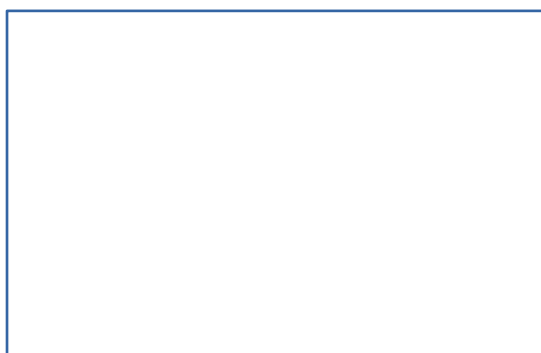
Wkładasz ją na głowę  
kiedy śnieżek prószy,  
By przed mocnym wiatrem  
chronić swoje uszy.



Po wielkiej ulewie  
twarz ci się rozchmurzy,  
gdy założysz kalosze,  
by bawić się w...











Pyszny, słodziutki – ten księżyc mały  
na podwieczorek jest doskonały.



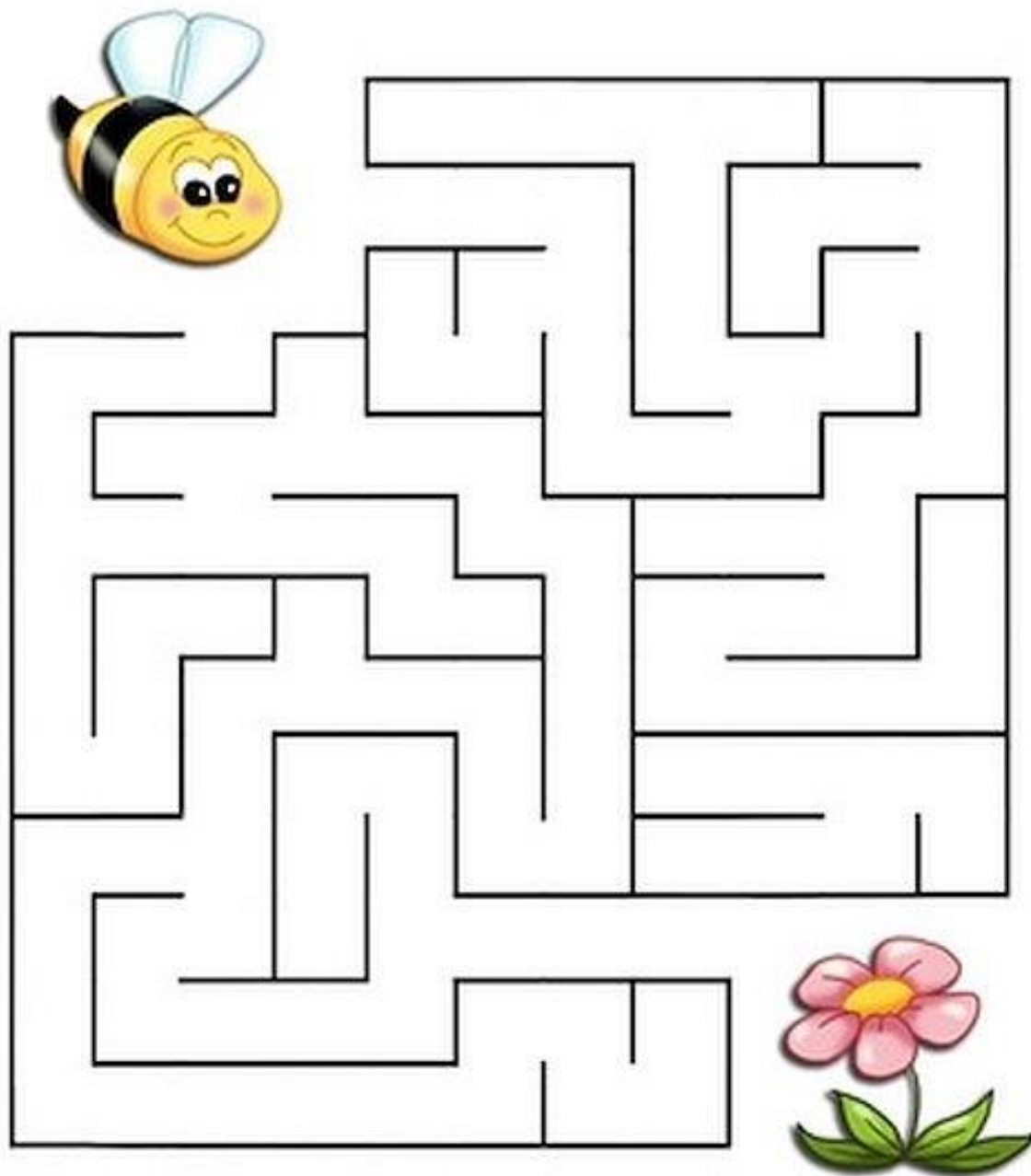
Podobna do ogórka,  
choć różni się nieco.  
Najlepsza z niej potrawa  
to z pewnością leczo.

## WYĘŻ MÓZG, POMYŚL I ROZWIĄŻ ZADANIA

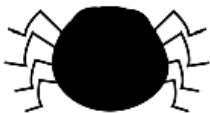
1. Popatrz i uzupełnij tabelkę

2. Pomóż pszczołce znaleźć drogę do kwiatka

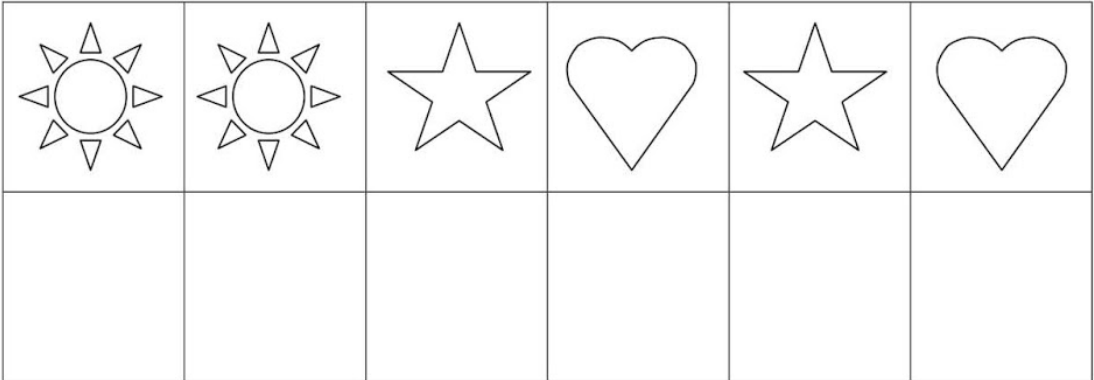
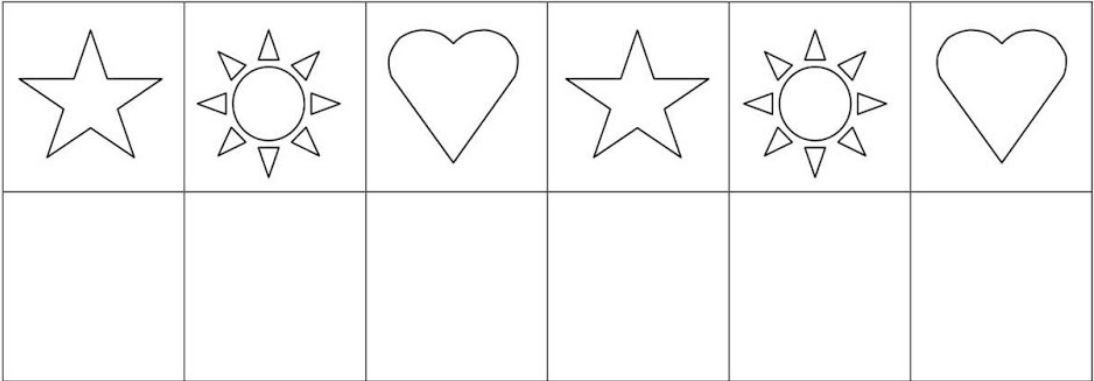
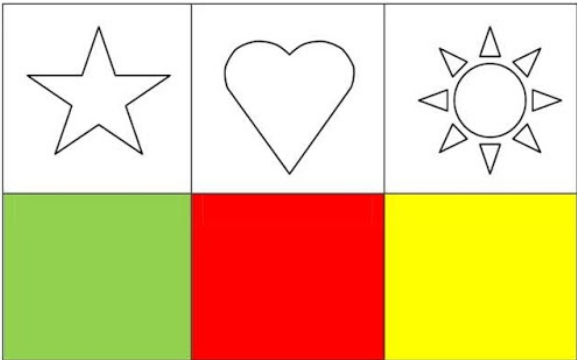


3. Połącz w pary





4. Pokoloruj według instrukcji



5. Policz sylaby i pokoloruj odpowiednią ilość kropek

Zamaluj tyle kółeczek, ile sylab mają poszczególne wyrazy.



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



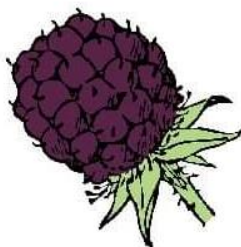
○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○

