

Numer 22 • listopad 2011

# smyk



*11 listopada  
w naszym przedszkolu*

# Zagadnienia omawiane w październiku:

Nasze przedszkole w Październiku dostarczyło dużo nowych doświadczeń i emocji szczególnie najmłodszym. Za oknem już piękna, jesienna aura, która sprzyjała nam i zachęcała do poznawania nowych, nieodkrytych rzeczy oraz zjawisk. W tym miesiącu najmłodsza grupa realizowała następujące bloki tematyczne: Jaki jestem, Moja rodzina, To jest mój dom, Domowi ulubieńcy.

Dzieci poznały różne owoce i warzywa – ich wielkość, kolor i smak, wykorzystując przy tym wszystkie swoje zmysły. Rozmawialiśmy o swoich ulubionych produktach warzywnych oraz daniach, które z nich powstają. Wszyscy już wiedzą, że warzywa i owoce zawierają dużo witamin oraz, że są bardzo zdrowe, dlatego też należy je spożywać każdego dnia, aby być silnym i dużym. Kolejne dwa tematy dotyczyły naszych najbliższych, a także domów. Każdy opowiadał o swoich bliskich, ich wyglądzie oraz wspólnie spędzonym czasie. Maluszki potrafią nazywać swoich członków rodziny oraz podawać informacje o sobie, jak imię i nazwisko, wiek. Opowiadaliśmy również o naszych ulubionych zabawach, zajęciach i formach spędzania czasu wolnego. Zwróciliśmy uwagę również na pomieszczenia i sprzęty znajdujące się w naszych domach. Wiemy już, gdzie spożywa się posiłki, kąpie się, myje zęby oraz smacznie zasypia. Nieobce są nam

sprzęty elektryczne oraz inne urządzenia gospodarstwa domowego, które nas otaczają i ułatwiają nam życie codzienne. W ostatnim tygodniu poznaliśmy zwierzęta domowe. Zajęcia uświadomiły dzieciom konieczność dbania o wszystkie czworożne stworzenia. Zarówno codzienne ich karmienie, zabawa, wychodzenie na spacer, ale również wizyty u weterynarza i zapewnienie odpowiedniego miejsca na odpoczynek.

Dzieci również poznały nowe piosenki, które chętnie przy każdej okazji śpiewamy: „Wpadła gruszka do fartuszka”, „Cebulka, cebulka”, „My jesteśmy krasnoludki”. Nie zabrakło również nowych zabaw ruchowych i tańców, które wszystkim sprawiały ogromną radość. Poznaliśmy również nowe techniki plastyczne i narzędzia malarskie, które wykorzystaliśmy podczas robienia prac plastycznych. Powstał Smaczny talerzyk malowany farbami plakatowymi oraz brokatem. Każde z dzieci zamieściło na nim swoje ulubione warzywa i owoce. Ulepiliśmy również dla swoich koleżanek oraz kolegów serduszka z plasteliny, w które każdy włożył dużo pracy i „serca”.

W związku z obchodzonym u nas Dniem Edukacji Narodowej „Misie” przygotowaliśmy także i prezent od

siebie. Wszyscy po raz pierwszy wystąpili przed tak dużą publicznością, recytując wiersz dla wszystkich zgromadzonych: „Dla nauczycieli” oraz wręczyli własnoręcznie wykonane przez siebie laurki. Nasze przedszkole także odwiedził teatr z przedstawieniem „Kłopoty Króla Borowika”. Wszyscy z zapartym tchem oglądaliśmy występ aktorów, a także maluszki miały możliwość wystąpienia w roli akto-



Październik grupa II rozpoczęła tematem „Jesień daje nam warzywa”. W zakresie tego tematu wzbogacaliśmy nasze słownictwo o nazwy warzyw. Przypomnieliśmy sobie, że warzywa myjemy przed jedzeniem i zachęcaliśmy naszych kolegów do zjadania surówek - ponieważ są źródłem witamin. Poznaliśmy wiersz Juliana Tuwima „Warzywa”. Składaliśmy obrazki z części co pozwoliło nam na doskonalenie spostrzegawczości wzrokowej i dokładności poprzez dopasowywanie elementów. Nauczyliśmy się piosenki pt. „Urodziny marchewki” i inscenizowaliśmy ruchem jej treść. Mieliśmy także ćwiczenia z zakresu profilaktyki logopedycznej połączone z zabawą dydaktyczną.

Kolejny temat to „GRZYBY”. Rozpoczęliśmy go pracą z obrazkiem jesiennym. Zapoznaliśmy się z nowym środowiskiem przyrodniczym. Rozpoznawaliśmy i nazywaliśmy rośliny i zwierzęta. Zwróciliśmy uwagę na zmiany zachodzące w przyrodzie jesienią: zmiana koloru liści, opadanie liści, grzyby, wysłuchaliśmy bajki pt. „Grzyby” Beaty Bielskiej i to tej bajki poznaliśmy nową zabawę ruchową pt. „Wyprawa do lasu”. Rozwijaliśmy także mięśnie narządów mowy poprzez powtarzanie zgłosek: stuk-puk, au, uhu, ku-ku. Oglądaliśmy atlas grzybów co pozwoliło nam na wzbogacenie słownictwa o nazwy grzybów. Utrwalaliśmy również znajomość liczb w zakresie 4 poprzez odtwarzanie słyszanych dźwięków

za pomocą liczmanów. Utrwalaliśmy nazwy grzybów poprzez grę „Grzybobranie”. Nauczyliśmy się piosenki „Grzybki”. Ilustrowaliśmy również ruchem treść wiersza pt. „Grzybki”. Dzieliśmy również grzyby na jadalne i niejadalne. Odczytywaliśmy układ rytmiczny i odwzorowywaliśmy układ o powtarzającym się rytmie. Kształciliśmy szybka reakcję na sygnał słuchowy podczas zabawy rytmicznej „GRZYBKI”. Ostatnim tematem października był temat:

„Zwierzęta szykują się do zimy”. Dzieci oglądały albumy przyrodnicze. Nazywały zwierzęta na obrazku, omawiały ich wygląd, zapoznały się z ich sposobem poruszania się, odżywiania i zwyczajami innych zwierząt. Poznały zwierzęta, które zapadają w sen zimy. Dzieci odbywały ćwiczenia rytmiczne-wygrywanie na bębnie rytmu wersów wiersza „Zajączki”. Doskonaliśmy sprawność manualną i koordynację wzrokowo-ruchową. Wysłuchaliśmy opowiadania logopedycznego pt. „Jak zwierzęta szykują się do zimy” Usprawnialiśmy ruchome narządy mowy: jak: wargi język, policzki, oraz podniebnie-



nie miękkie i języczek gardłowy. Dzięki opowiadaniu „Zwierzęta szykują się do zimy” poszerzyliśmy wiedzę na temat zwyczajów zwierząt przygotowujących się do zimy. Nauczyliśmy się również piosenki „JEŻ”. W październiku dzieci uczestniczyły w cyklu zajęć dydaktycznych Bezpieczny przedszkolak i wspólnie bawiły się na Balu Halloween. Wystąpiły również w przedstawieniu „Dary jesieni”, które można znaleźć na naszej stronie internetowej.

Grupa I misie

Grupa II leśne skrzaty

W październiku dzieci zapoznały się z następującymi tematami:

1. W sadzie i w ogrodzie
2. Co robią zwierzęta jesienią?
3. Wiem, z czego otrzymujemy niektóre produkty
4. Kolorowe listy.

Pierwszy temat miał na celu poszerzenie wiadomości o zmianach w środowisku w związku z porą roku, szczególnie w sadzie i w ogrodzie. Dzieci także utrwaliły rozróżnianie i nazywanie owoców i warzyw, z naszych polskich sadów i ogrodów. W zakresie tego tematu uświadomiliśmy sobie jak ważne dla

zdrowia są owoce i warzywa. Wykonaliśmy także piękny jesienny sad i „smaczne” warzywa z masy solnej.

W obrębie drugiego tematu, na przykładzie wiewiórki i niedźwiedzia oraz ptaków dzieci zapoznały się, ze sposobami przygotowywania się zwierząt do zimy - zmiany w wyglądzie, zapasy, odlot ptaków do ciepłych krajów. Dzieci wzbogaciły także słownik czynny o wyrazy: dziupla, zapasy zimowe, sen zimowy. Celem tematu było również uświadomienie dzieciom, konieczności dokarmiania zwierząt zimą. Smyki stworzyły piękną legowiska dla niedźwiedzi i wykonały cudowne jeżozwierze.

Trzeci temat poprzez historyjki obrazkowe, wiersze i piosenki miał na celu zapoznanie dzieci z długim procesem powstawania mąki „od ziarenka do bochenka” a także miodu i nabiafu. Przy okazji tematu, dzieci poznały zawód rolnika, piekarza, młynarza oraz sprzedawcy. Podsu-

bowaniem tematu było wykonanie pysznego pieczywa z masy papierowej. Priorytetem ostatniego tematu było zapoznanie dzieci z pracą ludzi w najbliższym otoczeniu pracowników poczty, utrwalenie adresu oraz zwrócenie uwagi na właściwe zachowanie w miejscach publicznych. Nauczyliśmy się także posługiwać takimi pojęciami jak adresat, nadawca, kod pocztowy. Dzieci wykonały także piękne koperty oraz zaprojektowały własny znaczek pocztowy.

Miesiąc październik zapewnił dzieciom wiele atrakcji i przeżyć najpierw odwiedził nas znany już wszystkim dzieciom Pan Pomidor z przedstawieniem „Pan Borowik”. Niedługo po wizycie wybraliśmy się do teatru Guliwer na spektakl Pt. „Koziołek Matołek”. Później odwiedził nas pan policjant, który uświadomił nam jak ważne są zasady bezpieczeństwa.

Na koniec października został rozstrzygnięty nasz tradycyjny konkurs na najładniejszy lampion z dyni.



Październik był pełen niespodzianek i atrakcji w grupie starszaków. Odwiedziła dzieci „Pani Jesień”, która dostarczyła dzieciom wiele emocji i radości, byliśmy w Teatrze Guliwer na wspaniałym pełnym energii spektaklu „Koziołek Matołek”. Mieliśmy również okazję obejrzeć niesamowity teatrzyk Pana Pomidora „Kłopoty Pana Borowika” w którym dzieci brały czynny udział. Nie zabrakło także pouczającej lekcji o bezpieczeństwie z serii „Bezpieczny Przedszkolak” którą poprowadził Pan Policjant. Byliśmy także na cmentarzu w Piasecznie zapalić symboliczne świa-

domości na wybranych przykładach (np. jeża, wiewiórki, bociana), jak zwierzęta przygotowują się do nadchodzącej zimy (odlatują do Afryki, gromadzą zapasy, zasypiają); zwrócenie uwagi na zmiany w wyglądzie zwierząt, np. zmiana ubarwienia, gęstnienie futra, piór.

Drugi temat dotyczył rozpoznawania drzew owocowych po owocach, wyjaśnienie znaczenia słowa sad, poznawanie wybranych owoców egzotycznych nazywanie przetworów z owoców i warzyw (dżemy, soki, kisonki, kompoty). Dzieci na zajęciach poznawały owoce po smaku i dotyku, a także wykonywały

owoce z masy papierowej.

Kolejny temat to „Jesień na działce”: rozpoznawanie i nazywanie wybranych warzyw; rozróżnianie ich za pomocą wzroku, dotyku, smaku, zapachu. Posumowaniem tematu były zajęcia gospodarcze, na których dzieci zrobiły sałatkę jarzynową. Zajęcia przyniosły dzieciom niesamowicie dużo radości i zachęciły do cyklu kolejnych zajęć gospodarczych, które odbyły się przy okazji tematu „Dbamy o zdrowie” dzieci zrobiły pyszne i zdrowe „Stateczki kanapkowe”, na których nie zabrakło kolorowych warzyw. Główne treści zawarte w/w temacie to Dbłość o higienę i uświadomienie dzieciom jak ważne jest codzienne mycie całego ciała, mycie zębów po posiłkach, mycie rąk, zwłaszcza po pobycie w toalecie i zabawie na świeżym powietrzu a także ubieranie się odpowiednio do warunków atmosferycznych występujących w danej porze roku (zapobieganie przeżraniu i zmarznięciu).

Serdecznie dziękuję Wszystkim Rodzicom, za zaangażowanie w życie grupy, poprzez przynoszenie wszystkich potrzebnych produktów.

Grupa III pszczołki

Grupa IV krasnoludki



## Pokaż dziecku, że jedzenie może być zabawą.

Zabawa dla twojego dziecka jest sposobem poznawania świata, dlatego to właśnie przez zabawę najłatwiej jest uczyć malucha zdrowych nawyków - istnieje wiele trików, które pomogą zachęcić dziecko do jedzenia warzyw, owoców i picia soków. Raz wpojone zdrowe nawyki będą dawały efekty przez długi czas! Pamiętaj o właściwych proporcjach - regularnych posiłkach i 5 porcjach warzyw, owoców lub soku dziennie. Przekonanie dziecka do częstego sięgania po owoce, warzywa oraz soki jest bardzo ważne dla jego zdrowia. Warzywa i owoce mają bowiem wszechstronnie korzystne działanie, zawierają cenne składniki: witaminy, składniki mineralne oraz błonnik pokarmowy.

A ponadto, dieta bogata w warzywa, owoce oraz soki zapewnia dobrą formę - także dzieci. Oczywiście, musisz pamiętać, że inna będzie porcja dla dziecka, inna dla osoby dorosłej, np. dla 5-latka porcja to już 1/2 banana, a dla dorosłego - cały banan. Ważne jest, abyś dostosowała porcje do całodziennego zapotrzebowania na energię i poszczególne składniki odżywcze.



## W co więc bawić się z dziećmi, by zachęcić je do warzyw, owoców i soków?

Dla młodszych dzieci warzywa na kanapkach układaj tak, by tworzyły roześmiane buźki, statki z żaglami, słońeczko lub lubiane przez Twoją pociechę postaci z bajek. Zadbaj również o to, by cały posiłek ułożony na talerzu wyglądał tak, jak np. mapa prowadząca do ukrytego skarbu. Czym będą tu warzywa - to zależy tylko od Twojej wyobraźni. Podajemy kilka przykładów:

- z ziemniaków możesz za pomocą łyżki uformować bałwanka - z guzikami z groszku, nosem z kawałeczka marchewki i kapeluszem wyciętym z pomidora
- z pokrojonej rzodkiewki możesz przygotować chmurki (pomocny będzie tu niebieski talerz), z żółtej papryki - słońeczko, z sałaty - trawkę, na której znajdzie się pozostała część posiłku (np. kotlety)
- z brokułów możesz ułożyć wielki, zielony las, ryba lub mięso mogą wystąpić w charakterze gleby, z której las wyrasta, a ziemniaki, ryż lub makaron mogą stać się chmurkami
- krążki z pokrojonej marchewki mogą być kołami samochodu, sałata niech będzie

# JAK ZACHĘCIĆ DZIECKO DO JEDZENIA WARZYW I OWOCÓW?

zieloną karoserią (papryka - żółtą lub zieloną), groszek - światłami, smażony bakłażan - szybami

- plaster pomidora świetnie sprawdzi się w roli słońca zachodzącego za polami ułożonymi z fasolki szparagowej.

Ciekawym sposobem jest również zabawa w chowanego, w której szukacie schowanych skarbów - mogą nimi być warzywa, owoce albo soki. Zadaniem twojej pociechy jest znalezienie schowanej rzeczy, zwiększeniem zabawy będzie wspólne zjedzenie witaminowej zguby. Równie interesującą zabawą może być odgadywanie nazwy rzeczy trzymanej przez twoje dziecko w ręce. Każde warzywo może być wyzwaniem, gdy robi się to z zawiązanymi oczyma i jedynym sposobem rozwiązania zagadki jest dotykanie i próbowanie trzymanej rzeczy. Zgadzywanie warzywa i owocu możesz przeplatać z określaniem smaku soku, jaki podałaś dziecku. Dla urozmaicenia zabawy możesz mieszać smaki ze sobą tworząc mixy sokowe, to z pewnością utrudni dziecku odgadnięcie jaki to sok i uczyni zabawę jeszcze bardziej ciekawą. Inny sposób przemycenia warzyw i owoców do diety maluchów to przygotowanie z nich czegoś, co dzieci uwielbiają. Np. deseru w postaci lodów z owocami i orzechami, mlecznego koktajlu z owocami (śmietana lub jogurt zmiksowane z owocami) albo sałatki z owocami, orzechami i rodzynkami. Na szczęście, z piciem soków nie ma żadnych problemów. Dzieci uwielbiają kolorowe i orzeźwiający smaki. Gdy, dodatkowo, podamy dziecku sok w szklance o ciekawym kształcie, mamy gwarancję, że nasza pociecha na pewno przyswoi porcję witamin.



## Przygotuj z dzieckiem wspólny posiłek

Gotowanie z dzieckiem to nie tylko doskonały pomysł na wspólne spędzanie czasu. Gdy masz do przygotowania posiłek warto zaangażować w jego wykonanie swoje dziecko.

W dodatku, podczas wspólnej pracy, możesz przekazywać pociechom zdrowe nawyki żywieniowe. Co ważne, w trakcie wspólnego gotowania, twoje dziecko może spróbować wielu nowych potraw, dzięki czemu jego dieta staje się bardziej różnorodna i bogata w wartościowe składniki.

Wspólne gotowanie możesz zacząć od układania listy zakupów. Zwróć uwagę na to, by znalazły się na niej różnorodne warzywa, owoce i soki. Wy tłumacz dziecku, że nie wystarczy tylko jeden rodzaj produktu, ważna jest ich wielość. Każdemu nudzą się potrawy, które zbyt często pojawiają się na stole. Nie inaczej jest z owocami. Zatem jeśli najczęściej sięgasz po jabłka, mandarynki, banany lub pomarańcze, to zapomnij o nich na jakiś czas, zrezygnuj z tej monotonii i daj szansę innym - może sezonowym smakołykom.

Podczas zakupów wytłumacz dziecku, co jest ważne przy wybieraniu owoców, warzyw i soków. Zwróć uwagę w przypadku warzyw i owoców na świeżość produktów oraz to, czy są uszkodzone. Gdy wraz z dzieckiem wybierasz sok, wytłumacz mu, dlaczego soki są zdrowe, pokaż, jak wiele jest różnych smaków i pozwól mu samodzielnie wybrać taki smak, na jaki ma ochotę. Jakie potrawy możesz przygotować wraz ze swoją pociechą? Na pewno musisz dostosować poziom zadań do wieku swojego dziecka. Dla najmłodszych dobrym pomysłem będzie wspólne przygotowanie sałatki - gdy ty będziesz kroić składniki, twoje dziecko może mieszać je ze sobą. Podczas robienia kanapek, maluszek może ozdabiać je różnymi warzywami - papryką czy ogórkiem pokrojonym w paseczki. Starsze dzieci mogą wykonywać trudniejsze zadania, jak obieranie jabłek obieraczką. Przy przygotowywaniu posiłków zawsze możesz znaleźć proste czynności, w które warto zaangażować dziecko. Przy okazji wspólnej pracy, warto wykorzystać sytuację i postawić na stole szklankę soku, dla siebie i dla dziecka. Wspólne gotowanie w towarzystwie smacznego i zdrowego soku z pewnością stanie się rytuałem, do którego chętnie będziecie powracać.

## Aktualności

### 21.11 Wycieczka do Papierni w Konstancinie

W tym dniu gr. III i IV pojadą do Fabryki Papieru w Konstancinie. Dzieci poznają historię papieru i papierni w Jeziornie. Dowiemy się skąd wywodzi się papier, na jakich materiałach pisano przed wynalezieniem papieru. Będziemy mieli możliwość obejrzenia maszyny papierniczej i kolejnych etapów produkcji papieru: od początku, kiedy masa papiernicza wlewana jest na sito, aż po sam koniec, czyli do papieru nawiniętego w 1 tonowe role. Czeka na nas również zajęcia praktyczne czyli własnoręczne czerpanie papieru.

### 30.11 Andrzejki w przedszkolu

W tym dniu w naszym przedszkolu odbędzie się Bal Andrzejkowy na którym nie zabraknie wróżb i konkursów. Wróżby będą przeplatane tańcami przy muzyce. Na wszystkich czek wspaniała zabawa.