

Czy jesteś nadopiekuńcza?

To dobrze, gdy rodzice są troskliwi i opiekuńczy, ale warto pamiętać, że nadmiar troski wcale dziecku nie służy.

Lęk o dziecko pojawia się zwykle jeszcze przed jego przyjściem na świat. Zastanawiamy się, czy będzie zdrowe, czy będzie się dobrze rozwijać, czy uda nam się ochronić je przed wszelkimi niebezpieczeństwami. Te naturalne obawy towarzyszą nam przez wszystkie lata jego życia. Jednak gdy naszego strachu jest zbyt dużo, zaczyna on zakłócać rozwój dziecka. Między troską i zaangażowaniem a nadmiernym lękiem o dziecko istnieje cienka granica. Jeśli rodzice nieświadomie ją przekraczają, ich dobre intencje mogą przynosić niepożądane skutki.

POZWÓL NA SAMODZIELNOŚĆ

Dzieci potrzebują naszej troski, ale nie potrzebują tego, byśmy się o nie nieustannie zamartwiali. Naszym podstawowym zadaniem jest pozwalać dziecku krok po kroku uniezależniać się od nas i stawać coraz bardziej samodzielnym. Warto obserwować je i zauważać oznaki tego, że jest gotowe zrobić kolejny krok na drodze do niezależności, że jest gotowe, byśmy podnieśli mu znowu poprzeczkę o milimetr. Warto na tej drodze dodawać dziecku odwagi, pamiętając o tym, że dla jego rozwoju równie niedobre jak odtrącanie i opuszczanie jest nadmierne chronienie go.

NIE INGERUJ NIEPOTRZEBNIE

Wystarczająco dobrzy rodzice dbają o dziecko bez ingerowania we wszystkie problemy życia codziennego. Nie wtrącają się ani w zabawy, ani w większość kłótni. Nie dobierają przyjaciół ani tematów do rozmowy. Zapewniają w domu swobodną, wolną od osądzania atmosferę, w której dziecko może budować swoje poczucie wartości.



POMÓŻ UWIERZYĆ W SIEBIE

Warto starać się koncentrować na mocnych stronach dziecka, dostrzegać jego siłę i potencjał, zwracać uwagę na to wszystko, co mu się udaje i co mu przynosi radość. Warto pomagać maluchowi rozwijać jego zdolności, nie martwiąc się tym, jak wypadła w porównaniu z innymi. Oczekiwania dostosowywać do jego możliwości, nie pobłażając mu nadmiernie, ale też nie będąc zbyt surowym.

To maluchowi pozwoli uwierzyć w siebie. Bo nic tak nie podcina skrzydeł, jak ciągła krytyka i wytykanie błędów przez tych, z których zdaniem najbardziej się liczy. To prawda, że nasze dziecko nie jest doskonałe, ale przecież nikt nie jest doskonały.

JAK SKOŃCZYĆ Z POSTAWĄ NADOPIEKUŃCZĄ?

Jeśli uznasz, że problem nadopiekuńczości w jakimś stopniu ciebie dotyczy, może pomogą ci poniższe zalecenia:

Postaraj się być świadoma momentów, kiedy zaczynasz się martwić na zapas, i powstrzymaj swoją reakcję. Jeśli nie możesz patrzeć na to, jak twój czterolatek wspina się na drzewo, poproś męża, by cię zastąpił.

Nie przejmuj obowiązków dziecka na siebie. Obiecało podlewać kwiatki w swoim pokoju? Nie robi tego? Trudno, kwiatki uschną, ale dziecko nauczy się, że jego działania (lub ich brak) mają swoje konsekwencje. Poszukaj w swoim mieście warsztatów dla rodziców lub grupy wsparcia. Kiedy spotkasz się z innymi rodzicami, zobaczysz, że wszyscy przeżywają porażki i niepowodzenia.

Staraj się unikać rad, pouczania, strofowania i narzucania dziecku swojego punktu widzenia. Im bardziej staramy się kontrolować dzieci, tym większy to wywołuje w nich opór i tym bardziej się wobec nas buntują.

Porozmawiaj z partnerem o swoich automatycznych reakcjach, kiedy nie możesz się powstrzymać i z lęku o dziecko ingerujesz w jakieś jego zachowanie.

Stwórz listę okoliczności, które najbardziej cię prowokują do takiego nadopiekuńczego działania. Pomyśl, co możesz zrobić, zamiast wkraczać do akcji (np. kiedy twoje dzieci się kłócą).

Jeśli nie umiesz się odprężyć, jeśli nie jesteś w stanie natychmiast zaradzić jakiemuś zmartwieniu dziecka - zamiast od razu zaspokajać jego potrzebę, pocieszać i „zagłaskiwać”, zadzwoń do przyjaciółki i opowiedz, co się z tobą dzieje.

Pamiętaj - gdy chodzi o nasze dzieci, często tracimy zdrowy rozsądek, jesteśmy po prostu nadmiernie zaangażowani. Jeśli czujesz, że ten problem jest naprawdę palący i zakłóca twoje dobre relacje z dzieckiem, poszukaj pomocy.

Numer 21 • październik 2011



Wycieczka na lotnisko wojskowe do Mińska Mazowieckiego i Indiańskiego miasteczka Okapi - 28 Wrzesień

Aktualności

07.10 „Kłopoty króla Borowika”

W tym dniu nasze przedszkole odwiedzi znany już wszystkim dzieciom Pan Pomidor. Dzięki bajkowemu przedstawieniu wg J. Brzechwy dzieci poznają nazwy grzybów.

10.10 od godz. 9.30 Badania przesiewowe psychologa

Pani psycholog zdiagnozuje rozwój społeczny, emocjonalny i intelektualny dzieci.

18.10 „Koziołek Matolek” wycieczka do Teatru Guliwer

Przedstawienie „Koziołek Matolek” to bardzo plastyczne, wesołe połączenie wspaniałego aktorstwa trzech kóz z teatrem cieni. Wyjazd w tym dniu jest o 8.30 – śniadanie o 8.00.

20.10 Bezpieczny Przedszkolak

Rozpoczynamy cykl zajęć z serii „BEZPIECZNY PRZEDSZKOLAK”. Jest to nowatorski program edukacyjny. Każde z zajęć trwa ok. 45 minut (w wypadku dzieci trzyletnich maksymalnie 30 min). Zajęcia mają jeden cel – jak najlepsze przekazanie dzieciom zasad bezpieczeństwa i właściwych form zachowania. Pierwsze zajęcie z cyklu: **Przedszkolak poznaje zawód policjanta, znaki drogowe i kolory ruchu ulicznego (policjant)**. Zapisy na tablicy ogłoszeń.

Konkurs na najładniejszy lampion z dyni!

Tradycją w naszym przedszkolu stał się konkurs na najładniejszy lampion z dyni. W tym roku również zapraszamy Rodziców i Dzieci do wzięcia udziału w konkursie. **Konkurs trwa od 17.10.2011r.** Rozstrzygnięcie i rozdanie nagród odbędzie się 26.10.2011.

Serdecznie zapraszamy do wspólnej zabawy.

Prywatne Przedszkole „Smyk”, ul. Orzechowa 16A, 05-501 Piaseczno- Zalesie Dolne, tel.: 022 756 92 42, www.przedszkole-smyk.com.pl

Zespół redakcyjny: Barbara Kusztal, **Opracowanie graficzne:** Tomasz Rębiś

Zagadnienia omawiane w wrześniu:

Miesiąc wrzesień dla grupy maluchów był szczególnie ważny i wyjątkowy. Pierwsze nasze wspólne kroki miały charakter poznawczy i orientacyjny. Przedszkolaki obejrzały swoją salę, łazienkę, jadalnię, szatnię i nasz piękny ogród. Przez pierwsze dni odbywały się zajęcia integracyjne. Wspólnie poznawaliśmy znajdujące się kącki zainteresowań. Dzieci brały udział w różnych zabawach ruchowych i rytmicznych, które miały na celu poznanie nowych kolegów i koleżanek. Wspólnie z rodzicami tańczyliśmy w kole i śpiewaliśmy piosenki. Nie zabrakło również zajęć plastycznych, gdzie powstały piękne sylwety kwiatów i gruszek wykonane różnymi technikami i środkami. Przez kolejne tygodnie realizowaliśmy dwa główne tematy: Pierwszy raz w przedszkolu oraz Jesień w sadzie i ogrodzie. Pierwsze zagadnienie miało na celu poznanie przez dzieci imion kolegów z grupy, zapoznanie się z kącikami zainteresowań oraz omówieniu sposobu z nich korzystania, zasady posługiwania się zabawkami, a także nauka sprzątanania i odkładania przedmiotów na swoje miejsce. Przedszkolaki również od pierwszych swoich kroków w przedszkolu uczą się odpowiedzialności, dbania o swoją salę, prawidłowego siedzenia przy stole, posługiwania się sztuczkami, zwracania

uwagi na higienę osobistą i porządek w sali. Podczas realizowania drugiego tematu dzieci zaznajomiły się z różnymi darami jesieni, jak warzywa i owoce. Miały możliwość poznania ich różnymi zmysłami, jak: dotyk, wzrok, smak, węch. Odkrywanie nowych smaków i możliwość przygotowania samodzielnego posiłku sprawiała im wielką radość. Przez cały ten okres dzieci również uczestniczyły w licznych zajęciach oraz poznawały nowe piosenki i zabawy, które miały na celu rozbudzenie ich śmiałości, wypowiedzenia swoich myśli i emocji. Dużą przyjemność sprawiają także wszelkiego rodzaju gry i zabawy odbywające się w naszym ogrodzie. Dzieci korzystają z różnych atrakcji znajdujących się na placu zabaw oraz jako mali odkrywcy poznają dotąd nieodkryte zakątki naszego przedszkola. Nasz pierwszy wspólny miesiąc przyniósł dużo radości, uśmiechu, a przede wszystkim upłynął pod znakiem nowych sympatii i przyjaźni. Kolejne tygodnie zapowiadają się również ciekawie i interesująco. Tak dalej!!!



Miesiąc wrzesień przywitał gr. III letnim jeszcze trochę wakacyjnym nastrojem. Pierwsze dni upłynęły nam na wakacyjnych wspomnieniach i odświeżaniu przyjaźni. W miesiącu wrześniu pierwszym realizowanym tematem było „Znowu w przedszkolu”. W zakresie tego tematu ustaliliśmy kontrakt grupowy, a także podzieliłymi się obowiązkami w dbaniu o porządek i wystrój sali. Przypomnieliśmy sobie także zasady bezpiecznej zabawy w sali i w ogrodzie przedszkolnym, jak i poza terenem przedszkola np. w czasie spacerów. Drugim tematem m-ca września było „Podajmy sobie ręce w zabawie i piosenkę”. Temat ten miał na celu

dzieciom wagi przyjaźni i tolerancji, tego iż każdy z nas jest inny i tego, iż każdy człowiek ma swoją wartość, zalety i wady. W czasie tego tematu poznaliśmy również zwyczaje i obrzędy charakterystyczne dla innych kultur. Stworzyliśmy także przedszkole „Naszych marzeń” z papieru, kleju i farb. „Nadeszła jesień” to tytuł trzeciego tematu. Dzieci już potrafią nazywać drzewa i rozpoznają je po liściach. Rozumieją określenie grzyby jadalne i niejadalne, a także potrafią wymienić potrawy i przetwory sporządzone z grzybów. W obrębie tego tematu dzieci wykonały śliczne jeże z liści i igieł sosny, a także stworzyły piękne drzewa z talerzy papierowych, kartonów i farb. Miesiąc wrzesień był dla nas okresem postrzegania zmian w nas samych, w innych i w naszym otoczeniu. Przez cały czas towarzyszyła nam dobra zabawa i uśmiech na ustach, miejmy nadzieję, iż kolejne miesiące przyniosą nam tyle samo uśmiechu i dobrego samopoczucia.



No i stało się! Nowy rok szkolny 2011/2012 uważamy za otwarty! Będziemy wspólnie spędzać dni na zabawie i nauce, ciekawym poznawaniu świata i samych siebie. Rok szkolny w grupie dzieci 4 letnich rozpoczął się bardzo sympatycznie. Na dzieci czekała nowa sala, nowe zabawki. Grupa II liczy 13 dzieci. Dzieci szybko zaadaptowały się do nowej sytuacji. Pierwszy temat realizowany we wrześniu, to „Znowu w przedszkolu”. W zakresie tego tematu rozwijaliśmy umiejętność zgodnego współdziałania w grupie,



a także przestrzegania określonych zasad zgodnego funkcjonowania. Dzieci poznały także zasady bezpieczeństwa na terenie przedszkola i placu zabaw. Kolejny temat to „Jesienne dary”. Podczas realizowania tego tematu dzieci rozpoznawały i nazywały wybrane warzywa, rozróżniały je za pomocą wzroku, dotyku, smaku i zapachu. Wyrabialiśmy w sobie także prawidłowe nawyki żywieniowe, poprzez zachęcanie do jedzenia surówek. Podczas częstych spacerów mieliśmy okazję zaobserwować zmiany zachodzące w przyrodzie jesienią a także doskonalić chodzenie w parach. Spacerowanie nie tylko uwarściło nam na piękno jesiennej przyrody ale stworzyły również okazję do eksperymentowania z kolorami w działalności plastycznej. Za nami pierwsza poważna wycieczka do Mińska Mazowieckiego i indiańskiej wioski Okapi City. Dzieci były bardzo dzielne i jak widać na zdjęciach świetnie się bawiły. Przed nami kolejne ważne wyzwania-przygotujemy się do przedstawienia „Jesienny świat”.

Wrzesień był pełen radości, uśmiechu i zapału do pracy. Starszaki pewnym krokiem przekroczyły próg świetnie znanego im miejsca, gdzie po wspólnie spędzonych trzech latach czują się jak w domu. Oprócz nowej sali i zabawek czekały na dzieci nowe wyzwania. Przywitaliśmy także dwóch nowych kolegów Kacperka i Kubu- będą czuli się tutaj dobrze, a także przyjaźnią się z resztą grupy. Głównym celem na ten rok jest diagnozowanie i osiąganie dojrzałości szkolnej w różnych sferach rozwoju. Tematy realizowane we wrześniu:

1. „Witajcie w przedszkolu”
 2. „Droga do przedszkola”
 3. „Nadchodzi jesień”
- Celem pierwszego tematu było współtworzenie przyjaznej atmosfery w grupie, stworzenie jak najlepszych warunków do zaadoptowania się w grupie nowym dzieciom. W pierwszym tygodniu zajęliśmy się urządzaniem sali, kącika przy-

rody, ustalając odpowiednie miejsca na dane rzeczy oraz znaczki rozpoznawcze, wszystkie dzieci robiły to z wielkim zaangażowaniem i wzbogaciły nasz kącik o wiele pięknych eksponatów jesiennych. Na podstawie opowiadania „Zabawa Tygryśka” ustaliliśmy wspólnie kodeks obowiązujący w naszej grupie. Drugi temat dotyczył najważniejszego aspektu czyli bezpieczeństwa-utrwaliliśmy podstawowe zasady pieszego i kołowego ruchu drogowego a także bezpieczeństwa w domu, przedszkolu i na ulicy. W tym celu udaliśmy się na pobliskie przejście dla pieszych, gdzie dzieci przechodziły „egzamin” z poruszania się po ulicy. Dzieci z wielką radością obejrzały także spektakl na temat bezpieczeństwa „Mądry miś po szkodzie”, z którego wyciągnęły wiele cennych wskazówek. Trzeci temat jest jednym z najciekawszych w roku, ponieważ daje nam niesamowite możliwości tworzenia prac plastycznych z materiału przyrodniczego, którym nas obdarzyła piękna jesień. W zakresie tego tematu dzieci oglądały i nazywały drzewa w pobliskim otoczeniu. Poznawały wybrane grzyby jadalne (borowik, kurka, maślak, koźlak i niejadalne (muchomor sromotnikowi). W zakresie przygotowania do nauki czytania i pisania rozwijaliśmy spostrzegawczość wzrokową poprzez poznawanie zapisu swojego imienia oraz imion kole-

gów i koleżanek a także poprzez zainteresowanie ilustracją i tekstem; usprawnianiem ręki piszącej poprzez ćwiczenia grafomotoryczne jak i samo rysowanie czy malowanie i wycinanie. Wielką atrakcją dla dzieci była wycieczka na lotnisko wojskowe w Mińsku Mazowieckim oraz miasteczku „Okapi”.

