

**MIEJSKIE PRZEDSZKOLE NR 9 IM. JANA BRZEC HWY
W JAROSŁAWIU**

„PRZEDSZKOLE ZDROWE I TWÓRCZE PRZYJAZNE DZIECIOM I RODZICOM”

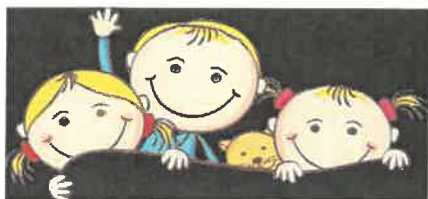
**BIULETYN PRZEDSZKOLNY DLA RODZICÓW I DZIECI
MARZEC 2022**



Drodzy Rodzice !

Pragniemy zachęcić Was do czytania nowego numeru naszego biuletynu informacyjnego. Wierzymy, że Każdy znajdzie w nim coś interesującego dla Siebie.

&



Z życia przedszkolaka ☺

Minął luty, a wraz z nim...

„Dzień Babci i Dziadka”

W Miejskim Przedszkolu Nr 9 im. Jana Brzechwy uroczystie obchodzono Dzień Babci i Dziadka. Dzieci zaprezentowały się podczas recytacji wierszyków, śpiewu piosenek, tańców. W czasie pandemii uroczystości odbywały się bez udziału dziadków w placówce, ale poprzez piękne programy artystyczne przygotowane w formie online dziadkowie mogli podziwiać swoje wnuczeta.



8 luty – „Dzień Bezpiecznego Internetu”

"DZIEŃ BEZPIECZNEGO INTERNETU" 🌐 w połączeniu z działaniami w ramach akcji "Dzieci uczą Rodziców" 🧑👤👤

Dzieci dowiedziały się co to jest Internet - ile przynosi korzyści i jak powinno się z niego korzystać w bezpieczny sposób. Na koniec dzieci wykonały plakat podsumowujący wiedzę na temat świata wirtualnego i Internetu, która pozyskały i utrwaliły podczas zajęć 🌐🌐📱📺📺📺📺📺📺



24 luty – spotkanie z dietetykiem „Zasady prawidłowego odżywiania się dzieci”

Nasze przedszkole odwiedziła pani dietetyk, która przedstawiła prezentację dotyczącą zdrowego odżywiania oraz zdrowego trybu życia.

Każda z grup, wykonała pracę plastyczną, klasyfikując produkty zdrowe oraz te, które nie służą naszemu zdrowiu. Obrazki z produktami zdrowymi dzieci kleiły na kolorowe talerze, a niezdrowe poza nim. Pani dietetyk pogratulowała wszystkim dzieciom prawidłowego wykonania prac.



Nadchodzące wydarzenia... co nas czeka?

8 marca - Dzień Kobiet



Dzień Kobiet to coroczne święto kobiet obchodzone 8 marca jako wyraz szacunku dla ofiar walki o równouprawnienie kobiet. Jest to święto stosunkowo długiej tradycji, ponieważ ustanowione zostało w 1910 r., a więc ponad 100 lat temu. Ruchy robotnicze w Europie oraz Ameryce Północnej stanowią korzenie Międzynarodowego Dnia Kobiet. Pierwszy raz święto obchodzono 28 lutego 1909 r. w Stanach Zjednoczonych. W 1910 r. Międzynarodówka Socjalistyczna ustanowiła obchodzony na całym świecie Dzień Kobiet, który miał służyć rozpowszechnianiu idei równości kobiet i mężczyzn oraz poszanowaniu praw kobiet (w tym wyborczych). Współcześnie Dzień Kobiet jest oficjalnym świętem w kilkudziesięciu krajach świata, mimo że nie wszędzie obchodzony jest 8 marca, np. w Tunezji Święto Kobiet obchodzone jest 13 sierpnia. W Polsce Dzień Kobiet stał się szczególnie popularny w czasach PRL. Tak wtedy, jak i dziś jest to dobra okazja do obdarowania kobiet kwiatami, słodyczami oraz innymi podarunkami.

20 marca - Początek astronomicznej wiosny

Pierwszy dzień astronomicznej wiosny przypada corocznie w czasie tzw. równonocy wiosennej. W 2019 r. pierwszy dzień wiosny wypada w dniu 20 marca (podobnie będzie również przez kolejnych kilkadziesiąt lat). Z rozpoczęciem wiosny wiążą się takie zwyczaje jak m.in. topienie Marzanny, czy też szkolne wagary. Wiosna kończy się wraz z przesileniem letnim i nadejściem pory letniej.

Symbolika wiosny

W większości kultur początek wiosny nierozzerwalnie wiąże się z symboliką budzącego się po zimowym uśpieniu życia. Jest to wynik naturalnych zjawisk zachodzących w przyrodzie w okresie wiosennym, takich jak stopniowe zwiększanie aktywności zwierząt zapadających w sen zimowy, pojawianie się ptaków powracających po okresie zimowym z cieplejszych rejonów świata, wypuszczaniu pędów, liści i kwiatów przez rośliny czy też początek prac rolnych na polach uprawnych.

Tradycje towarzyszące początkowi wiosny

Jednym z głównych obyczajów kojarzonych z początkiem wiosny jest topienie wykonanej ze słomy i specjalnie przystrojonej kukły, przedstawiającej Marzannę – słowiańską boginię zimy i śmierci (w dawniejszych czasach występował również zwyczaj podpalenia Marzanny, poprzedzający jej utopienie). Akt ten miał podkreślić zakończenie pory zimowej i przyjście wiosny, a wraz z nią narodzenie się nowego życia. Obecnie tradycja topienia Marzanny kultywowana jest głównie w ramach życia szkolnego i związana jest bezpośrednio z datą 21 marca (stanowiącą Święto Wiosny), stanowiącą kalendarzowy początek wiosny. Innym, bezpośrednio związanym ze szkołą zwyczajem, jest umyślne opuszczanie w dniu Święta Wiosny zajęć lekcyjnych przez uczniów, nazywane wagarowaniem.



Powitanie wiosny

*Leci pliszka
spod kamyczka:
- Jak się macie dzieci?
Już przybyła
wiosna miła,
już słoneczko świeci!*

*Poszły rzeki
w świat daleki,
płyną het - do morza;
A ja śpiewam,
a ja lecę,
gdzie ta ranna zorza!*

M. Konopnicka



Poczytaj swojemu dziecku...

WKŁADKA DLA MAMY, TATY, BABCI i DZIADKA



Marzec

*To marcowi zima w głowie,
to wiosenne harce.
Chce być lutym, albo kwietniem,
byleby nie marcem!*

*Śniegiem prószy, a po śniegu
deszczem tnie ukośnie.
Czy to wiosna? Czy to zima?
Po prostu przedwiośnie.*

*Choć z dniem każdym
coraz wcześniej
słoneczko rozbłyśnie,
choć z pod śniegu się wychyla
najpierwszy przebiśnieg,
marzec boczy się na wiosnę,
marzec już nie czeka
i lodowa kra odpływa
po zbudzonych rzekach.*

J.Ficowski



„Kiedy twoja złość krzywdzi dziecko. Skąd się bierze złość i jak jej zaradzić”

To poczucie ważności jest dla dziecka podstawowym źródłem bezpieczeństwa. Dlatego wszystko, co robi – również to, czego rodzice nie pochwalają – robi, żeby znaleźć swoje miejsce w rodzinie i poczuć się w niej kimś ważnym. Już od najmłodszych lat dzieci obserwują swoich bliskich, żeby odkryć, jak zdobyć ich akceptację, i rozwijają w tym celu różne strategie. Zależą one od wielu czynników, między innymi zdolności, doświadczeń, otoczenia i pozycji dziecka w rodzinie. Dzieci są zazwyczaj doskonałymi obserwatorami. Niestety, ich interpretacja zdarzeń nie zawsze bywa właściwa, co może prowadzić do błędnych przekonań na temat tego, jak stać się kimś ważnym dla bliskich.

Miejsce w rodzinie

Weźmy przykład Briana. Kiedy miał cztery lata, urodziła się jego młodsza siostra. Słusznie zaobserwował, że najwięcej uwagi poświęcano jej wtedy, gdy płakała lub brudziła pieluchy. Wiedział, że uwaga poświęcana siostrze kiedyś należała do niego, i sądził – błędnie – że po jej urodzeniu stracił swoje miejsce w rodzinie. Chciał więc znaleźć sposób na odzyskanie poczucia ważności dla bliskich. Zaczął więc zachowywać się w ten sposób – co w oczach rodziców wyglądało na „złe zachowanie” albo „cofnięcie się w rozwoju”. **Duży wpływ na dziecko, które walczy o swoją pozycję, ma rodzina: wartości i przekonania jej członków.**

Rodzina Briana ceniła wysoko wykształcenie – co w różny sposób komunikowano dziecku. Po pewnym czasie Brian wyrobił sobie zdanie – znowu błędne – że jedynym sposobem bycia kimś ważnym dla rodziców jest być we wszystkim najlepszym. Jego myśli i obawy zaczęły krążyć wokół własnej doskonałości w szkole i zabawie, co być dla niego drogą do uzyskania poczucia przynależności. Z kolei kiedy młodsza siostra Briana,

podrosła, jej brat grał już w rodzinie rolę „dobrego ucznia”. Becky widząc jednak, ile go to kosztuje, postanowiła, że nie będzie się aż tak trudzić. I skoro rola dobrego ucznia była już zajęta, jej pozostała jedynie rola złego – takiego, który mimo swej inteligencji nie przynosi dobrych ocen ze szkoły. Rola ta odpowiadała też jej temperamentowi, bowiem była dzieckiem łatwo tracącym koncentrację i niezbyt wytrwałym w działaniach. Być może gdyby miała inny temperament, spróbowałaby prześcignąć starszego brata i pozbawić go jego pozycji w rodzinie.

Dzieci rozkwitają, gdy mogą czuć swoją ważność i przynależność do rodziny. Trzyletni Artur ma właśnie takie poczucie. Gdy jego tata pracuje w ogrodzie, bierze swą małą łopatkę i pomaga mu kopać. Pomaga mamie wybierać warzywa na obiad i przynosi je do stołu, a mama podaje je do obiadu. Kiedy kończy jedzenie, dziękuje i odnosi talerz do kuchni. Rodzice doceniają pomoc Artura i otwarcie wyrażają przy nim swoje uznanie. W takich warunkach Artur może znakomicie się rozwijać. Niestety, dzieciom bardzo łatwo przeszkodzić w próbach znalezienia ważnego miejsca rodzinie. **Wtedy czują desperacką potrzebę bycia kimś ważnym dla rodziców, ale nie potrafią znaleźć sposobu na jej spełnienie.** Trzyletnia Sara jest właśnie na najlepszej drodze do tego. Zawsze kiedy chce pomóc swojej mamie w pracach domowych, słyszy: „Nie”. Jest za mała, żeby trzymać miotłę – twierdzi matka. Potłucze zastawę, jeśli weźmie się za jej wycieranie. Narobi bałaganu w kuchni. Kiedy zaś sprawdza granice swoich rodziców, bywa krytykowana i karana. Sprawia to, że czuje się złym dzieckiem. Sara zauważa, że jej wkład w życie rodzinne nie jest dostrzegany ani doceniany. W żaden sposób nie czuje się ważną osobą dla rodziców ani nie ma poczucia silnego przynależenia do rodziny. Gdy zawodzą starania dziecka o akceptację rodziców poprzez własny wkład we wspólne życie, musi ono znaleźć alternatywną drogę zaspokojenia swych fundamentalnych potrzeb bezpieczeństwa, pewności i poczucia własnej wartości.

Może się to zazwyczaj dziać na trzy sposoby: sfrustrowane dziecko stara się przyciągnąć uwagę rodziców, próbuje zdobyć pewną władzę w rodzinie albo – jako ostatnia deska ratunku – chce się na nich odegrać.

1. Uwaga rodziców

Kiedy Sara nie jest w stanie zdobyć uznania dla swoich wysiłków pozytywnego wkładu w życie rodzinne, może próbować drogi odwrotnej:

złego zachowania jako skuteczniejszego sposobu zwrócenia na siebie uwagi. **Walka o uwagę dla samej uwagi zajmuje wtedy miejsce pozytywnego celu, jakim był wkład we wspólne życie.** Będąc w centrum zainteresowania, Sara ma poczucie, że zyskała pewną ważność. To błędne przekonanie zaczyna kierować całym jej zachowaniem. Desperacko stara się ściągnąć na siebie uwagę wszystkich i rozwija umiejętność wywoływania rodzinnych konfliktów.

2. Władza

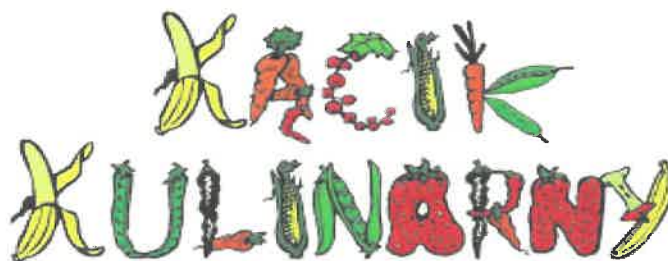
Desperackie usiłowania dziecka, by znaleźć się w centrum zainteresowania, spotykają się najczęściej z ogólną dezaprobatą. Rodzice z czasem uczą się udaremniać te próby, a więc Sara musi znaleźć inny sposób odzyskania poczucia ważności.

Widząc, że zachowanie rodziców nosi znamiona władzy, może wpasć na pomysł, że zdobycie takiej samej władzy doda jej znaczenia. Sara będzie wtedy próbowała zdobyć poczucie siły przez odrzucanie rodzicielskich próśb i negowanie domowych zasad. Niebawem życie rodzinne zamieni się w śmiertelną walkę o władzę między nią i rodzicami. Gdy Sara nie była w stanie zdobyć uznania rodziców ani przez pozytywny wkład we wspólne życie, ani ściąganie na siebie ich uwagi, walka o władzę wydała się jej jedynym wyjściem.

3. Odwet

W obliczu silnych prób podkopywania swojego autorytetu rodzice często uciekają się do zdecydowanej reakcji – nie cofając się nawet przed użyciem siły fizycznej. Gdy sytuacja rozwija się w tym kierunku, dziecko czuje się jeszcze bardziej zniechęcone. Nie powiodły się próby zyskania na znaczeniu przez władzę, tak samo jak i przez skupianie na sobie uwagi otoczenia czy wkład we wspólne życie. **Zranione i złe, że udaremnia mu się wszelkie próby działania, dziecko może uznać, że jedynym sposobem zostania zauważonym jest oddać otrzymywane ciosy.** Odwet staje się wtedy dla niego sposobem zyskania na znaczeniu. Zawsze kiedy czuje się zranione, próbuje sprawić ból swoim rodzicom.

M.Mckay, P.Fanning



*Bo gotować dobra rzecz,
zdrowo no i smacznie,
każdy z nas też chciałby
być kucharzykiem właśnie ☺*

Zachęcamy Rodziców wraz ze Swoimi Pociągami do Wspólnego przygotowania smacznych, a przede wszystkim zdrowych potraw. Tym razem proponujemy przygotowanie pysznej i zdrowej sałatki wiosennej.

„Sałatka wiosenna”

Składniki:

- pęczek rzodkiewek
- kapusta pekińska
- puszka kukurydzy
- świeży ogórek
- świeży koperek

- Dressing:
- 1 łyżka majonezu
- pół kubeczka kwaśnej śmietany
- 2 łyżki maślanki
- łyżeczka musztardy
- sól, pieprz do smaku

Przygotowanie sałatki:

Warzywa umyć, rzodkiewkę i ogórek pokroić w plasterki. Kapustę posiekać w drobne paseczki. Koperek posiekać. Wrzucić do miski, dodać odsączoną kukurydzę z puszki. Składniki na dressing wymieszać i połączyć z sałatką.

Gotowe i smacznego!

10 przykazań Janusza Korczaka dla Rodziców



1. **Nie psuj mnie.** Dobrze wiem, że nie powinienem mieć tego wszystkiego, czego się domagam. To tylko próba z mojej strony.
2. **Nie bój się stanowczości.** Właśnie tego potrzebuję – poczucia bezpieczeństwa.
3. **Nie bagatelizuj moich złych nawyków.** Tylko Ty możesz mi pomóc zwalczyć zło, póki jest to jeszcze w ogóle możliwe.
4. **Nie rób ze mnie większego dziecka, niż jestem.** To sprawia, że przyjmuję postawę głupio dorosłą.
5. **Nie zwracaj mi uwagi przy innych ludziach, jeśli nie jest to absolutnie konieczne.** O wiele bardziej przejmuję się tym, co mówisz, jeśli rozmawiamy w cztery oczy.
6. **Nie chroń mnie przed konsekwencjami.** Czasami dobrze jest nauczyć się rzeczy bolesnych i nieprzyjemnych
7. **Nie wmawiaj mi, że błędy, które popełniam, są grzechem.** To zagraża mojemu poczuciu wartości.
8. **Nie przejmuj się za bardzo, gdy mówię, że Cię nienawidzę.** To nie Ty jesteś moim wrogiem, lecz Twoja miazdząca przewaga!
9. **Nie zwracaj zbytnej uwagi na moje drobne dolegliwości.** Czasami wykorzystuję je, by przyciągnąć Twoją uwagę.
10. **Nie zrzedź.** W przeciwnym razie muszę się przed Tobą bronić i robię się głuchy.

Zapraszamy do odwiedzania strony internetowej naszego przedszkola:

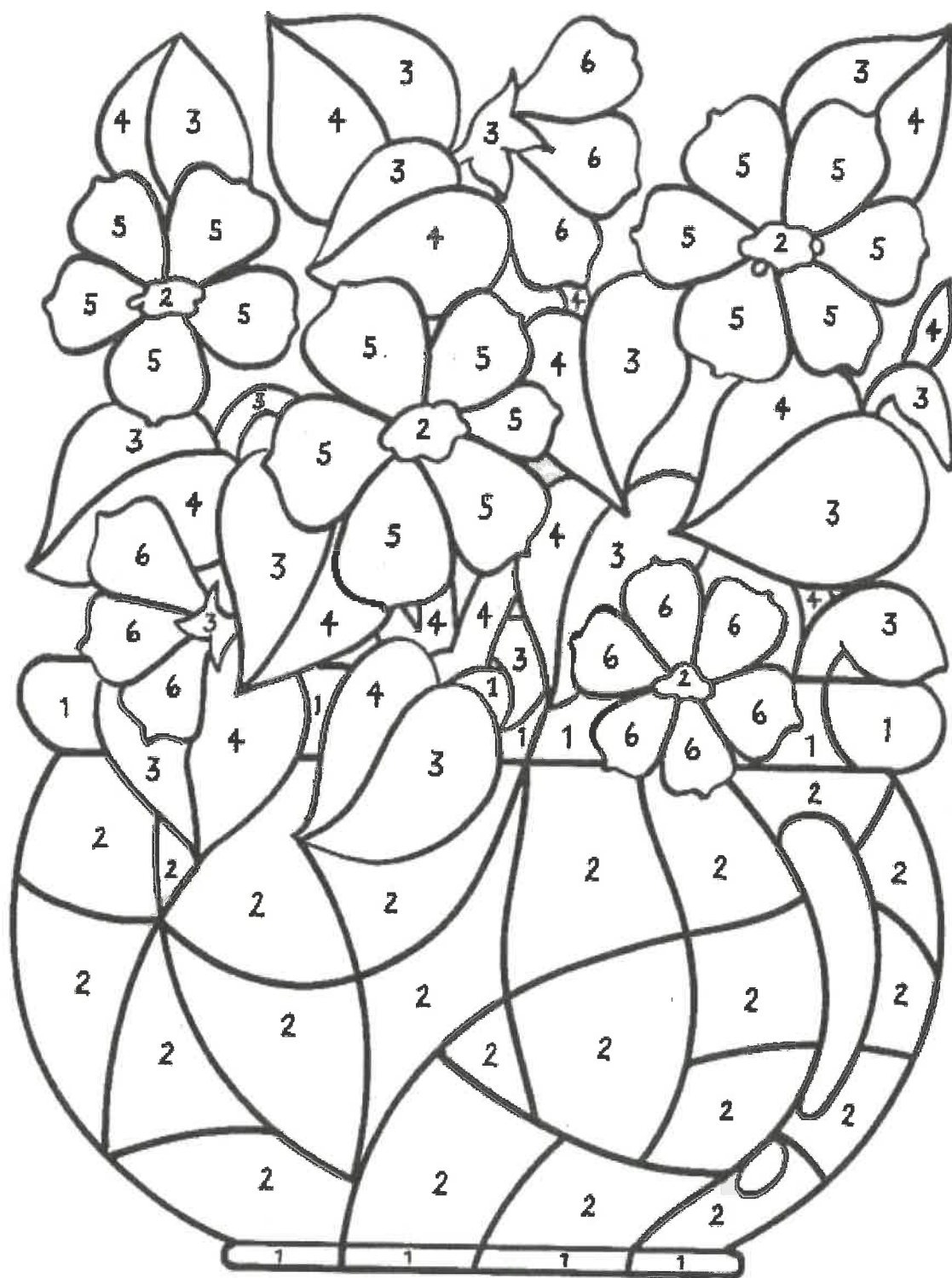
adres: www.mp9brzechwa.jaroslav.pl

Proponujemy do gazetki prosimy przysyłać na adres :

iness229@interia.pl

red. gazetki: A. Szkoła

WIOSENNE KWIATY



1. Czerwony 2. Żółty 3. Jasny Zielony 4. Ciemny Zielony 5. Niebieski 6. Fioletowy