



Kasztanowe Wieści

Z ostatniej chwili

Od początku roku szkolnego minęły dopiero dwa miesiące, a wszyscy już zapomnieli o wakacjach! Powodem mogły być liczne atrakcje, jakie nasze Przedszkole zaserwowało dzieciom!

👁 Przed wszystkim przyjęliśmy w poczet Przedszkolaków nowe Żabki! Na swoim pasowaniu śpiewały piosenki oraz tańczyły, a co najlepsze- wciągnęły w to swoich Rodziców! Życzymy im wielu sukcesów w ciągu przedszkolnych lat!

👁 Bawiliśmy się w Sali zabaw „Fikołki”, gdzie dzieci nie tylko się nie męczą, lecz również nabierają większej energii! Wie o tym każdy, kto wracał z nimi z takiej imprezy!

👁 Byliśmy na spektaklu „Detektyw Pozytywka” w Centrum Kultury i Sportu w Pruszkowie!

👁 Świątowaliśmy ważne dla Przedszkolaków wydarzenia:

-Dzień Kropki- 15.IX.;

-Dzień Przedszkolaka- 20.IX.;

-Pierwszy Dzień Jesieni- 23.IX.;

-Dzień Jabłka- 28.IX.;

-Dzień Kasztana- 3.X.;

-Dzień Drzewa- 10.X.;

-Dzień Edukacji Narodowej- 14.X.;

👁 Braliśmy aktywny udział w koncertach muzycznych grupy Bella Musica z udziałem skrzypiec i klarnetu!

O tych i innych akcjach możecie Państwo przeczytać na stronie internetowej: www.przedszkolepodkasztanem.pl Zapraszamy!

Wśród złotych liści i złotych krzaków
Jesień się huśta w złotym hamaku.

O! Złoty hamak tak rozhuśtała,
że wszystkie liście z drzew postrącała!
I wszystkie ptaki gdzieś odleciały,
bo się hamaka złotego bały.

Martwi się Jesień:

- To moja wina!

Teraz przez hamak nadejdzie Zima!

D. GELLNER



W tym numerze:

Z ostatniej chwili	1
Ekran a przedszkolaki	2
Rodzinny dobrostan	3
Gumowe ucho nadaje	4

Ekran a przedszkolaki

W dzisiejszym świecie technologia jest wszechobecna, a dzieci coraz wcześniej mają kontakt z urządzeniami mobilnymi. Jako rodzice, zastanawiamy się, jakie konsekwencje niesie za sobą spędzanie czasu przed ekranem i jakie alternatywy możemy zaoferować naszym przedszkolakom. Poniżej przedstawiamy zalety i wady korzystania z telefonów i tabletów oraz pomysły na aktywności bez ekranów.

Zalety spędzania czasu przed ekranem

1. **Edukacja:** Wiele aplikacji i gier edukacyjnych rozwija umiejętności poznawcze, takie jak liczenie, czytanie czy rozpoznawanie kształtów. Dzieci mogą uczyć się poprzez zabawę, co często jest bardziej atrakcyjne niż tradycyjne metody.
2. **Rozwój umiejętności cyfrowych:** W dzisiejszym świecie umiejętność obsługi technologii jest niezbędna. Zajęcia na tabletach mogą pomóc dzieciom oswoić się z urządzeniami, co może być przydatne w przyszłości.
3. **Kreatywność:** Istnieją aplikacje, które pozwalają na tworzenie rysunków, muzyki czy animacji. Dzieci mogą rozwijać swoją wyobraźnię i twórcze myślenie.

Wady spędzania czasu przed ekranem

1. **Ograniczenie aktywności fizycznej:** Zbyt dużo czasu spędzanego przed ekranem prowadzi do siedzącego trybu życia, co może skutkować problemami zdrowotnymi, takimi jak otyłość.
2. **Problemy z koncentracją:** Długotrwałe korzystanie z urządzeń mobilnych może negatywnie wpływać na zdolność koncentracji i uwagi u dzieci, co może przejawiać się w trudności w nauce i zabawie.
3. **Interakcje społeczne:** Ekran może ograniczać interakcje z rówieśnikami i rodziną. Dzieci spędzające zbyt dużo czasu przed ekranem mogą mieć trudności w nawiązywaniu relacji i komunikacji.

Alternatywy dla czasu spędzanego przed ekranem

Aby zrównoważyć czas ekranowy, warto wprowadzić różnorodne aktywności bez użycia technologii:

1. **Zabawy na świeżym powietrzu:** Spacer, jazda na rowerze czy gra w piłkę to doskonałe sposoby na aktywność fizyczną oraz naukę współpracy i rywalizacji.
2. **Książki i opowiadania:** Czytanie książek rozwija wyobraźnię i wzbogaca słownictwo. Możecie wspólnie tworzyć opowiadania, co będzie wspaniałą zabawą i ćwiczeniem kreatywności.
3. **Zajęcia plastyczne:** Malowanie, rysowanie, lepienie z plasteliny to świetne sposoby na rozwijanie zdolności manualnych i artystycznych.
4. **Gry planszowe i układanki:** Te formy zabawy sprzyjają rozwojowi logicznego myślenia, strategii i współpracy w grupie.
5. **Gotowanie i pieczenie:** Wspólne przygotowywanie posiłków to doskonała okazja do nauki o zdrowym odżywianiu, a także rozwijania umiejętności praktycznych.

Spędzanie czasu przed ekranem ma swoje zalety, ale warto pamiętać o umiarze i równowadze. Wprowadzenie aktywności bez technologii pomoże rozwijać dziecięce umiejętności społeczne, kreatywność i kondycję fizyczną. Zachęcajmy nasze przedszkolaki do różnorodnych form spędzania czasu, aby mogły w pełni cieszyć się dzieciństwem!

Rodzinny dobrostan

W dzisiejszym szybkim świecie, troska o dobrostan rodziny staje się coraz ważniejsza. Dzieci w wieku przedszkolnym, będące w kluczowym okresie rozwoju, potrzebują stabilnego i kochającego środowiska, aby zdrowo się rozwijać. Oto kilka sposobów, jak można dbać o rodzinny dobrostan.

1. Czas spędzony razem

Jednym z najważniejszych elementów budowania więzi rodzinnych jest wspólnie spędzany czas. Codzienne rytuały, takie jak wspólne posiłki, zabawy czy czytanie przed snem, pomagają w tworzeniu silnych relacji. Starajcie się znaleźć chwilę na rozmowę o minionym dniu, co pozwala dzieciom czuć się słuchanymi i ważnymi.

2. Aktywność fizyczna

Zachęcanie dzieci do aktywności fizycznej jest kluczowe dla ich zdrowia i samopoczucia. Regularne spacery, wycieczki rowerowe czy rodzinne gry w parku nie tylko sprzyjają aktywności, ale również budują zespół. Wspólne uprawianie sportu uczy dzieci współpracy i zdrowej rywalizacji.

3. Wspieranie emocjonalne

Wiek przedszkolny to czas intensywnych emocji. Ważne jest, aby rodzice uczyli dzieci, jak rozpoznawać i wyrażać swoje uczucia. Zachęcajcie do rozmowy o tym, co je martwi, cieszy lub złości. Pokazujcie, że wszystkie emocje są naturalne i ważne. Możecie także wykorzystać bajki czy gry do omawiania emocji.

4. Rytm dnia

Dzieci potrzebują struktury, aby czuć się bezpiecznie. Ustalcie rytm dnia, który będzie przewidywalny, ale jednocześnie elastyczny. Regularne pory snu, posiłków oraz zabawy pomagają dzieciom w zrozumieniu, co nastąpi później, co może zmniejszyć ich lęk i niepewność.

5. Zdrowe nawyki żywieniowe

Zbilansowana dieta jest fundamentem dobrego samopoczucia. Wprowadzenie zdrowych nawyków żywieniowych już w przedszkolu kształtuje preferencje żywieniowe na przyszłość. Wspólne przygotowywanie posiłków może być nie tylko nauką, ale również doskonałą zabawą.

6. Czas na relaks

Nie zapominajcie o znaczeniu odpoczynku i relaksu. Dzieci, podobnie jak dorośli, potrzebują czasu na regenerację. Ustalcie wspólne chwile, kiedy wszyscy możecie się zrelaksować, czy to poprzez medytację, wspólne czytanie, czy po prostu ciche siedzenie.

7. Tworzenie wspólnych tradycji

Tradycje rodzinne, takie jak wspólne wyjazdy, świętowanie urodzin czy przyrządzanie potraw na specjalne okazje, wzmacniają poczucie przynależności. Takie momenty stają się pięknymi wspomnieniami, które dzieci będą pielęgnować przez całe życie.

Dbanie o rodzinny dobrostan to proces, który wymaga zaangażowania i czasu, ale przynosi wymierne korzyści. Wspieranie dzieci w rozwoju emocjonalnym, tworzenie zdrowych nawyków oraz pielęgnowanie relacji rodzinnych to kluczowe elementy, które z pewnością przyniosą radość i harmonię w każdym domu. Pamiętajcie, że to, co robicie dziś, ma ogromny wpływ na przyszłość waszych dzieci!



Przedszkole Miejskie Nr 4
"Pod Kasztanem"
Pruszków, 05-8
ul. Bolesława Prusa 27

Tel.: 22-758-89-29
E-mail: pm4@miasto.pruszkow.pl
Strona:
www.przedszkolepodkasztanem.pl

Gazetkę redagują:
Marzena Mączyńska
Olga Biedrzycka
Agnieszka Tuszyńska

Pan Listopad idzie do nas,
worek duży trzyma.
Płaszcz podarty, buty stare oraz groźna mina.
- Co nam niesiesz Listopadzie?
- Deszcz i ciemne chmury.
Wiatr, co liście kolorowe podnosi do góry.
Chłody z rana i wieczorem, coraz krótsze dni.
Oraz jeża, który w liściach, zagrzebany śpi.

D. Kossakowska

Gumowe ucho nadaje!

Na zajęciach Pani pyta dzieci:

- Jak chcemy kupić butki to gdzie idziemy?
- Do piekarni- odpowiadają dzieci.
- A jak chcemy kupić książki?
- Do księgarni!
- A jak chcemy zreperować buty?
- Do buciarni!

Na spacerze dzieci poznają znaki drogowe.

Pani wskazuje na „Agatkę”- znak z dziewczynką z lizakiem i pyta:

- O czym nas informuje ten znak?
- Że dziewczynki mają balony!- krzyczy Maja.

-Kto pracuje w cukierni?- pyta nauczycielka.

-Cukrzyk!- krzyczą Sówki.

Podczas obiadu Ewelina nagle wstaje od stołu.

- Co się stało?- pytają dzieci.
- Wylałam zupę- tłumaczy się dziewczynka.
- Takie życie, Ewelina- mówi smętnie Mirek- takie życie...

