

Przedszkolaczek

Gazetka Przedszkola

nr 26

w Chorzowie



Numer 5

Redaguje: Magdalena Łukaśiuk

Dominika Jędrzej

Basia Redo – Górczyńska

Kącik dla rodzica....

Tata nie wraca – czyli skutki nieobecności ojca w życiu dziecka

Scenariusz życia bez taty nie jest niczym nadzwyczajnym dla współczesnego społeczeństwa. Rodzice zwykle nie zastanawiają się, w jaki sposób odbija się to na najmłodszych, którzy według nich są obok, a nie w centrum wydarzeń.

Według dziennika „Rzeczpospolita” w naszym kraju „3 mln dzieci wychowuje się bez ojców, a blisko 100 proc. rozwodów kończy się faktycznym pozbawieniem dziecka ojcowskiej opieki”. Rzadko wówczas dorośli myślą o dzieciach i ich emocjach, które dopiero się kształtują.

Nieobecność też wiąże się z emocjami

Zarówno obecność rodzica, jak i jego nieobecność w życiu dziecka wiąże się z emocjami. Chociaż dorośli często zdają się o tym zapominać. Uczucia u małego człowieka kształtują się już w życiu płodowym, pomimo że nie ma wyraźnej granicy związanej z umiejętnością przeżywania przez dziecko stanów emocjonalnych. Wszystkie przeżycia malucha towarzyszą rozwojowi poznawczemu. Dziecko, rozwijając procesy poznawcze, rozwija odczucia dotyczące tych przeżyć.

Proces kształtowania emocji trwa od początku do końca życia człowieka. To tak zwana dojrzałość emocjonalna do pewnych progów stawianych przez życie. „W nauce nazywa się to progami rozwojowymi” – mówi doktor Izabela Krauze psycholog z Centrum Usług Psychologicznych.

Rodzicielska dojrzałość

Więź emocjonalna z rodzicami jest dla dziecka bardzo ważna i dotyczy obojga rodziców. Brak ojca może być jedną z przyczyn trudności w budowaniu trwałych relacji w dorosłym życiu. Ale nie jedyną. Relacje emocjonalne dorosłego człowieka zależą bowiem od całości doświadczeń emocjonalnych dziecka. „Doświadczenia te są bardzo różne i nie można wskazywać tylko na jeden rodzaj przyczyn trudności emocjonalnych u dzieci, jakim jest nieobecność czy utrata jednego z rodziców w jakiegokolwiek formie” – dodaje doktor Krauze.

Kierowanie dzieckiem, które jest skazane na brak kontaktów z ojcem wymaga dużej dojrzałości matki, która dziecko wychowuje. Jeśli jest ona osobą dojrzałą do pełnienia roli rodzicielskiej, będzie potrafiła dziecko przygotować do jego dorosłego życia. „Dojrzały rodzic to taki, który sam potrafi uporać się ze swoimi problemami emocjonalnymi. Rodzic ten jest świadomy swojego rodzicielstwa i kieruje się interesem dziecka, a nie własnym. Poprzez swoje doświadczenia i umiejętność wychodzenia z różnych życiowych sytuacji, pokazuje dziecku, że trudne sprawy można rozwiązywać” – tłumaczy doktor Krauze.

Samotna matka i model męskości

Dziecko pochodzące z rozbitej rodziny nie musi powtarzać i naśladować tych wzorców, które zna. Wiele zależy od emocji dorosłego człowieka, które są przekazywane dziecku. Jeśli dziecko jest wychowywane przez matkę i owa matka jest skoncentrowana na sobie i swoim bólu, odbije się to na wychowaniu jej dziecka, które w mniejszym lub większym stopniu te odczucia przejmie. Natomiast jeśli mama potrafi sobie radzić z różnymi problemami, nauczy tego także swoje dziecko.

W rozwoju dziecka bardzo ważne są tak zwane „modele męskości”. Dziecko wychowywane przez jednego rodzica ma ograniczone możliwości odbioru modelu płci. Można to dziecku ułatwić, dostarczając mu pełnowartościowych wzorców funkcjonowania w życiu społecznym. Jeśli dziecko wychowuje się

z mamą, kobieta powinna tak pokierować jego wychowaniem, by zaistniał w jego życiu model męskości. „Jest możliwe poprzez sportowe zajęcia z trenerem. Szukanie takich wzorców w rodzinie. Przebywanie w miejscach, gdzie są mężczyźni, funkcjonujący w innych rodzinach, w relacjach z dziećmi. Może to być także dziadek” – mówi Krauze.

Nieprawidłowy rozwój mózgu

Badania przeprowadzone w Centrum Zdrowia Uniwersytetu McGilla dowodzą jednak czegoś innego. Wskazują na to, że brak ojca bardzo źle wpływa na rozwój dziecka, które do prawidłowego rozwijać potrzebuje obojga rodziców. Efektem braku ojca jest nieprawidłowy rozwój mózgu. W pracy naukowej, o której mowa powyżej, obiektami badawczymi były myszy, ale jej autorka – Dr Gabriella Gobbi – twierdzi, że wyniki te można odnieść do ludzi. Podczas eksperymentu wykorzystano monogamiczne myszy kalifornijskie, wychowujące potomstwo.

Badacze porównali zachowania społeczne i strukturę mózgu myszy, które były wychowywane przez oboje rodziców i tych, które były wychowywane tylko przez matkę. Myszy, które wychowywały się bez ojca, wykazywały bardziej agresywne i „nienormalne” zachowania społeczne. Te „nienormalne” zachowania to na przykład większa podatność na narkotyki. „Reakcje te są spójne z badaniami przeprowadzonymi na ludzkich dzieciach wychowanych bez ojców” – wyjaśnia dr Gobbi pracująca także jako psychiatra w Uniwersyteckim Centrum Zdrowia.

"Tato nie wraca"

Z nieobecnością ojca w życiu dziecka próbuje mierzyć się Agnieszka Przepiórska, aktorka monodramu „Tato nie wraca”, który można zobaczyć w Teatrze Konsekwentnym. Czy można zapełnić pustkę po nieobecnym ojcu? „Mogę jedynie mówić o swoich doświadczeniach i odczuciach. Z nich też stworzyliśmy spektakl „Tato nie wraca”, gdzie próbuję mierzyć się z tą nieobecnością. Wyrwa,

jaka powstaje w sercu po latach rozłąki, jest nie do wypełnienia, chociaż znam tyle dziwnych historii ludzi schodzących się po latach, że może wszystko jest możliwe, jeśli obydwie strony są otwarte na miłość i przebaczenie. Z pewnością stracony czas jest nie do cofnięcia. Nieuczestniczenie w dorastaniu, wspólnych zabawach, problemach, w życiu...” – opowiada aktorka. „Dziś jestem mamą i scenariusz został powtórzony. Sama wychowuję syna. Połowa dzieci w jego klasie jest wychowywana w rozbitych rodzinach. Pojawiają się też dość zaskakujące opinie samych dzieci. Twierdzą, że mają lepiej, bo mają po dwa domy i dwa razy więcej zabawek, a każde z rodziców podwójnie się stara o ich uczucia” – dodaje Przepiórska.

Dzieciństwo to czas, gdy maluch jest wyjątkowo chłonny. Na kształtowanie i rozwijanie umiejętności, ale też na kształtowanie emocji. Jakim człowiekiem będzie nasze dziecko wychowujące się bez ojca, w dużej mierze zależy od tego, jak nauczymy je radzić sobie z emocjami i jakie będzie miało wzorce do naśladowania. Zabawki, dwa domy, podwójne wakacje – to wszystko imponuje – ale raczej na krótko. Żadna bowiem zabawka nie zastąpi uczuć rodzicielskich, których brak sprawia, że czujemy się niepełnowartościowi.

Artykuł należy do zbioru publikacji dostępnych na stronie www.zdrowyprzedszkolak.pl



Co robić zimą?

14 pomysłów na zimowe atrakcje dla dzieci

Zimą wcale nie trzeba siedzieć w domu, nawet jeśli pogoda nie sprzyja zabawom na dworze. Nie wiesz już jak zorganizować dziecku czas?

Podpowiemy ci sposoby na wesołe i ciekawe spędzenie zimowych miesięcy.

Zobaczysz – dzieci będą zachwycone!

1. B jak basen

Kto powiedział, że pływanie to wyłącznie letnia rozrywka? Na nowoczesnych pływalniach oprócz tradycyjnego basenu są brodziki, zjeżdżalnie czy tzw. dzikie rzeki. Niektóre z nich proponują nawet zajęcia dla niemowląt.

2. C jak ciastolina

Wspólne lepienie piešków czy kotków to zabawa na długie godziny. Najpierw przygotuj stanowisko pracy. Stół przykryj ceratą, dywan osłoń gazetami lub folią. Dziecko powinno mieć na sobie rzeczy, które może pobrudzić (np. stary dres) albo ceratowy fartuch. **Jeśli nie macie w domu ciastoliny czy plasteliny, zrób masę solną (zmieszaj 1/3 soli, 1/3 mąki, 1/3 wody).**

3. E jak edukacja

Brzmi nudno, ale może być fascynującym przeżyciem. **Zima to świetna pora na domowe doświadczenia.** Twoje dziecko pyta się, jak powstaje lód? Gdy chwyci mróz, nalejcie wody do plastikowej miseczki (szkło mogłoby pęknąć) i wystawcie ją np. na balkon. Potem dziecko może obserwować, co się dzieje. **Na zimowy spacer koniecznie zabierz lupę. Będziecie mogli razem obserwować płatki śniegu.**

4. F jak film

Ale nie w telewizorze, tylko na wielkim ekranie. **Kino to sprawdzona rozrywka dla małych i dużych. Musisz jednak dobrze wybierać repertuar: to, co zachwyci sześciolatka, niekoniecznie musi spodobać się trzyletniemu dziecku**

5. K jak Królowa Śniegu

Wspaniała, zimowa bajka Hansa Christiana Andersena. To dobra lektura na długi wieczór. **Ułóż się z dziećmi wygodnie pod ciepłutkimi kocami z kubkami gorącego kakao i przeczytaj im**

przygody Kaja i Gerdy. Możesz też spróbować przygotować dla swojej córeczki strój Królowej Śniegu

6. L jak las

Albo chociaż park. Gdy mróz lekko szczypie w nosy, ubierzcie się ciepło i wyruszcie na zimowy spacer. **Na niektórych leśnych polanach są specjalnie wyznaczone miejsca, gdzie można bezpiecznie rozpałić ognisko.** Po długim spacerze ogrzejecie się przy ogniu, a dodatkową atrakcją będzie pieczenie przyniesionych w plecaku kiełbasek.

7. Ł jak Łyżwy

To sprawdzona zimowa rozrywka. Do pierwszych prób dziecku wystarczy nawet zamrznięta większa kałuża. Potem możecie sprawdzić jego zdolności na sztucznym lodowisku. **W weekendy na lodowiskach jest zawsze dużo młodzieży, więc lepiej na naukę jazdy z kilkulatkiem zarezerwuj spokojne przedpołudnia w tygodniu.**

8. M jak muzeum

Wcale nie musi oznaczać nudnego zwiedzania sal obwieszonych obrazami. **Nawet trzylatek będzie zachwycony wizytą np. w muzeum zabawek.**

9. O jak oceanarium

Kiedy maluchowi znudzi się czytanie kolejny raz przygód dzielnego Nemo i kiedy zobaczycie już "rybie" kreskówki na dużym ekranie, zaproponuj mu wizytę u podwodnych mieszkańców. Oceanaria z prawdziwego zdarzenia są w Gdyni i w Krakowie. **Twoje dziecko bez trudu rozpozna tam pomarańczowego błazenka – pierwowzór rybki Nemo i zachwyci się olbrzymimi żółwiami.** Jeśli nie masz czasu na wyprawę do Trójmiasta czy Krakowa, **zawsze zostaje wam jeszcze najbliższy sklep zoologiczny** – nawet małe akwaria mogą na długo zainteresować małego wiercipiętę, a sprzedawcy są zwykle bardzo życzliwi i chętnie opowiadają o kolorowych okazach. Może wyjdziecie z takiego sklepu z własną złotą rybką?

10. R jak rycerze

Czyli wyprawa na zamek. **Możesz razem z dziećmi na własne oczy zobaczyć, jak żyli kiedyś rycerze i księżniczki.** Na pewno bez trudu znajdziecie w pobliżu swojej miejscowości jakiś pałac lub choćby starą warownię.

11. S jak schody ruchome

Dzieci uwielbiają niekończące się podróże w górę i w dół. **W zjeżdżanie i wjeżdżanie możecie bawić się niezależnie od pogody i... stanu portfela rodziców.** Starsze dziecko może nawet spróbować wbiec pod prąd – ale tylko pod warunkiem, że nie ma tłoku na schodach.

12. T jak teatr

Zima to czas pięknych przedstawień. Zimowe spektakle mają w naszym kraju wyjątkową tradycję i cieszą się ogromną popularnością. Poszukaj w swoim mieście "Opowieści wigilijnej", "Szopki krakowskiej", "Pastorałki" i innych. Dzieci uwielbiają teatrzyki kukiełkowe. Przed wyprawą do teatru postaraj się zarezerwować miejsca – bilety są zwykle dostępne dwa tygodnie przed spektaklem. **Gdy idziesz z trzy-, czterolatkiem, postaraj się o miejsca w pierwszym rzędzie – twoje dziecko poczuje się, jakby uczestniczyło w bajce.**

13. W jak wycinanki

Ale także kolorowanki zimowe, wyklejanki i inne plastyczne atrakcje, które przyjdą ci do głowy. **Wystarczy kolorowy brystol, nożyczki, kredki i klej.**

14. Z jak zoo

Choć niektóre zwierzęta zapadły w sen zimowy, wyprawa do ogrodu zoologicznego w styczniu też może być atrakcyjna. W Polsce jest 11 tego typu obiektów, więc jest z czego wybierać.

<https://mamotoja.pl/zimowe-atrakcje-14-pomyslow-na-atrakcyjne-spedzenie-czasu-z-dzieckiem,problemy-wychowawcze-artykul.2014.r1p5.html>



10 POZYTYWNYCH TEKSTÓW, NA KTÓRE CZEKAJĄ TWOJE DZIECI

1. Kocham być Twoim rodzicem.
2. Dzięki Tobie się uśmiecham.
3. Możesz popełniać błędy.
4. Wiem, że potrafisz to zrobić.
5. Uwielbiam słuchać Twoich historii.
6. Nauczyłam/em się dziś czegoś od Ciebie.
7. Lubię patrzeć jak się bawisz.
8. Jestem z Ciebie dumna/y.
9. Uwielbiam spędzać z Tobą czas.
10. Myślę o Tobie, gdy jestem daleko.



Pół godziny dla rodziny - czyli poczytaj mi mamo, poczytaj mi tato.....

Marta Skibicka

Kolorowy bałwanek

Dlaczego śnieg jest biały? - zastanawiała się Zosia. Biały śnieg jest ładny. Gdy spadnie świat wydaje się taki czysty, odnowiony. Jednak wadą białego koloru jest to, że szybko się brudzi. Gdyby śnieg padał kolorowy, na przykład zielony – to mielibyśmy zimę zielono jak na wiosnę. Albo żółty – świat wyglądałby jakby był cały obsypany płatkami żółtych kwiatów. Albo niebieski – czulibyśmy się wtedy jak na bezkresnym morzu. A gdyby spadł śnieg czarny – oj, wtedy świat nie wyglądałby zbyt ładnie. Najlepiej, gdyby padał kolorowy śnieg. Byłoby wtedy wesoło. Jakże zabawnie wyglądałby wtedy bałwanek. Zosia pomyślała w tym momencie o bałwanku, którego ulepiła wczoraj z Magdą, koleżanką z sąsiedztwa. Stał za oknem. Był oczywiście cały biały poza nosem zrobionym z marchewki i guzików z małych węgielków. A gdyby tak pokolorować naszego bałwanka? – Zosia wiedziała, że to świetny pomysł. Szybko ubrała się i pobiegła do sąsiadki podzielić się swoim planem. Magdzie pomysł z malowaniem bałwanka również się spodobała, ale doszukała się w nim pewnych trudności. Bałwanek jest ulepiony ze śniegu i nie da się go pomalować farbami, bo do malowania używa się wody. Woda ma temperaturę dodatnią i polany nią śnieg będzie się rozpuszczać – stwierdziła Magda, która była prymusem z fizyki. To wymyśl coś – odparła Zosia – ja wymyśliłam kolorowanie bałwanka, a ty wymyśl jak go pokolorować. Łatwo wymyślić, ale trudniej zrobić – oburzyła się Magda – każdy może coś wymyślić, ale nie wszystko da się zrobić. Kolorowego bałwanka nie da się zrobić. Dziewczynki pokłóciły się i rozeszły. Następnego dnia od rana padał śnieg – oczywiście biały śnieg. Zosia siedziała w oknie i przyglądała się

spadającym płatkom. Na chwilę zamknęła oczy i wyobraziła, że z nieba spadają kolorowe płatki śniegu. I wówczas przypomniała, że niedawno podczas zabawy sylwestrowej sypały się na nią takie kolorowe płatki konfetti. No właśnie, konfetti – pomyślała Zosia – wystarczy obsypać bałwanka kolorowym konfetti i będzie kolorowy. Dziewczynka odnalazła ostatnią paczkę konfetti, która została po zabawie, i gdy tylko śnieg przestał padać zabrała się do kolorowania bałwanka. Obsypała go drobnymi kolorowymi płatkami papieru. Bałwanek był kolorowy, ale tylko trochę. Jedna paczka konfetti to zdecydowanie za mało jak na tak dużego bałwanka. No, całkiem ładny – powiedziała Magda, która również wyszła z domu, widząc jak koleżanka posypuje bałwanka czymś kolorowym. Mam za mało konfetti – odparła Zosia – nie wygląda tak ładnie jak bym chciała. U nas zostało konfetti – z radością stwierdziła Magda – rodzice kupili 10 paczek i zapomnieli zabrać na bal sylwestrowy, więc wszystkie zostały. Magda pobiegła do domu i przyniosła konfetti. Dziewczynki razem obsypały bałwanka kolorowymi płatkami. Wyglądał prześlicznie. Wyraźnie wyróżniał się na tle białego otoczenia – nie sposób było go nie zauważyć. Dziewczynki były bardzo dumne ze swojego dzieła. O kolorowym bałwanku było coraz głośniej. Mówiono o nim nie tylko w najbliższym sąsiedztwie, ale w całym miasteczku wiedziano, że tej zimy zawitał do nich kolorowy bałwanek. Bałwanek zrobił się sławny. A sprawa zrobiła się na tyle głośna, że nawet zamieszono jego zdjęcie w gazecie. Gdy pewnego ranka dziewczynki zauważyły zdjęcie swojego bałwanka na pierwszej stronie gazety, były z siebie naprawdę dumne. Widzisz – powiedziała Zosia do Magdy – nasz bałwanek jest sławny. Rzeczywiście – odpowiedziała Magda – czasami lepiej nie wiedzieć, że coś jest niemożliwe, bo wówczas może okazać się możliwe. Już nigdy nie powiem, że twoich pomysłów nie da się zrealizować – dodała Magda. No dobra, to powiedz mi jak sprawić by ferie były dwa razy dłuższe – zażartowała Zosia. Da się zrobić, wystarczy dać ogłoszenie do gazety o przedłużeniu ferii – również żartując odparła Magda.



**Wszystkim styczniowym
solenizantom
życzymy wszystkiego najlepszego
100 lat**

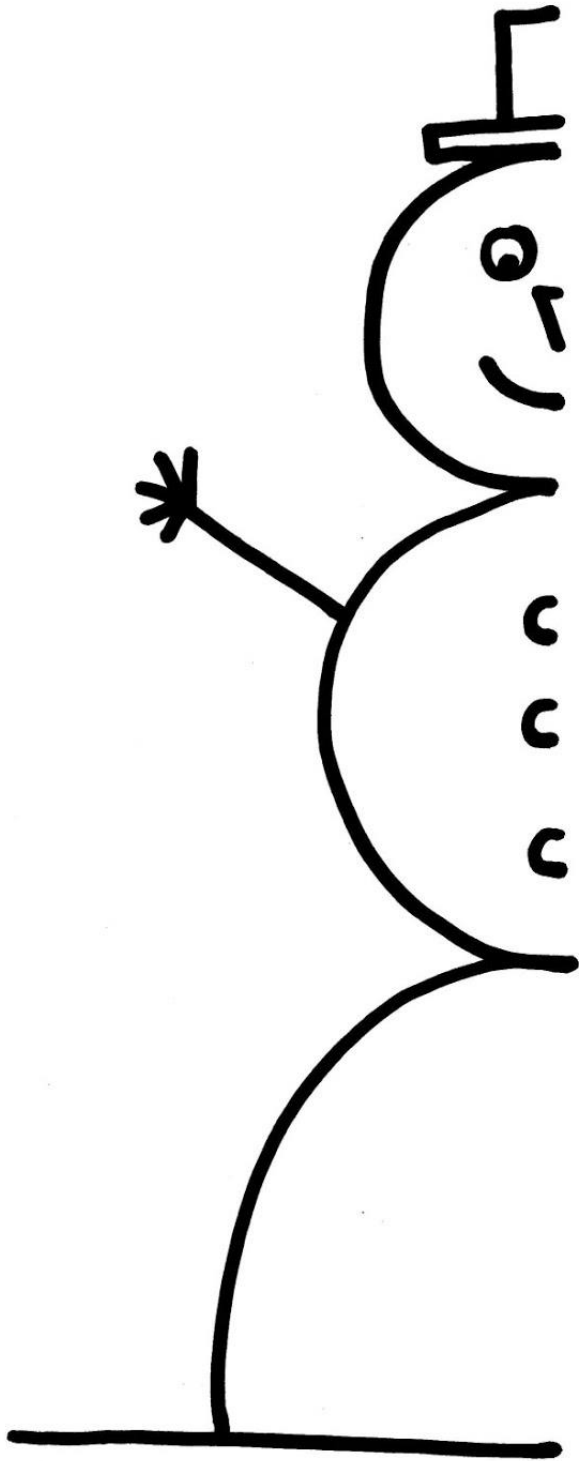




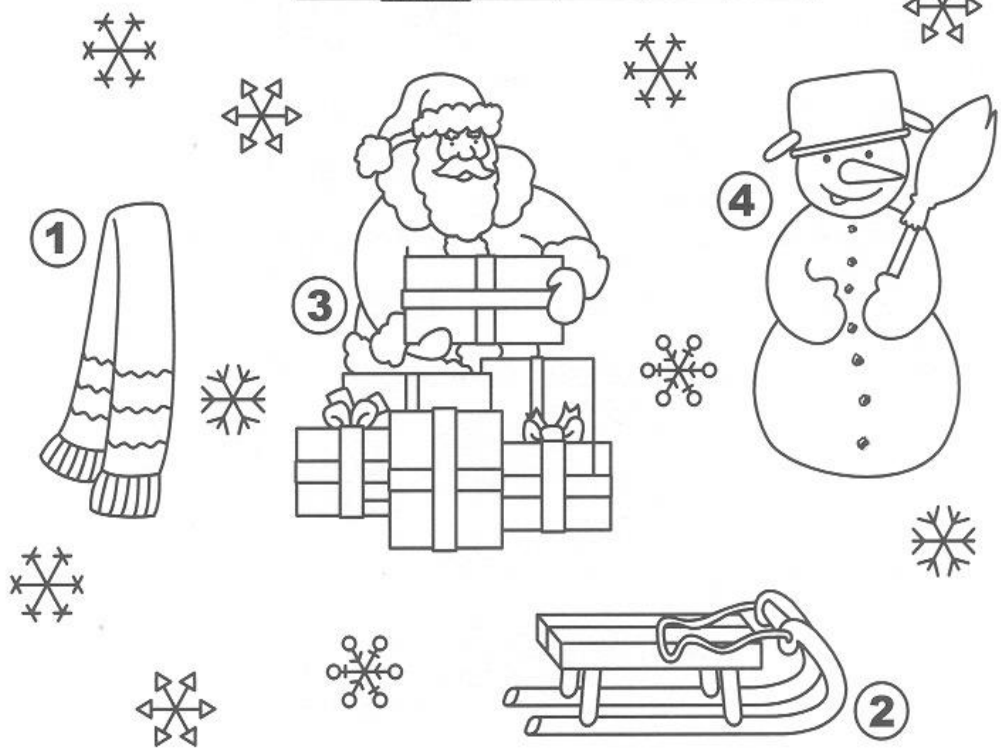
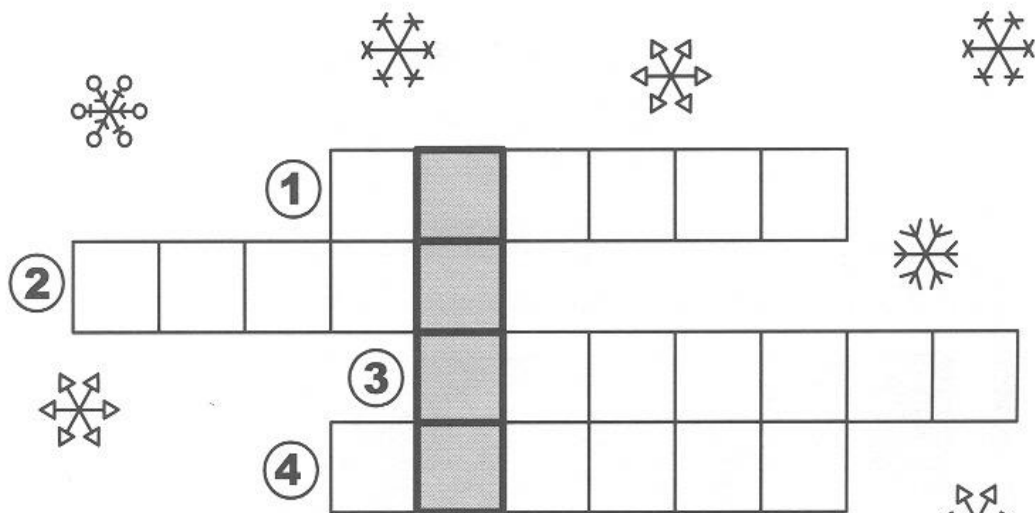
**Wszystkim Babciom
i Dziadkom z okazji ich święta
życzymy zdrowia, szczęścia
pomyślności
i radości każdego dnia.**

Kącik dla dziecka....

Dokończ rysować bałwana.



Rozwiąż krzyżówkę obrazkową. Litery na szarych polach czytane pionowo utworzą hasło.





*Kochanej
Babci*



*Kochanemu
Dziadkowi*

Kuchcikowo - czyli smacznie zdrowo sezonowo

DESER Z MROŻONYCH OWOCÓW

Szybki w przygotowaniu deser, do którego możemy użyć zapas mrożonych owoców.

Sprawdzą się tu świetnie truskawki czy owoce leśne - jagody, borówki lub maliny.

Deser jest bardzo przyjemny w smaku i niezwykle orzeźwiający.

Składniki:

na 2-3 porcje

50 g mrożonych malin

50 g mrożonych truskawek

100 g mrożonych jagód

100 g jogurtu naturalnego

1 łyżka miodu

Owoce przekładam na talerz i pozostawiam do rozmrożenia, można to zrobić także w mikrofali albo rondelku zwilżonym wodą.

U Nas owoce nie były do końca rozmrożone dzięki czemu deser był przyjemnie chłodny i orzeźwiający.

(Jednak to już pozostawiam osobistym upodobaniom)

Owoce przekładam do miski blendera, dodaję jogurt naturalny oraz miód i miksuję do uzyskania jednolitej konsystencji.

Mus przekładam do pucharków lub głębokich szklanek i od razu podaję.

<http://www.tysiagotuje.pl/2014/02/deser-z-mrozonych-owocow.html>

