

Nr 172 – listopad 2022 r.



# WIEŚCI Z "PIĄTKI"

Przedszkole Samorządowe Nr 5  
przy ul. Krańcowej 5  
w Białymstoku

## „W listopadzie”

*W listopadzie jesień kładzie kolorowe liście.  
Gdzie je kładzie? Czy w szufladzie?  
Ach nie, oczywiście.  
W ciemnym lesie, w jasnym sadzie,  
Wszędzie, gdzie są drzewa.  
Jesień śliczne liście kładzie,  
wiatr nad nimi śpiewa.  
Wyszły dzieci w las jesienny na wycieczkę miłą  
Jaś z Weronką, Staś z Leonką,  
Dużo ich tam było.(...)*

*L. Krzemieniecka*



## Drodzy Rodzice!

Nie da się z czarować rzeczywistości – to już jesień. Dni coraz krótsze, zimniejsze i mniej pogodne. Dłuższe noce, pierwsze przymrozki i chłodne wiatry. W przyrodzie znika soczysta zieleń a pojawiają się złoto, brąz, żółć i czerwień na drzewach.

Wspólne rodzinne spacerunki – do czego zachęcamy – dają okazję do zwrócenia uwagi dziecka na piękno przyrody w każdej porze roku. Tak chętnie zbierane przez dzieci jesiennie „skarby” mogą dostarczyć nie tylko wiedzy przyrodniczej, ale zapewnią też rozrywkę na dłuższe wieczory, podczas których mogą powstać kasztanowe i żółdziejowe ludki, zwierzątka, barwne korale i bransoletki. Niech to będzie alternatywa dla czasu spędzanego przed telefonem, laptopem czy telewizorem.

Cieszymy się jesienią!

## ❖ TO WARTO WIEDZIEĆ

Polecamy do przeczytania artykuł na temat:

„Kształtowania u dzieci czynnych postaw wobec zdrowia”, zaczerpnięty ze strony <https://gminaoswiecim.pl.pl/3045/9462/wtrosce-o-zdrowie-przedszkolaka>

„Wiek przedszkolny jest specyficznym okresem w życiu dziecka, odgrywającym bardzo istotną rolę w jego indywidualnym rozwoju. Utrwalone w tym okresie przyzwyczajenia i nawyki mają decydujący wpływ na późniejszy styl życia dorosłego już człowieka. Edukację zdrowotną dzieci należy więc rozpocząć jak najwcześniej. Dbłość o zdrowie, bezpieczeństwo własne i innych, sprawność ruchową, kształtowanie prawidłowej postawy ciała oraz wyrabianie nawyków higienicznych i żywieniowych to szczególnie ważne zadania wychowania zdrowotnego w przedszkolu.

**ZDROWIE** – z medycznego punktu widzenia, to nieobecność choroby lub kalectwa. Podstawowa edukacja dotycząca zdrowia dzieci w wieku przedszkolnym oparta jest na wzbogacaniu wiedzy na temat funkcjonowania organizmu człowieka oraz stwarzaniu odpowiednich warunków do promowania zdrowego stylu życia, a także na nabywaniu umiejętności dbania o własne zdrowie. Dziecko stopniowo uświadamia sobie, jakie czynniki szkodzą jego organizmowi, a jakie pomagają w jego rozwoju. Podczas zajęć prowadzonych w przedszkolu występuje wiele okazji i sytuacji, w których możliwe jest kształtowanie czynnych postaw dzieci wobec własnego zdrowia.

**BEZPIECZEŃSTWO** – odgrywa istotną rolę w życiu każdego człowieka, a w szczególności dziecka, nieświadomego zagrożeń czyhających na niego w różnych okolicznościach, z uporem dążącego do coraz to większej samodzielności i uniezależnienia się od osób dorosłych. Przedszkolak powinien nauczyć się dostrzegania grożących mu niebezpieczeństw i odpowiednich na nie reakcji, powinien rozumieć zasadność wprowadzania i stosowania określonych zasad bezpieczeństwa. Pozostawiając dziecku możliwie dużo swobody, powinniśmy uświadamiać mu różne zagrożenia, które mogą zaistnieć w jego życiu. Dbając o higienę psychiki dziecka kształtujemy u niego poczucie własnej wartości i wiarę w swoje możliwości. Brak poczucia bezpieczeństwa powoduje u dziecka uczucie zagrożenia, lęk oraz powstawanie reakcji obronnych.

**HIGIENA** – na zdrowie dziecka ogromny wpływ ma higieniczny tryb życia oraz porządek i czystość najbliższego otoczenia. Dzieciom w wieku przedszkolnym uświadamiamy korzyści płynące z troski o własne ciało, kształtujemy nawyki dbania o czystość osobistą oraz o czystość otoczenia, zwracamy uwagę na kulturę spożywania posiłków, racjonalne odżywianie się, a także podkreślamy rolę świeżego powietrza i słońca dla zdrowia.

**AKTYWNOŚĆ RUCHOWA** – ruch jest jedną z najważniejszych potrzeb rozwojowych dziecka. Z natury pragnie ono ruchu i lubi zajęcia tego typu. Wzbogacanie doświadczeń psychoruchowych oraz rozwijanie sprawności dziecka stanowi podstawę jego prawidłowego rozwoju. Pobudza bowiem przedszkolaka do podejmowania różnych form działalności – samodzielnych lub kierowanych. Kierowana aktywność fizyczna powinna być dostosowana do możliwości rozwojowych dziecka i odpowiadać jego potrzebom. Ma ona służyć przede wszystkim stymulowaniu harmonijnego rozwoju dziecka, a wraz z nim rozwijać umiejętności oparte na prostych formach ruchu: np.: bieg, skok, rzut. Nabywanie określonych sprawności powinno odbywać się za pomocą zabaw i gier ruchowych. W zabawach tych, w sposób często niezauważalny przez dzieci, przekazujemy elementy dyscypliny, współzycia i współdziałania w grupie oraz zasady odpowiedzialności za siebie i innych.



Podstawową formą aktywności dzieci w wieku od 3 do 6 lat jest ZABAWA. I to właśnie podczas różnorodnych zabaw dziecko powinno zdobywać wiedzę o zdrowiu i prezentować lub doskonalić umiejętności z zakresu edukacji pro zdrowotnej. Nabywanie przez dziecko doświadczeń w trakcie zajęć, które sprawiają mu przyjemność i radość, a także wzbudzają zaniepokojenie, przyniesie współmierne większe efekty niż tylko mechaniczne ćwiczenie niezbędnych umiejętności i nawyków higienicznych. Istotnym warunkiem prawidłowego przebiegu kształcenia zdrowotnego dzieci w placówce przedszkolnej jest współdziałanie nauczycieli rodziców. Dotyczy to zwłaszcza włączania rodziców do działań prowadzonych przez nauczycieli na rzecz promocji zdrowia i właściwych zasad higieny.



ODŻYWIENIE – to istotna zasada zdrowia i prawidłowego rozwoju przedszkolaka. Już w wieku przedszkolnym powinniśmy kształcić u dzieci świadomość prawidłowych nawyków żywieniowych. Wpływa to na ich zdrowy i harmonijny rozwój. Dla kształtowania odpowiednich wzorców związanych z jedzeniem bardzo ważne jest regularne spożywanie posiłków, podkreślanie roli wspólnych posiłków w relacjach międzyludzkich oraz promowanie właściwych wzorców zachowania podczas posiłków. Zakupy spożywcze, wizyta na targu lub w ogródkach działkowych, czy też wspólne przygotowywanie posiłków – to wszystkie wspaniałe okazje (zarówno w domu jak i w przedszkolu), by w przystępny i ciekawy sposób przekazywać dziecku wiedzę na temat zdrowego odżywiania i zdrowego stylu życia. Wprowadzając i dostarczając owoce i warzywa dzieciom jako stały element posiłków, zapewnimy mu dostęp do wartościowych produktów o dużej wartości odżywczej, ale też wpłyniemy na kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych.”

Wyszukała Teresa Faryno.

### ❖ KĄCIK PODZIĘKOWAŃ

Serdecznie dziękujemy!



- ♥ Mamie Milenki T. z Kubusiów za ciągle zaopatrywanie naszych przedszkolaków w papier do rysowania;
- ♥ Rodzicom Basi i Danusi za arkusze białego papieru;
- ♥ Rodzicom Marcela W. za puzzle;
- ♥ Rodzicom Ignacego R. , Natana K. i Kingi M. za klocki, układanki i zabawki do grupy III Pajacyki.
- ♥ Rodzicom Maksa K. z smycze i gadżety na nagrody dzieciom;

### ❖ JAKIE MAMY PLANY

Listopad poświęcimy na zajęcia i zabawy wokół następujących tematów:

<p><b>Grupa I – Smerfiki</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przygotowanie zwierząt do zimy.</li> <li>2. Jestem Polakiem.</li> <li>3. Szaruga jesienna.</li> <li>4. Zimowe zapasy.</li> <li>5. Magiczne słowa.</li> </ol>	<p><b>Grupa II – Gumisie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Polska naszym domem.</li> <li>2. Kraina bezpieczeństwa.</li> <li>3. Prawa dziecka.</li> <li>4. Deszczowa muzyka.</li> <li>5. W krainie emocji.</li> </ol>
<p><b>Grupa III – Pajacyki</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jesienna pogoda.</li> <li>2. Białystok – tu mieszkam.</li> <li>3. Wiem co jem.</li> <li>4. Miś – mój przyjaciel.</li> <li>5. Urządzenia elektryczne.</li> </ol>	<p><b>Grupa IV – Kubusie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dbamy o bezpieczeństwo.</li> <li>2. Kochamy Cię Polsko.</li> <li>3. Jesień w parku.</li> <li>4. Deszczem malowane.</li> <li>5. Nasze emocje.</li> </ol>

## ❖ WAŻNE WYDARZENIA W NASZYM PRZEDSZKOLU

- **15.11.2022** - przedstawienie „Sklepek z landrynkami” zaprezentuje nam grupa teatralna „Karuzela”;
- **18.11.2022** – będziemy obchodzić **Ogólnopolski Dzień Praw Dziecka**;
- **25.11.2022** – jedno z ulubionych świąt w przedszkolu – **Dzień Pluszowego Misia**;
- **30.11.2022** – trochę tradycji: **Andrzejki**.

## ❖ NAUCZYLEM SIĘ W PRZEDSZKOLU

Grupa I – Smerfiki	Grupa II - Gumisie	Grupa III - Pajacyki	Grupa IV - Kubusie
<p><b>„Barwy ojczyste” - wiersz</b></p> <p>Powiewa flaga, gdy wiatr się zerwie, A na tej fladze, biel i czerwień, Czerwień to miłość, Biel serce czyste, Piękne są nasze barwy ojczyste.</p> <p style="text-align: right;"><i>Czesław Janczarski</i></p> <p><b>„Jeżyk i liście” – piosenka</b></p> <p>1. Szur, szur, szur, liści góra! Szur, szur, szur, coś tam szura.. Ref.: Tupu – tap! Tupu – tap! Kolorowe liście łap!</p> <p>2. Czy Ty wiesz, co tam siedzi, Czarnym oczkiem dzieci śledzi? Ref.: Tupu – tap! ...</p> <p>3. Szur, szur, szur, jeżyk mały, Szur, szur, szur w liściach cały.</p>	<p><b>„Katechizm polskiego dziecka” – wiersz</b></p> <p>– Kto ty jesteś? – Polak mały. – Jaki znak twój? – Orzeł biały. – Gdzie ty mieszkasz? – Między swemi. – W jakim kraju? – W polskiej ziemi. – Czem ta ziemia? – Mą ojczyzną. – Czem zdobyta? – Krwią i blizną. – Czy ją kochasz? – Kocham szczerze. – A w co wierzysz? – W Polskę wierzę. – Coś ty dla niej? – Wdzięczne dziecię. – Coś jej winien? – Oddać życie.</p> <p style="text-align: right;"><i>W. Belza</i></p> <p><b>„Podajmy sobie ręce”- piosenka</b></p> <p>1. Chociaż świat dokoła dziwny jest i wielki, A my tacy mali, mali jak kropelki.</p> <p>Ref.: Podajmy sobie ręce w zabawie i w piosence, W ogródku przed domem, na łące zielonej. Podajmy sobie ręce przez burze i przez tęczę. Pod gwiazdą daleką, nad rzeczką i rzeką.</p> <p>2. Kiedy nagle z bajki zniknie dobra wróżka. Kiedy szary smutek wpadnie do fartuszka.</p> <p>Ref.: Podajmy sobie ręce...</p>	<p><b>„Listopad” – wiersz</b></p> <p>Nie wiadomo kiedy spadły liście z drzewa. Słonko rzadko świeci i ptaszek nie śpiewa. A tuż nad polami mgła się rozpostarła. Dzień jest coraz krótszy, a noc bardziej czarna. Zewsząd chłodem wieje. Szaro, pusto wszędzie W starej dziupli drzewa schował ktoś żołądzie. Cały świat niebawem w tej szarości zaśnie. Lecz mnie to nie dziwi, bo to jesień właśnie.</p> <p><b>Jestem sobie Podlasianka” – piosenka ludowa</b></p> <p>1. Jestem sobie Podlasianka, mam fartuszek po kolanka.</p> <p>Ref.: Tojła, oj, la, la, tojła, oj, la, la, tojła, oj, la, la, la, la, la, la.</p> <p>2. Zawsze pięknie się wystroję i nikogo się nie boję.</p> <p>3. Nasz Białystok - piękne miasto, mamy nawet rzekę własną.</p> <p>4. Dwa teatry nawet mamy, piękne bajki wystawiamy.</p> <p>5. Filharmonia muzykuje, nas po świecie reklamuje.</p> <p>6. W Białymstoku - duma jego, stoi Pałac Branickiego</p>	<p><b>„Polska” – wiersz</b></p> <p>Polska to słowa, którymi mama nas woła. Polska to wiedza, którą co dzień daje nam szkoła. Polska to ziemia, na której mieszkać nam przyszło. Polska to dzieje kraju nad Odrą i Wisłą. Polska to pieśni, Nasze zwyczaje i święta. Polska to wszystko, o czym każdy Polak pamięta. Polska to nasze myśli, Nasze marzenia i sny. Czym jest Polska? Polska to My!</p> <p style="text-align: right;"><i>M. Brykczyński</i></p> <p><b>„Walczyk w kaloszach” – piosenka</b></p> <p>1. Świerszczyk woli już grać za kominem, a po niebie obłoki mkną sine. Zimny wiatr ciągle wieje, Świat za oknem szarzeje. Nawet słońce smutniejsza ma minę.</p> <p>2. Co tu robić, gdy jesień zalewa deszczem włosy i nosy, i drzewa. Czy mam z nią się zasmucić Czy się od niej odwrócić, czy jej lepiej piosenkę zaśpiewać?</p> <p>3. Do apteki po leki się zgłoszę, z parasolem chyba przeproszę i zatańczę na wietrze w ciepłej kurtce i swetrze. Tylko jeszcze poproszę kalosze, tylko jeszcze poproszę kalosze! <i>Muzyka i słowa: M. Szreder</i></p>



	<p>3. Choć nas czasem dzielą niepotrzebne góry, nieskończone drogi, zachmurzone chmury.</p> <p>Ref.: Podajmy sobie ręce...</p>	<p>7. Powiem teraz coś na boku, ja chcę mieszkać w Białymstoku.</p>	
--	--	---	--

### ❖ UŚMIECHNIJ SIĘ

Pani pyta Kazia:

- Dlaczego wiewiórka ma ogon z tyłu?
- Bo z przodu jest wiewiórka – odpowiada chłopiec.



Nauczycielka pyta Jasia:

- Jasiu, dlaczego chodzisz z brudnymi uszami?
- Bo innych nie mam.



Opracowanie i skład komputerowy: Anna Maria Guziejko



