



Nr 152 – listopad 2020

# WIEŚCI Z "PIĄTKI"

Przedszkole Samorządowe Nr 5  
przy ul. Krańcowej 5  
w Białymstoku

## LISTOPAD

Przyszedł sobie do ogrodu  
stary, siwy pan Listopad.  
Grube palto wziął od chłodu  
i kalosze ma na stopach.

Deszcz zacina, wiatr dokuca.  
Pustka, smutek dziś w ogrodzie.  
Pan Listopad cicho mruczy:  
nic nie szkodzi, nic nie szkodzi.

Po listowiu kroczy sypkim  
na ławeczce sobie siada.  
Chłód i zimno. Mam dziś chrypkę.  
Trudna rada, trudna rada.

*Wanda Grodzieńska*



## Drodzy Rodzice!

A my lubimy listopad!

Lubimy wszystkie miesiące i każdą porę roku. Przyroda jest tak niesamowita, że zawsze można w niej odnaleźć coś niezwykłego, pięknego. Jesienią będą to bajecznie kolorowe drzewa; mgła, z której nie wiadomo co się wyłoni; muzyka z padających kropel deszczu i szelestu deptanych liści; niesamowite, tajemnicze zapachy. Uczmy dzieci dostrzegać to piękno.

## ❖ TO WARTO WIEDZIEĆ

### Przedszkolak przed ekranem

*Siedzący tryb życia, niewielka aktywność fizyczna i niewystarczająca ilość snu nie sprzyjają prawidłowemu rozwojowi najmłodszych. Dzieci, by zdrowo rosnąć, powinny mniej siedzieć i więcej się bawić, a czas spędzony przed ekranem nie powinien przekraczać godziny dziennie – rekomenduje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO).*



Ekran są dziś wszędzie. W drodze do pracy wpatrujemy się w ekrany telefonów. W pracy w ekrany komputerów, a w domu, kiedy „odpoczywamy” w ekrany telewizorów.

Mamy to szczęście, że kiedy byliśmy dziećmi, ekranów było mniej i mieliśmy dzięki temu czas na zabawę i rozwój. Dlatego, między innymi, potrafimy dziś czytać ze zrozumieniem i prowadzić składne konwersacje.

Ktoś zawoła jednak: Ale jak to? Przecież programy dla dzieci są edukacyjne!

Każdy ekran, choćby ten stworzony z najlepszych pobudek, unieruchamia dziecko. Nie pozwala mu skakać, biegać, eksplorować, naturalnie cieszyć się dzieciństwem. Nie pozwala myśleć. Sprawia, że dziecko godzinami siedzi najczęściej w nieprawidłowej pozycji i patrzy w ekran. Czasami nie ma nawet znaczenia, co ogląda. Ważne, żeby zmieniały się obrazki. A w tym czasie mogłoby poznawać świat – huśtać się na huśtawce, pomagać mamie zrobić obiad, bawić się z rodzeństwem w chowanego, wymyślić zabawę w statek kosmiczny albo, najzwyczajniej w świecie, trochę się ponudzić. Bo nuda jest potrzebna. A co innego sprzyja kreatywności, jak nie nuda właśnie? Najpierw musi być NIC, żeby powstało COŚ. Nuda uspokaja i pozwala zebrać myśli.

Zdaje się, że istnieje kilka powodów, dla których wierzy się w moc kreskówek. Jednym z nich jest przekonanie, że telewizja uczy dzieci mówić, a programy są edukacyjne. Dla małych dzieci najbardziej edukacyjna jest natomiast zabawa i wszelka fizyczna aktywność, bo te pociągają za sobą aktywność umysłową. Aby w umyśle małego dziecka powstało słowo, potrzebna jest akcja i integracja. W praktyce wygląda to tak, że aby dziecko nauczyło się np. słowa „stół”, musi ten „stół” usłyszeć, zobaczyć, powtórzyć i poczuć (np. uderzając się o niego). I to wszystko musi się zdarzyć kilkadziesiąt razy. Dopiero wtedy w umyśle powstaje trwały ślad, który niesie ze sobą znaczenie dla dźwięków mowy, które układają się w „stół”.

Dzieci do drugiego roku życia potrzebują interakcji i integracji, czyli reakcji zwrotnej, relacji, emocji. Drugiego człowieka. To właśnie wspiera próby nazywania, rozumienia i powtarzania. Telewizor, choć mówi, to nie reaguje na dziecko. W tej „relacji” nie zachodzi interakcja. Dziecko jest samo. Przy okazji uczy się bardzo niebezpiecznej zależności – „mogę próbować mówić, ale mój głos nie ma znaczenia, bo nikt nie zwraca na niego uwagi”.

Poprzez dźwięki z programów telewizyjnych (także reklam), aplikacji na urządzenia elektroniczne, non stop grającego w domu radia albo zabawek dźwiękowych stymulowane są ośrodki słuchowe w prawej półkuli mózgu. Czyli te, które specjalizują się w odbiorze bodźców niewerbalnych, a zatem dźwięków innych niż mowa. Tak silna stymulacja tych ośrodków u dzieci blokuje niemal całkowicie lewopółkulowy odbiór przekazów językowych, a to oznacza, że dziecko tylko pozornie słyszy mowę, bo nie przetwarza (nie słyszy, nie rozumie) dźwięków mowy w swoim mózgu.

Zgodnie z najnowszymi wytycznymi WHO, dzieci poniżej 5. roku życia powinny spędzać mniej czasu przed ekranem i mieć więcej czasu na aktywną zabawę. Zbyt długie siedzenie w wózku, leżaczku, bujaczku, a nawet w chuście może mieć negatywny wpływ na małego człowieka. Nieskrępowana zabawa, umożliwianie dzieciom pełzania, skakania, biegania najkorzystniej wpływają na ich rozwój psychofizyczny. WHO podkreśla, że współczesne społeczeństwo ma tendencję do prowadzenia siedzącego trybu życia. Coraz częściej korzystamy z transportu samochodowego zamiast po prostu chodzić lub jeździć na rowerze. Dzieci siedzą przy biurku w szkole, potem znowu siedzą podczas oglądania telewizji lub grania w mało angażujące i rozwijające gry na komputerze lub na tablecie. Te czynniki wpływają negatywnie na zdrowie psychospołeczne, prowadząc do problemów z nadwagą i otyłością w okresie dzieciństwa oraz dojrzewania.



***Dzieci oglądające telewizję uczą się o 90% mniej słów niż dzieci rozmawiające w tym czasie z dorosłymi lub innymi dziećmi.***



Kluczem w korzystaniu przez dzieci z ekranów i wysokich technologii jest umiar i wprowadzenie tych wszystkich urządzeń w odpowiednim czasie, czyli nie przed trzecim rokiem życia dziecka. Dlaczego nie wcześniej? Otóż małe dzieci mają ręce pełne pracy. Do szóstego roku życia powinny zdobyć i udoskonalić poszczególne umiejętności poznawcze na tyle, aby stopień ich opanowania pozwolił na dalszy rozwój sprawności umysłowej. Najważniejsze sprawności

rozwojowe, które od pierwszych dni dziecko wykształca i doskonali, to rozwój sprawności motorycznej i manualnej, spostrzegania wzrokowego, percepcji słuchowej, zabawy, zachowań społecznych, pamięci i oczywiście dominacji stronnej. Wszystkie one są z kolei podstawą dla rozwoju mowy

Odpowiednia stymulacja i zdobycie we właściwym czasie poszczególnych umiejętności poznawczych zagwarantuje nie tylko harmonijny rozwój poznawczy, ale także pozwoli dziecku na rozwijanie umiejętności szkolnych. Sprawi, że czytanie, pisanie czy liczenie nie będą w przyszłości problemem. Zbyt wczesne wprowadzenie wysokich technologii w znaczny sposób zaburza rozwój dziecka, ponieważ z jednej strony utrudnia przyswajanie i doskonalenie tych umiejętności, które przy okazji korzystania z ekranów nie są stymulowane, z drugiej strony, zbyt mocno stymuluje inne – prowadząc do dysharmonii w rozwoju danej funkcji.

Ekran i wysokie technologie zabierają dużo czasu i nierównomiernie stymulują umiejętności lewo i prawopółkulowe, prowadząc do dysharmonii w rozwoju poznawczym. Dlatego właśnie nie należy pozwalać na korzystanie z wysokich technologii dzieciom poniżej trzeciego roku życia. Wtedy bowiem mózg jest najbardziej plastyczny, a to, czego dziecko się nauczy (bądź nie nauczy) w ciągu pierwszych sześciu lat życia (a w szczególności w pierwszych trzech latach), będzie podstawą późniejszej aktywności umysłowej. Dużo prościej jest natomiast harmonijnie zdobywać kolejne umiejętności, niż nadrabiać braki.

W związku z różnymi problemami, które pojawiają się u dzieci zbyt często korzystających z ekranów, naukowcy zaproponowali następujące rozwiązania

- **Dzieci poniżej drugiego roku życia** w ogóle nie powinny korzystać z ekranów i być poddawane działaniu wysokich technologii (telewizor – w tym programy edukacyjne, programy dla niemowląt, telewizor grający „w tle”; tablet, komórka, zabawki dźwiękowe, radio, odtwarzana muzyka).
- **Od drugiego roku życia dziecko** może obejrzeć kilkuminutową bajkę. Przytaczane badania stawiają granicę – 30 minut. Dziecko ogląda z rodzicem, który wyjaśnia, tłumaczy, razem z dzieckiem uczestniczy w historii.
- **Od trzeciego roku życia** – 30 minut do maksymalnie! – 1 godziny dziennie. Wiemy, co dziecko ogląda. Sami obejrzeliśmy wcześniej i dobraliśmy program do wieku dziecka. Pamiętajmy jednak, że godzina to bardzo dużo!

Gdy dzieci zbyt często korzystają z wysokich technologii, wpływa to niekorzystnie na ich rozwój. Obserwujemy zaburzoną harmonię rozwoju funkcji poznawczych, zaburzoną pamięć, uwagę, koncentrację, logiczne myślenie, problemy ze snem i zasypianiem.

Czy zatem telewizja może być sprzymierzeńcem? Może dla starszych dzieci, które mają szansę czegoś się nauczyć lub dowiedzieć. Małe dzieci winny jednak spędzać czas z dala od ekranów. Dla zdrowia i umysłu.











Czym zastąpić ekran? Sprawdź się: teatrzyk cieni, teatrzyk kukielkowy, pantomima, bajki kamishibai, wymyślanie i opowiadanie bajki, czytanie bajek, wspólne gry: ruchowe, manipulacyjne, planszowe, zaangażowanie dziecka w pomoc w domu – choćby na zasadzie zabawy tematycznej, zabawy i aktywności plastyczne (z masą solną, obraz malowany gąbką, pieczętki z ziemniaków, wklejanie zdjęć do albumu, robienie kartek), zabawy ruchowe (taniec, plac zabaw, jazda na rowerze,

trampolina, basen, tor przeszkód, karaoke, talent show), zabawy tematyczne (w rycerzy, w lot kosmos, budowanie nieśmiertelnej „bazy” – puśćmy wodze fantazji...), niekierowana zabawa na dworze, spacer.

Dzieciom w grupie wiekowej 1-2 lata zaleca się 180 minut zróżnicowanego ruchu dziennie. Dzieciom w wieku 3-4 lat eksperci WHO rekomendują 180 minut aktywności fizycznej, z czego przynajmniej 60 minut powinno być przeznaczone na ruch o umiarkowanym lub intensywnym natężeniu.

Pierwsze lata życia dziecka są niezwykle istotne dla jego rozwoju motorycznego i poznawczego. Ograniczenie siedzenia przed ekranem do maksymalnie godzinny dziennie oraz wysoka aktywność fizyczna pozytywnie wpływają na zdrowie naszych pociech.

Opracowała: Monika Suprun

Do widzenia, urzędzenia!	Dzień dobry, doświadczenia!
<p>16:00</p> 	<p>16:00</p> 
<p>17:00</p> 	<p>17:00</p> 
<p>18:00</p> 	<p>18:00</p> 
<p>19:00</p> 	<p>19:00</p> 
<p>20 LAT PÓŹNIEJ</p> 	<p>20 LAT PÓŹNIEJ</p> 

Zeskanuj kod QR lub pobierz artykuł „Do widzenia, urzędzenia!” na [www.blizejprzedszkola.pl/dowidzeniaurzedzenia](http://www.blizejprzedszkola.pl/dowidzeniaurzedzenia)

Bibliografia:

„Do widzenia, urzędzenia!”- Bliżej {Przedszkola – październik 2018r.

❖ **JAKIE MAMY PLANY**

W **listopadzie** rozmawiamy o następujących tematach:

<p><b>Grupa I - Smerfiki</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czyścioszki – to my!</li> <li>2. Jesienna pogoda.</li> <li>3. Ruda wiewióreczka.</li> <li>4. Kolczasty język.</li> </ol>	<p><b>Grupa II - Gumisie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Na poczcie.</li> <li>2. Mały patriota.</li> <li>3. Jesienna plucha.</li> <li>4. Mój przyjaciel miś.</li> </ol>
<p><b>Grupa III – Pajacyki</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poczta.</li> <li>2. Mały patriota.</li> <li>3. Prawa dziecka.</li> <li>4. Jesienna szaruga.</li> </ol>	<p><b>Grupa IV – Kubusie</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jesienna szaruga.</li> <li>2. Mały patriota.</li> <li>3. W co się bawić kiedy pada deszcz?</li> <li>4. Mój przyjaciel miś.</li> </ol>

❖ **WAŻNE WYDARZENIA W NASZYM PRZEDSZKOLU**

- **25 listopada** w każdej z grup będziemy obchodzić Światowy Dzień Pluszowego Misia


❖ **KĄCIK PODZIĘKOWAŃ**



- ♥ Rodzicom Mai i Olgi za całe mnóstwo kolorowanek.
- ♥ Rodzicom Ignacego R. za kolorowanki dla dzieci z grupy.
- ♥ Wszystkim dzieciom i rodzicom za aktywne włączenie się w akcję zbierania kasztanów na rzecz chorego Kubusia.

❖ **NAUCZYŁEM SIĘ W PRZEDSZKOLU**

Grupa I – Smerfiki	Grupa II – Gumisie	Grupa III – Pajacyki	Grupa IV - Kubusie
<p>„Wiewiórka” - wiersz</p> <p>Wiewióreczka ruda, oczkiem sobie mruga. Damy jej orzechy, może przyjdzie tutaj.</p>	<p>„Wszystko jesienne” - wiersz</p> <p>Jesiennie słońce jesienny deszcz jesieni wkoło masz ile chcesz. Jesiennie chmury</p>	<p>"Moje miasto"- wiersz</p> <p>Jest takie miejsce, gdzie mieszkam. Gdzie chodzę do przedszkola. Tu mieszka moja mama,</p>	<p>„Listopad” - wiersz</p> <p>Pan Listopad idzie do nas, worek duży trzyma. Płaszcz podarty, buty stare, oraz groźna mina. - Co nam niesiesz</p>

<p>Ma rudy ogonek, oczka jak węgielki, a na uszkach śmieszne, czerwone pędzelki. <i>I. Salach</i></p> <p><b>„Kolczasty jeź” – piosenka</b> 1. A w ogrodzie język śpi. Zbudź się, jeżu, zbudź. Lecz nie podam ręki ci, bo mnie będziesz kluć.</p> <p>Ref.: Chociaż na grzbiecie język kolce ma, to każde z dzieci lubi go jak ja.</p> <p>2. Mój języku, odwiedź nas, do przedszkola spiesz. Był już kotek gościem raz, może być i jeż.</p> <p>Ref.: Chociaż na grzbiecie...</p> 	<p>jesienne drzewa i wiatr jesienny jesiennie śpiewa. Jesienne grzyby jesienna trawa oraz jesienna z wiatrem zabawa. Jesienne kwiaty jesienne liście wszystko jesiennie jest oczywiście. <i>T. Fiutowska</i></p> <p><b>„Miś Norman” - piosenka</b> (Słowa i muzyka: Zofia, Maria Tomaszewska)</p> <p>Ref: Norman, Norman to przyjaciel nasz Razem z nami miło spędza czas. Kiedy jest nam bardzo źle Misio wciąż uśmiecha się. Tym pocieszyć umie nas, rozweseli każdą twarz.</p> <p>1. Mówi do nas mały miś: "zawsze trzeba grzecznym być". Wzorem nam jest, dużo wie i uwielbia tulić się.</p> <p>Ref: Norman ...</p> <p>2. On zasady wszystkie zna i przestrzega ich co dnia, "piątkę " z miśm przybijamy, wspólnie zasad przestrzegamy.</p>	<p>tata i siostra Ola. Tutaj są parki i sklepy. Kino, gdzie bajki oglądam. Oraz duża fontanna, przy której pięknie wyglądam. Są nowe, ładne ulice, na których jest czasem ciasno. Bardzo lubię tu mieszkać, bo to jest moje miasto. <i>D. Kossakowska</i></p> <p><b>"Prawa dziecka" - piosenka</b> (słowa: Karolina Gawlin, muzyka: Piotr Opatiwicz)</p> <p>Ref: Dzieci swoje prawa mają, teraz wszyscy je poznają/ 2x</p> <p>1. Mam prawo ze swoją rodziną być, w swoim kraju godnie, bezpiecznie żyć. I mieć swoje miejsce, by w nim schować się. A gdy zachoruje, by ktoś leczył mnie.</p> <p>Ref: Dzieci swoje ...</p> <p>2. Mogę swoje zdanie i sekrety mieć, Bawić się i uczyć, gdy tylko mam chęć. Ja mam swoje prawa, proszę szanuj mnie, Kochaj i przytulaj, kiedy jest mi źle.</p> <p>Ref: Dzieci swoje ...</p>	<p>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. <i>D. Kossakowska</i></p> <p><b>„Jestem Polakiem” - piosenka</b> Ref: Jesteśmy Polką i Polakiem. Dziewczynką fajną i chłopakiem Kochamy Polskę z całych sił. Chcemy być również kochał ją i ty i ty</p> <p>1 Ciuchcia na dworcu czeka, dziś wszystkie dzieci pojedą nią by poznać kraj. Ciuchcia pomknie daleko i przygód wiele Na pewno w drodze spotka Nas</p> <p>Ref: Jesteśmy Polką i Polakiem. Dziewczynką fajną i chłopakiem Kochamy Polskę z całych sił, Chcemy być również kochał ją i ty i ty</p> <p>2 Pierwsze jest Zakopane miejsce wspaniałe Gdzie góry i górale są Kraków to miasto stare w nim piękny Wawel Obok Wawelu mieszkał smok</p> <p>Ref: Jesteśmy ...</p> <p>3 Teraz to już Warszawa to ważna sprawa Bo tu stolica Polski jest Wisła, Pałac Kultury, Królewski Zamek I wiele innych pięknych miejsc</p> <p>Ref: Jesteśmy ...</p> <p>4 Toruń z daleka pachnie,</p>
--	---	---	--

			bo słodki zapach Pierników kusi mocno nas Podróż skończymy w Gdańsku Skąd szarym morzem Można wyruszyć dalej w świat  Ref: Jesteśmy ...
--	--	--	--

### ❖ UŚMIECHNIJ SIĘ

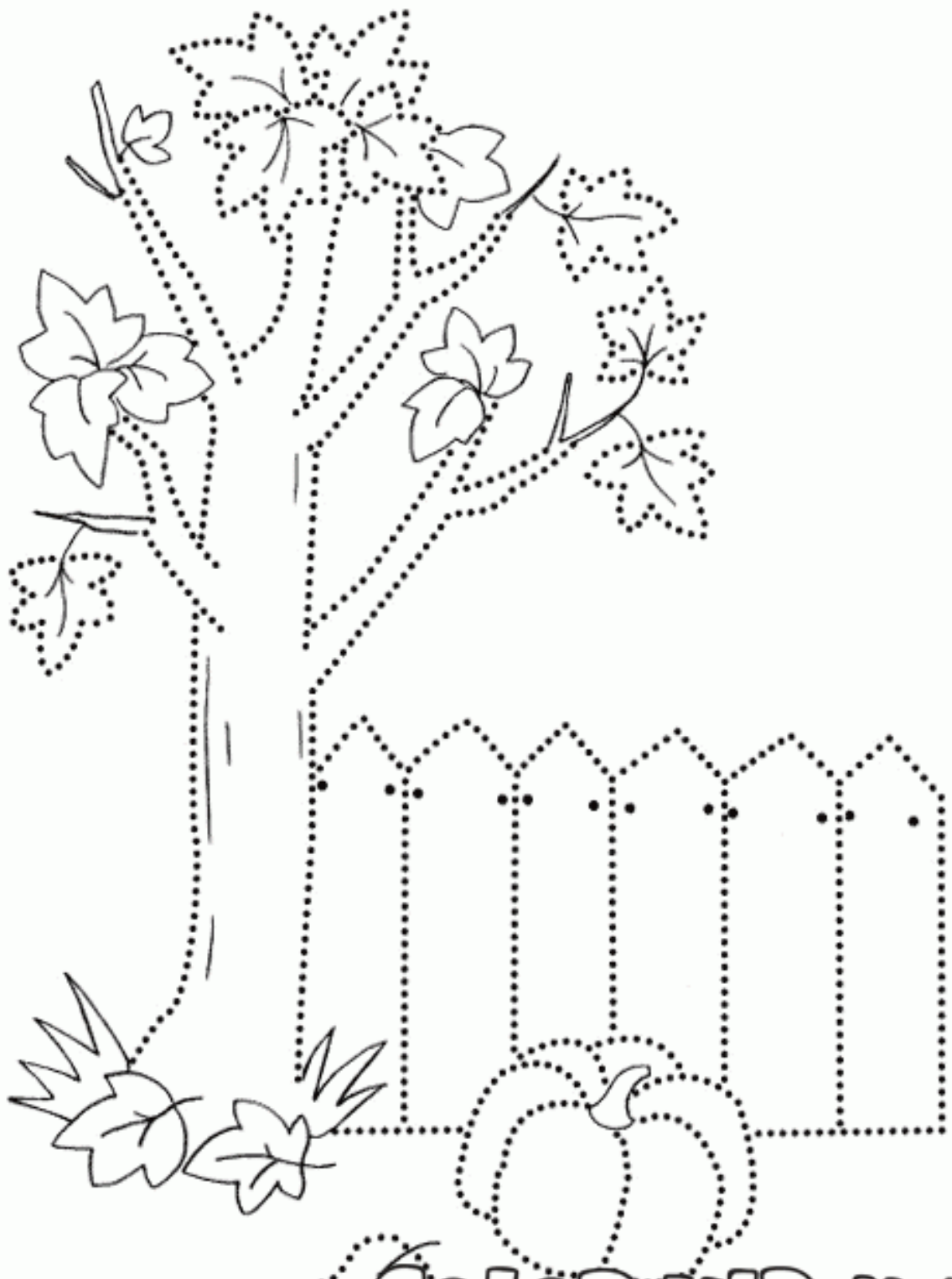
- Dlaczego masz guza na głowie?
- To od myślenia. Myślałem, że brat nie trafi we mnie klockiem.



- Jak się miewa twój brat – pyta ciocia.
- Ma kłopoty finansowe – odpowiada Krzyś.
- Ależ on ma dopiero dwa lata!
- Tak, ale połknął pięć złotych.



Opracowanie i skład komputerowy: Anna M. Guziejko



COLOR KID.NET



