

PRZEDSZKOLE PUBLICZNE NR 2

Z ODDZIAŁEM INTEGRACYJNYM

UL. PADEREWSKIEGO 1

47-120 ZAWADZKIE

tel. 077 4616 485

[www.ppnr2.zawadzkie.pl](http://www.ppnr2.zawadzkie.pl)

**KUBUSIOWE CO NIECO**



**Znajdź różnicę**



## Ferie zimowe w naszym województwie trwają od 13.02- 26.02 2023r



### **Życzymy udanego wypoczynku!**

Niebawem rozpoczną się ferie zimowe. Śnieg i mróz sprzyjają zabawom na świeżym powietrzu. Podczas ferii warto wybrać się na spacer z całą rodziną. Podczas kuligu czy bitwy na śnieżki nie wolno jednak zapominać o bezpieczeństwie. Na śniegu czy lodzie o wypadek nie trudno. Dlatego warto pamiętać o kilku podstawowych zasadach bezpiecznej zabawy:

- ❖ nie organizujemy kuligów na terenie dróg publicznych i nie zaczepiamy sanek do pojazdów mechanicznych,
- ❖ nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu dróg – także tych rzadko uczęszczanych,
- ❖ rzucając się śnieżkami, nie należy łączyć miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamyczków, nie celujmy w twarz drugiej osoby,
- ❖ nie należy rzucać śnieżkami w nadjeżdżające samochody – zaskoczony kierowca może stracić panowanie nad pojazdem,
- ❖ na łyżwach jeździ się tylko w wyznaczonych miejscach - stawy, jeziora czy rzeki nie są bezpiecznym miejscem do zabawy,

- ❖ widząc zwisające z dachów sople, nie strącamy ich patykami lub kamieniami,
- ❖ źle zabezpieczone konstrukcje ze śniegu - dach igloo, w momencie odwilży, grozi zawaleniem.



## Kilka słów o koncentracji uwagi u dzieci...

### ■ Co to jest koncentracja?

Koncentracja uwagi to umiejętność skupienia się na konkretnej rzeczy lub czynności.

### ■ Wskazówki pomocne w kształtowaniu umiejętności koncentrowania uwagi

#### Odżywianie:

Bardzo ważną rolę pełni dbałość o regularne spożywanie różnorodnych posiłków oraz picie wody. Dieta ma być bogata w warzywa i owoce, produkty pełnoziarniste. Węglowodany uwalniają glukozę, która jest paliwem dla mózgu, a kwasy omega mają korzystny wpływ na układ nerwowy.



#### Aktywność fizyczna:

Najprostsza gimnastyka na powietrzu lub przy otwartym oknie, dotlenia mózg, co wpływa na skupienie uwagi przy wykonywanych czynnościach



### Regularny sen:

Dziecko należy kłaść spać o regularnych porach. Dzięki temu następuje regeneracja sił, która korzystnie wpływa na pracę mózgu.

### Dbalność o otoczenie:

Podczas zajęć, ćwiczeń, wykonywaniu różnych czynności należy unikać w miejscach pracy rzeczy, które mogą przyczyniać się do rozpraszania uwagi.



### Ograniczenie bodźców z zewnątrz:

Głośna muzyka, radio, telewizja, tablet, telefon swoimi dźwiękami bardzo rozpraszają dziecko przy pracy. Wyłącz urządzenia na czas nauki.



## **Propozycje zabaw ćwiczących koncentrację uwagi:**

- **Układanie puzzli** – doskonały trening koncentracji dla najmłodszych dzieci. Warto zacząć od prostych wzorów, aby nie zniechęcić malucha i sukcesywnie zwiększać trudność obrazka i ilość elementów.
- **Słuchanie odgłosów otoczenia** - dziecko zamyka oczy, prosimy, aby skoncentrowało się na dźwiękach dochodzących z otoczenia. Dajemy mu czas na wsłuchanie się. Następnie pytamy, co słyszało, jaki dźwięk przypadł mu do gustu, co go drażniło. Jaki jest najbliższy dźwięk, który słyszysz? Jaki jest najgłośniejszy? Jaki najcichszy? Jaki najdalszy?
- **Gry planszowe** - wspomagają rozwój intelektualny dziecka, uczą poprzez zabawę. Gry takie jak warcaby czy szachy uczą rozważania różnych opcji rozgrywki, rozwijają umiejętność zapamiętywania poszczególnych sytuacji oraz poprawiają zdolność logicznego myślenia.
- **Rysunek na plecach** - dziecko siedzi na podłodze, zamyka oczy, druga osoba rysuje mu na plecach, np. domek, słońce, kwiat, itp. Dla starszych dzieci mogą to być litery, cyfry. Następnie pytamy je, co zostało narysowane. Jeśli dziecko nie potrafi odpowiedzieć na pytanie - czynność powtarzamy.
- **Gry typu memory** – na rynku dostępne są różne wersje gry dostosowane do możliwości dzieci w różnym wieku. Dla najmłodszych można wybrać wersję z obrazkami, które należy łączyć w pary. Memory to doskonały przykład ćwiczenia na pamięć krótkotrwałą dla najmłodszych.

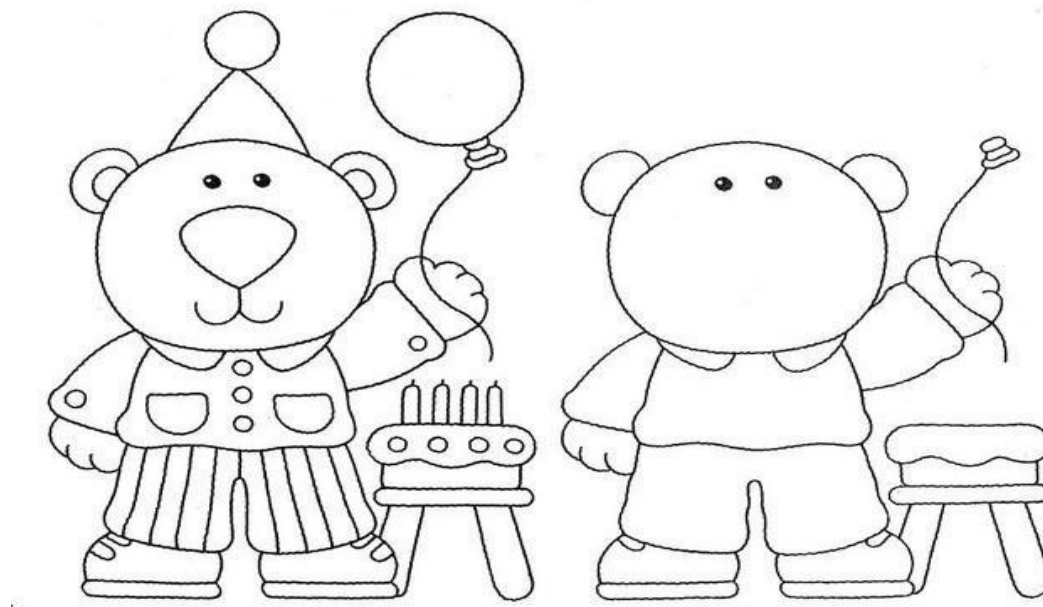
- **Porównywanie (znajdź różnicę)** – na rynku dostępne są również gry polegające na szukaniu różnic w obrazkach. Najczęściej zabawa ma kilka etapów o różnym stopniu trudności. To świetny sposób na ćwiczenie koncentracji i pamięci fotograficznej dziecka.
- **Lampa, podłoga, nos** – mówimy podane słowa i pokazujemy je ręką (prosimy, aby dziecko pokazywało z nami), potem prowadzący zabawę co innego mówi, co innego pokazuje (prosimy dziecko aby pokazywało tylko to co mówimy).
- **Zabawy wprowadzające sekwencje** - głuchy telefon, powtórz nr telefonu (zaczynamy od 3-4 cyfr), jedziemy na wycieczkę (zabawę zaczynamy mówiąc: Jedziemy na wycieczkę i zabieramy... wymyślamy i wymieniamy na zmianę z dzieckiem rzeczy, jakie zabieramy, powtarzając przy tym te wcześniej wymienione).
- **Wymienianie ciągu słów** - na ustalone wcześniej słowo lub grupę słów dziecko ma klasnąć.
- **Nazywamy i szybko wskazujemy na sobie części ciała** - dla zmylenia, co jakiś czas zmieniamy kolejność.
- **Podaj kolejność** - układamy w rzędzie kilku przedmiotów, następnie zasłaniamy je, chowamy jeden i pytamy dziecko, czy czegoś brakuje.
- **Pytania do obrazka** - pokazujemy dziecku ilustrację
- i prosimy, by przez 30 sekund uważnie jej się przyglądało. Następnie zabieramy rysunek i prosimy o odpowiedzenie na różne pytania dotyczące tego, co znajdowało się na obrazku.
- **Labirynty** – szukanie wyjścia w skomplikowanym układzie dróg.
- **Plan wydarzeń** - słuchanie tekstu czytanego głośno przez osobę dorosłą, po czym - opowiadanie treści lub układanie planu wydarzeń.

Ostatnie chwile przed zaśnięciem warto jest poświęcić na omówienie z dzieckiem wydarzeń z minionego dnia, podzielenie się wrażeniami. Ważne jest podkreślenie przyjemnych wydarzeń. Rodzic może także opowiedzieć dziecku o swoim dniu (stosownie do wieku dziecka) - buduje to wzajemne zaufanie, zrozumienie. Należy „wyczyścić” wszystkie negatywne emocje, wyjaśnić nieporozumienia, kłótnie. Bajki przed zaśnięciem powinny być relaksujące, przyjemne, bez agresji.

## ĆWICZENIA



1. Zadanie dla Solenizantów i nie tylko. Dorysuj brakujące elementy tak, aby powstały dwa identyczne obrazki.



2. Policz serca. Jeśli to zbyt trudne, połącz je w pary za pomocą pętli. Sprawdź, czy któreś serce zostanie bez pary.



**3. Zimowe zagadki. Wskaż obrazek – właściwą odpowiedź.**

1.

Kiedy mroźnik szczypie,  
kiedy śnieżek pada,  
każdy ją natychmiast  
na głowę zakłada.



2.

Na szyję zakładam,  
gdy dopiecze zima.  
Owijam nim szyję,  
kiedy mróz przytrzyma.



3.

Pada z nieba biały proch,  
coś jak gwiazdki albo groch.  
Gdy napada po kolana,  
ulepimy wnet bałwana.



4.

Ten śniegowy panicz,  
garnek ma na głowie.  
W miejscu nosa marchew,  
ulepił go człowiek.





## MAMO, TATO, CO WY NA TO?

### **JAK BYĆ KONSEKWENTNYM WOBEC DZIECKA**

<http://www.edukacja.edux.pl/p-277-jak-byc-konsekwentnym-wobec-dziecka.php>

#### **Rady dla rodziców:**

- Surowość czy liberalizm nie mają takiego znaczenia, jak stałe przestrzeganie zasad i konsekwencji.
- Zawsze postępuj zgodnie z zasadami.
- Daj jedno ostrzeżenie, a potem dopiero zastosuj odpowiednią karę.
- Konsekwentne zasady dostarczają dzieciom struktury, która zaspokaja potrzebę bezpieczeństwa, przewidywalności i kontroli.
- Konsekwentnie dbaj o poranne i wieczorne czynności rutynowe.
- Stosuj krótkie i łatwe do zastosowania kary.
- Nie wprowadzaj dyscypliny, kiedy jesteś zły.
- Rodzice powinni prezentować zjednoczony front.
- Nie próbuj stosować dyscypliny, kiedy jesteś zły.
- Stosuj dyscyplinę w odpowiednim czasie.
- Wprowadzaj odpowiednie konsekwencje.
- Dawanie dzieciom wyboru zwiększa ich poczucie kompetencji i kontroli.
- Stosuj dyscyplinę, by uczyć.
- Celem stosowania dyscypliny nie jest udowodnienie, kto ma rację, a kto jej nie ma. Takie podejście sprzyja, bowiem konfliktom i budzi w dziecku poczucie wstydu.
- Celem dyscypliny jest zmiana zachowania, które stwarza problemy.

#### **Metody skutecznego wychowania:**

- Ufaj swojej intuicji.
- Nie rezygnuj z własnych potrzeb na rzecz dziecka.
- Znaj swoje dziecko. Słuchaj słów, wnioski wyciągaj z zachowania.
- Dbaj o rozwój pozytywnych wartości u dziecka.
- Podkreślaj znaczenie dobrych chęci, wysiłku i gotowości do ryzyka.
- Bądź rodzicem, a nie przyjacielem.
- Wyznaczaj granice - „nie” jest pełnym i skończonym zdaniem.







- Utrzymuj dyscyplinę, ale nie karz.
- Rozmawiaj, nie komunikuj.
- Zawsze zajmuj zdecydowane stanowisko w konkretnych sprawach.

Literatura:

T. Gordon „Wychowanie bez porażek” PAX Warszawa 91r.

**Pokoloruj obrazek.**



**Przeczytaj wyrazy i połącz każdy wyraz z odpowiednim obrazkiem.**

<b>rękawiczki</b>	<b>szalik</b>	<b>czapka</b>	<b>sweter</b>	<b>kurтка</b>
-------------------	---------------	---------------	---------------	---------------

