



CZTERY PORY ROKU



Wydanie specjalne
Wrzesień 2018
red. mgr Iwona Wójcik



Szanowni Rodzice i Nasze Kochane Przedszkolaki

Cieszymy się, że możemy znowu powitać Was w nowym roku szkolnym 2018/19 a tym samym zaprosić wszystkich do czytania naszego przedszkolnego kwartalnika. Rozpoczyna się kolejny rok pełen wrażeń, nie tylko dla Państwa, ale przede wszystkim dla Waszych pociech. Będzie on pełen ciekawych doświadczeń. W czasie tego roku dzieci przyswoją nie tylko nowe umiejętności, lecz także będą czerpać radość ze wspólnej zabawy, czy z pierwszych sukcesów. Niestety dla niektórych dzieci ten rok dostarczy też trudnych przeżyć, związanych z adaptacją do nowego miejsca i konieczność rozstania z ukochanymi rodzicami. W pokonywaniu trudności i rozwiązaniu niektórych problemów pomoże lektura naszych artykułów, do której serdecznie zachęcamy. Oczywiście chcielibyśmy również serdecznie podziękować Wam, drodzy rodzice, za współpracę i pomoc w tym nowym roku szkolnym 2018/2019 i zachęcić do zaangażowania się i uczestnictwa w życiu przedszkola.

Wszystkim Przedszkolakom w tym nowym roku szkolnym życzymy dużo radości w zdobywaniu wiedzy, wesołej zabawy, nowych przyjaźni i niezapomnianych przeżyć, a Rodzicom udanej współpracy i zadowolenia.

WITAMY
W NOWYM ROKU
SZKOLNYM!





Idziemy do przedszkola! Adaptacja – jak ją przetrwać?

"Wszystkiego, co naprawdę warto wiedzieć nauczyłem się w przedszkolu."

Robert Fulghum

Wakacje dobiegły końca. Dla niektórych z nas oznacza to nie tylko koniec lata, ale także początek nowego etapu w życiu naszego dziecka. Mowa oczywiście o przedszkolu, do którego nasza pociecha po raz pierwszy zawita. Jak w tej nowej sytuacji się odnajdzie, jak sobie poradzi? Te i podobne pytania zapewne niejednemu rodzicowi 3–latka (i nie tylko) kołaczą się obecnie po głowie.

Początek jest zawsze trudny.

Nie ma się co oszukiwać. Większość dzieci mniej lub bardziej emocjonalnie przeżyje rozstanie z rodzicami i adaptację w nowym miejscu. Także dla rodziców, którzy jak dotąd byli jedynymi i najważniejszymi opiekunami dla swojego dziecka, stresem jest to, iż muszą swoje ukochane maleństwo pozostawić w nieznanym miejscu. Dla nich to także nowe, często emocjonalne przeżycie. Zaakceptujmy uczucia, które się pojawiają. Smutek, tęsknota, niepokój, czy lęk w początkowej fazie adaptacji do przedszkola są całkowicie naturalne i nie musimy się ich wypierać.

Jak długo trwa adaptacja do przedszkola?

U większości dzieci okres ten trwa od kilku tygodni do kilku miesięcy. O jego rzeczywistej długości decyduje wiele czynników, takich jak dojrzałość emocjonalna konkretnego dziecka, sposób, w jaki do tej pory funkcjonowało, jak również postawa rodziców w tym początkowym okresie. Wcześniejsze wizyty w przedszkolu, zapoznanie się z salą, Panią wychowawczynią i zabawkami na pewno są pomocne, jednak jak pokazuje doświadczenie, nawet dzieci, które uczestniczyły w tzw. „dniach adaptacyjnych” nie zawsze bezboleśnie przechodzą rozłąkę z rodzicami w dalszej perspektywie. Czasem zdarza się płacz po dwóch, nawet trzech tygodniach pobytu w przedszkolu.

Warunkiem pozytywnej adaptacji przedszkolnej przede wszystkim jest **ugruntowanie się w dziecku przekonania, że rodzic nie odchodzi na zawsze, że wróci po niego**, pomimo, iż akurat w tym momencie fizycznie nie jest przy nim obecny. Prędzej czy później,

w wyniku codziennych doświadczeń, dziecko zauważy tę zależność, więc po prostu trzeba uzbroić się w cierpliwość. Jak każde trudne doświadczenie, przez które się przejdzie, także i to, zdobyte w trakcie adaptacji do przedszkola, ma dużą wartość – uodparnia emocjonalnie, wzmacnia w dziecku poczucie wiary w siebie i otwiera mu drogę do dalszego rozwoju.



Pierwsze dni w przedszkolu – o czym warto wiedzieć?

- Rodzice muszą być pewni swojej decyzji o posłaniu dziecka do przedszkola. W obecności dziecka nie powinni poddawać w wątpliwość tego, czy dobrze czy źle robią. Dziecko momentalnie wyczuje nasze wahanie, co z pewnością nie pomoże mu w adaptacji.
- Mów pozytywnie o przedszkolu, ale nie idealizuj go zanadto. Przedstaw je jako przyjemne miejsce, w którym będzie spotykał się z rówieśnikami i uczył mnóstwa nowych rzeczy.
- Opowiedz dziecku o tym jak sam chodziłeś do przedszkola w dzieciństwie. Co wspominasz najmilej?
- Jeśli to możliwe, rozsądnym pomysłem jest odprowadzanie dziecka w tych pierwszych dniach przez tatę z uwagi na mniejszą dozę emocjonalności, która często towarzyszy relacji z matką.
- Pozwól dziecku zabrać do przedszkola ukochanego misia lub inną zabawkę. Dzięki temu nie będzie się czuło osamotnione.
- Nie przedłużaj pożegnań i nie roztkliwiaj się przy dziecku.
- Nie zabieraj dziecka do domu, kiedy płacze przy rozstaniu. Jeśli zrobisz to chociaż raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
- Początkowo odbieraj dziecko wcześniej i stopniowo wydłużaj jego pobyt.
- Zapewnij dziecko, że wrócisz po niego, podając porę przybycia, np. po obiedzie. Niezwykle istotne jest spełnianie tych umów od samego początku. To budzi zaufanie i dziecku łatwiej rozstać się z rodzicem, który każdorazowo przychodzi po niego w ustalonym czasie.

- Jeśli to możliwe przez początkowy okres nie przychodź po dziecko jako ostatni.
- Zadbaj o wygodne ubranie dziecka. Pozostaw w szafce w szatni dodatkowe ubrania na zmianę.
- Nie zmuszaj dziecka do tego by zawsze od razu opowiadało o tym, co wydarzyło się w przedszkolu. Z czasem maluch sam zacznie opowiadać o swoich przeżyciach.
- Warto nawiązać kontakt z wychowawcą grupy. Nauczyciel chętnie poinformuje rodzica o tym, jak dziecko zjadało posiłek, jak się zachowywało, jak radzi sobie podczas zabaw z rówieśnikami.
- W żadnym wypadku nie straszmy dziecka przedszkolem, stosując ostrzeżenia typu: „Jak nie będziesz mnie słuchał, to w przedszkolu Cię nauczą” itp.

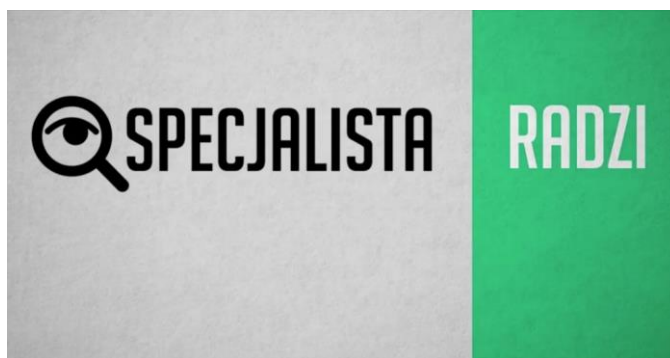
Pamiętaj! Każda zmiana daje szansę na rozwój.

Posyłając dziecko do przedszkola nie traktujmy tego w kategoriach smutnej konieczności. Zauważmy **pozytywne aspekty** dokonującej się właśnie zmiany w życiu naszego dziecka. Zdobyte w przedszkolu doświadczenia są jedyne w swoim rodzaju. Grupa przedszkolna daje możliwość poznania podstawowych zasad życia w społeczności. Zasady obowiązujące w kontaktach z ludźmi musi poznać każdy i przedszkole bardzo się w tym przydaje. Dziecko nauczy się nie tylko współpracy z rówieśnikami, nabierze odwagi i wiary we własne możliwości, ale zyska o wiele więcej. Przedszkole stanowi **doskonale przygotowanie do szkolnych obowiązków**. Dziecko uczy się koncentracji, wypełniania poleceń, rozwija samodzielność.

Zatem potraktujmy czas adaptacji jako coś naturalnego, co pomimo trudnych początków za jakiś czas zaprocentuje.

Wszystkim przedszkolakom a zwłaszcza „nowym” życzymy uśmiechu na buzi, a ich rodzicom wytrwałości i powodów do dumy ze swoich pociech.





*E. Janu; nauczyciel,
pedagog, metodyk*

8 zalet zabawy swobodnej.

Zbliża się wrzesień, a wraz z nim w wielu domach i przedszkolach zacznie się małe (lub większe) zamieszanie związane z wyborem zajęć dodatkowych. Moje zdanie w tej sprawie znacie, apeluję do rodziców o umiar i zachowanie zdrowego rozsądku.

Świat, w którym żyjemy narzuca nam taką narrację, że jeśli siedzimy 20 minut rozmyślając "o niczym" to właśnie marnujemy 20 minut. Bo moglibyśmy pracować, lub obmyślać innowacyjną strategię, przydatną ... w pracy. Świat się zmienia, zawsze tak było, trzeba sobie radzić. Zmiany potrzeb w populacji dzieci zachodzą jednak o wiele wolniej i naszym (rodziców i nauczycieli) obowiązkiem jest mieć to na uwadze.

Jednym z pierwszych pedagogów, który docenił rolę dziecięcej zabawy był Froebel. Pisali o niej Wygotsky, Okoń, Kamiński, Gruszczyk-Kolczyńska i wielu innych. Podstawowy podział zabaw, ze względu na zaangażowanie dzieci to zabawy samorzutne (inaczej: swobodne, dowolne) i zabawy kierowane przez dorosłego (dydaktyczne, tematyczne itp.). Bardzo ważny w rozwoju dziecka jest ten pierwszy rodzaj zabaw. Dziecko podejmuje ją z własnej inicjatywy, sprawia mu ona przyjemność i najczęściej zajmuje ona je na dłużej niż zabawa proponowana przez dorosłych. Zabawa swobodna jest (i nadal powinno tak pozostać) podstawową aktywnością dziecka w wieku przedszkolnym i celem samym w sobie.



Co dzieje się z dzieckiem, które bawi się bez udziału dorosłego i jego wskazówek?

1. **Zdobywa wiedzę o świecie w naturalny sposób - przez doświadczanie, sprawdzanie hipotez, poprawianie ich.** Widzieliście kiedyś dziecko, które pół dnia modyfikuje papierowy samolot, żeby dalej poleciał? A malucha, który niestrudzenie układa wieżę z kubeczków, sprawdzając, jak je ułożyć, żeby się przewróciły lub nie?
2. **Przyswaja (poprzez obserwację i modelowanie) reguły funkcjonowania w świecie ról społecznych.** Świetnie nadają się do tego zabawy tematyczne: w dom, w sklep, w serwis rowerowy, w hotel itp. Wszyscy funkcjonujemy w różnych rolach społecznych, często nie do pogodzenia. Jak się w tym nie pogubić, że mama jest mamą w domu, a nauczycielką w pracy? To kim ona naprawdę jest? Trzeba pobawić się w szkołę/przedszkole i w dom. Każda z tych ról narzuca pewien sposób mówienia, zawiera zestaw określonych czynności, charakterystyczne przedmioty. Przy okazji dziecko rozwija mowę, myślenie, klasyfikację itp. Ponadto **kształtuje i umacnia świadomość swojej tożsamości płciowej.** Zarówno poprzez przyjmowanie ról zgodnych z płcią, jak i świadome zabawy w odwróconej roli. Macie wątpliwości, czy to przypadkiem nie dzieje się naturalnie? Zapytajcie dwulatka, czy jest chłopcem, czy dziewczynką i notujcie statystykę odpowiedzi
3. **Uczy się norm społecznych, rozwija współpracę.** Dorosły może opowiedzieć dziecku, co się stanie, gdy będzie wyrywać innym zabawki. Zadziała, ale to rzadkość i skutek raczej na chwilę. Kiedy maluch w piaskownicy dostanie w rękę łopatką od innego malucha dowie się, że istnieją inne dzieci, które też mogą chcieć się bawić. Może trzeba się jakoś porozumieć? Pamiętam 5-latkę odsuniętą od zabawy, bo wcieliła w czyn myśl, że dziewczyny nie mogą bawić się klockami Lego. Rozmawiałam z nią pół dnia i nic... Wystarczył jeden dzień, żeby grupa swoim ostracyzmem załatwiła sprawę stereotypów przyniesionych z domu. Kiedy trzeba w zabawie obsadzić role i w nich funkcjonować, kiełkuje umiejętność współpracy. Zgoda, są dzieci, które mówią: "Jestem szefem/wodzem/mamą albo idę do domu" (ja tak robiłam). Pozostaje mieć nadzieję, że trafią w bardziej krytyczne środowisko rówieśnicze, które odpowie: "To idź, my będziemy się bawić". :) Większość dzieci rozumie jednak, że niektóre ciekawe zabawy wymagają włączenia w nie innych dzieci. Zabawy swobodne mają reguły ustalone przez same dzieci. Nawet, jeśli dorosły tych reguł nie może pojąć ;) Dzieci, które ich nie przestrzegają uznawane są za "psujów" zabawy. **Ponadto, dziecko rozwija umiejętność komunikacji i mowę.**
4. **Uczy się odróżniać świat fikcji od świata realnego.** Po wielokrotnym sprawdzeniu (trwa to kilka lat) dziecko zaczyna rozumieć, że zasady, którymi kieruje się w zabawie abstrakcyjnej, nie zawsze działają w rzeczywistości. Pamiętacie dramatyczną historię, gdy dziecko założyło kostium Batmana i próbowało latać, zeskakując z balkonu? To są skrajne skutki niedojrzałości w tym obszarze.
5. **Rozwija kreatywność i pomysłowość.** Kiedy obserwujemy, że w zabawie naszego dziecka patyk staje się mieczem, różdżką, wędką, łukiem, bananem itp. możemy być pewni, że nauczyło się bawić przedmiotami zastępczymi i nadawać im znaczenie. I możemy być dumni, bo to potrafią robić tylko ludzie. Po cichu możemy mieć



nadzieję, że w przyszłości wykorzystają tę kreatywność, by zmieniać świat. Na razie zmieniają własny ;)

6. **Uczy się regulowania swoich stanów emocjonalnych i empatii.** Dziecko, wchodząc w rolę, utożsamia się z uczuciami bohatera nadanej roli. Palec boli je tak samo, jak Śpiącą Królewnę, gdy ukuła się wrzecionem. Cieszy się, że wraca do domu "mama" i oswaja lęk przed samodzielnymi zakupami odgrywając rolę klienta w sklepie. Czasem dziecko martwi się równie mocno, jak bohater, w roli którego było przed chwilą. Chcemy mieć empatyczne dziecko i później dorosłych? Dajmy im się w spokoju bawić!
7. **Uczy się samokontroli i rozwija sprawczość.** Czekać na swoją kolej, kontrola impulsywności, odroczenie przyjemności, słuchanie innych - to wszystko są bardzo ważne umiejętności. Nie można zabrać do domu wszystkich kółek z papieru, bo będą potrzebne w jutrzejszej zabawie w przedszkolu. Nie można zapomnieć o przyniesieniu szczotki do włosów, bo jutro też będzie zabawa w zakład fryzjerski. Znacie to? Dziecko wychodzi z sali i powtarza: Mamo, jutro muszę przynieść sznurek, bo będziemy robić łuki? Ciekawe, czy pamiętałoby tak, gdyby o ten sznurek poprosiła nauczycielka? Albo rodzice? Dziecko dostaje też ważny komunikat: Mogę to zrobić! Mogę sam wymyślić zabawę w zakład fryzjerski. Sam mogę zaprosić dzieci jako klientów. Sam wymyślę lustro, bo akurat nie ma.
8. **Może w zabawie odreagować trudne emocje.** Znacie maluchy, które bawią się w przedszkole w domu? Wiele naszych, nauczycielskich sformułowań pojawia się w tych zabawach. Ale uwaga! Terapeutyczna funkcja zabawy wiąże się z wieloma ograniczeniami dla obserwatora i nie wyciągamy pochopnych wniosków z pojedynczych zachowań.

Platon pisał, że trzeba dzieci uczyć przez zabawę. Nasi reformatorzy edukacji w tej sprawie akurat posłuchali mądrzejszych od siebie i w nowej Podstawie Programowej Wychowania Przedszkolnego znajdziecie wiele wskazówek, by dzieci uczyć przez zabawę. Zgadzam się, zabawa dydaktyczna, kierowana to podstawa edukacji. Ale pamiętajcie - nauczyciele i rodzice - w zabawie swobodnej powyższe umiejętności przyjdą szybciej i bardziej naturalnie. Zabawa według własnego pomysłu, z regułami sformułowanymi wspólnie, angażująca emocjonalnie nie jest "tylko zabawą". To zadanie na pełen etat, by dziecko rozwijało się prawidłowo. Co jest do tego potrzebne? Przede wszystkim czas, brak poganiania i nadmiernej kontroli. Korzyści płynących z zabawy swobodnej nie zapewnią zajęcia dodatkowe.





Danuta Metryka

Bajka o Zuzi

(lęk przed rozłąką podczas pierwszych dni pobytu w przedszkolu)

W małym miasteczku przy ulicy Miodowej stał domek z czerwonej cegły. Mieszkała w nim mała misia Zuzia oraz jej rodzina: mama, tata i starsza siostra Basia. Tata wychodził wcześniej rano do pracy, gdy Zuzia jeszcze spała. Większość czasu misia spędzała z mamą. Codziennie rano odprowadzały Basię do przedszkola. Bardzo lubiła te poranne spacerunki. Podobało się jej również w przedszkolu, wszystko było tam takie kolorowe: małe stoliczki, małe krzesła i dużo przeróżnych zabawek. Po pożegnaniu z siostrą szły na plac zabaw. Zuzia huśtała się na huśtawkach, bawiła się w piaskownicy, biegała, a gdy się zmęczyła siadała obok mamy na ławce i rozmawiały. Następnie robiły zakupy w sklepiku u pana Barnaby i wracały do domu. Wspólnie z mamą rozpakowywały zakupy, a następnie gotowały obiady. Mama prawdziwy dla rodziny misiów, a Zuzia taki na niby dla swoich lał. Gdy mama gotowała zupę pomidorową, to Zuzia również gotowała taką samą, gdy mama piła herbatę, Zuzia siadała przy niej i też piła herbatę. Kiedy mała misia była już zmęczona, mama kładła ją do łóżeczka, otulała kołderką i czytała bajkę dopóki córka nie zasnęła. Po drzemce szły do przedszkola po Basię.

Siostra opowiadała Zuzi jak wspaniale się bawiła, ile ma koleżanek i kolegów.

Pewnego dnia Zuzia zapytała mamę:

– Kiedy ja pójdę do przedszkola?

– A chcesz? – spytała mama.

– Tak! Chcę się bawić z innymi dziećmi tak jak Basia.

Mama spojrzała z czułością na swoją młodszą córkę, wzięła ją na kolana, przytuliła i powiedziała: – Bardzo się cieszę z twojej decyzji, po wakacjach we wrześniu ty pójdziesz do przedszkola, a ja do pracy.

Czas mijał, nadeszły wakacje, a po nich wrzesień i pierwszy dzień Zuzi w przedszkolu, a mamy w pracy. Zuzia czuła się szczęśliwa, a jednocześnie niespokojna. Zabrała swój plecak, do którego zapakowała kredki, pisaki i kaptcie, wzięła siostrę i mamę za łapki i wyszły.

W przedszkolu panował gwar i zamieszanie. Niektóre dzieci tak, jak Basia witały się radośnie po wakacyjnej rozłące, a inne – te, które pierwszy raz tu przyszły – ze łzami w oczach żegnały się z rodzicami. Zuzia nieśmiało zdjęła płaszczyk, powiesiła go na wieszaczku z muchomorem, następnie zmieniła buciki i ze smutną miną podeszła do mamy, przytuliła się i zapytała:

– Mamo, ale ty po mnie przyjdiesz?

– Oczywiście, kochanie – odpowiedziała mama i weszła z córką do sali maluchów, którymi opiekowała się pani Zosia. Była to bardzo miła pani. Podeszła do Zuzi, wzięła ją za łapkę i zaprowadziła do stolika, przy którym siedziały już inne misie.

Niektóre misie były smutne i ciche, a inne wesoło rozmawiały ze sobą. Zuzia

odwróciła się i zobaczyła mamę zamykającą za sobą drzwi. Nagle poczuła się bardzo samotna i pomyślała: „A jeśli mama nie wróci, zapomni o mnie?”

Po policzkach misi popłynęły łzy. Po chwili poczuła, że ktoś ją delikatnie głaszcze po łapce, podniosła zapłakane oczy i zobaczyła uśmiechniętą panią Zosię.

– Nie płacz, Zuziu – powiedziała wesoło pani. – Chodź bawić się z dziećmi. Właśnie budują z klocków zamek.

Misia posłusznie podeszła do grupki dzieciaków i przywitała się:

– Jestem Zuzia.

W odpowiedzi usłyszała: Ania, Asia, Kuba i wiele innych imion. Wszyscy z ochotą zabrali się do zabawy i wkrótce na środku sali stanął i piękny zamek.

Nagle Zuzia usłyszała otwierające się drzwi, pomyślała, że to mama po nią przyszła. Odwróciła się, ale była to pani kucharka z obiadem dla dzieci. Misia znowu zatęskniła za mamą i rozplakała się, bo przypomniała sobie jak wspólnie gotowały obiady. Czuła się okropnie, nic jej nie smakowało, a w głowie kłębiła się myśl: „A jeśli mama nie wróci?”

Najgorzej czuła się wtedy, gdy po obiedzie wszystkie dzieci kładły się spać do swoich łóżeczek. Czuła się wtedy bardzo samotna, nie było przy niej mamy, która by ją przytuliła, otuliła kołderką i przeczytała bajkę. Leżała wpatrzona w zamknięte drzwi i cicho popłakiwała.

Wkrótce nadeszła tak długo i niecierpliwie oczekiwana chwila, przyszła mama. Zuzia z radością podbiegła do niej i mocno się przytulając wyszeptała:

– Bardzo za tobą tęskniłam, myślałam, że nie przyjdiesz.

Kolejne dni Zuzi w przedszkolu wyglądały podobnie. Za każdym razem, gdy mama ją odbierała, widziała jej zapłakaną twarz.

Pewnego dnia przed wyjściem do przedszkola mama wzięła Zuzię na kolana, mocno przytuliła, a następnie wyjęła z kieszeni dwa malutkie czerwone serduszka.

– Córeczko, to są dwa zaczarowane serduszka, jedno dla ciebie, a drugie dla mnie – powiedziała.

– A dlaczego one są zaczarowane? – zapytała Zuzia. Mama uśmiechnęła się czule i powiedziała:

– Są to serduszka szczęścia i miłości, nie pozwalają zapomnieć o drugiej osobie. Jeśli tylko poczujesz się samotna, wyjmij je z kieszeni, a serduszko pokaże ci, że ja o tobie pamiętam. Stanie się wtedy bardzo, bardzo czerwone. Będzie to znak, że cię kocham, myślę o tobie i że na pewno odbiorę cię z przedszkola. Zobaczysz sama.

Misia schowała swoje serduszko do kieszeni, a mama swoje i poszły do przedszkola. Przy pożegnaniu z mamą misia nie czuła już lęku. Pamiętała, że ma swoje zaczarowane serduszko. Jednak później, czas zaczął się dłużyć, znowu posmutniała i chciała już się rozplakać, gdy nagle przypomniała sobie o serduszku. Wyjęła je z kieszeni i położyła na łapce. Im dłużej na nie patrzyła, tym bardziej robiło się czerwone. I misia już wiedziała, że mama o niej myśli, że ją kocha i że na pewno przyjdzie. Zuzia poczuła się bardzo szczęśliwa i pobiegła bawić się z koleżankami i kolegami. Wkrótce też przyszła mama. Od tej pory Zuzia już nie obawiała się, że kiedyś mama o niej zapomni.

