

ECHO PRZEDSZKOLA



WIADOMOŚCI, AKTUALNOŚCI, WYDARZENIA
Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 7

Gazetka Samorządowego Przedszkola nr 23 w Krakowie

Nr 3 / Listopad 2021

Egzemplarz bezpłatny

"Jedenasty listopada" – Ludwik Wiszniewski

Dzisiaj wielka jest rocznica -
Jedenasty listopada!
Tym, co zmarli za Ojczyznę,
Hołd wdzięczności Polska składa.

Im to bowiem zawdzięczamy
Wolność - polską mowę w szkole,
To że tylko z ksiąg historii
Poznajemy dziś niewolę.

Uroczyście biją dzwony,
W mieście flagi rozwinięto...
I me serce się raduje,
Że obchodzą Polskie Święto.



11 listopada to wyjątkowa data w historii Polski. Tego dnia w 1918 roku, po 123 latach niewoli, Polska odzyskała upragnioną niepodległość.

Na pamiątkę tej daty obchodzimy święto Odzyskania Niepodległości przez Polskę. Jest to najważniejsze święto narodowe. Ten szczególny dzień skłania nas do refleksji na temat patriotyzmu. Jest to dzień wolny od pracy, który możemy poświęcić pamięci walczącym o nasz kraj.

„Kokardy Narodowe” Agata Dziechciarczyk

Dziś zrobimy kokardy,

świętować będziemy.

Dzień Niepodległości
godnie uczcić chcemy.

Będą one miały
barwy narodowe,
przygotuj kolory
białe i czerwone.

W środku białe koło,
na zewnątrz lamówka,
zmarszczona czerwona
dokoła obwódka.

Dla każdego patrioty
na święto państwowe,
znak dumy i radości
Ojczyzny zjednoczonej.



Jak przygotować kokardę narodową na Narodowe Święto Niepodległości? To bardzo proste. Prezentujemy instrukcję, jak samemu zrobić biało-czerwone kokardy, którymi można przyozdobić swoje ubranie 11 listopada.

Materiały i narzędzia:

- 2 paski czerwonego papieru szer. 4 cm i dł. kartki A4
szer. 1 cm, dł. 10 cm
- 2 paski białego papieru szer. 3 cm i dł. kartki A4
szer. 1 cm, dł. 10 cm
- koło z czerwonego papieru o śr. 4,5 cm
- koło z białego papieru o śr. 2,5 cm
- klej
- nożyczki



Wykonanie:



Dwa długie paski składamy w harmonijkę. Oba mają długość kartki A4. Aby harmonijki były równe, składamy paski wielokrotnie na pół. Powtarzamy składanie każdej części na pół, aż do uzyskania 32 kawałków. Z boku pasków odcinamy po 1 prostokącie (1 zgięcie).



W węższym białym pasku ostatnie prostokąty smarujemy klejem. Następnie układamy go na czerwonej harmonijce i skleamy ich końce ze sobą. Sklejamy ze sobą ostatni i pierwszy prostokąt.



Na końcach dwóch krótszych pasków wycinamy trójkąty. Wywijamy harmonijkę tak, aby biały kolor znalazł się w środku.



Naklejamy małe, białe koło na wierzchu. Większe czerwone koło naklejamy od spodu



Następnie od spodu naklejamy wąskie paski. W taki sposób, aby po odwróceniu biały był po lewej, a czerwony po prawej stronie. Gotową kokardę narodową przypinamy do ubrania.



Szanowni Rodzice.

Miesiąc październik obfitował w naszym przedszkolu w różne wydarzenia.

Oto skrót niektórych z nich.

Co było?

- 01.10- Światowy Dzień Uśmiechu
- 05.10 – Wycieczka do Ogrodu Doświadczeń im. Stanisława Lema w Krakowie
- 08.10 – Dzień Zwierząt
- 08.10- Spektakl teatralny pt. „Cenne rady” w Klubie Skotniki
- 11.10 – Dzień Marchewki
- 14.10 – Spektakl teatralny pt. „Eliksir Zdrowia” w Klubie Skotniki
- 15.10 – Dzień Mycia Rąk
- 21.10 – Wycieczka do Teatru Groteska na spektakl teatralny pt. „Nie płacz Koziołku”
- 28.10 – Spektakl teatralny pt. „Opowieść o dobrym człowieku” w Klubie Skotniki

ZAPLANOWANE DZIAŁANIA I WYDARZENIA NA LISTOPAD

Co będzie?

- 04-06.11. – „Jesienne spotkania z Rodzicami” – przekazanie Rodzicom wstępnej diagnozy na podstawie obserwacji dzieci , krótki program artystyczny dzieci, zabawy integracyjne dzieci z Rodzicami oraz jesienna loteria
- 04.11 – Spektakl teatralny pt. „Kot w wielkim mieście” w Klubie Skotniki
- 05.11 – Dzień Postaci z Bajek
- 10.11 – Narodowe Święto Niepodległości
- 19.11 – Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka
- 25.11 – Zabawa Andrzejkowa
- 25.11 – Dzień Pluszowego Misia
- 26.11 –Spektakl teatralny pt. „Kot w butach” w Klubie Skotniki

KĄCIK RODZICA...

Jak wzmocnić odporność dziecka jesienią?

Dieta



Ważne jest zwiększenie ilości gotowanych posiłków w ciągu dnia, co pomoże nam zachować ciepło na pierwszą część dnia. Może to być na przykład gotowana owsianka z bakaliami czy kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem. Tradycyjne kanapki z wędliną lub serem nie tylko nie rozgrzeją organizmu, ale dodatkowo powodują zwiększenie wydzielania śluzu, np. w postaci kataru. W porze jesienno zimowej zalecana jest też większa ilość kwasów tłuszczowych omega 3; zawiera je np. oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia czy nieoczyszczony olej lniany, nasiona (pestki dyni, słonecznik, sezam) orzechy i migdały, które dodatkowo są bogatym źródłem mikro i makroelementów. Chroniąc swój organizm przed zmarznąciem, należy w potrawach uwzględniać takie warzywa jak dynia, rzepa, kalarepka, seler, cebula, por, czosnek, warzywa strączkowe.



Temperatura

Uwaga! Lekarze mówią, że dzieci najszybciej łapią infekcje w wyniku przegrzewania. Wiele osób rozgrzewa swoje mieszkania, chcąc uchronić dziecko przed chorobą. Tymczasem jest właśnie odwrotnie. Jeżeli w mieszkaniu stale panuje temperatura powyżej 22 stopni, dziecko traci odporność i gdy wychodzi na dwór zderza się z o wiele stopni niższą temperaturą i choruje. A zatem utrzymujmy w domu optymalną temperaturę, czyli 20-22 stopni w dzień i 18 stopni w nocy. W mieszkaniu musi panować odpowiednia wilgotność, więc jeśli jest za sucho, rozwieszajmy na grzejnikach wilgotne ubranie. Pomieszczenia, w których przebywamy, należy także kilka razy dziennie wietrzyć. Zarówno w domu, jak i na zewnątrz ważne jest ubranie. Dziecku nie może być ani za ciepło, ani za gorąco. Do przedszkola warto je na cebulkę, tak żeby mogło zdjąć lub założyć ubranie, jeśli będzie mu za ciepło lub za zimno.

Ruch



Z medycznego punktu widzenia ćwiczenia fizyczne powodują zwiększenie aktywności limfocytów, które są nazywane Natural Killers. Stanowią one podstawę naszej odporności. Ważne są codzienne spacerowanie na świeżym powietrzu, które hartują organizm dziecka. Nie warto z nich rezygnować, nawet jeśli na dworze jest niesprzyjająca pogoda. Spacerujemy z dala od ruchliwych ulic, najlepiej na placach zabaw. Zachęcamy dziecko do aktywnych zabaw. Ale zrezygnujmy ze spaceru, jeśli jest ulewa, ostry mróz, silny wiatr.

Sen



Układ immunologiczny, nerwowy i hormonalny tworzą integralną całość, przekazywane bodźce neuronalno - hormonalne kształtują naszą odporność. Wszystkie te trzy układy harmonijnie współgrają w trakcie snu. Dochodzi wtedy do ich regeneracji, a tym samym – do wzmocnienia odporności. Sen musi trwać co najmniej osiem godzin, bez względu na porę roku. Powinno się spać w wentylowanym pokoju.

PÓŁ GODZINKI DLA RODZINKI...

Propozycje zabaw dla dzieci na deszczowe dni - wariacje z farbami.



1. Pieczętki

Znajdź przedmiot, który po zanurzeniu w farbie zostawi ciekawe odbicie np. gąbka. Dziecko może je odbijać na kartce jak pieczętkę.

2. Lustrzane odbicie

Złóż kartkę na pół i rozprostuj; niech dziecko wyleje trochę farby na jedną połówkę, po złożeniu kartki i przyciśnięciu do siebie obu połówek kleks odbije się na czystej kartce.

3. Negatyw

Przyklej do kartki przedmiot np. liść; niech dziecko zamaluje papier wokoło niego, po odklejeniu go na zamalowanej kartce ukaże się biały kształt.

4. Wzroki

Niech dziecko wyleje na kartkę trochę farby a następnie dmucha na nią przez słomkę; na kartce powstana ciekawe wzory.



KĄCIK MAŁEGO KUCHARZA (z okazji Andrzejek)

Ciasteczka z życzeniem

Składniki:

20 dag masła

30 dag mąki

20 dag twarożek homogenizowany

1 aromat cytrynowy

2 łyżki cukru pudru

10 dag daktyli drylowanych lub moreli

1 jajo do smarowania ciastek

Cukierki ozdobne na posypkę

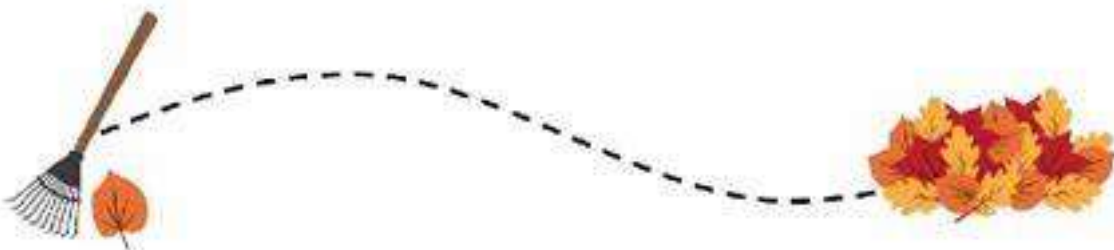
Sól do smaku



Wykonanie:

Masło utrzeć z twarożkiem, dodać mąkę, sól i aromat. Ciasto wyrobić dokładnie i odstawić w chłodne miejsce na godzinę. Następnie rozwałkować cienko, wycinać kwadraty, w środek każdego włożyć kawałek owocu i zakleić w trójkąt, (lecz nie do końca). Następnie posmarować rozmaconym jajkiem i posypać cukiereczkami. Ułożyć na blaszce wyłożonej pergaminem i piec w temperaturze 190 stopni około 20 minut. Z kolorowych karteczek zrobić wachlarzyki, napisać życzenia Andrzejkowe i włożyć do ciasteczek. Doskonale również dla dzieci na urodzinowe przyjęcia.

Listopadowe zadania dla przedszkolaka (dzieci młodsze).





Połącz ze sobą takie same obrazki.



Listopadowe zadania dla przedszkolaka (dzieci starsze)

POKOLORUJ OBRAZEK





**Obrazki różnią się pięcioma szczegółami.
Znajdź je i całość pokoloruj.**

Opracowanie autorstwa:

Anna Stopkowicz i Agnieszka Zagawa

(Wykorzystane materiały pochodzą z zasobów własnych i z Internetu).