

GRUDZIEŃ 2021 WYDANIE NR 62

# SŁONECZKO

KWARTALNIK PRZEDSZKOŁA NR 161  
KSIĘCIA PRZEMYSŁAWA  
W POZNANIU



"JEŚLI CHCESZ MIŁO  
SPĘDZIĆ CZAS  
PRZYJDŹ SZYBKO TU  
DO NAS  
TU ZABAWA  
I NAUKA,  
DLATEGO TYLE  
DZIECI CIĄGLE DO NAS  
PUKA"

## KRONIKA PRZEDSZKOLNA

**06.10.2021r.** - w przedszkolu obchodziliśmy Dzień Ziemniaka. Tego dnia dzieci dowiedziały się skąd pochodzą ziemniaki – prawdopodobnie z Ameryki Południowej i kto sprowadził je do Europy – włoski żeglarz i podróżnik Krzysztof Kolumb.



**19.10.2021r.** - tego dnia odbyło się spotkanie z policjantami i psem ratownikiem z Komisariatu Wodnego Policji w Poznaniu.

**08.11.20201r.** - tego dnia obchodziliśmy Międzynarodowy Dzień Postaci z Bajek

**09.11.2021** - w tym dniu we wszystkich grupach Świątowaliśmy Dzień Odzyskania Niepodległości przez Polskę



**10.11.2021r.** - tego dnia najstarsze grupy - IV oraz V uczestniczyły w warsztatach w Muzeum Rogala.

**15.11.2021r.** - wycieczka grupy V; uczestniczenie w grze miejskiej

**16.11.2021r.** - przedszkolaki ze wszystkich grup uczestniczyły w warsztatach z zakresu edukacji zdrowotnej z Wiewiórką Julką

**17.11.2021** - przedszkolaki z grupy V brały udział w warsztatach tanecznych z instruktorką tańca i choreografką.

**15 - 19.11.2021r.** - w tych dniach realizowaliśmy projekt „Skarby Ziemi”

## KRONIKA PRZEDSZKOLNA

**25.11.2021r.** - wszystkie grupy urocząście świętowały Dzień Pluszowego Misia

**29.11.2021r.** - w grupie I Koziółeczki oraz 2 grudnia w grupie III Rusałki odbyła się bardzo ważna w życiu każdego przedszkolaka - Uroczystość Pasowania na Przedszkolaka.

**30.11.2021r.** - w tym dniu obchodziliśmy w przedszkolu Andrzejki. Były wróżby, lanie wosku oraz słodki poczęstunek.

**06.12.2021r.** - tego dnia odwiedził nas Mikołaj. radość z prezentów była nie do opisanania.

**17.12.2021r.** - tego dnia w każdej grupie odbył się obiad wigilijny, a po nim odwiedził nas Gwiazdor z wielką górą prezentów.



**20.12.2021r.** - odbyła się prelekcja o świątecznym drzewku, którą poprowadziła pani Anna Pankiewicz - rzecznik prasowy Nadleśnictwa Babki

**21.12.2021r.** - witaliśmy nową porę roku - Zimę. Oby tylko była bogata w śnieg i mróz, żebyśmy mogli nacieszyć się zabawami na śniegu.



# Tradycje w naszych rodzinach

*"Sens życia i wiara w człowieka nie bierze się z pustki,  
Lecz z pielęgnowania tradycji i ocalania pamięci zbiorowej,  
Która stanowi o przyszłości i wielkości narodu."*

**Jerzy Waldorf**

## Co to jest tradycja?

Tradycja jest międzypokoleniowym przekazem zawierającym wierzenia, normy, poglądy społeczne czy zachowania uznane przez zbiorowość, do której przynależymy. Dzięki niej znany swoje korzenie, wiemy kim jesteśmy, skąd pochodzimy, kim byli nasi przodkowie. Odgrywa ogromną rolę w umacnianiu więzi rodzinnych, budując tym samym poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji.

Tradycje rodzinne odgrywają podstawową rolę w kształtowaniu charakteru człowieka, są one miernikiem więzi emocjonalnej w rodzinie przez co stanowią ogromną wartość wychowawczą.

W rodzinie funkcjonują różne zakorzenione w tradycji i otwarte na współczesność zwyczaje i obyczaje.

Są one związane przede wszystkim: z kalendarzowym rytmem pogody i życia społecznego, z biografią rodziny i jej poszczególnych członków, z dniem codziennym tej wspólnoty.

Tradycje rodzinne dają wzorce do naśladowania w przyszłości. Pozwalają zrozumieć kim jesteśmy, skąd się wywodzimy, jacy byli nasi przodkowie. Uczą przeżywania i odbierania wzruszeń i nastrojów, a nade wszystko służą umacnianiu więzi rodzinnych, dlatego powinny być wspólnie przygotowywane, celebrowane i przeżywane.

Dziecko potrzebuje mocnych korzeni by mogło wyrosnąć na wartościowego człowieka. Dlatego tak ważne jest pielęgnowanie tego, co najlepsze z przeszłości naszych przodków i budowanie własnej tradycji, w której żyjemy.

## Do tradycji rodzinnych zalicza się:

- świętowanie rocznic, wydarzeń istotnych dla rodziny np. urodziny, rocznice ślubu, wspólne posiłki;
- spotkania z okazji ważnych uroczystości np. chrztów, ślubów;
- celebrowania świąt narodowych, Tłustego czwartku, Andrzejek;
- zjazdy rodzinne, które stanowią okazję do spotkania dawno niewidzianych krewnych lub poznania nie-znanych członków rodziny.

## Bajka terapeutyczna o Mikołaju

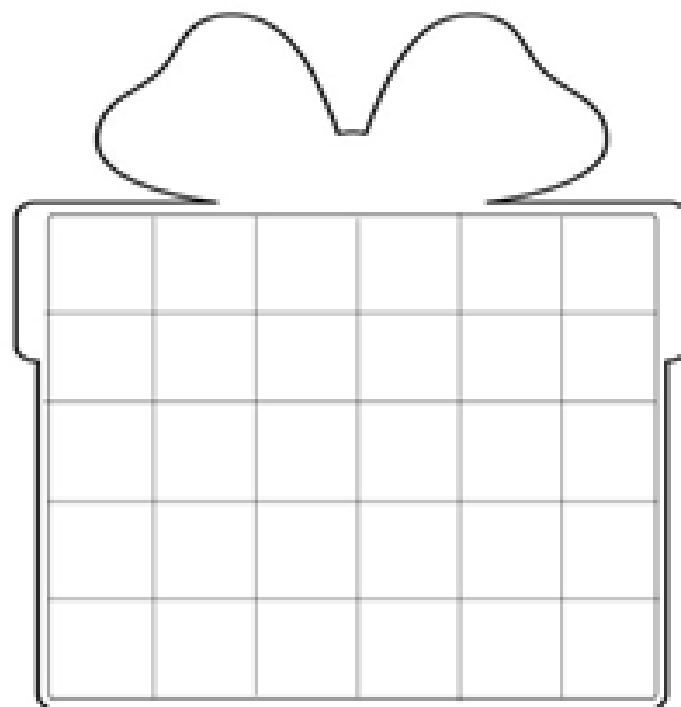
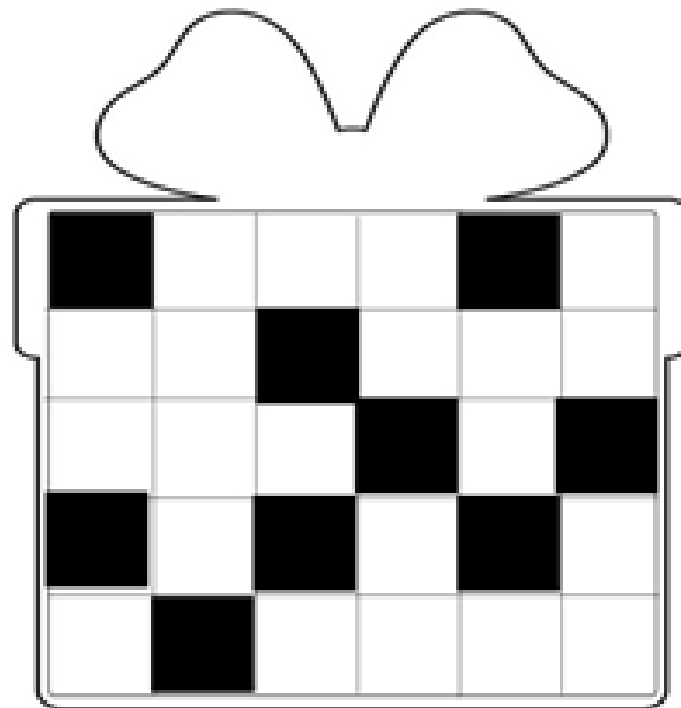
W małym miasteczku, w pięknym, przytulnym domku, mieszkał wraz z rodzicami chłopiec o imieniu Mikołaj. Rodzice nadali mu takie imię, ponieważ urodził się szóstego grudnia. Niestety, Mikołajowi imię niepodało się, więc cały czas się buntował, był niegrzeczny, samolubny i nie miał przyjaciół. Wszyscy mieszkańcy wiedzieli, że chłopiec nigdy nikomu nie pomaga, naśmiewa się z ludzi starszych, chorych i biednych. Miał z tego powodu problemy w przedszkolu, nie chciał się bawić z rówieśnikami. Rodzice tłumaczyli synkowi, że należy dzielić się z potrzebującymi, że nie wolno oceniać po wyglądzie, a przede wszystkim, że warto mieć przyjaciół. Mikołaj jednak nie zmieniał swojego postępowania. Zbliżał się grudzień. Mikołaj – jak co roku w tym okresie – był niemiły dla wszystkich, nawet dla swoich rodziców. Tuż przed uroczystym dniem, jak zwykle położył się spać po kolacji i zastanawiał się, jaki prezent znajdzie następnego dnia. Jednak gdy zasnął, zdarzyła się dziwna rzecz. Chłopiec poczuł, jakby prze-niósł się w zupełnie inne miejsce. Stał sam w wąskiej uliczce, którą bardzo dobrze znał, ponieważ codziennie przechodził nią idąc do przedszkola. Zastanawiał się, dlaczego tam stoi, gdy nagle dostrzegł słabe światło z pobliskiego okna. Podeszedł, więc bliżej i delikatnie zajrzał do środka. Ujrzał chłopca i dziewczynkę siedzących w małym pokoiku. Przyglądając się im przez chwilę Mikołaj przypomniał sobie, że zna te dzieci z przedszkola. Wiedział, że jest to rodzeństwo i chłopiec nazywa się Dawid, a jego młodsza siostra – Julia. Pamiętał, jak kilka tygodni wcześniej, widział ich bawiących się zabawkami, które były bardzo stare, zniszczone, a gdy oni się z nim przywitani, wyśmiał ich twierdząc, że nie będzie się zadawał z osobami, które bawią się „takimi starociami”. Przypomniał sobie twarz dziewczynki, która ze łzami w oczach przytuliła swojego malutkiego, pocerowanego misia i powiedziała, że jest to jej najcenniejsza i najukochańsza maskotka, ponieważ wie, że rodziców nie stać na nowe zabawki. Mikołaj jednak wówczas tylko się zaśmiał i odszedł.

Dzisiaj, rozejrzawszy się jeszcze po pomieszczeniu, zdał sobie sprawę, że nie ma tam rzeczywiście zabawek, telewizora, komputera, stoi tam tylko kilka starych mebli, a na ścianie wisi obraz szczęśliwej rodziny. Stojąc tak i patrząc przez okno, Mikołaj pomyślał o swoim przytulnym domku, w którym miał dużo zabawek, gier, którymi mógłby się podzielić z tymi, którzy ich nie mają. Gdy wrócił myślami do domu Dawida i Julii, zobaczył już tylko ciemność. Wiedział już, że leży w swoim pokoju, a to, co przed chwilą widział, to był zwykły sen. Położył głowę na poduszce i ponownie zasnął. Następnego dnia rano, gdy tylko się obudził, pobiegł do kuchni, gdzie jego mama przygotowywała już pyszne śniadanie. Począł czekać aż przyjdzie tata i przeprosił rodziców za swoje złe zachowanie. Obiecał, że od dzisiejszego dnia zmieni się, gdyż zrozumiał, jakie popełniał błędy. Po śniadaniu spakował kilka swoich zabawek i poprosił tatę, aby poszedł z nim do dzieci, które skrzywdził, ponieważ chce naprawić swój zły postępek. Od tej chwili Mikołaj stał się miłym, przyjaznym chłopcem, który miał wspaniałych przyjaciół i kochającą rodzinę. Na dodatek był bardzo lubiany w miasteczku.



## Świąteczne zadanie nr 1

Udekoruj prezent zgodnie z pokazanym wzorem,  
a następnie pokoloruj oba prezenty w taki sam sposób.



# MINDFULNESS , CZYLI UWAŻNOŚĆ

Mindfulness to sposób na wsłuchanie się w to, co mówi nasze ciało, ale przede wszystkim – nasz umysł. Bardzo często jest to trudne, zwłaszcza dla dziecka. Rodzice przez większość czasu robią wszystko, żeby zająć czymś malucha, pokazać nowe rzeczy sprawić. Tymczasem dziecko w każdej minucie „przeżywa świat” na tysiąc sposobów. Każdy dodatkowy bodziec jest obciążeniem dla rozwijającego się układu nerwowego. Warto więc by poświęcić , choć kilka minut dziennie na naukę siebie i wsłuchanie się we własne emocje, żeby w przyszłości umieć po prostu odczytywać sygnały własnego ciała i psychiki.

## **Zalety technik Mindfulness:**

- Umiejętność uspokojenia się.
- Skupienie.
- Czas na przemyślenia.
- Prawidłowe oddychanie.
- Słuchanie innych.
- Szacunek dla natury.

Mindfulness z założenia ma pomóc dziecku (na przestrzeni lat i rozwoju) w bardzo ważnych sprawach, takich jak:

- lepsze rozumienie siebie, własnych potrzeb i przeżyć,
- rozumienie tego, jak działają emocje i jaki mają wpływ na nasze ciało,
- opanować umiejętność uspokojenia się w trudnych sytuacjach.

Technikę Mindfulness można wypróbować korzystając z pozycji:

„W małej główce WIELKA MOC. 25 ćwiczeń MINDFULNESS”

Autor: Chiara Piroddi





## Świąteczne zadanie nr 2

### Świąteczne dyktando graficzne

Odkoduj obrazek według podanych współrzędnych. Powodzenia!

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Zielony:	1A, 1B, 1C, 1D, 2A, 2B, 2H, 3A, 3B, 3I, 3J, 4A, 4J, 5A, 5J, 6A, 6J, 7A, 7J, 8A, 8J, 9A, 9J, 10A, 10B, 10I, 10J.
Różowy:	7E, 7F.
Cielisty:	5D, 5E, 5F, 5G, 6C, 6E, 6F, 6H, 7C, 7D, 7G, 7H, 8C, 8H.
Brązowy:	6D, 6G.
Czerwony:	1E, 1F, 1G, 1H, 2C, 2D, 2E, 2F, 2G, 3C, 3D, 3E, 3F, 3G, 3H, 4B, 4I, 9E, 9F.



**Wesołych Świąt z pięknymi prezentami,  
pysznymi potrawami i ciepłą, rodzinną atmosferą  
oraz Super Nowego Roku wypełnionego realizacją  
najpiękniejszych marzeń  
życzy: Dyrekcja i Pracownicy Przedszkola nr 161**

*Zespół redakcyjny: Wiesława Cieślewicz, Anna Jamry,  
Sylwia Lisowska-Wałęcka*