

Miesięcznik Fundacji Anny Florek

CZAS DZIECIŃSTWA

Numer 1 (Październik 2020)

Tematy numeru:

Adaptacja

Lęki dziecięce

30 lat

*Spółecznego Przedszkola
Integracyjnego*

Czasopismo bezpłatne

W tym numerze

| | |
|---|----|
| Wakacyjne wspomnienia | 3 |
| Katarzyna Kucharska-Hornung opisuje kulisy inicjatywy zgłoszenia pani Anny Florek do VII edycji konkursu Super Dyrektor Przedszkola. | |
| Najtrudniejszy pierwszy krok | 5 |
| Anna Gromadzka doradza jak sprawić, aby adaptacja w przedszkolu była łatwiejsza. | |
| Co nam w duszy gra | 8 |
| Felieton Adama Dąbrowskiego związany z przybliżaniem dzieciom świata muzyki. Tym razem o wartościach nut. | |
| Moja historia | 11 |
| Wspomnienia Moniki Jastrzębskiej. | |
| Recenzja książki edukacyjnej | 13 |
| Marcin Dębiński opowiada o poradniku na temat ADHD. | |
| Gra planszowa „Zbieramy liście | 14 |
| Gra, w której nie warto się spieszyć. W sam raz na początek jesieni. | |
| Kalendarz | 17 |
| Typowe i nietypowe okazje do świętowania we wrześniu i październiku. | |
| Okiem Psychologa | 18 |
| Monika Rosińska opowiada o lękach dziecięcych oraz prezentuje pięć zasad jakie mogą pomóc w takich sytuacjach. | |
| Porady fizjoterapeuty | 21 |
| Olga Oraniec pokazuje jak ćwiczyć motorykę małą. | |
| Podstawy prawa oświatowego | 25 |
| Omówienie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie indywidualnego obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego dzieci i indywidualnego nauczania dzieci i młodzieży. | |



Siedzieliśmy przycumowani do ławeczek z nogami pod brodą. Jak promy kursowaliśmy z dziećmi do sali i czekaliśmy, aż będą gotowe na nasz powolny dryf w stronę szatni. Trochę rozmawialiśmy, trochę czytaliśmy. Wychowawcy, terapeuci i pani dyrektor donosili wiadomości o naszych pociechach. Sprawdzali czy nie zarośliśmy za bardzo glonami. W końcu zamieniliśmy się w boje – dzieci zawsze wiedziały gdzie nas znaleźć. My jednak przestawaliśmy być potrzebni. Na kolana wjechały komputery. A potem praca i inne pilne zajęcia wywiały nas na pełne morze. Dzieci popłynęły swoim kursem na optymistach (przyp. – najmniejsza łódka żaglowa przeznaczona dla dzieci).

To tyle jeśli chodzi o metafory – miło się za nimi schować, wspominając niełatwy i pewnie nie dla wszystkich zamknięty czas adaptacji. Początek roku przyniósł też wiele pozytywnych emocji. Zakończyliśmy przygotowania do zgłoszenia pani Anny Florek do konkursu o tytuł „Super Dyrektor Przedszkola” i przekazaliśmy jej dokumenty wraz z rozlicznymi załącznikami, co spotkało się z wielkim wzruszeniem. Konkurs jest organizowany przez wydawnictwo Wolters Kluwer, do którego należy redakcja branżowego czasopisma „Przed szkołą”. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi w ciągu kilku miesięcy. W gronie osób zaangażowanych w przygotowania mamy jednak zgodę, że właściwie już wygraliśmy – wspólny czas pracy i rozmów, przyjemność konspiracji, możliwość wyrażenia wdzięczności i jej ciepłe przyjęcie, dobry początek roku po trudnym czasie zamknięcia przedszkola i długich wakacjach.

Co się kryje pod hasłem „rozliczne załączniki”? Radek Ruciński (tata Amelki) przygotował audycję dla Radia Wnet. Warto posłuchać opowieści pani Anny Florek o początkach przedszkola, miejscach czasem tak odległych jak niemieckie Mainz i niezwykłych osobach, m.in. psychiatrze dziecięcej Irenie Kornatowskiej, czy lekarzu Jerzym Sarajewskim, które kształtowały sposób myślenia pani dyrektor o rozwoju

i potrzebach dzieci oraz o konieczności współpracy i podtrzymywania relacji z rodzicami.

Aneta Lesiuk, mama Antka zadebiutowała jako montażystka i stworzyła

Materiały dodatkowe:

Wywiad przeprowadzony przez Radosława Rucińskiego (mp3).

www.czasdziecinstwa.com.pl/wywiad

Rozmowy z rodzicami (film).

www.czasdziecinstwa.com.pl/film

Quiz z wiedzy na temat Przedszkola, Fundacji oraz działalności edukacyjnej i oświatowej pani Anny Florek.

www.czasdziecinstwa.com.pl/quiz

filmik, w którym rodzice – brawa dla nich za odwagę – opowiadają, co najbardziej cenią w naszym przedszkolu. Cały zespół, oprócz wzięcia na siebie papierkowej roboty i wypełniania formularza (za co posyłam im ukłony), przygotował kolaż fotograficzny. My rodzice, wsparci przez nauczycieli i terapeutów, zbieraliśmy cechy pani dyrektor, które podziwiamy. Niektóre

hasła sływały mejlowo, niektóre zbieraliśmy do pudełka podczas nowego dla nas wszystkich zjawiska – kolejkowania po dzieci!

Przedszkolaki przygotowały najważniejszy element konkursowego wniosku. Na kolorowych kartkach odbiły swoje rączki, a my te kartki powiązaliśmy w osiemnastometrową girlandę! W czasie adaptacji, kiedy cumowaliśmy na dłużej, pani dyrektor przyszła do nas porozmawiać o girlandzie. Powstał plan, by powiesić ją na stałe w szatni. Michał Maziarz, tata Berka kupić już gwoździe. Musimy się trochę pospieszyć zanim wszyscy rodzice odpłyną. Do trzymania tak długiej girlandy przyda się wiele rąk.



Katarzyna Kucharska-Hornung

Historyczka sztuki, kuratorka w Muzeum Rzeźby im. Xawerego Dunikowskiego w Warszawie, mama dwójki przedszkolnych chłopców.



Najtrudniejszy pierwszy krok, czyli o adaptacji przedszkolnej.

Autorka
Anna Gromadzka

Wrzesień to miesiąc, w którym we wszystkich przedszkolach jak Polska długa i szeroka słychać głównie hasło: ADAPTACJA. I słusznie, ponieważ pozytywnie przeprowadzony proces adaptacji ma wpływ na przebieg późniejszego rozwoju dziecka. Nie bez znaczenia jest użycie określenia „proces”, ponieważ przystosowanie dziecka nie następuje z dnia na dzień i wymaga od dorosłych wycucia, cierpliwości i znajomości dziecięcej psychologii a czasami zwyczajnej ludzkiej empatii.

Jakie wyzwania stoją przed początkującym przedszkolakiem? Oto niektóre z nich:

- przebywanie w licznej grupie przez kilka godzin;
- pozostanie pod opieką osób, których się nie zna;
- brak znajomości pomieszczeń, sal;
- aktywności, których reguł się nie rozumie, bo wcześniej nie miało się podobnych doświadczeń;
- poczucie, że przestaje się być w centrum zainteresowania;
- konieczność bycia samodzielnym w różnych sytuacjach;
- czasami brak możliwości robienia tego, na co akurat ma się ochotę.

Rola rodziców w postawieniu przez dziecko tego przystawowego najtrudniejszego kroku jest ogromna. Świadomi tego bardzo chcą uczestniczyć w przedszkolnej adaptacji swojej pociechy. Rolą przedszkola jest umożliwienie im tego. Udana adaptacja ma wpływ na późniejsze relacje wszystkich osób zaangażowanych w opiekę nad dzieckiem. Dobrze, jeżeli dominuje w nich poczucie wzajemnego zaufania i satysfakcja ze współpracy.

W Społecznym Przedszkolu Integracyjnym organizowanie adaptacji zawsze było ważnym zadaniem dla wszystkich. Ten rok, szczególnie z uwagi na pandemię koronawirusową, wymusił na nas pewne zmiany w organizowaniu pierwszych dni/tygodni w placówce, ale nie zrezygnowaliśmy z obecności rodziców w przedszkolu. Niestety w związku



z wytycznymi GIS nie mogliśmy pozwolić sobie na jednoczesny pobyt wszystkich opiekunów nowych przedszkolaków. W porozumieniu z rodzicami stworzyliśmy dogodny dla wszystkich plan wejść do grup tak, by każda z rodzin miała możliwość wdrożyć się w przedszkolny rytm.

Jak wygląda pobyt rodziców w przedszkolu? Początkowo rodzice są bardzo zaangażowani w zabawę z dziećmi. Z czasem wycofują się i pozostawiają dzieciom więcej swobody, zawsze jednak pozostając w pobliżu, by w razie potrzeby służyć pomocą. Konieczne jest pozwolenie rodzicom na poznanie środowiska przedszkolnego w odniesieniu nie tylko do otoczenia, ale przede wszystkim do osób mających w przyszłości opiekować się ich dzieckiem. Obecność kogoś bliskiego pozwala dzieciom na spokojne, pozbawione obaw poznanie nowego otoczenia i osób.

Z czasem rodzice powinni podejmować próby wyjścia z sali podczas zabawy dzieci. Opiekunowie zazwyczaj cieszą się tą chwilą, ponieważ widzą jak bardzo zmieniły się dzieci od pierwszych dni w przedszkolu. Maluchy już w szatni radośnie witają się z prowadzącymi zajęcia, rozglądają się w poszukiwaniu innych dzieci z grupy. Wchodzą odważnie do sali, nie oglądając się na osoby dorosłe, które z nimi przyszły.

W naszym przedszkolu wypracowaliśmy z rodzicami kilka sposobów, które skutecznie ułatwiają powstanie atmosfery sprzyjającej rozwojowi samodzielności i poznania przedszkolnej rzeczywistości. Co zatem może zrobić rodzic? Kilka rad:

- **zachęcać dziecko do samodzielności w wykonywaniu poznanych już wcześniej czynności** (np. odnalezienie fartuszka do malowania, przyniesienie kartki papieru, odkręcenie tubki z klejem itp.)
- **przynieść ciekawą lekturę**. Ciekawą dla siebie, nie dla ich dziecka. Usiąść sobie w kąciку i bez reszty oddać się lekturze. Na prośby dziecka dotyczące pomocy w organizacji zabawy odsyłać je do wychowawców tłumacząc, że sami zajęci są czytaniem a poza tym pani/pan w przedszkolu wie lepiej, co się znajduje w sali.



- we wszelkich sprawach **odsyłać dziecko do wychowawcy**.
- **starać się nie nawiązywać z dzieckiem kontaktu wzrokowego**, nie przyglądać się zbyt uporczywie zabawie.
- **unikać udziału w zabawie z własnym dzieckiem** a jeśli już jest to konieczne, to organizować ją tak, by uczestniczył w zabawie jeszcze jakiś inny przedszkolak
- **podejmować próby wyjścia z sali** uprzedzając o tym dziecko i najlepiej w momencie, gdy dziecko dobrze się bawi.
- **nie nakłaniać zbyt intensywnie dziecka do kontaktu z innymi**, bo czasami powoduje to odwrotny skutek. Zazwyczaj dzieci same rozpoczynają w pewnym momencie jakąś aktywność, bo zwyczajnie zaczyna im się nudzić i zachęca ich widok dobrze bawiących się dzieci.
- **nie przytulać dzieci, nie sadzać sobie ich na kolana, jeśli nie ma ku temu wyraźnego powodu**.
- **pozostać w pobliżu sali zabaw**, żeby w razie nagłej zmiany nastroju dziecka, problemów z komunikacją lub sytuacji trudnej dla dziecka (np. chęć skorzystania z toalety, zmoczenie bielizny) mogli być blisko dziecka. Zdarza się, że chce ono wyjść tylko na moment, żeby na chwilę przytulić się do mamy/taty i znowu radośnie biegnie do kolegów i koleżanek.

Obecność rodziców jest też bardzo wskazana z uwagi na dość częstą małą samodzielność dzieci w sytuacji korzystania z ubikacji. Małe dzieci mają też często kłopoty ze słownym porozumiewaniem się, zwłaszcza z osobami spoza najbliższej rodziny. Obecność bliskich łagodzi związany z tym lęk.

Po kilku dniach regularnego spotykania się na zajęciach, poznania sposobu pracy z dziećmi, rodzaju prowadzonych zabaw, stosowanych metod, sposobu zwracania się do maluchów rodzice powinni ze spokojem pozostawić pociechy pod opieką wychowawców.

Życzymy udanego startu wszystkim przedszkolakom i ich rodzicom.



Muzyka i ta „piekielna matematyka”.

Podstawą muzyki są dźwięki o różnej wysokości i różnym czasie trwania. Tu jest problem. Niejaki Fryderyk Chopin powiedział być: „Zagrać potrafię ... ale jak to zapisać w nutach, aby inni zagrali identycznie?” A ja dodam: „No i jeszcze potrafili odczytać?”

Matematyka ... Jak to przedstawić małemu dziecku?

Można tak: Zaczynamy od dzielenia całości, konkretnie, np. butelki z wodą na mniejsze części;

Całość = dwie połowy = cztery ćwiertki = osiem ósmych = szesnaście szesnastych itd.

Razem mamy pięć butelek wody (całości) którą rozlewamy do odpowiednich naczyń. Uwaga! Naczynia zawsze muszą być pełne!

Całość - lejemy wolno do pełna w jedno naczynie.

1/1



Całość – lejemy wolno do dwóch naczyń.
 $1/2+1/2$

Całość – lejemy wolno do czterech naczyń.
 $1/4+1/4+1/4+1/4$

Całość – lejemy wolno do ośmiu naczyń.
 $1/8+1/8+1/8+1/8+1/8+1/8+1/8+1/8$

Całość – lejemy wolno do szesnastu naczyń.
 $1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16+1/16$

Jak widać zapis jest coraz bardziej niewygodny.

Jeśli strumień wody z butelki jest stały i wolny to napełnienie dwóch, czterech naczyń nie stanowi problemu. Nie rozlejemy na stół wody. Przy ośmiu naczyniach jest trudniej a przy szesnastu naczynia będą mogły być niepełne a woda poleje się na obrus. Przy cyrkowej wprawie jest to możliwe i obrus pozostanie suchy. Na rozlanie do naczyń całej butelki przeznaczamy zawsze tę samą ilość czasu, np. 4 sekundy. Zabawa znakomita.

WSKAZÓWKA

Jeśli na potrzeby eksperymentu z rozlewaniem wody przyjmiemy, że początkowa całość to 4 litry, to łatwo będzie znaleźć naczynia odpowiadające wartościom nutowym.

Półówki to butelki 2l.

Ćwiartki to butelki 1l.

Ósemki to butelki 0,5l

Szesnastki to butelki 0,25l

W muzyce rozwiązano to równie prosto.

Cała nuta – dwie półnuty – cztery ćwierćnuty – osiem ósemek – szesnaście szesnastek itd.

Znak graficzny zwany nutą składa się z głowy, łaski i chorągiewki



Cala nuta, to biała (pusta w środku) głowa.

Półnuta to biała głowa z dołożoną łaską skierowaną do góry lub na dół.

Ćwierćnuta, to czarna głowa z łaską

Ósemka, to czarna głowa z łaską i chorągiewką

Szesnastka. to czarna głowa z łaską i dwiema chorągiewkami, itd.

To matematyka.

A wykonanie?

W wolnym tempie jesteśmy w stanie zmieniać dźwięki bez większych trudności. Ta sama melodia w tempie szybkim jest trudna, wszystkie czynności związane z graniem musimy wykonać szybciej.

Jedynym sposobem na sukces jest ćwiczyć wolno i stopniowo dochodzić do właściwego tempa a to niestety wymaga dużej ilości systematycznej pracy. Reguła ta obowiązuje w szkołach muzycznych i musi być egzekwowana. Talent to jest wyłącznie ciężka praca i dotyczy wszystkich dziedzin naszego życia. Każdy posiada jakieś zdolności, które powinien rozwijać.

Następnym razem o upływie czasu, naturalnie tego związanego z muzyką i matematyką.

Adam Dąbrowski



Magister sztuki. Wieloletni muzyk L'orchestre Symphonique Conservatoire National de Tunis oraz były nauczyciel muzyki w szkole francuskiej i arabskiej. Pracował również jako nauczyciel muzyki w Państwowej Szkole Muzycznej I stopnia im. Oskara Kolberga, w Fundacji im. Karola Szymanowskiego oraz w Społecznym Przedszkolu Integracyjnym Fundacji CZAS DZIECIŃSTWA.



Do przedszkola trafiłam, kiedy realizowałam praktyki studenckie. Najpierw udałam się do Społecznej Szkoły Podstawowej przy ul. Wolumen 3, aby odbyć tu praktyki szkolne. Potem stwierdziłam, że to był świetny wybór, bo przy okazji zrealizuję w tym samym budynku praktyki przedszkolne. Podeszłam do pani Ani Gromadzkiej pytając o możliwość ich realizacji. Po czym zaczęłam jej tłumaczyć, że już jestem na praktykach u pani Ewy. Dopiero po chwili się zorientowałam się, że ... to dwie oddzielne placówki.



Zaskoczyło mnie tu bardzo dużo: zgrana kadra, współpraca i dialog między kadrą a kierownictwem, wreszcie ludzkie podejście do dzieci. Ludzkie to znaczy takie, w których dziecko jest traktowane z szacunkiem, a nie jedynie jako problem, którym trzeba się zająć. W poprzednim miejscu pracy brakowało takiego podejścia. Wszystko, co podpatrzyłam w trakcie praktyk w przedszkolu Fundacji CZAS DZIECIŃSTWA stosowałam potem w swojej grupie. Bardzo nie podobało się to moim współpracownikom. Na przykład pozwalałam dzieciom samym nalewać wodę, a to niekiedy kończyło się jej rozlaniem. Odbiegało, więc od

Dziewczynki bardzo lubią układanie fryzur przez panią Monikę.

schematu, który stworzono, tzn. że ma być porządek, a dzieci najlepiej niech siedzą cicho i niczego nie ruszają. Porównanie z tym, co zobaczyłam na Wolumenie było dla mnie szokujące i budzące nadzieję.

Powiem, że długo się gryzłam z myślami czy przyjąć propozycję pani Ani Florek, która zaoferowała mi pracę. Miałam okropne wyrzuty sumienia, że zostawiam moją grupę i przechodzę do lepszego przedszkola. Byłam jednak świadoma tego, że jeden rok w takim przedszkolu nauczy mnie

więcej niż 10 lat gdzie indziej. I jestem ogromnie wdzięczna Bogu, że dał mi tak wielką szansę na naukę.

Plany na przyszłość? Dalej chciałabym pracować z dziećmi, poszerzać umiejętności i kształcić się.

Monika Jastrzębska



Pedagog, nauczycielka wychowania przedszkolnego. Absolwentka Akademii Pedagogiki Specjalnej na kierunku Pedagogika Specjalna – Terapia Pedagogiczna. Ukończyła kurs FETAC DCHSC – Childcare Level 5 w Irlandii. Tam też pracowała przez 4 lata w przedszkolu z elementami Montessori. Początkowo jako wolontariuszka, później jako pracownik etatowy.

Wychowawczyni grupy 0, prowadzi zajęcia „Origami” w ramach Czwartkowego Przedszkola. Z Przedszkolem związana od 2016 roku.

Życzenia na 30-lecie

Jeśli chcielibyście Państwu złożyć nam życzenia, to zapraszamy, aby zrobić to za pośrednictwem strony internetowej <https://padlet.com/debinski1/jubileusz>



Wakacyjna przerwa sprzyja czytelnictwu. Już na jej początku zajrzałem do swojej ulubionej księgarni i kupiłem sobie „Kieszonkowy poradnik dla rodziców. Zrozumieć ADHD”. Czemu tę książkę a nie inną? Bo przeglądając wstęp trafiłem na zdanie, które „kupiło” moją uwagę.

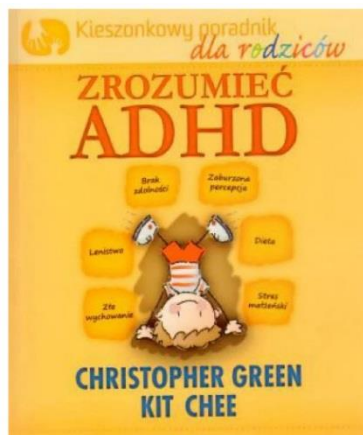
„Gdyby radzenie sobie z ADHD było proste nie byłoby potrzeby napisania tej książki”.

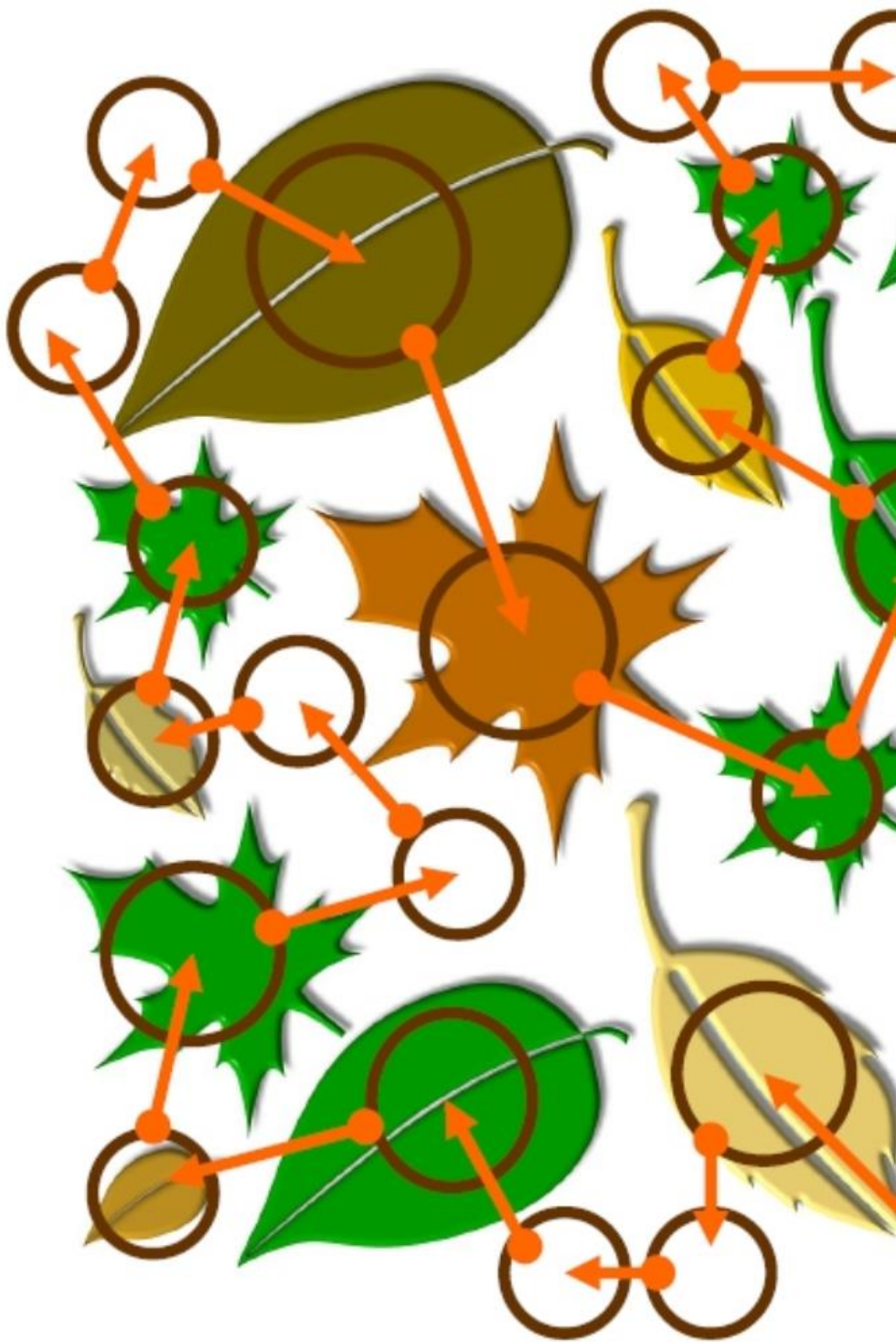
I tak faktycznie jest. To nigdy nie jest proste. Zwłaszcza, gdy pierwszy raz musimy sprostać wyzwaniu wychowania dziecka z ADHD. Po przeczytaniu pierwszego rozdziału przeczycielem jednak strony na koniec, aby przyrzeć się kim są autorzy. Oboje są pediatrami w amerykańskich szpitalach. To pozwoliło mi się przestać dziwić czemu twierdzą, że:

„Rezultaty sugerują, że bez początkowego podania lekarstwa większość innych technik jest stosunkowo nieskuteczna”.

I niestety ta myśl przewija się przez inne rozdziały. Z drugiej strony wiem, jak skuteczna jest terapia behawioralna a jej skuteczność wymaga odstawienia takich leków. Dla mnie wybór jest prosty – leki powinny być ostatecznością a nie początkiem.

Gdy jednak pominiemy tę sugestię, to jest tu też wiele pożytecznych spostrzeżeń. Książka uświadomiła mi, jak trudna jest sytuacja, gdy zarówno rodzic jak i dziecko mają ADHD (a ADHD jest dziedziczne). Nowością dla mnie była różnorodność objawów (zupełnie przeciwstawnych u różnych dzieci). Ważne było wyraźne oddzielenie stanów współistniejących od zwykłego ADHD (bo często są mylone). Wspomniane są też w niej typowe błędy wychowawcze rodziców i inne niesprzyjające warunki. Dobrze opisany jest obszar diagnozowania oraz wskazówki do pracy. Książkę warto przeczytać pamiętając o jej minusach.







Zbieramy liście

Wszyscy gracze zaczynają z czerwonego pola i przesuwiają swój pionek o tyle pól, ile wypadło oczek na kostce. Jeśli pionek zatrzyma się na polu z zielonym liściem (liść letni) to gracz otrzymuje 1 punkt. Jeśli pionek zatrzyma na polu z liściem w innym kolorze (liść jesienny) to gracz otrzymuje 2 punkty. Wygrywa osoba, która nie spiesząc się zdobędzie najwięcej punktów.

W grze użyto grafiki na licencji Public Domain CCo.

Źródło: picabay.com/pl/[i/%C5%9B%C4%B7-%E5%BC%9Ecie-jesienny-las-203346/](https://www.picabay.com/pl/%C5%9B%C4%B7-%E5%BC%9Ecie-jesienny-las-203346/)

 **BASJOWE Gry PLANSZOWE**
Darmowe Gry dla Przedszkolaków

Czy zauważyliście Państwo, że wszędzie się spieszymy? Nasze dzieci też. Chcą mieć „na już” a najpóźniej „za chwilę”. W grach planszowych lubią się ścigać a większość chce wyrzucać jak największe liczby. Gdy wypada 1 lub 2, to na twarzach dzieci widać zniechęcenie. Czasami warto im pokazać, że można żyć inaczej. Zwolnić i cieszyć się otaczającą nas przyrodą.

Zbieramy liście to gra, w której warto poruszać się jak najwolniej. Nie chodzi w niej o to, aby jak najszybciej dotrzeć do mety. Najważniejsze jest to, żeby po drodze zebrać jak najwięcej jesiennych liści. Wszyscy gracze zaczynają z czerwonego pola i każdy przesuwają swój pionek o tyle pól, ile wypadło mu oczek na kostce. Jeśli pionek zatrzyma się na polu z zielonym liściem (liść letni) to gracz otrzymuje 1 punkt. Jeśli pionek zatrzyma się na polu z liściem w innym kolorze (liść jesienny), to gracz otrzymuje 2 punkty. Wygrywa osoba, która nie spiesząc się zdobędzie najwięcej punktów.

Grając dzieci ćwiczą lub doskonalą:

- cierpliwość
- umiejętność przeliczania 1-6
- umiejętność porównywania liczb
- umiejętność radzenia sobie z porażką

Gra może też być jedną z pomocy dydaktycznych w związku z wypadającym 23 września początkiem kalendarzowej jesieni. A po rozgrywce zapraszamy wszystkich na jesienny spacer i poszukanie prawdziwych jesiennych liści w lesie lub parku.

Ciekawostka

„Zbieramy liście” są grą udostępnioną za darmo w ramach projektu edukacyjnego „Basiowe Gry Planszowe”.

Tworzą go w wolnym czasie Karolina oraz Marcin Dębińscy i można się z nim zapoznać pod adresem:

www.debinski.edu.pl

Na początku września 2020 były tam dostępne **243** gry planszowe.

- 8.09** – Dzień Dobrych Wiadomości
- 13.09** – Dzień Programisty
- 15.09** – Dzień Demokracji
- 16.09** – Dzień Maszynisty
- 19.09** – Dzień Emotikona
i Dzień Dzikiej Flory, Fauny i Naturalnych Siedlis
- 22.09** – Dzień bez samochodu
- 23.09** – Dzień Spadającego Liścia
i Początek Kalendarzowej Jesieni
- 25.09** – Światowy Dzień Farmaceuty
i Dzień Budowlańca
- 26.09** – Światowy Dzień Królika
- 27.09** – Światowy Dzień Turystyki
- 28.09** – Światowy Dzień Tabliczki Mnożenia
i **Światowy Dzień Morza**
- 29.09** – Dzień Kuriera i Przewoźnika
- 30.09** – Światowy Dzień Rzek

- 1.10** – Międzynarodowy Dzień Wegetarianizmu
oraz Międzynarodowy Dzień Muzyki
- 2.10** – Europejski Dzień Ptaków
- 3.10** – Dzień Tkaczki
- 4.10** – Światowy Dzień Zwierząt
- 5.10** – Światowy Dzień Uśmiechu
i Światowy Dzień Mieszkalnictwa
- 8.10** – Światowy Dzień Wzroku
- 9.10** – Światowy Dzień Poczty i Znaczką Poczтового
- 10.10** – Światowy Dzień Drzewa
i Dzień Gier Planszowych
- 12.10** – **Światowy Dzień Jaja**
- 15.10** – Dzień Białej Laski
- 16.10** – **Światowy Dzień Chleba**
- 18.10** – Dzień Poczty Polskiej
- 24.10** – Międzynarodowe Święto Roweru
- 25.10** – Dzień Kundelka

Pomysł

Nietypowe święto może stanowić inspirację do wyboru tematu tygodniowego. Być okazją, aby wszystkie dzieci i grupy w placówce mogły zrobić to samo lub przynajmniej skupić się wokół jednego tematu. Może też stać się lokalną tradycją – okazją do spotkania integracyjnego dzieci, rodziców i personelu placówki.

Nie ma sensu obchodzić wszystkich okazji z listy. Wybranie jednej w miesiącu podkreśli jej wartość.

Święta zaznaczone na zielono będą miały aspekt kulinarny w Społecznym Przedszkolu Integracyjnym.

Jak pomóc dziecku, które się boi?

Strach to jeden z naszych pierwotnych instynktów, dzięki któremu ewolucyjnie przetrwaliśmy. Jest niezbędny do identyfikacji realnego zagrożenia i podjęcia decyzji: walcz lub uciekaj. Strach ma zatem swoje racjonalne uzasadnienie – jest to cecha, która odróżnia go od lęku mającego irracjonalne źródło. Osoba, która omija z daleka groźnie wyglądającego psa, odczuwa strach przed potencjalnie niebezpieczną sytuacją. O osobie, która boi się wszystkich napotkanych na swojej drodze psów powiemy, że odczuwa lęk (w psychologii ten specyficzny lęk nazywany jest kynofobią). W pierwszym przypadku strach pomaga uniknąć niebezpieczeństwa, w drugim utrudnia funkcjonowanie.

Czego boją się dzieci?

U wielu dzieci na różnych etapach rozwoju pojawiają się tzw. **lęki rozwojowe**. Typowe przykłady tego rodzaju lęków w okresie przedszkolnym to lęk przed ciemnością, potworami, wieczornym wyjściem rodzica, niektórymi dźwiękami (np. odgłos silnika) czy zwierzętami. Charakterystyczną cechą lęków rozwojowych jest ich równie nagłe pojawienie się, co zniknięcie.

To, co odróżnia lęk rozwojowy od zaburzeń lękowych to jego trwałość, intensywność oraz wpływ na codzienne funkcjonowanie dziecka i jego najbliższego otoczenia.

Dzieci w wieku przedszkolnym nie zawsze potrafią nazwać swoje emocje – zwłaszcza w sytuacji ich przeżywania. Dlatego to my dorośli powinniśmy być uważni i obserwować, jak zachowują się nasze dzieci (np. czy unikają pewnych sytuacji), jak reaguje ich ciało (np. czy skarżą się na ból brzucha) oraz w jakich okolicznościach tego typu reakcje powstają (np. przed wyjściem do przedszkola).



Rola rodzica

Duże znaczenie w powstawaniu zaburzeń lękowych u dzieci mają czynniki temperamentalne, które w dużej mierze są dziedziczne. Dzieci uczą się również lękowego reagowania poprzez naśladowanie, które jest podstawową formą uczenia się w tym wieku (rodzic jest zazwyczaj pierwszym i najważniejszym modelem). A zatem jest duże prawdopodobieństwo, że dzieci lękowych rodziców również są lękowe. Często zalecana jest wówczas równoległa terapia rodzica i dziecka.

Kluczowa w przezwyciężaniu lęku u dziecka jest reakcja dorosłego na sytuację, których doświadcza dziecko. Pozwolenie dziecku na unikanie sytuacji lękowej (np. nie pójście do przedszkola) lub tzw. „rzucenie na głęboką wodę” (np. pozostawienie dziecka w okresie adaptacji na cały dzień) nie są korzystnymi strategiami. Równie ważne jest świadome formułowanie komunikatów, które wysyłamy dziecku na temat przeżywanych przez niego emocji. Pomaga akceptowanie („Boisz się, kiedy robi się ciemno w twoim pokoju”), nie zaś ich kwestionowanie („Nie ma się czego bać”).

Jedną z najbardziej skutecznych form radzenia sobie z dziecięcymi lękami jest tzw. zasada małych kroków. Polega ona na stopniowym oswajaniu dziecka z sytuacją wywołującą lęk z jednoczesnym wzmacnianiem odniesionych przez nie sukcesów.

W obliczu pandemii

Strach przed zachorowaniem, złość na rodziców, którzy byli zajęci pracą lub pomaganiem starszemu rodzeństwu w zdalnej nauce, smutek z powodu nagłego zerwania kontaktu z koleżankami i kolegami, poczucie zagubienia po powrocie do przedszkola (czasem inne osoby jako wychowawcy, inne dzieci, inne sale, inne zasady), lęk przed sytuacjami, które do tej pory go nie budziły – to przykłady emocji, które pojawiły się u niektórych przedszkolaków w pierwszych miesiącach pandemii. Niektóre dzieci zmierzyły się już z funkcjonowaniem w „nowej” rzeczywistości przedszkolnej. Są jednak dzieci, które wrócą do przedszkola dopiero we



wrześniu – po prawie półrocznej przerwie. Choć pewnie będą i takie, których rodzice podejmą decyzję o dalszym pozostawieniu w domu. Co możemy zrobić jako rodzice i kadra, by pomóc dzieciom poradzić sobie w adaptacji do przedszkola przy wciąż zmieniających się zasadach funkcjonowania? Jak dać poczucie bezpieczeństwa w tak niepewnej sytuacji?

Oto kilka zasad dla nas – rodziców, wychowawców, terapeutów, specjalistów – które mogą pomóc naszym dzieciom:

1. Zaczniemy od **zadbania o swój stan psychiczny** – miejmy wgląd we własne emocje, akceptujmy je, próbujmy radzić sobie z nimi w konstruktywny sposób lub szukajmy wsparcia u bliskich, którym ufamy – a jeśli nie jest to wystarczające – skorzystajmy z pomocy specjalisty.
2. **Rozmawiajmy o uczuciach i emocjach** – przyjemnych i nieprzyjemnych. Nauka nazywania emocji to pierwszy etap w nauce radzenia sobie z nimi.
3. **Ustalajmy zasady**, umawiamy się z dziećmi na ich przestrzeganie – nawet jeśli po pewnym czasie będą musiały ulec zmianie. Dzieci poruszają się pewniej w świecie, w którym są zasady – to daje im poczucie przewidywalności i kontroli.
4. **Kontrolujmy informacje na temat pandemii**, które płyną z mediów (telewizja, radio, internet) oraz te które sobie przekazujemy w towarzystwie dzieci. Przekaz medialny jest często nasycony negatywnym ładunkiem emocjonalnym, z którym dzieci często nie są w stanie sobie poradzić.
5. **Współpracujmy ze sobą**, przekazujemy sobie istotne informacje na temat dzieci w możliwie dostępnym sposób oraz przestrzegajmy ustalonych na terenie przedszkola procedur. Spójny przekaz osób zajmujących się dzieckiem stwarza dzieciom poczucie bezpieczeństwa, którego potrzebują – zwłaszcza w dzisiejszym świecie.

Literatura:

- Last C.G. (2012), Jak pomóc dziecku, które się boi, Wydawnictwo eSPe.
Kendall P.C. (red., 2010), Terapia dzieci i młodzieży. Procedury poznawczo-behawioralne, WUJ



Ćwiczenie motoryki małej

Dzieci uwielbiają rysować, malować i kolorować obrazki. Z czasem nabierają umiejętności takich jak zapinanie guzików, zasuwanie suwaków, wiązanie sznurówek. Są to czynności, które towarzyszą nam każdego dnia, a które maluchy dopiero poznają. Niestety wiele z nich ma problem z precyzyjną pracą dłoni oraz palców, przez co mogą odczuwać frustrację, a czasem nawet się do tego zniechęcać. Takie aktywności są jednak nieodłącznym elementem pracy zarówno w przedszkolu, szkole jak i w domu. Warto więc angażować dzieci w czynności, w czasie których mogą, czasem nieświadomie, ćwiczyć i nabierać nowych umiejętności w tym zakresie.

Dziecko posiadające prawidłowy dojrzały chwyt, wykonując prace stolikowe prezentuje pewne cechy, m.in. jego przedramię spoczywa na blacie stolika, nadgarstek zachowuje mobilność, utrzymuje dystalny chwyt, natomiast palce posiadają zdolność do zdysocjowanego ruchu oraz są mobilne.

Należy pamiętać o tym, że motoryka mała i umiejętności grafomotoryczne, aby mogły prawidłowo się kształtować muszą mieć ku temu mocne podłoże. Należy dbać o rozwój innych umiejętności dzięki czemu łatwiej będzie przejść do tych bardziej precyzyjnych. Mam tutaj na myśli m.in.:

- **Doskonalenie stabilizacji mięśni posturalnych** (np. wspinanie się po drabinkach, chód w pozycji kraba, ćwiczenie leżąc przodem „samolot/rakieta/odrzutowiec”, ćwiczenia w klęku podpartym, przenoszenie przedmiotów na tacy, ćwiczenia z dyskiem sensomotorycznym, ćwiczenia z taśmą rehabilitacyjną itp.).
- **Wprowadzanie aktywności ze stymulacją proprioceptywną** (np. siłowanie się, przeciąganie liny, czołganie się, zawijanie w kocyk, zawijanie się w paczkę, którą trzeba rozpakować, „przyklejanie się” do



podłogi) oraz dotykową (np. zabawy różnymi tkaninami, robienie masy plastycznej, chodzenie boso i czworakowanie po trawie, malowanie dłoni farbą).

- **Rozwijanie percepcji wzrokowej oraz prawidłowej ruchomości gałek ocznych** - to niezbędny element, bez którego niemożliwe jest ukształtowanie koordynacji wzrokowo - ruchowej. Do tego typu ćwiczeń należy np. odnajdywanie na kartce drogi pomiędzy dwoma elementami, łączenie kropek, odtwarzanie wzorków z zapatek na kartce, segregowanie klocków ze względu na kolor, memory obrazkowe, odnajdywanie takich samych figur, dorysowywanie brakującego elementu na obrazku, układanie wzorów w konturach, „obrysowywanie” wzrokiem przedmiotów/elementów natury, obserwowanie latających ptaków, odczytywanie na zmianę cyferek/litek umieszczonych w dwóch kolumnach, rysowanie oburącz, jak najszybsze zlokalizowanie określonego przedmiotu w otoczeniu.
- **Usprawnianie koordynacji obustronnej oraz lateralizacji** (np. łapanie piłki obiema rękami, robienie aniołków w śniegu, pajacyki, klaskanie w dłonie, przeciąganie liny, marsz w wysokim unoszeniem kolan i pracą kończyn górnych, asymetryczne ruchy kończyn górnych i dolnych).

Wiele z wyżej wymienianych czynności wykonywanych jest przez dzieci na co dzień. Warto jednak zwrócić uwagę na to, aby jak najczęściej zachęcać swoją pociechę do zróżnicowanych możliwości ruchu, co zapewni jej optymalny rozwój.

Po przygotowaniu możemy przejść do ćwiczeń odnoszących się do rączek. Do tego celu możemy wykorzystać mnóstwo przedmiotów, które mamy w domu. Poniżej znajdziecie Państwo kilka propozycji ćwiczeń motoryki małej bazujących na różnych aspektach i ruchach możliwych do wykonania w jej obrębie.

- Zbieranie monet i wrzucanie ich do skarbonek (można w pozycji klęku podpartego).



- Rozrywanie papieru kolorowego na części, robienie z nich kulek i rzuty do celu.
- Przypinanie prania przy pomocy spinaczy.
- Zmazywanie ołówka gumką do ścierania.
- Struganie kredek.
- Przekładanie rodzynek / orzeszka od środka dłoni do palców i zjedzenie / odłożenie do miseczki.
- Nawlekanie koralików na sznureczek i przesuwanie ich palcami.
- Zapinanie guzików (można np. ubrać misia, pomóc mamie zapiąć sweterek lub zapiąć swój).
- Przekładanie kartek w książce.
- Otwieranie drzwi kluczami.
- Odkręcanie małych i dużych stoików.
- Zbieranie guziczków / kamyczków szczypcami do ogórków (np. ich segregacja).
- Cięcie słomek na kawałki, nawlekanie ich na linkę – korale.
- Obrysowywanie/rysowanie kształtów na kartce ich wycinanie.
- Wycinanie narysowanej na kartce zakręconej skorupki ślimaka.
- Wycinanie kształtów z gazetki i tworzenie kolażu.
- Zabawa plasteliną: formowanie palcami małych kuleczek, tworzenie figurek z plasteliny, wyklejanie kuleczkami obrazków, robienie wężyka/ makaronu spaghetti z plasteliny i cięcie na kawałeczki, rozcieranie palcami plasteliny na kartce (w konturze), rysowanie rysikiem na plastelinie rozartej na kartce, nadziewanie małych kuleczek na rysik i podawanie ich w ten sposób do drugiej dłoni, ściskanie plasteliny.
- Naśladowanie wykręcania i wkręcania żaróweczek (kończyny górne w górę/ w bok/ w przód).



- Zabawy gumkami recepturkami, np. rozciąganie ich pomiędzy poszczególnymi palcami, zakładanie ich na wieże w klocków, wiązanie warkoczyków przy ich pomocy.
- Naśladowanie gry na pianinie.
- Malowanie przy pomocy poszczególnych palców (np. każdy ma inny kolor farby).
- Rysowanie palcami w piasku/ piance do golenia wyciśniętej na deskę.
- Gra w pchełki.
- Układanie obrazków z ugotowanego makaronu.
- Zabawy paluszkowe.
- Wierszyki masażyki.
- Zabawy drucikami kreatywnymi – formowanie kształtów.
- Zabawy folią bąbelkową.
- Rozcieranie suchych pastelii poszczególnymi palcami
- Wydzieranie kolorowego papieru i wyklejanie obrazka.
- Lepienie pierogów.
- Zawijanie włóczki na pęczek.
- Rysowanie po śladzie/ obrysowywanie szablonów.
- Przewlekanie sznureczka przez dziurki w kartonie.
- Zawijanie pasków papieru na kredkę.
- Rysowanie palcami w powietrzu.
- Wyciskanie gąbki.
- Odbijanie balona jednym palcem.
- Plecenie wianków, warkoczyków.
- Przelewanie wody z kubeczka do kubeczka, tak aby nic się nie wylało.



W tym miejscu przedstawiamy krótkie omówienie aktów prawnych regulujących pracę placówek oświatowych oraz nauczycieli. Tym razem jest to: **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie indywidualnego obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego dzieci i indywidualnego nauczania dzieci i młodzieży**, obowiązujące od 1 września 2017 roku. Ostatnia aktualizacja tego dokumentu weszła w życie 9 września 2020.

Opisuje ono:

- **cel wydania rozporządzenia i jego zakres**
(§ 1)
- **podstawę prawną do rozpoczęcia nauki indywidualnej i czas jej trwania**
(§ 2 i 11-12)
- **sposób realizacji, osobę odpowiedzialną za dopilnowanie realizacji (dyrektora) oraz konieczność uwzględnienia w sposobach opinii dziecka lub jego przedstawicieli ustawowych.**
(§ 3)
- **ilu nauczycieli może być zaangażowanych w indywidualne nauczanie na różnych poziomach edukacyjnych**
(§ 4)
- **miejsce realizacji nauczania indywidualnego**
(§ 5)
- **zgodność nauczania indywidualnego z podstawą programową i zajęciami obowiązkowymi oraz wyjątki od tej zasady**
(§ 6-7)
- **tygodniowy wymiar godzin oraz możliwości jego zmiany (zarówno zmniejszenia jak i zwiększenia)**
(§ 8-9)

- **konieczność planowania działań ułatwiających powrót dziecka do grupy/klasy.**
(§ 10)
- **przepisy przejściowe oraz datę wejścia w życie**
(§ 13-14)

Ostatnia nowelizacja dodaje treści obowiązujące jedynie w roku szkolnym 2020/21 i wprowadza ona dodatkową możliwość pracy indywidualnej z dzieckiem nie wymienionej w § 4 p.4. Najprostszą interpretacją tego zapisu jest indywidualne nauczanie dziecka poza jego miejscem zamieszkania, czyli zaproszenie dziecka do placówki edukacyjnej (indywidualnie, bez obecności innych dzieci) lub indywidualne nauczanie zdalne.

Z punktu widzenia nauczyciela wychowania przedszkolnego ważne jest, że przepis dotyczy jedynie dzieci realizujących roczne obowiązkowe przygotowanie przedszkolne. Obowiązek wspomniany w rozporządzeniu może być rozłożony maksymalnie na dwóch nauczycieli (§4 p.1). Ponadto istotne jest to, że w przypadku braku możliwości realizacji przez nauczycieli z danej placówki można to zlecić innym nauczycielom (§4. p.3). Dodatkowo mimo, że dokument narzuca ramy godzinowe, czyli od 4 do 6 godzin tygodniowo w przedszkolu, to jednocześnie pozwala na sporą elastyczność. Zmniejszenie minimalnej liczby godzin jest możliwe, choć powodem jest jedynie stan zdrowia dziecka a stroną wnioskującą są tylko rodzice. Zwiększenie dokonywane jest za zgodą organu prowadzącego a rozporządzenie nie precyzuje z jego powodu może to nastąpić.

Istotne jest również planowanie powrotu dziecka objętego indywidualnym nauczaniem do grupy. Choć nie wynika to bezpośrednio z rozporządzenia, to warto o tym pamiętać przez cały czas absencji dziecka. Dobrze jest wysyłać listy pisane wspólnie z dziećmi oraz ich prace plastyczne jako prezenty. Być może też namówić rodziców do umożliwienia kontaktu telefonicznego lub wideo z dziećmi w grupie.

Tekst rozporządzenia znajduje się pod adresem:

<http://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20170001656>



W tym numerze wykorzystaliśmy

Grafiki Public Domain

Ilustracja na okładce

Autor: Rudy and Peter Skitterians

źródło: www.pixabay.com

Nuty

Autor: FotoshopTofs

źródło: www.pixabay.com

Butelki z wodą

Autor: Sebastian Ganso

źródło: www.pixabay.com

Chłopiec w poduszkach

Autor: ambermb

źródło: www.pixabay.com

Grę planszową

www.debinski.edu.pl

Artykuły i **ciekawostki** zainspirowane zostały opisami i projektami Wikimedia Foundation (Wikipedia, Wikicytaty).

Zdjęcie okładki pochodzi z książki C. Green i K. Chee „Kieszonkowy poradnik dla rodziców. Zrozumieć ADHD”, którą wydało Laurum w 2011 r.

Ten numer ukazał się

20

października

WYDAWCA

Fundacja Anny Florek
CZAS DZIECIŃSTWA

ul. Wolumen 3
01-912 Warszawa
tel. 226635521



Odwiedź nas na www.fb.com/czasdziecinstwa

Archiwalne numery można oglądać pod adresem:

www.czasdziecinstwa.com.pl/publikacje/nasz-miesiecznik



Nasza Redakcja



Marcin Dębiński – Redaktor naczelny. Odpowiedzialny za skład miesięcznika oraz wywiady, kącik naukowy, recenzje książek, gry planszowe i omówienia aktów prawa.

Pedagog, nauczyciel wychowania przedszkolnego, ponadto inżynier, absolwent SGGW i WSP ZNP. Współpracował z warszawskimi uczelniami wyższymi prowadząc ćwiczenia ze studentami. Autor publikacji na temat edukacji i wychowania. W 2015

roku nagrodzony Medalem Komisji Edukacji Narodowej.



Martyna Witkowska - Odpowiedzialna za dział porad fizjoterapeutycznych.

Fizjoterapeuta, hipoterapeuta. Dyplomowany terapeuta PNF, NDT Bobath, SI, Fits. Członek komisji egzaminacyjnej Polskiego Towarzystwa Hipoterapii, Członek Stowarzyszenia Fizjoterapia Polska. Prowadzi zajęcia fizjoterapeutyczne dla dzieci w Społecznym Przedszkolu Integrycyjnym oraz dla dzieci i dorosłych w prowadzonej przez siebie firmie Martimed.



Monika Rosińska - Odpowiedzialna za dział „Oknem Psychologa”

Oligofrenopedagog, pedagog Montessori, psycholog, certyfikowany terapeuta behawioralny PSTB, certyfikowany terapeuta motywujący PTTM, Należy do Polskiego Stowarzyszenia Terapii Behawioralnej (PSTB), Polskiego Towarzystwa Terapii Motywującej (PTTM), autorka publikacji na temat edukacji przedszkolnej i terapii

behawioralnej.



Agata Lange - Odpowiedzialna za dział logopedyczny.

Logopeda, absolwentka UW na kierunku logopedia ogólna i kliniczna ze specjalizacją nauczania języka polskiego realizowanym wspólnie z Warszawskim Uniwersytem Medycznym. Swoje doświadczenie zdobywa w pracy z dziećmi z niepełnosprawnością intelektualną w ośrodku specjalnym oraz na licznych praktykach w warszawskich placówkach oświatowych oraz medycznych, w których przeprowadza diagnozę

i terapię zarówno dzieci, jak i dorosłych w zakresie logopedii ogólnej i neurologopedii.



Katarzyna Hamerlak - Odpowiedzialna za dział behawioralny.

Oligofrenopedagog, superwizor terapii behawioralnej, psycholog, autorka publikacji na temat terapii behawioralnej. Certyfikowany terapeuta behawioralny PSTB. Odybta staż w Princeton Child Development. Prowadzi szkolenia z zakresu stosowanej analizy zachowania. Koordynuje terapię behawioralną w Przedszkolu i Punkcie Konsultacyjnym Fundacji CZAS DZIECIŃSTWA.



Beata Oraniec - Odpowiedzialna za dobór materiałów i korektę merytoryczną.

Surdopedagog, pedagog Montessori, autorka publikacji na temat edukacji przedszkolnej. Współpracowała z warszawskimi uczelniami wyższymi prowadząc ćwiczenia ze studentami. Za szczególne zasługi dla oświaty i wychowania została w 2015 roku nagrodzona Medalem Komisji Edukacji Narodowej.



Anna Gromadzka - Odpowiedzialna za dobór materiałów i korektę merytoryczną.

nauczycielka wychowania przedszkolnego i wczesnoszkolnego, pedagog specjalny, autorka publikacji na temat edukacji przedszkolnej, przyjaznej adaptacji dzieci i współpracy z rodzicami. Prowadzi zajęcia ze studentami warszawskich uczelni pedagogicznych. W 2014 roku nagrodzona Medalem Komisji Edukacji Narodowej.

