



OSOWIACZEK

Miesięcznik Przedszkola nr 87 w Gdańsku – Osowej nr 186 1 luty 2025 r.

KONTAKT: tel. (58) 554-55-88

e-mail: sekretariat@p87.edu.gdansk.pl

strona internetowa: <https://p87.edu.gdansk.pl>

DEKLARACJE O KONTYNUACJI WYCHOWANIA PRZEDSZKOLNEGO

W dniach od 11 do 14 lutego będzie trwało składanie deklaracji o kontynuacji wychowania przedszkolnego dziecka.

Karty dostępne będą u nauczycieli

Nie złożenie ww. karty kontynuacji będzie równoznaczne z rezygnacją z przedszkola

REKRUTACJA DO PRZEDSZKOŁA DLA NOWYCH DZICI PRZYSTĘPUJĄCYCH DO NABORU

rozpocznie się 10 marca 2025 r. od godziny 12:00 i trwać będzie do 21 marca 2025 do godziny 16:00.


OBOWIAZUJE INTERNETOWA REJESTRACJA

ZEBRANIE DLA RODZICÓW



Zebranie podsumowujące pracę z dziećmi w poszczególnych grupach w pierwszym semestrze roku szkolnego odbędzie się

11 lutego 2025 r. (wtorek) o godz. 17:00 dla Rodziców dzieci z grupy: Smerfów, Biedronek, Elfów, Słoneczek i Chmurek oraz 13 lutego 2025 r. (czwartek) o godz. 17:00 dla Rodziców dzieci z grupy: Krasnoludków i Motylków.



DYŻUR WAKACYJNY

NASZE PRZEDSZKOLE W TYM ROKU PEŁNI DYŻUR WAKACYJNY
W MIESIĄCU LIPCU
W DNIACH 01 - 31.08 2025 R. PRZEDSZKOLE BĘDZIE NIECZYNNE

FERIE ZIMOWE

Ze względów organizacyjnych (zakup i przygotowanie posiłków) bardzo prosimy Rodziców o zapisywanie dzieci, które będą uczęszczać do przedszkola w czasie ferii zimowych (17.02 - 02.03. 2025 r.), na wywieszonych listach. Listy będą wywieszone na drzwiach grup przedszkolnych od 27.01 - 07.02.2025 r.

Na czas ferii zmianie uległa organizacja grup przedszkolnych.

CIEPŁE UBRANIA

Przypominamy wszystkim Rodzicom, aby pamiętali o pozostawieniu w szatni kompletu ubrań na zmianę dla swojego dziecka (w razie zabrudzenia, zamoczenia) oraz ciepłych ubrań (czapka, szalik, rękawice, spodnie na śnieg) do zakładania na czas pobytu w ogrodzie przedszkolnym.

Więcej informacji

<https://p87.edu.gdansk.pl>

NASZ KALENDARZ

04 luty - BAL KARNAWAŁOWY
14 luty - WALENTYNKI
17 luty - DZIEŃ KOTA
26 luty - DZIEŃ DINOZAURA
27 luty - TŁUSTY CZWARTEK

14 luty - TEATR LALEK LOKOMOTYWA
"JAŚ i MAŁGOSIA"

PRZEDSZKOLNY KLUB WOŁONTARIUSZA

Akcja wspierania dzieci z gdańskich szpitali kończy się **6 LUTEGO**. Tego dnia w Przedszkolu odbędzie się **Dzień Piżamy**.

**UBIERZMY SIĘ W PIŻAMY
I SOLIDARYZUJMY SIĘ
Z CHORYMI DZIEĆMI**

DZIECI CHORE

Przypominamy, że dzieci chore, zakatarzone i kaszlące - powinny pozostać w domu.

Przyprowadzając chore dziecko do przedszkola rodzice narażają zarówno swoje dziecko jak i pozostałe dzieci oraz pracowników przedszkola na ciężki przebieg choroby i powikłania.

WSZYStko, co musisz wiedzieć o wszawicy!*

Wszy! Co powinniśmy o nich wiedzieć?

Pedikuloza, powszechnie zwana wszawicą, jest chorobą pasożytniczą.

Ze względu na jej występowanie wyróżniamy trzy rodzaje tej choroby: wesz głowową, odzieżową oraz łonową. W ostatnim czasie najczęściej mamy doczynienia z pierwszą odmianą, dlatego też chcielibyśmy przekazać kilka informacji na jej temat.

Wszą głowową można zarazić się poprzez bezpośredni kontakt, to znaczy „głowa – głowa”. Jej głównym objawem jest uporczywy świąd, który nie leczony może doprowadzić do zmian skórnych, reakcji alergicznych, czy infekcji bakteryjnych oraz wirusowych, które są konsekwencją uporczywego drapania.

Leczenie polega na umyciu głowy specjalnym preparatem (całej rodziny), a następnie wyczesaniu wszy i gniid. Należy również pamiętać o wypraniu w min. 60 C wszystkich czapek, pościeli, ubrań i innych rzeczy, które miały bezpośredni kontakt z zarażonym.

Przy walce z wszawicą bardzo ważna jest komunikacja. Dlatego należy pamiętać o poinformowaniu wszystkich, którzy mieli kontakt z zarażonym (niezwykle istotne jest poinformowanie placówki, do której uczęszcza dziecko). Ponadto należy przestrzegać dzieci, że nie należy pożyczać od innych czapek, szalików, szczotek do włosów lub innych akcesoriów. Pomocne jest również noszenie zwartych, związanych fryzur oraz codzienne czesanie, które umożliwi również szybkie wykrycie choroby. Sezonowo można również używać preparatów profilaktycznych, które ochronią skórę głowy przed zarażeniem.

Wszy! Co powinniśmy o nich wiedzieć?

- Pedikuloza jest chorobą pasożytniczą;
- Zarazić się można poprzez bezpośredni kontakt – „głowa-głowa”;
- Leczenie polega na umyciu głowy (przez wszystkich członków rodziny) specjalnym preparatem oraz wypraniu ubrań i pościeli w min. 60 C;
- Zleca się noszenie zwartych fryzur oraz codzienne czesanie włosów, co umożliwi szybkie wykrycie choroby;
- Należy przestrzegać dzieci przed pożyczaniem czapek, szalików, szczotek do włosów i innych akcesoriów, przez które można się zarazić;
- Sezonowo można używać preparatów profilaktycznych, które chronią skórę głowy;
- W razie wystąpienia choroby należy poinformować wszystkich, którzy mieli kontakt z zarażonym oraz placówkę do której uczęszcza dziecko, w celu rozpowszechnienia informacji i możliwości podjęcia działań profilaktycznych.

*Realizacja programu przy współpracy z PSSE Gdańsk

Wspieranie procesu samoregulacji

Czym jest samoregulacja i czemu jest tak ważna w procesie rozwojowym dziecka.

Samoregulacja jest to zdolność radzenia sobie z emocjami, myślami, zachowaniem i ruchami ciała w trudnej sytuacji, umożliwiającej wchodzenie w interakcje z innymi dziećmi i uczestniczenie w codziennych zajęciach. Ten złożony proces obejmuje skoordynowany wysiłek układów: fizycznego, emocjonalnego, neurologicznego i behawioralnego.

Samoregulacji uczymy się od głównych opiekunów w pierwszych latach życia.

Rodzic- główny koregulator emocjonalnego rozwoju.

Można ją rozwijać również przez ćwiczenia normalizujące układ nerwowy:

1.Strategie wyciszające z poziomu ciała.

(stymulacje sensoryczne, obejmujące bodźce przedsionkowo- proprioceptywno- dotykowe)

Zestaw ćwiczeń wyciszający układ nerwowy normalizujących i stymulujący układ proprioceptywno- przedsionkowo – dotykowy

- podskoki w miejscu (mocne „słoniowate”) (z pomocą rodzica)
- zeskakiwanie z łóżka na podłogę (przy asyście rodzica)
- podskoki na łóżku(z pomocą rodzica)
- skakanie na piłce rehabilitacyjnej/ półpiłce typu faszolka (tu kontrolowana ilość, zamiennie np. z ćwiczeniem bardziej statycznym np. ze spadaniem na materac/ worek sako/poduszkę
- zabawa w przepychanie (plecami/ nogami, dłońmi/ramionami, itp.)
- balansowanie na dysku sensorycznym lub poduszkach
- przechodzenie przez tunele (np. między ścianą a poduszką lub materacem; bądź pomiędzy dwoma poduszkami, przeciąganie liny),
- odpoczynek/ bujanie się w kokonie (ruchy spokojne, liniowe)
- chodzenie po językach, ścieżce sensorycznej(na czworakach/ na nogach)
- zawijanie w „naleśnika” (włączanie ruchu rotacyjnego przy jednoczesnym dostarczeniu czucia głębokiego)
- zabawy w tunelu sensorycznym (skakanie na niego, chodzenie po nim na czworakach, wchodzenie do środka, ciągnięcie go, odpoczynek)
- zabawy i zajęcia domowe polegające na dźwiganiu (ciężar do 10 % masy ciała: np. przesuwaniu pudła z klockami/ zabawkami, podnoszenie butelek napęcznionych wodą/ piaskiem) ciągnięciu, pchaniu, wypychaniu, przepychaniu itp.
- zabawy w zapasy, sumo, przeciskanie się przez wąskie tunele, „elastyczny duszek”, obwijanie elastycznymi materiałami, z których dziecko musi się uwolnić
- zabawy z linami (rzucanie liny dziecku, ono siedzi/ leży na podłodze i przesuwa się ciągnąc linę do rodzica; lub trzyma linę a rodzic ją ciągnie)
- uciski stawowe
- masaż całego ciała (łącznie z głową) z dociskiem/ugniataniem (ręką/ piłką/ masażerem/piłką z kolcami)
- masaż ciała/ twarzy masażerem z wibracją (dziecko może też masować rodzica/misia)
- ściskanie piłeczki antystresowej/ gniotków, rozciąganie gumki recepturki, rozciągliwych taśm; zaciskanie i otwieranie pięści
- zabawy manualne z piaskiem, z różnymi masami jak plastelina, ciastolina: ugniatanie, rozciąganie, rozrywanie, wałkowanie,

2.Techniki wyciszenia się, rozwijające samoświadomość i praktyki uważności

Uważność :

- Stan rosnącego spokoju wynikający z koncentracji na bieżącej chwili. Uczucie rozluźnienia towarzyszące spokojnemu uświadamianiu sobie i akceptowaniu własnych uczuć, myśli i doznać w ciele.
- Skuteczne narzędzie, które pomaga radzić sobie w sytuacjach stresujących i ułatwia mózgowi i ciału samoregulację (wywołuje reakcje relaksacyjną, ponieważ angażuje przywspółczulny układ nerwowy - część autonomicznego układu nerwowego odpowiedzialnego za odpoczynek i regenerację, zmniejsza się tętno, częstość oddechu, ciśnienie krwi, produkcja kortyzolu i innych hormonów stresu)

Przykłady:

- a) siedzenie w ciszy i wsłuchiwanie się w otoczenie
- b)świadome oddychanie- robienie głębokich wdechów i wydechów
- c)słuchanie spokojnej, cichej muzyki
- d)wykonywanie łagodnych ruchów, które działają uspokajające i eliminują potrzebę wiercenia
- e) kontakt z przyrodą
- f) obserwację otoczenia, co się dzieje wokół, co widzisz
- g) praktyka wdzięczności
- h) ćwiczenia „Uważność i spokój żabki”

3.Metody poznawczo- behawioralne.

- nauka reagowania w sytuacjach trudnych

Przykłady:

- szukanie rozwiązania, czytanie pomocnych bajek terapeutycznych „Jesteś ważny Pinku”, „Odwagi Pinku”, „Bądź sobą Pinku”, „ Jestem wściekły- jak pokonać złość”
- pozycja dla rodzica „Uwaga złość”, „Sposoby na złość i gniew”

Jamruszka Lucyna
pedagog specjalny

Bibliografia:

- 1.S. Foster, Integracja sensoryczna, „ Jak pomóc dziecku z zaburzeniami przetwarzania sensorycznego w rozwijaniu umiejętności samoregulacji i nauce uważności”
- 2.C. Kranowiz „Niezgrane dziecko w świecie gier i zabaw”,
- 3.Informacje z Kursów SI oraz szkolenia: Teoria poliwagalna a procesy sensoryczne.

Podsumowanie osiągnięć rozwojowych czterolatka

Coraz sprawniej wchodzi po schodach, stawiając stopy naprzemiennie, często bez używania poręczy.

Czuje się bardzo samodzielny i nieomylny.

Potrafi skakać i stać na jednej nodze (ok. 15 sekund).

Wspina się na drabinki i umie sam huśtać się na huśtawce.

Potrafi samodzielnie korzystać z toalety.

Prawidłowo posługuje się sztucami.

Potrafi rzucać piłką do celu i chwycić ją w locie.

Układa puzzle do 10 elementów i ustawia wieżę z 8 klocków.

Lepi z masy plastycznej wytwory składające się z kilku części.

Potrafi dostrzegać rymy.

Często przeciwstawia się poleceniom, które do tej pory wykonywał bez oporów.

Intensywnie przeżywa kłopotliwe, niekomfortowe sytuacje, z których nie umie znaleźć wyjścia.

Nie potrafi oddzielić fantazji od rzeczywistości

Ma wyraźne poczucie „ja”, co wyraża poprzez bunt, upór, chęć dominowania i rywalizację, a nawet agresję.

Podczas zabawy odwzorowuje zaobserwowane zachowania dorosłych.

Składa obrazki pocięte na 3–6 elementów

Posiada zdolność skupienia uwagi na ok. 20 minut.

Zaczyna rozumieć następstwo czasu i stosuje sekwencje pojęć z tym związanych

Określa położenie przedmiotów w stosunku do własnego ciała, którego poszczególne części wyodrębnia i potrafi nazwać.

Zna ok. półtora tysiąca słów.

Bawi się w grupach 2–5-osobowych przez dłuższy czas.

