KWARTALNIK / WYDANIE 1 / PAŹDZIERNIK 2025 / NR 37

Gazetka przedszkolna dla dzieci i Rodziców

# Optymistyczny Przedszkolak

W numerze:

"Słowa, które czynią cuda" - wywiad z przedszkolakami s.2-4

Zasady dobrego zachowania - 5 zasad dobrego przyjaciela s.4-11

Kącik psychologiczny: Rozwój emocjonalny przedszkolaka s.12-13

Fakty i mity logopedyczne s.14-16

English corner s.17-22

Kącik przedszkolaka s.23-28

Kącik kulinarny s.29

Porady higieniczne: Jak myć ręce? s.30

Pomysł na jesienny spacer s.31

Życzymy przyjemnej lektury!

# „Słowa, które czynią cuda” - wywiad z przedszkolakami

Warto mówić „proszę”, „dziękuję” i „przepraszam”, ponieważ to fundament budowania dobrych relacji, okazywania szacunku, wdzięczności i empatii. Te „magiczne słowa” pomagają rozwiązywać konflikty, wzmacniać więzi, tworzyć atmosferę współpracy, a także są wyrazem kultury osobistej. Warto również zadbać o to, aby nasze dzieci je znały i ich używały.

Co przedszkolaki sądzą o „magicznych słowach”, czy je znają? Zapraszamy do lektury wypowiedzi dzieci.

**GRUPA I - MYSZKI**

„Moja mama mówi do mnie: „Nie płacz, jesteś już duża” i ja nie płaczę. Moja mama śmieje się jak bawi się ze mną. Lubię miłe słowa i jak dzieci się wesoło uśmiechają, to ja do nich mówię”. Julia

„Tata robi niespodzianki i ja się cieszę, uśmiecham się. Robi żarty i ja wtedy czuję się dobrze i uciekam i ja też czasem żartuję. A jak biorę jabłuszko to mówię „dziękuję”, a jak pokłócę się z Julką to mówię „przepraszam” . Maja M.

„Jestem miła dla innych i mam moją Milenkę, Natalkę, Oliwkę. Bawię się z nimi i jest zawsze miło i się uśmiechamy” . Gabrysia

„Mama mówi do mnie: - moje serduszko. To ja się uśmiecham i mówię „Mamo, ja ciebie kocham” . Elise



**GRUPA II - BIEDRONKI**

„Być miłym dla innych to znaczy nie bić kogoś, nie szczypać, nie zabierać zabawek. Można powiedzieć przepraszam i wtedy będzie komuś miło. A dziękuję mówimy kiedy ktoś dla kogoś da coś. Trzeba mówić także magiczne słowa, żeby było miło. Lubię mówić innym miłe słowa, bo to lubię i chcę żeby było miło. Ja jestem miły, żeby inni się ze mną bawili". Nikodem

„Żeby się ktoś uśmiechnął, to można mu dać zabawkę i powiedzieć „dziękuję", „dzień dobry", albo „jesteś wesoły". Być miłym to znaczy nie bać się i bawić się grzecznie. Inni czują się dobrze, gdy mówimy że kogoś lubimy. Ja lubię swoje koleżanki i zawsze jestem dla nich miła i mówię do nich „dajcie mi zabawkę" i „pobawmy się razem". „Przepraszam" mówimy kiedy coś spadnie albo kiedy kogoś uderzymy. „Dziękuję" mówimy jak nikt nas nie bije, magicznych słów używamy, bo tak trzeba. Pamiętam, że ostatnio Kaja i Laura powiedziały mi „dziękuję" za mazaki i wtedy było mi miło. Ja też mówię magiczne słowa, bo to lubię". Ala

**GRUPA III - JEŻYKI**

„Dziękuję, proszę, to słowa, gdy ktoś je mówi to ktoś się uśmiecha. Jak ktoś jest miły dla innych, gdy się z Tobą bawi." Olek J.

„Słowa, które sprawiają, ze ktoś się uśmiecha, to takie ładne słowa :: lubię Cię, kocham cię. Słowo „dziękuję" mówimy wtedy, jak ktoś zaprosi nas na urodziny. Trzeba być dla siebie miłym. Pamiętam, że kiedyś Nataniel powiedział mi, ze chce się ze mną bawić. Świetnie się wtedy czułem." Mikołaj

„Być miłym dla innych to nie bić nikogo. A „dziękuję" to mówi się wtedy, gdy ktoś podzieli się zabawką". Gabryś

„Jak się mówi ładne słowa, to jest się miłym dla innych. Jak ktoś jest smutny, to trzeba mu podać rączkę i powiedzieć: „zapraszam do zabawy". Zosia

„Warto mówić dobre słowa, aby być dla siebie miłym. Znam miłe słowa: „ proszę", „dziękuję", „fajnie się z Tobą bawić". Jagódka

**GRUPA IV - ŻABKI**

„Jeżeli ktoś jest smutny, to możemy zapytać „Co się stało?", być miłym i wspólnie się bawić. Jak ktoś coś daje, to mówimy „dziękuję" i jak się dostaje prezent. Jak ktoś niechcący kogoś stuknie to mówimy ; „przepraszam". Czuję radość, jak ktoś mówi mi coś miłego. Ja też lubię mówić miłe słowa dla innych." Maurycy

„Trzeba mówić takie słowo: „kocham Cię", żeby być miłym dla innych. Można też przytulać i bawić się z innymi. Jak mówimy do kogoś miło to on ma wtedy dobre emocje." Zosia

**GRUPA V - MISIE**

„Mówienie „Kocham Cię” sprawia, że ktoś się uśmiecha. Można tak powiedzieć do rodziców, brata lub siostry. Być miłym dla innych to znaczy, że nikomu się nic nie zabiera, nie pluje i nie bije. Warto mówić innym dobre słowa, bo ktoś się poczuje miło. Słowa, które sprawiają, że ktoś się czuje dobrze to: „Lubię Cię”, „Jesteś dla mnie ważną koleżanką”, „Lubię, gdy się ze mną bawisz”. Słowo „dziękuję” mówimy, gdy ktoś da jakiś przysmak, kiedy pani woźna da obiad, gdy ktoś pożyczy ołówek; „przepraszam” mówimy, gdy komuś cos się zrobi złego, nabije, napluje lub zniszczy zabawkę przyniesioną z domu. Magicznych słów używamy, żeby innym było miło i lepiej. Było mi miło, gdy mama powiedziała mi, że mnie kocha. Lubię mówić innym miłe słowa, bo komuś może się zrobić miło i dla mnie też.” Pola

**GRUPA VI - LISKI**

„Kiedy ktoś mówi mi miłe słowa, to ja się uśmiecham. Jak się mówi dobre słowa to jest się wtedy radosnym.” Staś

„Kiedy słyszę coś miłego, śmiesznego lub zaproszenie na lody to się uśmiecham. Miłym się jest wtedy, kiedy grzecznie i zgodnie się bawię. Inni czują się dobrze, gdy mówię: „Jesteś słodziak”, „ Jesteś fajna, miła”. Trzeba używać miłych słów, bo wtedy jest fajnie.” Adrian

**GRUPA VII - SÓWKI**

„Być miłym to znaczy pomagać innym na przykład, gdy coś się zgubi, mówić komuś miłe i ładne słowa” Miłosz

„Dobrze mówić innym dobre słowa, bo wtedy jest im miło kiedy o kogoś się martwimy lub zapraszamy go do zabawy” Kornelia

„Kiedy coś się komuś daje i kiedy ktoś nam coś daje to mówimy dziękuję” Kinga

„Kiedy kogoś uderzę lub kopnę to mówię przepraszam” Lila

# Zasady dobrego zachowania - 5 zasad PRZYJACIELA



Ada, 6 lat




# Mówię miłe słowa

Zamiast krzyczeć czy obrażać, używam słów: proszę, dziękuję, przepraszam, lubię cię.

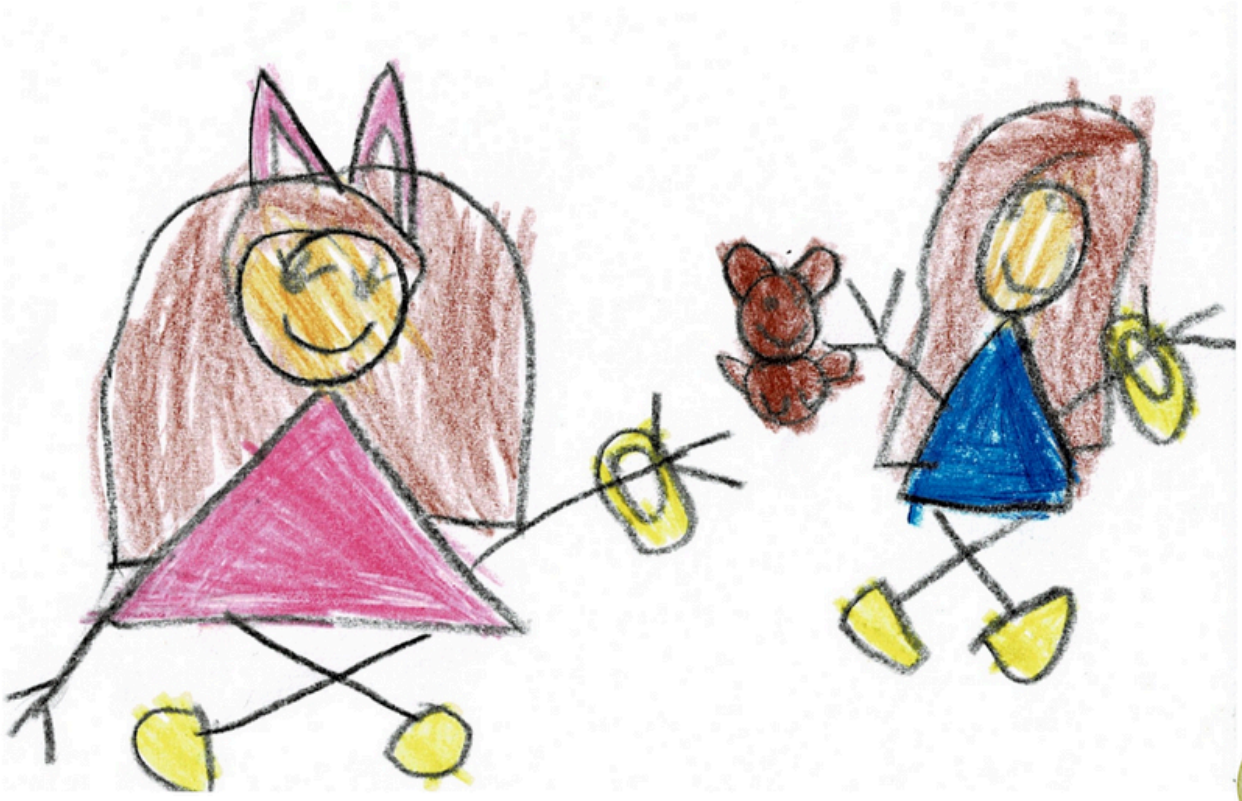
Kinga, 6 lat



# Nie biję i nie dokuczam

Przyjaciele rozwiązują problemy
rozmową, nie siłą.
Szanuję innych i ich rzeczy.

Kornelia O., 6 lat



# Pomagam innym

Prawdziwy przyjaciel chętnie pomaga - podaje kredkę, pociesza, gdy ktoś jest smutny i dzieli się zabawką.

Natalia J., 6 lat



# Bawię się wspólnie i zgodnie

Słucham innych,
czekam na swoją kolej,
cieszę się z sukcesów kolegów.



Rozalia i Nadia, 6 lat



# Dzielę się zabawkami

Wspólna zabawa
to większa radość.
Nie trzymam wszystkiego
tylko dla siebie.

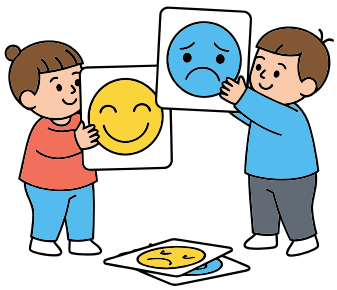
# Zapamiętaj:

każdy może być
dobrym przyjacielem -
wystarczy trochę uśmiechu,
serdeczności i chęci.



FRIENDS

# Kącik psychologiczny



## ROZWÓJ EMOCJONALNY PRZEDSZKOLAKA

**Wiek przedszkolny to czas wielu intensywnych zmian w każdej ze sfer rozwoju dziecka – fizycznej, poznawczej, społecznej i emocjonalnej. Rozwój we wszystkich tych obszarach jest ze sobą ściśle powiązany, a w przypadku zmian w zakresie emocjonalności malucha mówi się przede wszystkim o wzajemnych interakcjach ze sprawnościami poznawczymi oraz językowymi, ale również o zależności z poziomem umiejętności społecznych.**

Zmiany w zakresie emocjonalności dziecka są skutkiem uniwersalnych przemian biologicznych, zachodzących w jego organizmie, ale również są zróżnicowane ze względu na odmienne doświadczenia społeczne każdego malucha. Relacje z innymi ludźmi mają przynajmniej dwojakie konsekwencje dla rozwoju emocjonalnego dziecka:

- uczuciowość dzieci przestaje być skupiona na własnej osobie, rozszerza się również na ludzi, przedmioty i sytuacje w otoczeniu;
- dzieci uczą się, jakie skutki w otoczeniu wywołują ich własne emocje, ale również obserwują, jak inni ludzie wokół nich radzą sobie z przeżywanymi stanami afektywnymi i jakie wywołuje to efekty.

Celem przemian w zakresie emocjonalności dziecka w wieku przedszkolnym jest przede wszystkim nabycie zdolności do samokontroli, a więc kontroli impulsów emocjonalnych, ekspresji stanów afektywnych oraz będących ich skutkiem zachowań.

Już w 1. roku życia dziecka pojawiają się następujące emocje: radość, smutek, strach, złość. Dopiero później przeżywa ono emocje takie jak duma, zakłopotanie, wstyd czy zazdrość, które to zintegrowane są z samoświadomością, a tym samym kształtują się wraz z rozwojem poznawczym dziecka i pojawieniem się poczucia *Ja*. Są również nierozerwalnie związane z obecnością innych osób w otoczeniu i wynikają z coraz bardziej rozbudowanych sieci społecznych interakcji. W kolejnych latach życia dzieci będą odczuwały winę czy wstyd, gdy uświadomią sobie przekroczenie norm moralnych czy sprzeniewierzenie się własnym osobistym ideałom, bez konieczności udziału i wiedzy o tym osób trzecich. W wieku przedszkolnym dzieci będą doświadczały też uczucia porażki, a ich udziałem staną się również niekorzystne dla nich samych porównania z rówieśnikami. Jest to też czas rozwoju uczucia empatii, kiedy to maluchy współczują bliskim, a potem nawet osobom nieobecnym, nieznajomym czy całym grupom społecznym, np. biednym czy chorym.

Przedszkolaki umieją podać definicje różnych emocji i powiedzieć, jakimi sytuacjami mogą być one spowodowane. Ponadto już nawet 3- latki są w stanie przewidzieć reakcje emocjonalne innych ludzi – zarówno te, które dotyczą sytuacji przyjemnych, jak i nieprzyjemnych. Oznacza to, iż przedszkolaki potrafią określić przyczyny różnych stanów i reakcji afektywnych, chociaż głównie szukają ich w czynnikach zewnętrznych (np. „Ona jest smutna, bo nie może iść bawić się na placu zabaw"), a nie wewnętrznych (np. „Ona jest smutna, bo tęskni za babcią"). W przypadku strachu podają nawet wyjaśnienia nierealne, fantastyczne. Częstotliwość tłumaczenia sobie przeżywania różnych emocji poprzez odnoszenie się do stanów mentalnych innych osób wzrasta wraz z wiekiem dzieci i postępującą zdolnością przyjęcia cudzego punktu widzenia (Kielar-Turska, 2011). U dzieci wszelkie emocjonalne odczucia mogą zostać wywołane również poprzez symboliczną reprezentację jakiejś sytuacji, niekoniecznie dzięki uczestniczeniu w wydarzeniu – emocje mogą powstać na skutek przypomnienia sobie np. przyjemnego wydarzenia czy usłyszanej kiedyś strasznej historii.

Poza doświadczaniem emocji na co dzień i mówieniem o nich, przedszkolaki także o emocjach myślą. „Próbują pojąć to, co one oznaczają dla nich samych i dla innych ludzi. Usiłują włączyć się w sytuacje emocjonalne i stosownie do nich tworzą własne teorie na temat istoty i przyczyn emocji, z którymi mają do czynienia".

Dzieci w wieku przedszkolnym potrafią rozpoznawać i identyfikować stany afektywne na podstawie wyrazu twarzy, przedstawionego na obrazku lub w interakcji z partnerem danej sytuacji. Najmniej trudności sprawia im rozpoznanie radości, smutku, złości i strachu. Nieco więcej problemów przysparza im nazwanie ciekawości, pychy, wstrętu czy zaskoczenia.

W wieku przedszkolnym dzieci zdobywają umiejętność kontroli własnych emocji - uczą się regulować własne emocje i stosować strategie zaradcze. W tym wieku powinny już umieć odpowiedzieć na pytanie o to, co mogą zrobić, kiedy są np. złe (albo smutne czy przestraszone), by już tak się nie czuć, ale również generalnie znać efektywne i społecznie akceptowane sposoby radzenia sobie z różnymi przeżyciami. Maluchy zdobywają także wiedzę na temat reguł ekspresji emocji – z jednej strony uczą się, jak wyrażać emocje w sposób akceptowany społecznie, z drugiej jednak orientują się, jak maskować swoje afekty, kiedy jest to konieczne. Dzieci młodsze mogą mieć jednak jeszcze problemy z ukrywaniem własnych przeżyć oraz dostrzeganiem różnicy między emocjami faktycznie przeżywanymi a ujawnianymi na zewnątrz.

Ograniczeniem w rozwoju emocjonalnym dzieci w okresie przedszkolnym jest brak zrozumienia, że można odczuwać w tym samym czasie różne emocje – zarówno wobec jednego obiektu, jak i różnych osób lub przedmiotów. Dotyczy to w równym stopniu afektów o tym samym znaku (np. duma i szczęście), jak i znaku przeciwstawnym (np. radość i złość).



Opracowała Agnieszka Gajdowska

# Logopedyczne ciekawostki



Tylko ok. 3-5% trzylatków: artykułuje głoski całkowicie poprawnie, jak osoby dorosłe.

Nigdy nie należy zmuszać leworęcznego dziecka: do korzystania z prawej ręki między 3. a 7. rokiem życia.

Najtrudniejsze dla dzieci:

- są szeregi szumiące (sz, ż, cz, dż) oraz „r”.
- Około 60% pięciolatków: potrafi je wymówić poprawnie.

- Nie należy mylić wad artykulacyjnych: (np. seplenienia) z niedojrzałymi jeszcze formami artykulacyjnymi, które są naturalne dla danego wieku.

**Chłopcy są bardziej narażeni: na wady mowy mające podłoże w zaburzeniach centralnego układu nerwowego.**

PS 78

Struny głosowe kształtują się już w trzecim miesiącu życia płodowego, dzięki czemu dziecko jest zdolne do płaczu na długo przed urodzeniem

Ponad 70 % populacji ma skrócone wędzidełko

Już dwuletnie dziecko jest zdolne do refleksji nad stylem wypowiedzi dorosłych

Tylko 5 minut ćwiczeń logopedycznych codziennie przynosi spektakularne efekty

- Praksja oralna to zdolność planowania i wykonywania zamierzonych, celowych ruchów przez poszczególne narządy artykulacyjne

# FAKTY I MITY LOGOPEDYCZNE

| MIT | FAKT |
| --- | --- |
| Trzylatek może jeszcze nie mówić. | Trzylatek powinien znać ok 1000 słów i tworzyć zdania 2-3 wyrazowe. |
| Zbyt krótkie wędzidełko podjęzykowe rozciągnie się. | Wędzidełko podjęzykowe to nie mięsień, ale fałd błony, która ma ograniczoną elastyczność |
| Terapia logopedyczna w domu czy poradni, zwalnia rodzica od pracy w domu. | Terapia logopedyczna jest wyłącznie efektywna wtedy, gdy rodzic ćwiczy regularnie z dzieckiem w domu. |
| Ortodoncja nie ma wpływu na logopedię. | Wada zgryzu ma duży wpływ na możliwości artykulacyjne i prawidłową realizację głosek. Dlatego w terapii logopedycznej i usuwaniu wad wymowy konieczna jest współpraca logopedy, rodzica i ortodonty. |

Opracowała: Malwina Łapińska

English corner



# AUTUMN VOCABULARY



PUMPKIN



ACORNS



HEDGEHOG



MUSHROOMS



SQUIRREL



LEAF

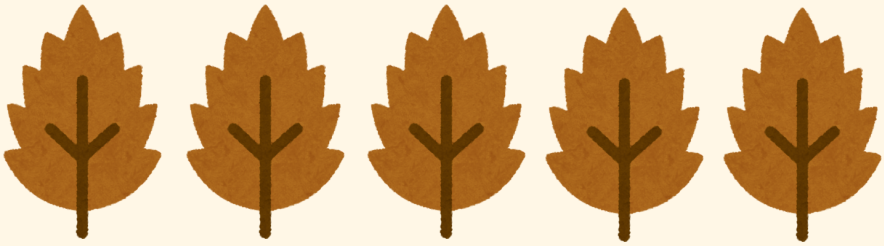
# AUTUMN
# COUNTING



Count the autumn items and write the number in the box.











# FALL SEASON

Find the differences between the two pictures.





# FALL Season

Find the right path to help the squirrel get to the acorn.



# FALL Season

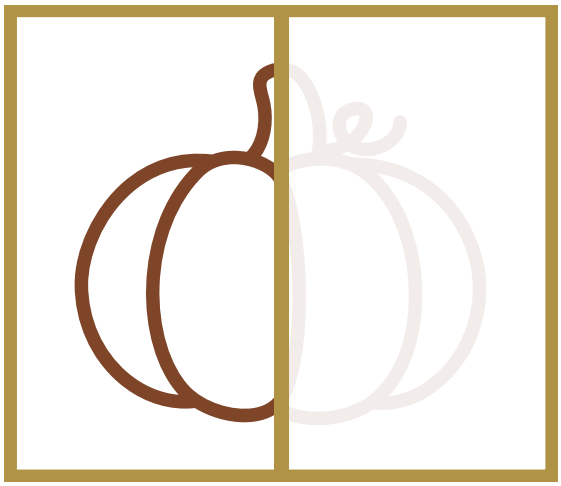
Draw the other halves, color the pictures, and trace the words.



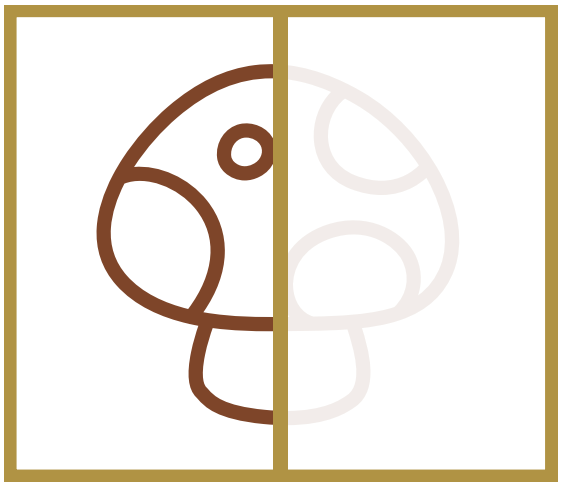
acorn



leaf



pumpkin



mushroom

# FALL SEASON

Look at the pictures below and tick the correct options.



- [ ] Squirrel
- [ ] Hedgehog
- [ ] Pumpkin



- [ ] Acorn
- [ ] Leaf
- [ ] Mushroom



- [ ] Acorn
- [ ] Squrrel
- [ ] Pumpkin



- [ ] Leaf
- [ ] Hedgehog
- [ ] Mushroom



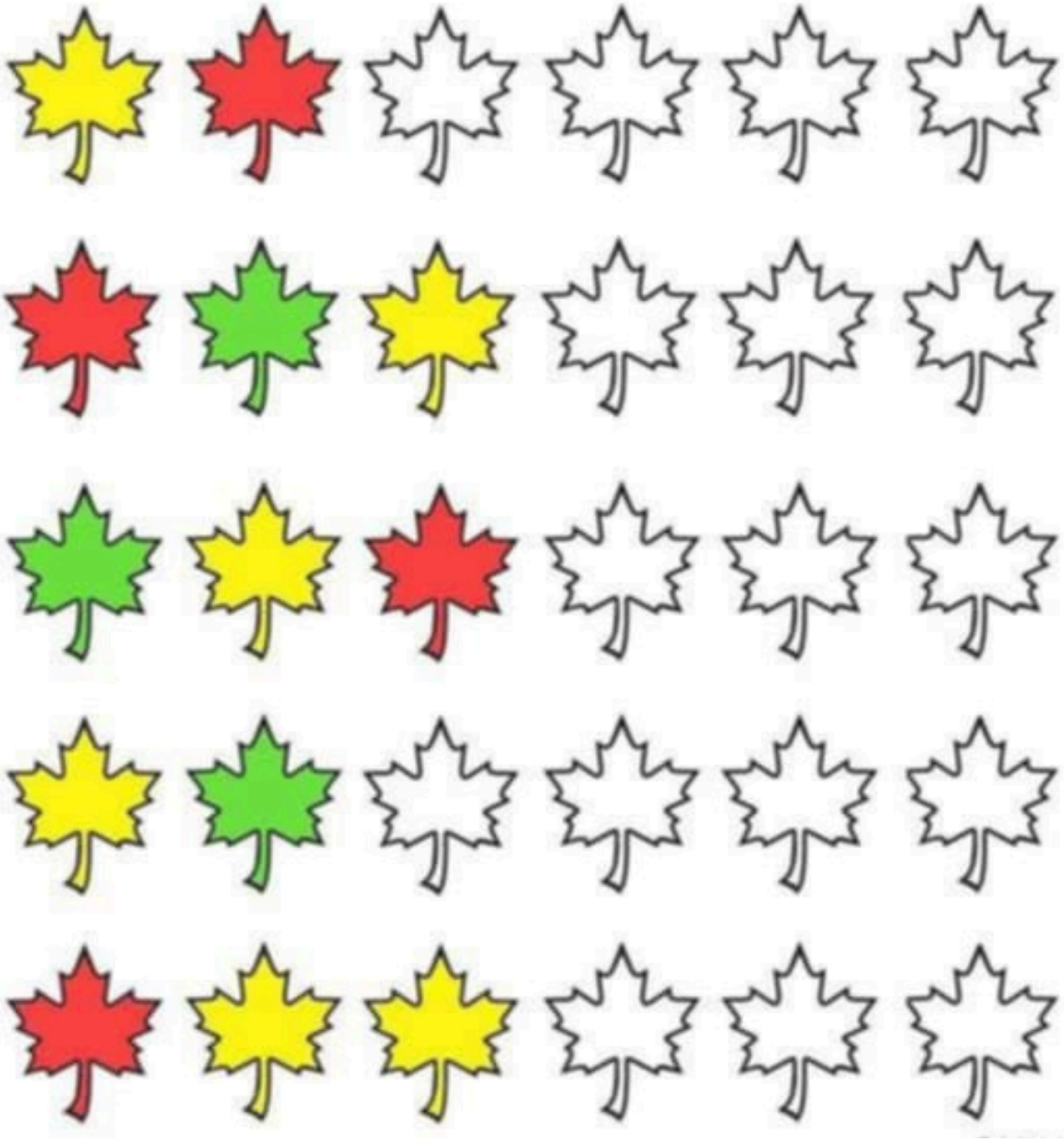
- [ ] Pumpkin
- [ ] Mushroom
- [ ] Acorn



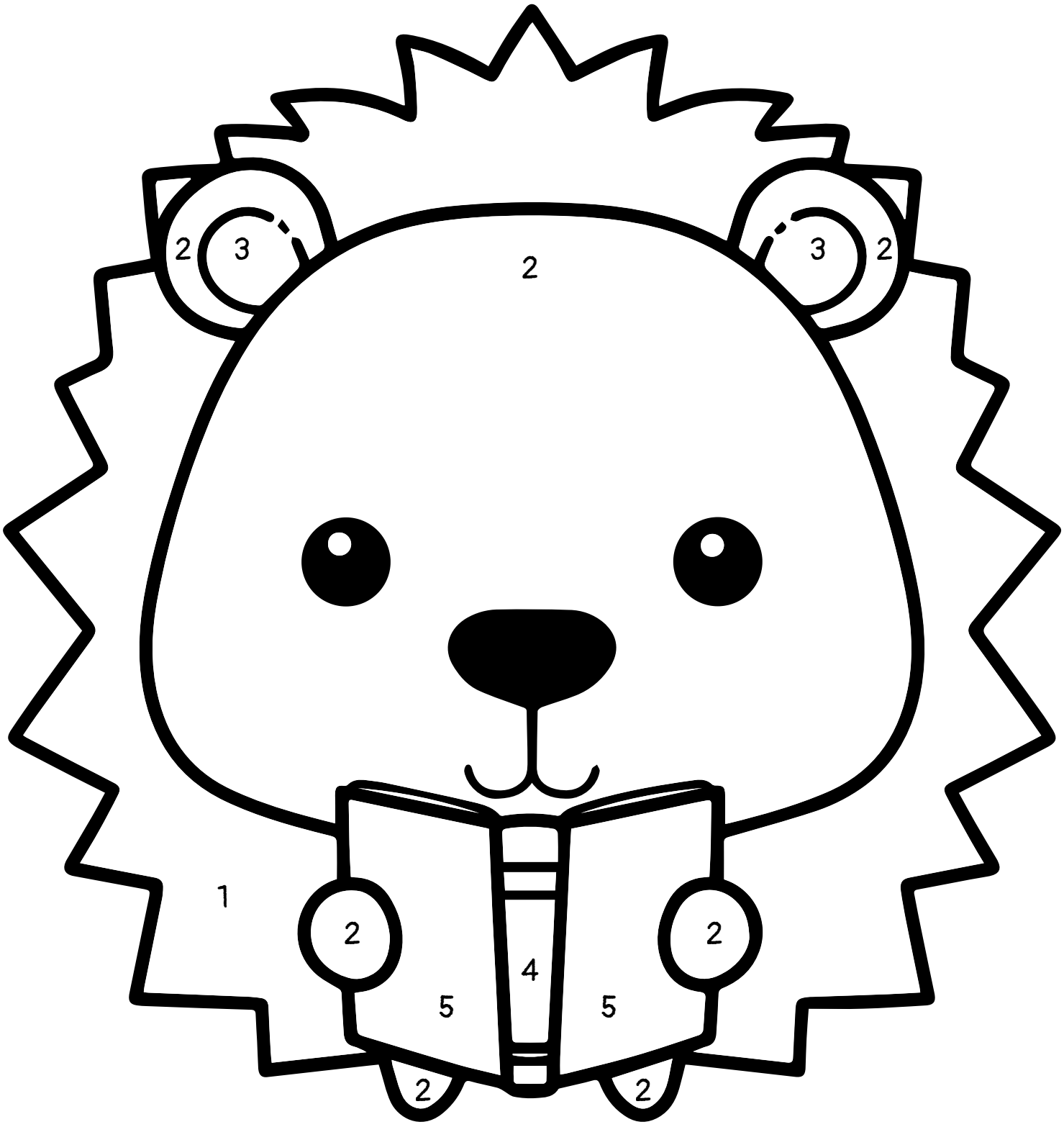
- [ ] Pumpkin
- [ ] Leaf
- [ ] Hedgehog

# Kącik przedszkolaka

Uzupełnij sekwencje liści kolorując je odpowiednią kredką lub maczając paluszek w farbie.



Pokoloruj jeża według wzoru kolorystycznego.




1 2 3 4 5

Zamaluj tyle kółeczek, ile sylab mają poszczególne wyrazy.

























Połącz ze sobą takie same obrazki.







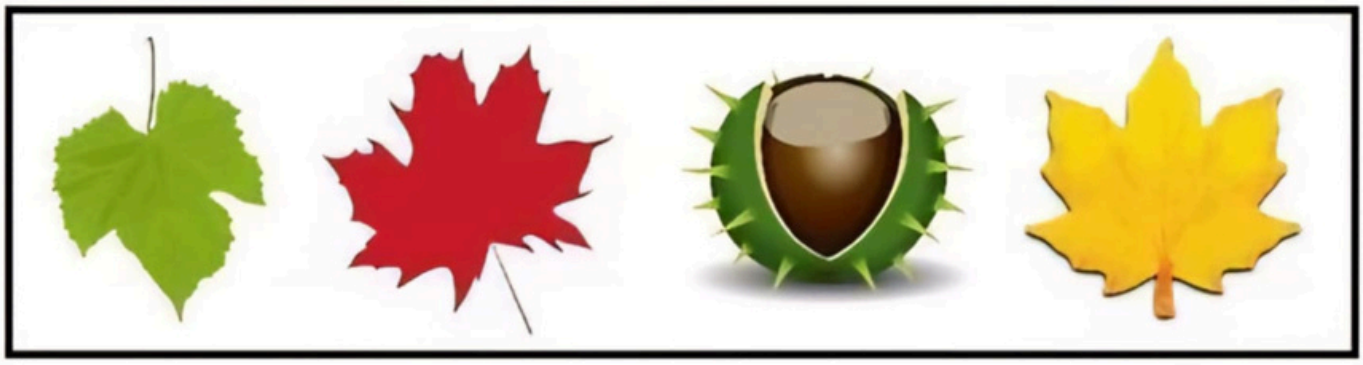


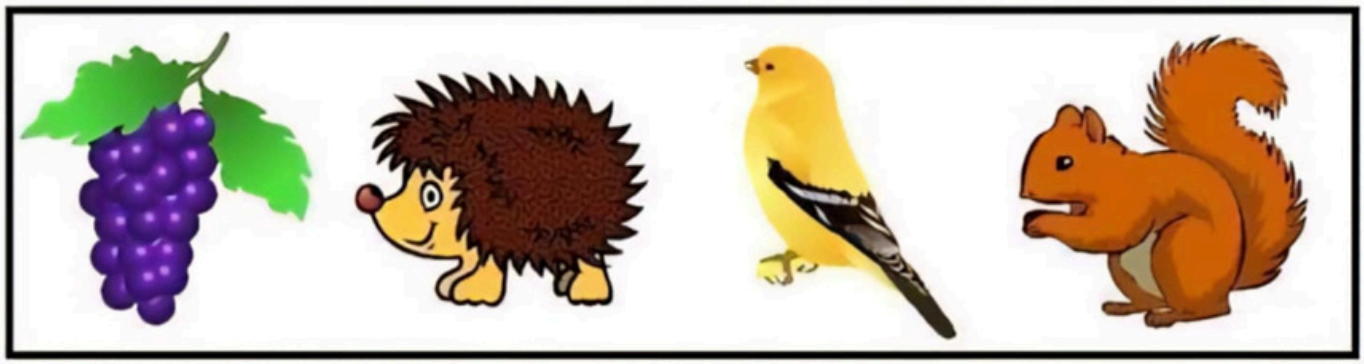




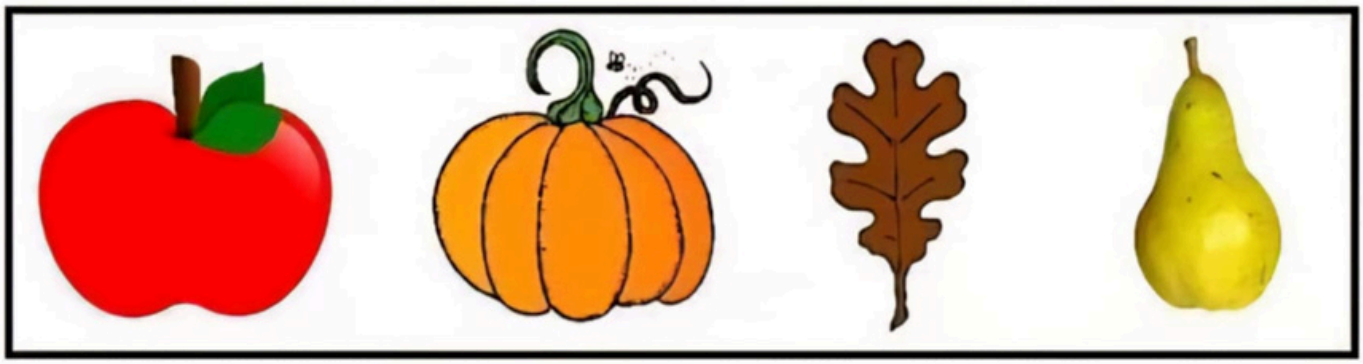



W każdym rzędzie jest jeden obrazek, który nie pasuje do pozostałych. Znajdź go i wykreśl.



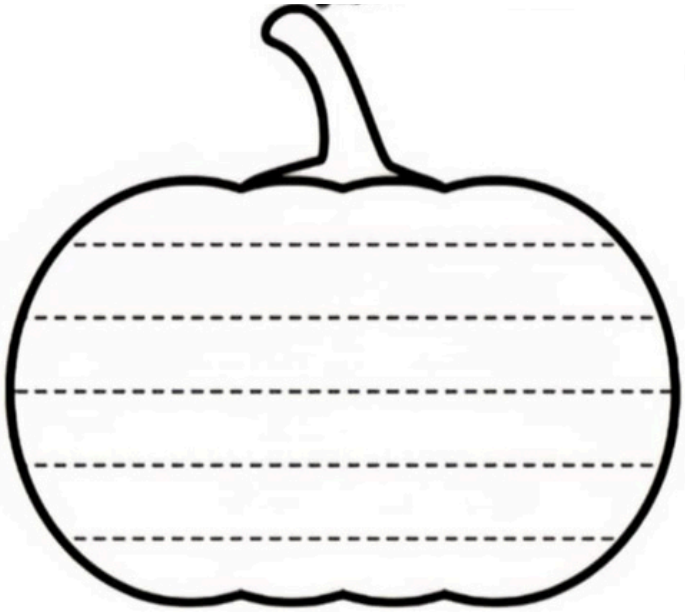


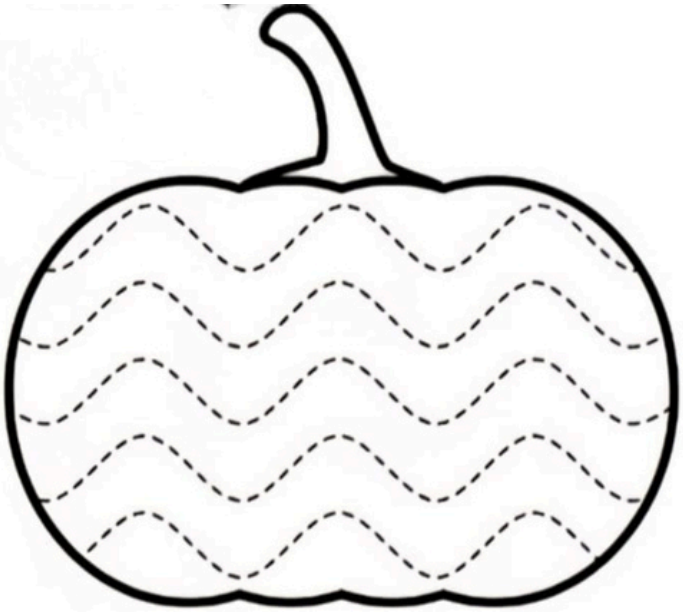


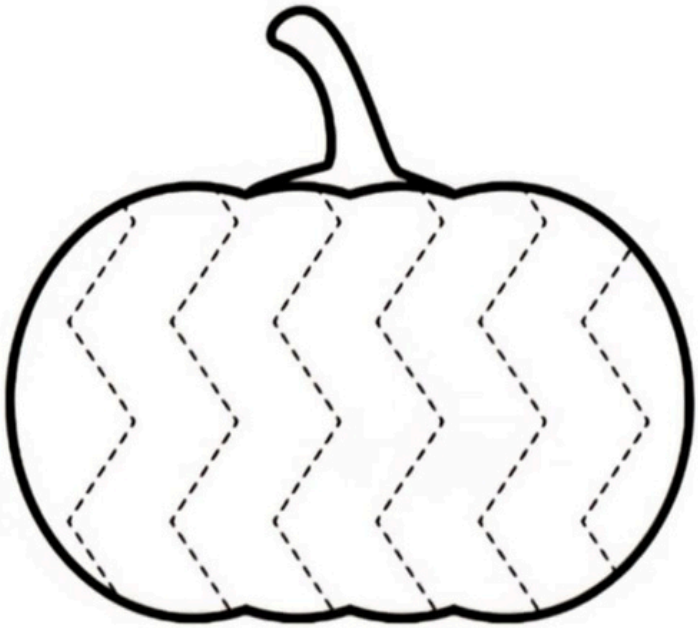


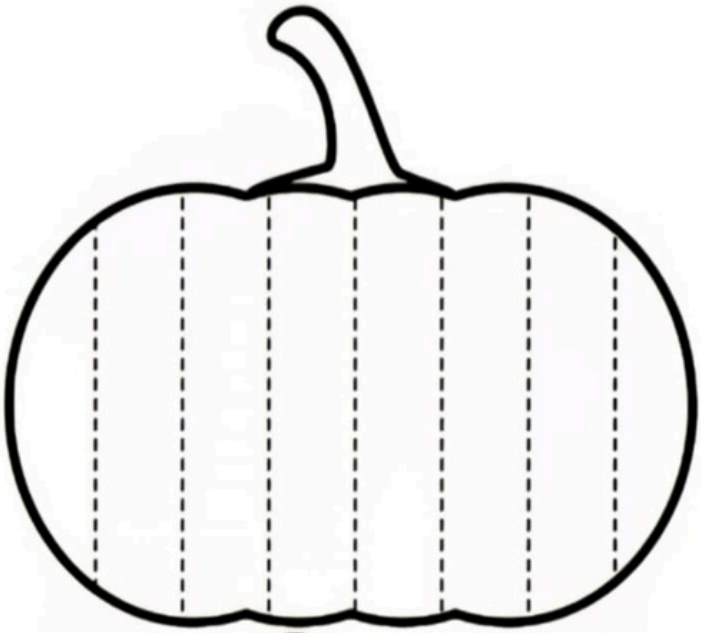
Rysuj po śladzie, staraj się nie odrywać ręki.

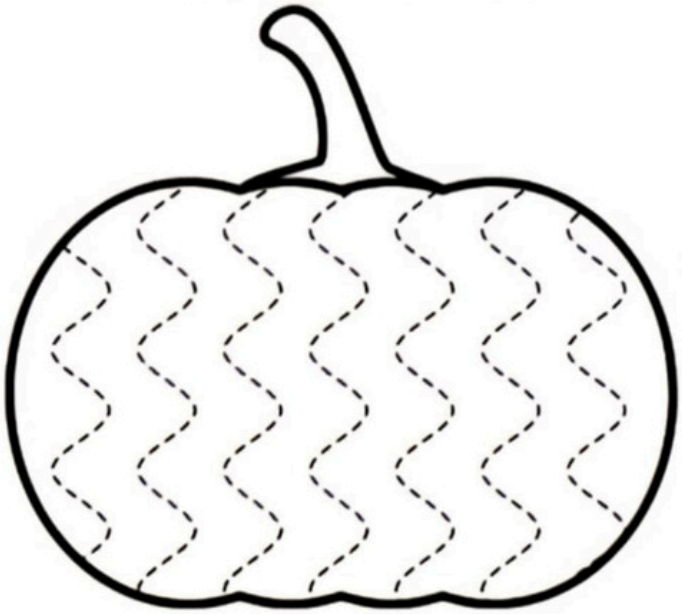
Pokoloruj dynie według własnego pomysłu.

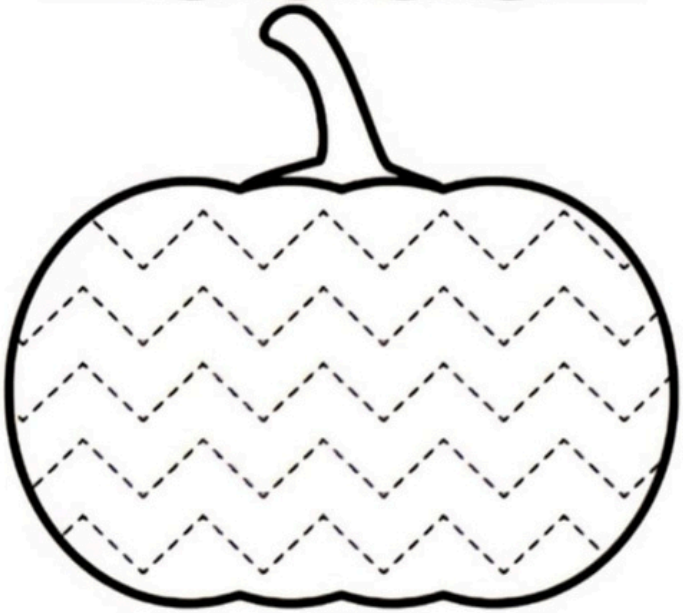












# ZIELONE CIASTO

**SKŁADNIKI:**

- 1,5SZKLANKIMĄKI
- 1 TOREBKA BUDYNIUBEZ CUKRU
- 1 ŁYŻECZKA SODY
- 1 ŁYŻECZKA PROSZKU DO PIECZENIA
- 200G SZPINAKU ŚWIEŻEGO
- 150G CUKRU
- 4 JAJKA
- 100 ML OLEJU

**SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

1. SZPINAK UMYĆ, OSUSZYĆ I ZBLENDOWAĆ NA PAPKĘ.
2. DO MISKI PRZESIAĆ PRZEZ SITKO MĄKĘ, BUDYŃ, SODĘ, PROSZEK DO PIECZENIA I WYMIESZAĆ.
3. UBIĆ JAJA Z CUKREM DO MOMENTU AŻ MASA BĘDZIE JASNA I PUSZYSTA. DO PUCHU DODAĆ POWOLI OLEJ I SZPINAK, DELIKATNIE WYMIESZAĆ.
4. DO ZIELONEJ MASY DODAĆ PRODUKTY SYPKIE I WYMIESZAĆ SZPATUŁKĄ DO POŁĄCZENIA SKŁADNIKÓW.
5. CIASTO WLAĆ DO BLASZKI NP. KEKSÓWKI.

PIEC W PIEKARNIKU W 170°C
OKOŁO 40/50 MIN.

## SMACZNEGO!





# Porady higieniczne: Jak myć ręce?



## Czyste ręce to zdrowie!

**Ręce myjemy kilka razy dziennie -**
zawsze przed jedzeniem,
po skorzystaniu z toalety,
po powrocie z podwórka,
po zabawie ze zwierzętami.



## 5 zasad do czystych rąk



Zmocz ręce ciepłą wodą.



Nałóż mydło i dobrze je rozprowadź.



Pocieraj dłonie – przód, tył, między palcami przez co najmniej 20 sekund.



Spłucz mydło czystą wodą.



Osusz ręce czystym ręcznikiem lub papierowym ręcznikiem.

**Myj ręce dokładnie — nie tylko koniuszki palców.**

**Jeśli nie masz dostępu do wody i mydła, możesz użyć żelu antybakteryjnego.**

**Zadanie dla dzieci:**

Policz, ile razy dzisiaj umyłeś ręce.
Spróbuj pobić swój rekord jutro.

# POMYSŁ
# NA JESIENNY SPACER :)



1 KROK
Przygotujcie wspólnie głowę gąsienicy z kolorowego papieru lub kartonu według waszego pomysłu.
Przymocujcie patyczek kreatywny do gotowej głowy.

2 KROK Wybierzcie się na spacer:)
Zadaniem dziecka jest stworzenie gąsienicy nadziewając liście na patyczek.




## POWODZENIA:)

**Redakcja gazetki:**
Agnieszka Gajdowska
Malwina Łapińska
Renata Maksimowicz
Angelika Olszewska
Elżbieta Talecka