****

 **NR 5**

 **STYCZEŃ 2021
 Wych. Elżbieta Sobieraj**

BLOK TEMATYCZNY

 **„Z BABCIĄ I DZIADKIEM”**

****

****

**Zajęcia dodatkowe:**

**religia:**

 **poniedziałek 13.00-13.15**

 **czwartek 7.30-7.45**

**język angielski:**

 **poniedziałek 12.45-13.00**

 **piątek 8.30-8.45**

**rytmika:**

 **wtorek 11.30-12.00**

 **piątek 11.30-12.00**

**TEGO SIĘ UCZYMY**

****

**Babcia od bajek, dziadek od zagadek**

Moja Babcia i mój Dziadek

to wspaniali są dziadkowie,

Dziadek mnóstwo zna zagadek,

Babcia bajkę nam opowie!

Ref. Bo na świecie nie znajdziecie

 takich bajek i zagadek,

 jakie wnukom opowiada

 moja Babcia i mój Dziadek!

Poprosimy naszą Babcię:

Babciu, z tajemniczą miną

opowiadaj swoją bajkę,

a za każdym razem inną!

Ref. Bo na świecie…

Posadzimy teraz Dziadka

na fotelu wiklinowym.

Dziadku, powiedz nam zagadkę,

całkiem nową, prosto z głowy.

Ref. Bo na świecie…

****

**Dziadku nasz kochany**

Dziś mamy dzień dziadka-

wspaniała to gratka

dla wszystkich dzieciaków:

dziewczynek, chłopaków!

Ref. Dziadku, dziadku, dziadku,

dziadku nasz kochany

tyle pięknych kwiatów

dzisiaj tobie damy!

Dla łysych, wąsatych,

dla chudych, brzuchatych,

dla wszystkich dziadziusiów-

buziaki od wnusiów!!!

Ref. Dziadku, dziadku, dziadku…

**Babciu, droga Babciu**

Babciu, droga Babciu powiedz mi

Czy potrafisz zrobić to, co my?

My tupiemy tup-tup-tup

Teraz babciu ty to zrób!

Babciu, droga Babciu powiedz mi

Czy potrafisz zrobić to, co my?

My klaszczemy raz dwa trzy

Teraz babciu zrób to ty.

Babciu, droga Babciu powiedz mi

Czy potrafisz zrobić to, co my?

My skaczemy raz, dwa, trzy
 Teraz babciu podskocz ty!

Babciu, droga Babciu powiedz mi

Czy potrafisz zrobić to, co my?

My całuski damy ci,

Teraz babciu daj nam ty

**RODZINKA**

*(dotykamy kolejno paluszków dziecka, zaczynając od kciuka)*

Ten duży - to dziadziuś
A obok – babunia
Ten w środku - to tatuś.
A przy nim - mamunia.
A to jest - dziecinka mała
A to - moja rączka cała!

|  |
| --- |
|  |

**POCZYTAJ MI MAMO, TATO……**  **Nieśmiałość u dzieci– bajka terapeutyczna**

**Bajka o szarym słowiku**

Czy widziałeś kiedyś słowika w zaroślach? Pewnie nie, bo rzeczywiście trudno go zobaczyć. Chowa się w gęstych krzakach bo jest bardzo skryty. Wcale nie jest kolorowy tak jak inne ptaki. Jest troszkę większy od wróbelka, ma brązowo-szare piórka zupełnie bez żadnych wzorków i czarne oczka. Posłuchaj historii o małym młodziutkim słowiczku o imieniu Jasio.

Jaś mieszkał niedaleko rzeczki w gniazdku uplecionym z traw pod niedużym krzakiem. Był jeszcze malutki i bardzo bał się oddalać od gniazdka. Dobrze czuł się gdy jego Mama lub Tata byli w pobliżu. Gdy jednak miał coś zrobić zupełnie sam to już nie za bardzo. Trochę obawiał się innych ptaków i nawet gdy widział, że świetnie się bawią razem to wolał je oglądać z daleka niż się przyłączyć do zabawy.

Gdy tak patrzył na inne ptaki myślał sobie zawsze jakie one są wspaniałe. Widział gila z pięknym czerwonym brzuszkiem
i niebiesko-czarnymi piórkami na grzbiecie. A potem Jaś patrzył na siebie i wzdychał widząc, że on taki kolorowy nie jest. Gdy z kolei przyglądał się krukowi podziwiał jaki ten jest duży. Chciałby być taki jak on, a przecież słowiczki są malutkie. Zawsze wydawało mu się, że inne ptaki miały bardziej ostre dzioby, dłuższe ogony, szybciej latały, ładniej machały ogonkami. We wszystkim wydawały się lepsze od niego.

Więc nawet gdy inne ptaszki zapraszały go do zabawy to on wolał siedzieć pod swoim krzaczkiem blisko rodziców i tylko przyglądać się zabawie innych. Tylko wieczorami jak już było ciemno odważał się wzlecieć na sam szczyt krzaka i gdy upewnił się, że nikt go nie widzi wtedy sobie śpiewał. Uwielbiał to robić. To sprawiało mu największą przyjemność. Potrafił tak śpiewać nawet długo w noc i za każdym razem wymyślał nową melodię, która się nigdy nie powtarzała.

Pewnego ranka gdy tak siedział sobie przy swoim gniazdku i jak zwykle podpatrywał z daleka bawiące się ptaszki, zobaczył gila, który mu się przyglądał z boku. Na początku Jaś nie wiedział o co chodzi. Rozejrzał się niepewnie, a gil w tym czasie podszedł do niego i spytał cichutko:
– Czy nauczysz mnie śpiewać?I zaraz dodał: – Słyszałem Cię jak śpiewasz wieczorem. To było coś wspaniałego. Ja chyba nigdy tak nie będę potrafił – powiedział zwieszając smętnie dziobek.
Słowik był tak zaskoczony, że nie potrafił się w pierwszej chwili odezwać. A gil chyba źle zrozumiał jego milczenie bo potem mówił coraz bardziej smutnym głosem:

– Ty pewnie mnie nawet nie chcesz znać… Bo ja wcale ładnie nie śpiewam… I w ogóle… To ja lepiej sobie pójdę…

Gdy Jaś zobaczył, że ten odchodzi zebrał się w sobie, dogonił go
 i powiedział:

– Zostań! Ja nazywam się Jaś.

– A ja Florek – powiedział gil i uścisnęli się piórkami z uśmiechem.

– Dlaczego nigdy nie chcesz się z nami bawić? – spytał Florek jak już sobie razem usiedli – nie podobają Ci się nasze zabawy?
– To nie o to chodzi – powiedział Jaś – Jestem taki mały i szary, zawsze myślałem, że nikt się nie będzie chciał ze mną bawić…

A nawet gdybym się już przyłączył to na pewno bym sobie nie poradził.

– No co Ty! – zaprzeczył gil – Jak ja chciałbym być taki mały i szary jak Ty gdy się bawimy w chowanego. Ja nigdy wtedy nie mam szans. Zaraz mnie wszyscy znajdują! Ty za to byłbyś mistrzem!

– Posłuchaj – mówił dalej – Każdy ptaszek jest inny. Jeden jest bardziej kolorowy, inny szary, jeden większy, inny mniejszy, jeden dobrze pływa, inny świetnie lata. I to jest właśnie najlepsze! Właśnie dzięki temu gdy się razem bawimy może być tak wspaniale.
– Ja też kiedyś byłem nieśmiały tak jak Ty. Bałem się włączyć do zabawy i wolałem trzymać się tylko blisko Mamy i Taty. To nie było takie łatwe – podejść do innych ptaków i przyłączyć się do nich. Ale zrobiłem to! I bardzo się z tego cieszę!
– Jak mi obiecasz, że nauczysz mnie śpiewać to ja też Ci pomogę – dodał

Jaś zastanawiał się tylko przez chwilę, a potem powiedział zdecydowanie:
– Tak! Chcę się włączyć do zabawy!

Przyjaciele wzięli się za skrzydełka i poszli w kierunku bawiących się ptaków. Florek przedstawił im Jasia i nie minęła chwila, a świetnie się już razem bawili. Okazało się, że mały słowiczek w wielu zabawach był świetny. A nawet gdy coś mu nie wychodziło najlepiej to przecież każdemu czasami coś się nie udaje. Najważniejsza jest przecież wspólna wesoła zabawa.

A wieczorem wszystkie ptaszki poprosiły słowika, żeby ich nauczył lepiej śpiewać. Okazało się, że wszyscy słyszeli wieczorne trele Jasia i chociaż nie wszyscy wiedzieli kto tak pięknie śpiewał to wszystkim się bardzo podobały. Kiedy Mama i Tata wieczorem wrócili do gniazdka to się bardzo zdziwili. Zobaczyli swojego synka jak śpiewał głośno i ochoczo przed grupą wpatrzonych w niego ptaszków. Obrócił się w ich stronę, mrugnął porozumiewawczo oczkiem i uśmiechnął się do nich. A oni byli z niego tacy dumni.

Jak kiedyś na wiosnę usłyszysz wieczorem najpiękniejszy śpiew ptaszka to zapewniam Cię – to będzie właśnie słowik. Nie będzie Ci łatwo go wypatrzeć – jest nieduży i brązowo-szary. Śpiewa jednak najpiękniej w całym lesie!

****

**DLA RODZICÓW…**

# Postanowienia noworoczne dla Mamy i Taty



Tym razem coś trochę mniej bajkowego, ale w dalszym ciągu dla rodziców
i dzieci. Przyszedł nowy rok i czas na noworoczne postanowienia. Jak być lepszą Mamą lub lepszym Tatą dla naszych pociech? Co robić by zapewnić im zdrowe i szczęśliwe życie? Oto dziesięć złotych zasad, do które warto zastosować!

**1. Znajdę trochę czasu tylko dla dziecka.**Dzieciom poświęcamy go mnóstwo – pomagamy im się ubierać, odrabiać lekcje, dla nich zarabiamy pieniądze. Ale gdy jesteśmy razem to najczęściej coś nam jeszcze towarzyszy – grający telewizor, myśli o kłopotach w pracy… Nie chodzi o to by go było dużo, ważne jest jednak byśmy weszli w świat dziecka z naszą pełną i nierozproszoną uwagą. Porozmawiajmy przytuleni
o przyjaźniach w szkole, zatańczmy wspólnie do jakiejś szalonej muzyki, powygłupiajmy się razem.

**2. Będę dobrze go wspierać.**Szukajmy okazji by pochwalić nasze dziecko. Chwalmy jego działania, a nie same osiągnięcia i cechy. To rozróżnienie wcale nie jest oczywiste, a jest bardzo ważne. Gdy dziecko coś pięknie narysuje to nie mówmy „Będzie
z Ciebie artysta!”, „Jaki Ty masz talent do rysunków”. Zwróćmy za to uwagę na najlepszą cechę rysunku i pochwalmy starania – „Bardzo napracowałeś się by narysować tego konika”, „Podoba mi się to jak dokładnie pokolorowałeś niebo”. Dzięki temu dziecko będzie się chciało doskonalić,
a nie osiądzie na laurach.

**3. Pozwolę dziecku być dzieckiem.**Znacie takie dzieci? Takie trochę stare maleńkie. Uczące się w przedszkolu dwóch języków, a w zerówce dodatkowo jeszcze jednego, tenisa, gry na pianinie i szachów. Kariery nie trzeba zaczynać będąc w pieluszkach pod hasłem wielkiego wyścigu szczurów, do którego trzeba małego wytrenować. Dajmy im czas na zabawę, przyda się nawet trochę nudy, która może dać szansę na większą inicjatywę i kreatywność dziecka.

**4. Będę mądrze stawiał granice i pozwolę mu popełniać błędy.**Dziecko potrzebuje jasnych granic. Bez nich się gubi w wielkim świecie. Są one więc potrzebne – dobrze sformułowane i stanowczo egzekwowane. Ograniczmy je jednak do sytuacji gdy są rzeczywiście niezbędne. Zwykle jako dorośli wiemy lepiej jakie będą konsekwencje działań naszych pociech. Czy to znaczy, że powinniśmy mówić co mają, a czego nie powinni robić? Wcale nie! Jeżeli widzisz, że dziecko swoim działaniem

**5. Nie będę krytykował dziecka.**No jak to? Nie można krytykować? A jak zrobi coś złego? Już śpieszę wyjaśnić! Nigdy nie krytykuj dziecka, jasno za to powiedz co Ci się nie podoba w jego zachowaniu. Jeżeli Twój synek uderzył kolegę to nie mów „Jesteś niegrzeczny!”, „Jesteś niedobry!”. Powiedz za to – „Nie podoba mi się gdy bijesz chłopca! Nie wolno Ci tak robić”. Zrób to jak najszybciej po zaistnieniu niedobrej sytuacji i w miarę możliwości na osobności. Wtedy zadziała najskuteczniej.

**6. Nie będę realizował swoich ambicji przez dziecko.**To jest trudne. Zawsze chciałem umieć grać dobrze w piłkę. Byłbym bardzo szczęśliwy  gdyby, któryś z moich synów okazał się znakomitym piłkarzem. Zanim jednak zacznę ich katować zajęciami piłkarskimi ugryzę się w język. Niech spróbują co im się najbardziej podoba i wybiorą. Wygląda, że starszy dużo bardziej woli zajęcia judo. I jeżeli tak rzeczywiście jest – niech tak zostanie.

**7. Będziemy razem czytać.**Wieczór przed snem to świetny moment na pobycie razem. Ważny dla dziecka, ale też ważny dla rodzica. Książka to materiał na rozmowę i wspólne przemyślenia. Bajki pomagajki lub terapeutyczne to sposób na oswojenie trosk tego świata. Uczą empatii i zrozumienia dla drugiego człowieka. Poszerzają słownictwo i usprawniają pracę młodych głów. Czytajmy razem!

**8. Nie będę idealny.**Dla malutkiego dziecka jesteśmy idolami i osobami wszechmocnymi. Superbohaterami, dla których nic nie jest niemożliwe. Tak potężnymi, że ono samo chyba nigdy nie ma szans takie być. Dlatego gdy będzie okazja opowiedzmy jak to kiedyś my też baliśmy się strasznego filmu lub książki. Jeżeli coś nas smuci lub martwi powiedzmy, że tak jest. Nie musimy naszymi troskami obarczać maluszka, ale niech dziecko wie, że takie uczucia są i że każdy ma do nich prawo. Również tacy superbohaterowie jak my.
Nie będzie to wtedy jego wina lub słabość, do której nie ma prawa. Dużo lepiej sobie z tymi emocjami poradzi gdy się zdarzą.

**9. Zadbam o swój związek.**Dziecko nigdy nie będzie szczęśliwe mając nieszczęśliwych rodziców. Zrób więc coś by Wasz związek był nadal silny i bliski. Wielkim tego wrogiem jest monotonia. Zaplanujcie coś nowego co będziecie robić razem. Nowe doświadczenia przeżywane razem bardzo zbliżają. Znajdźcie czas na wspólny wypad do kina, kurs tańca, ugotujcie wspólnie jakieś zupełnie nowe danie. Im jest to bardziej nietypowe i nowe – tym lepiej dla Waszego związku.

**10. Zrobię coś tylko dla siebie.**Wygląda to na ostatni punkt, ale wcale nim nie jest. Jest bardzo ważny właśnie dla dobra Twoich dzieci. Znajdź czas na zrobienie czegoś tylko
i wyłącznie dla siebie. Spełnij jakieś swoje marzenie – jeżeli uda Ci się z tym wielkim – to super, jeżeli tylko te najdrobniejsze to też rewelacyjnie!

