SŁONECZKA

STYCZEŃ 2024

Wych. Elżbieta Sobieraj

BLOKI TEMATYCZNE

I. „ZIMA, ZIMA, ZIMA…”

II. „BABCIU, DZIADKU COŚ WAM DAM…”

Zajęcia dodatkowe:

Religia:

poniedziałek 13.00 - 13.15

wtorek 13.00 - 13.15

Angielski:

poniedziałek 13.30 - 13.45

środa 13.00 – 13.45

Rytmika:

poniedziałek 12.30 - 12.45

piątek 14.45 - 15.00

Dzień spotkań indywidualnych;

Poniedziałek od 11.30 do 12.30

NASZ KONTRAKT

- ✓ Dzielimy się zabawkami.
- ✓ Nie bijemy – to boli.
- ✓ Potrafimy zachować ciszę.
- ✓ Nie niszczymy zabawek i książek.
- ✓ Bawimy się bezpiecznie.
- ✓ Umiemy ładnie zachować się przy stole.
- ✓ Na zajęciach siedzimy w siadzie skrzyżnym.
- ✓ Jeżeli chcemy coś powiedzieć to podnosimy rękę.

TEGO SIĘ UCZYMY

„Przyszła zima zła”
Zimno w uszy, zimno w nosy,
Trzeba robić już zapasy…
Ref.: dylu, dylu na badylu,
Idzie zima zła! 2x

Niedźwiedź włożył grube futro,
Myszka norkę ma cieplutką…
Ref.: dylu, dylu na badylu,
Idzie zima zła! 2x

Gawron stroszy czarne piórka,
W dziupli chowa się wiewiórka…
Ref.: dylu, dylu na badylu,
Idzie zima zła! 2x

My się zimy nie boimy,
Ciepłą kurtkę założymy…
Ref.: dylu, dylu na badylu,
Idzie zima zła! 2x

„Uśmiech”

Uśmiechnięte dzieci ciepło są ubrane.
Uśmiechnięte dzieci policzki rumiane.
Wszystkie mają barwne czapki i kurteczki.
Idą z rodzicami na śnieg, na saneczki.

„Bałwan”
Stoi sobie bałwan w polu,
Ulepili go ze śniegu.
„Hej , bałwanku, o czym marzysz?”
„Chciałbym mieć kolegów.
Raz, dwa, trzy. Wejdź do koła ty!”

Życzenia”
Dziś dla Babci słońce mamy
i całuski dla Dziadziusia
dziś życzenia wnuczek składa
i piosenki śpiewa wnusia.
Aby Babcia i Dziadunio
w zdrowiu długo żyli,
aby uśmiech dla nas mieli
w każdej wolnej chwili.

„Dla babci i dziadka”
Wyczaruję dla babuni suknię z kropel rosy,
Szal z obłoczków, wstążkę z tęczy wplotę jej we włosy.
Ref; Babciu, droga babciu, to wszystko dla Ciebie.
Babciu, droga babciu, bardzo kocham Ciebie.
Namaluję dziadziusiowi rybek pełną rzekę,
Koszyk grzybów, działkę z domkiem, pieska na pociechę.
Ref; Dziadziu, drogi dziadziu, to wszystko dla Ciebie.
Dziadziu, drogi dziadziu, bardzo kocham Ciebie.

POCZYTAJ MI MAMO, TATO……

Bajka terapeutyczna

„Brat i siostra”

Bajka o pomaganiu innym i szacunku dla starszych

Za górami, za lasami, za siedmioma rzekami na dużej polanie pełnej polnych kwiatów stała mała chatka, a w niej mieszkało rodzeństwo Zosia i Jaś. Zosia i Jaś mieszkali sami, ponieważ niedawno zmarła im mama, która jako jedyna opiekowała się nimi i dbała o nich... Rodzeństwobyło bardzo pracowite, zbierali jagody i grzyby oraz leśne zioła, a w zamian za to na targu otrzymywali chleb i masło. Zosia sprzątała, gotowała i utrzymywała dom w czystości, a Jaś dbał, by zawsze było w czym napalić w piecu. Pewnego dnia, kiedy jak zawsze Zosia zbierała zioła w lesie, ujrzała małą sarenkę, która wyraźnie cierpiała. Zosia podeszła do niej, okazując swym głosem sarence, że chce jej pomóc. Sarenka miała skaleczoną nóżkę, a więc Zosia przyniosła ją do domu i zaopatrzyła jak umiała najlepiej ranę. Nakarmiła zwierzątko i opiekowała się nim tak długo, aż powróciło do zdrowia. Zosia rozumiała, że musi pozwolić sarence odejść, by mogła żyć na wolności. I tak mijały dzień za dniem. Pewnego dnia do ich drzwi zapukał staruszek**,** prosząc o strawę i odpoczynek. Zosia zaprosiła staruszka do domu i ugościła wszystkim, co miała najlepszego. Pamiętała o tym, co powtarzała jej zawsze mama, że zawsze należy dzielić się tym, co się ma. Staruszek posilił się, ale niestety był bardzo słaby na dalszą podróż i Jaś zaproponował mu, aby pozostał tak długo, aż odzyska siłę, by dalej ruszyć w drogę. Zosia zbierała jagody,a z zebranych ziół sporządzała cudowny napar dający siłę staruszkowi. Staruszek był bardzo wdzięczny i podarował Zosi gliniany kubeczek,a Jasiowi gliniany talerzyk i odszedł, dziękując za wszystko. Kubeczek był na pozór zwykły brązowy z małym uszkiem, podobnie jak niewielki talerzyk. Pewnego dnia nastała długa sroga zima, spadł śnieg, który utrudniał wyjście z domu. Nawet zwierzęta z trudem mogły znaleźć coś do zjedzenia. W spiżarni Jasia i Zosi kończyły się zapasy, nawet drzewa zaczęło powoli ubywać. Śnieg i mróz nie pozwalały nawet na zbieranie drzewa w lesie na rozpałkę. Zosia i Jaś usiedli zmartwieni, bo w ich domku zrobiło się chłodno, a głód też dawał znać o sobie. Zosia rozpłakała się, a w wtedy Jaś przytulił ją mocno, pocieszając jednocześnie, że na pewno znajdzie jakieś rozwiązanie. Kiedy tak siedzieli przytuleni do siebie, coś zastukało do okienka. Jaś podszedł do okna i ujrzał sarenkę, której Zosia kiedyś opatrzyła ranę. Znajoma sarenka tym razem nie była sama, przybiegła wraz z całym stadem saren, a każda z nich w pyszczku trzymała gałązkęsuchego drzewa. Jaś podziękował sarence i połamał gałązki, rozpalając nimi w piecu. Kiedy tak siedzieli, ogrzewając się przy piecu, pomyśleli, że teraz dobrze byłoby zjeść chociaż kawałeczek chleba i napić się mleka. Niestety, w domku nie było już nic do jedzenia, nawet suszone jagody się skończyły. Nagle na stole poruszył się stojący tam gliniany talerzyk i leciutko zakołysał się gliniany kubeczek, wydając przy tym magiczny odgłos. Zosia podbiegła do stołu i nie mogła uwierzyć własnym oczom. Kubeczek był pełny mleka, a na talerzyku leżał świeżutki chlebek. Zosia i Jaś podzielili się mlekiem i chlebem i zrozumieli, że staruszek nie był zwykłym starszym człowiekiem. Nastało znowu lato, a polana znowu pokryła się zieloną trawą i pachnącymi stokrotkami. Zosia i Jaś żyli długo i szczęśliwie, dalej pomagającażdemu, kogo spotkali na swojej drodze. Bo kto daje dobroć i miłość drugiemu, to otrzymuje jeszcze więcej dobroci i serdeczności od drugiego człowieka. Dobroć i szacunek popłaca, a zło i brak szacunku dla starszych ludzi świadczy o naszym złym wychowaniu.

Bajka pochodzi z książki **"Bajkoterapia"** pod redakcją Katarzyny Szeligi (Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2010).

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, 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!

https://bajki-zasypianki.pl/postanowienia-noworoczne/

Elżbieta Sobieraj