



NUTKA

Gazetka Przedszkola nr 181 „Wesołe Nutki” w Warszawie
Nr II 2017/2018

Serdecznie witamy naszych czytelników w II numerze gazetki przedszkolnej.

Mamy nadzieję, że przekazemy Państwu cenne wiadomości dotyczące rozwoju dziecka, jak również przekazemy informacje z życia przedszkola.

W bieżącym numerze, zachęcamy Państwa do przeczytania na temat:

- 1. Internetu, gier komputerowych i bajek – poradnik skutecznego rodzica.**
- 2. Potrzeby szacunku i uznania.**
- 3. Informacji na temat życia przedszkola.**



Internet, gry komputerowe i bajki – poradnik skutecznego rodzica.

Dzieci rosną w czasach ogólnie dostępnych dla Internetu oraz gier komputerowych, które są źródłami informacji, wiedzy, dają możliwość rozwijania rozmaitych zainteresowań, nawiązywania kontaktów z ludźmi, rozwijają refleks koordynację ruchów, zdolność koncentracji uwagi. Jednocześnie media te stanowią źródło licznych zagrożeń związanych zarówno z dostępem do niepożądanych treści, jak i ryzykiem uzależnienia. Dlatego ważne jest, aby dziecko od momentu poznania Internetu, gier komputerowych i bajek, uczyło się korzystać z tego wszystkiego w sposób bezpieczny i odpowiedzialny. Im mniejsze dziecko, tym trudniej mu samodzielnie ocenić i odpowiednio wykorzystać możliwości oferowane przez dzisiejszą elektronikę. Nie jest mu także łatwo uniknąć negatywnych konsekwencji korzystania z sieci. Filtry rodzicielskie zakładane w komputerach, kontrola i nadzór dorosłego to działania, które rodzic może podjąć w celu zwiększenia poziomu bezpieczeństwa dziecka w świecie wirtualnym. Ważne jest także, aby dziecko potrafiło również bez kontroli zewnętrznej dokonywać właściwych i konstruktywnych wyborów zarówno w świecie wirtualnym, jak i realnym. Poradnik ma na celu, poprzez wspólne ćwiczenia i zabawy rodzica z dzieckiem, bezpieczne wprowadzenie w cyberświat oraz rozwijanie w dziecku kompetencji chroniących przed zagrożeniami, jakie niesie. Te umiejętności to radzenie sobie z emocjami, krytyczne myślenie i odpowiedzialne podejmowanie decyzji, a także kształtowanie adekwatnej samooceny.

Konsekwencje nadmiernego przebywania w sieci, korzystania z gier komputerowych oraz oglądania bajek dotyczą wszystkich sfer rozwoju:

- W sferze emocji – impulsywność, wpływa na obniżenie zdolności radzenia sobie z frustracją i nieprzyjemnymi emocjami. Zbyt wczesny oraz zbyt długi kontakt dziecka z komputerem może prowadzić do zmian w płacie czołowym, który odpowiada za umiejętność odraczania nagrody. W efekcie czego dziecko może stawać się bardziej niespokojne i niecierpliwe.
- W sferze relacji – relacje nawiązane w sieci różnią się od tych nawiązywanych w realnym świecie. Te zawierane w rzeczywistości wymagają czasu – by bliżej się poznać, zaangażowania – by móc zbudować zaufanie i sympatię. Kontakty w sieci dają możliwość łatwego zerwania znajomości.
- W sferze myślenia – trudność z planowaniem i podejmowaniem decyzji. Skutkiem jest problem z podejmowaniem decyzji w oparciu o analizę konsekwencji.
- W sferze samooceny – w grach dziecko może być kim chce, stworzyć postać superbohatera. Czas poświęcony na ulepszanie wirtualnych postaci, może dobywać się jednak kosztem realnego rozwoju siebie i swoich zainteresowań.

Dziecko może mieć problem z korzystaniem i Internetu, graniem w gry oraz oglądaniem bajek, jeśli:

- coraz więcej czasu poświęca na korzystanie z cyberświata,
- nie daje rady kontrolować czasu spędzanego na grach, bajkach, surfowaniu w sieci,
- prosi o możliwość korzystania z urządzeń zaraz po powrocie do domu,
- dziecko denerwuje się, gdy przegrywa lub gra nie idzie tak, jak chce,

- odpowiada nerwowo i niegrzecznie, jeśli jest poproszone, aby zakończyło grę, bajkę lub surfowanie w sieci,
- w trakcie korzystania z cyberświata pojawiają się zauważalne zadowolenie i ekscytacja,
- korzysta z urządzeń dłużej niż było to zaplanowane,
- zaniedbuje kontakty z rówieśnikami.

W toku rozwoju dziecka zwiększają się jego możliwości w zakresie ujawniania oraz wyrażania emocji poprzez zachowanie oraz zdolności do świadomego ich przeżywania. Jednocześnie powstaje i nasila się potrzeba samokontroli, czyli świadomego wpływania na sposób ekspresji, a także na same przeżycia.

Ważnym elementem pomocy dziecku przy korzystaniu ze świata cyberprzestrzeni jest kształtowanie w dziecku umiejętności radzenia sobie z emocjami, rozwój samokontroli, kształtowanie planowania i podejmowania decyzji, rozwijanie poczucia własnej wartości, ale przede wszystkim ustalenie zasad korzystania z urządzeń, gier komputerowych, oglądania bajek i korzystania z Internetu. Przy ustalaniu zasad należy uwzględnić zalecenia dotyczące bezpiecznego wprowadzenia dziecka w cyberprzestrzeń:

- Do 3 roku życia – ogranicz kontakt dziecka z urządzeniami elektronicznymi do minimum. Dziecko nie jest poznawczo ani emocjonalnie gotowe na przetwarzanie takich bodźców.

- 4 – 6 lat – 30 min. do jednej godziny oglądania programów telewizyjnych i korzystania z komputera. Ważny jest dobór treści i obecność rodzica, z którym dziecko może rozmawiać o tym, co zobaczyło.

- 7 – 10 lat – czas dla dzieci w tym wieku spędzany przed komputerem nie powinien przekraczać jednej godziny dziennie, najlepiej, aby był to kontakt naprzemienny np. z grą i bajką. Kontrola rodzica dotycząca gier i stron z jakich korzysta dziecko lub bajek, które ogląda.

- 11 – 12 lat – młodzież w tym wieku, nie powinna spędzać przed komputerem niż jedna godzina dziennie. Ważne jest, aby

monitorować aktywność dziecka w sieci i zadbać o to, żeby przynajmniej jeden dzień w tygodniu spędzało bez komputera.

Zasady powinny dotyczyć następujących zagadnień:

- Ile czasu dziecko może używać komputera/oglądać bajki/grać itp.?
- W które gry może grać/ jakie bajki może oglądać/ na jakie strony może wchodzić itp.?
- Czy może korzystać z urządzeń sam czy w Twojej obecności?
- O której godzinie urządzenie ma być bezwzględnie wyłączone?

„Ważne jest, aby wiedzieć, że każdy przesyt jest niedobry, że nie każda treść odpowiada potencjałom emocjonalnym dziecka, że świat multimediiów jest ważny, ale nie może być światem jedynym. Uczcie dzieci modelowania relacji z technologiami cyfrowymi tak, aby rozwijały, a nie „zwijały”, pokazujcie to co kreatywne, przestrzegając przed tym, co destrukcyjne, aby dzieci nie słyszały – NIE!, lecz - DLACZEGO NIE!”

prof. nadzw. dr hab. Mariusz Jędrzejko

Bibliografia:

1. Całusińska M., Trening umiejętności wychowawczych: dla rodziców i specjalistów, GWP, Sopot 2012.
2. „Pomóż dziecku zdecydować, w czym wystartować?” - Poradnik dla rodziców.
3. Czasopismo „Blżej przedszkola”

Potrzeba szacunku i uznania.

Potrzeby szacunku, uznania i doceniania przejawiają się w każdym okresie rozwoju człowieka. W rzeczywistości obejmują one dwa zespoły potrzeb: potrzebę pozytywnego obrazu we własnych oczach, szacunku dla samego siebie oraz szacunku i uznania w oczach innych. Długotrwały brak zaspokojenia tych potrzeb powoduje trudności w prawidłowym funkcjonowaniu, a czasami nawet zahamowanie rozwoju. Zaspokojenie tych potrzeb podnosi wiarę we własne możliwości, daje poczucie, że jest się potrzebnym i pożytecznym. Potrzeba uznania i doceniania zyskuje szczególny wymiar w okresie dorastania, w którym nasila się samokrytycyzm.

Sygnaly ostrzegawcze: niska wiara w swoje możliwości, niedocenianie swoich sukcesów (pomniejszanie ich), łatwa rezygnacja z podejmowanych działań, nieumiejętność wyznaczania sobie celów, porównywanie się z innymi.

Czynniki chroniące: wyzbycie się krytyki, chwalenie, nagradzanie, okazywanie szacunku, traktowanie dziecka jako jednostkę autonomiczną, niepowtarzalną, wyjątkową, zachęcanie do indywidualności, wolności i wyrażania swojego zdania, nieporównywanie do innych, uczenie okazywania negatywnych emocji, wspieranie w sytuacjach trudnych, zachęcanie do podejmowania działań i stawiania sobie celów (adekwatnych do możliwości).

Poczucie własnej wartości, dziecka kształtuje się pod wpływem opinii rodziców i należy mieć świadomość, że małe

dziecko nie potrafi przeciwstawić się ocenie dorosłych. Ciągła krytyka samodzielnych poczynań dziecka, sarkastyczne oceny zaczynające się od słów: „ty zawsze...”, „ty nigdy...”, upokarzanie i ostre wytykanie błędów prowadzą do nie wytworzenia się poczucia własnej wartości dziecka. Brak dodatniej samooceny przyczynia się do rezygnowania z wysiłku w dążeniu do obranego celu i zakorzenienia się w dziecku poczucia, że nie warto się starać, gdyż i tak nigdy nie sprosta wymaganiom rodziców. Krytykancka postawa rodziców godzi w poczucie godności dziecka, które dla prawidłowego rozwoju musi mieć świadomość, że jest cenionym i ważnym członkiem rodziny.

Przyczyny niezaspokajania przez rodziców potrzeb uznania i doceniania mogą mieć swoje źródło między innymi:

- **w nierealnych oczekiwaniach rodziców, którzy stale porównują dziecko do idealnego obrazu, który sobie wytworzyli;**
- **w nieświadomym powielaniu autorytarnego, nastawionego na system kar modelu wychowania.**

Zachowania sprzyjające zaspokajaniu potrzeby uznania i doceniania to między innymi:

- **wysyłanie nagradzających sygnałów, np.: okazywanie zadowolenia, z powodu wywiązania się z obowiązków;**
- **zapewnienie dziecku ambitnych, ciekawych zadań dostosowanych do wieku i możliwości, takich, aby dziecko miało poczucie sukcesu;**
- **okazywanie dziecku szacunku przez traktowanie je jako jednostkę autonomiczną;**
- **mobilizowanie do podejmowania samodzielnych decyzji;**
- **wytyczanie stosownych granic, które dają dziecku poczucie bezpieczeństwa i pewności siebie;**

- **wspieranie dziecka w sytuacjach kryzysowych i budowanie wiary w to, że potrafi rozwiązać problem samodzielnie.**

Dzieci szczególnie łatwo uczą się od rodziców zachowań, chętnie naśladują model tej samej płci, powtarzają zachowania osób, które spostrzegają jako posiadające siłę lub władzę oraz przejawiają skłonności do uczenia się zachowań nagradzanych przez otoczenie i wywołujące w nim reakcje sympatii i zachwyty. Dlaczego pewne zachowania dzieci powtarzają a inne nie? Decydują o tym co najmniej dwie zmienne – przekonanie lub poczucie własnej skuteczności oraz ocena danego zachowania pod kątem jego spostrzeganej wartości. Według Alberta Bandury – twórcy społecznej teorii uczenia się i koncepcji naśladowania – głównym źródłem zachowań agresywnych jest właśnie naśladowanie. Są nabywane przez modelowanie lub wzmacnianie zarówno bezpośrednie, jak również obserwowane u innych.

Współczesne koncepcje dotyczące wychowania podkreślają znaczenie miłości i ciepła w procesie wychowania. Wskazują także na wartość stawiania granic dziecku, dzięki czemu dziecko ma poczucie bezpieczeństwa, uczy się prawidłowych zachowań i uczy się nie ranić siebie i innych. Dziecko należy kochać, ale też wymagać od niego, jednak zdecydowanie adekwatnie do jego, a nie naszych możliwości.

Bibliografia:

1. Czasopismo „Bliżej przedszkola”
2. „Nasze potrzeby” - promocja zdrowego myślenia – książka wydana przez Stowarzyszenie.
3. „Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka”, t. 2, red. B. Harwas – Napierała, J. Trempała, PWN, Warszawa 2001.

Informacje z życia przedszkola:

Ważne wydarzenia z życia przedszkola:

- w marcu – wyjście do kina za rogiem (grupy: III, IV i V),
- 18 kwietnia – wyjście do biblioteki na przedstawienie Teatru *Kamishibai* - grupa III Tygryski,
- 25 kwietnia – wycieczka do Zamku Królewskiego – grupa IV Żabki i grupa V Słonka,
- 26 kwietnia – udział w grze terenowej *Tajemnice Lasku Bielańskiego* – grupa V Słonka,
- 27 kwietnia - spotkanie z Barbarą Ciemską autorką książek dla dzieci – wszystkie grupy,
- 17 maja – wycieczka do Powsina – grupa I Biedronki, II Smerfy i grupa III Tygryski,
- 4 czerwca – *Dzień Dziecka* na sportowo.
- 6 czerwca – wycieczka do Kawęczyna grupa IV Żabki i grupa V Słonka.
- 12 czerwca – piknik rodzinny – *Mamo, Tato bawmy się razem.*
- 14 czerwca – uroczystość *Pożegnania Przedszkola* dla dzieci z grupy V i IV kończących przedszkole.

W II semestrze oprócz kontynuacji zajęć dodatkowych, nasze Przedszkole brało udział w wielu konkursach, za co byliśmy nagradzani i wyróżniani.

Grupa Słonek brała udział w przedsięwzięciach artystycznych oraz z pełnym zaangażowaniem uczestniczyła w zajęciach teatralnych. W ostatnim czasie zdobyła wyróżnienie za występ "Mały Książę i róża" na IX Gali Festiwalu Osiągnięć Bielańskich Placówek Oświatowych, gdzie zaprezentowała piękny program artystyczny z wykorzystaniem tańca i recytacji oraz przygotowała podczas zajęć teatralnych przedstawienie „Przygoda niegrzecznej żabki”. 20 czerwca Słonka zaprezentowały swoje umiejętności młodszym kolegom w przedszkolu, za co zostały nagrodzone gromkimi brawami, a na zakończenie przedszkola dnia 14 czerwca, zaprezentowały rodzicom i młodszym kolegom i koleżankom, wyróżniony pokaz pt. „Mały Książę i róża”.

Kolejnym konkursem w jakim wzięło udział nasze Przedszkole było - „Warszawa – moje miasto”.

21 marca reprezentacja grupy Słonek wzięła udział w konkursie wokalny - recytatorskim "Warszawa - moje miasto". Dzieci zaprezentowały repertuar o Warszawie - Hania zaśpiewała piosenkę, zaś Mateusz wyrecytował wiersz. Dzieci pokazały swoje zdolności artystyczne, miło spędziły czas w towarzystwie innych bielańskich przedszkolaków, odebrały pamiątkowe dyplomy i nagrody.

Pracownicy naszego Przedszkola oraz dzieci wzięły także udział w realizacji programu Varsavianistyczna szkoła, którego celem jest upowszechnianie informacji o Warszawie, wędrowaliśmy śladami Powstańców Warszawskich, aby poznać życie warszawiaków w czasie II Wojny Światowej. Dzieci mogły zobaczyć flagę Polski Walczącej oraz poznały znaczenie jej symbolu, replikę opaski powstańczej, replikę granatu trzonkowego, maskę przeciwgazową oraz hełm wojskowy. Słonka dowiedziały się czym była Harcerska Poczta Polowa oraz zobaczyły jak wyglądała jej pieczęć, zobaczyły jak wyglądał bombowiec Liberator B-24J i w jaki sposób zrzucał zaopatrzenie Powstańcom, poznały historię zdobycia Szarego Wilka - niemieckiego transportera opancerzonego oraz historię powstania Kubusia. Na podstawie książeczki obrazkowej dzieci mogły zobaczyć jak wyglądało codzienne życie Powstańców, a następnie pokolorować wybrane obrazki. W czasie zajęć towarzyszyła muzyka z filmu Miasto 44. Nauczycielki przedszkola, zaś brały udział w spacerach po Warszawie między innymi po Starym Mieście i Powązkach, słuchały ciekawych historii związanych z Powstaniem Warszawskim, które później chętnie opowiadały i przekazywały podczas prowadzenia zajęć.

Nasze Przedszkole przystąpiło również do dzielnicowego konkursu - „Warszawskie Bingo”, którego celem było rozwijanie zainteresowania Warszawą, a w szczególności naszą Dzielnicą Bielany. Zgodnie z regulaminem zgłoszone przedszkole miało wyznaczyć koordynatora projektu i dostało do wykonania 25 zadań związanych z Warszawą. Wygrać miało przedszkole, które jako pierwsze ułoży pięć zadań w pionie, poziomie lub na ukos, czyli tzw. Bingo. Każde przedszkole miało indywidualny sposób

przypisania zadań do pól. Koordynator wysyłał odpowiedzi na wybrane zadanie, a wieczorem z niecierpliwością czekał na potwierdzenie poprawności jego wykonania i wyznaczenie przez organizatorów konkursu pola do odkrycia na karcie konkursowej.

Dnia 04.04 po wykonaniu kilku zadań między innymi wskazaniu, gdzie znajduje się Pomnik Przyrody, ułożeniu krzyżówki z hasłami dotyczącymi Warszawy, odpowiedzi na pytanie co przedstawia mural na Bielanach, Jak ma na imię osiołek z żywej szopki, nasze przedszkole zdobyło upragnione BINGO.

Dnia 20.06 odbyło się wręczenie nagród za udział w konkursie, na którym mogliśmy obejrzeć krótkie przedstawienie o Warszawie w wykonaniu dzieci oraz otrzymaliśmy dyplom i drobny upominek.

Gratulujemy wszystkim uczestnikom i osobom zaangażowanym w przygotowania do konkursów. Życzymy również sobie jak i innym dalszych sukcesów!

Przypominamy również, że informacje z życia każdej z grupy można śledzić poprzez stronę internetową przedszkola. Nauczycielki umieszczają tam ciekawe wydarzenia z prowadzonych zajęć dydaktycznych, wycieczek fakultatywnych oraz różnych atrakcji odbywających się na terenie przedszkola. Zachęcamy Państwa do zaglądania do poszczególnych grup.

**Dziękujemy serdecznie za uwagę i lekturę
naszej gazetki. Wszystkim życzymy udanych
wakacji, odpoczynku i do zobaczenia wkrótce!**

Gazetkę przedszkolną opracowała:
Joanna Radziszewska – nauczycielka grupy IV