



Smocze wiadomości

Pokoloruj obrazek



Do poczytania dla Rodziców:

"Troska o Zdrowie Psychiczne Naszych Przedszkolaków"

W tętniącym życiu przedszkolu, dbanie o zdrowie psychiczne maluchów jest niezmiernie istotne. W wieku przedszkolnym rozwija się nie tylko ciekawość świata, ale także kształtują się podstawowe umiejętności społeczne i emocjonalne, które będą wpływać na dalsze życie dziecka.

Radość w Pracy i Nauce

W przedszkolu, dzieci uczą się poprzez zabawę i interakcję z rówieśnikami. Ważne jest, aby nauczyciele stworzyli atmosferę pełną radości, zrozumienia i akceptacji, umożliwiając tym samym maluchom swobodny rozwój i wyrażanie swoich uczuć.

Znaczenie Relacji i Bezpiecznego Środowiska

Relacje z innymi dziećmi i dorosłymi odgrywają kluczową rolę w zdrowym rozwoju psychicznym. Wspierające relacje budują poczucie bezpieczeństwa i zaufania, co jest niezwykle istotne dla równowagi emocjonalnej przedszkolaków.

Różnorodność i Indywidualne Tempo

Wprowadzenie różnorodnych aktywności i metod nauczania pozwala dostosować się do indywidualnych potrzeb każdego dziecka. Każde maluch ma swoje tempo rozwoju, dlatego istotne jest, aby umożliwić im odkrywanie świata zgodnie z własnymi zainteresowaniami i możliwościami.

Znaczenie Komunikacji Rodzina-Przedszkole

Współpraca między rodzicami a przedszkolem to kluczowy element opieki nad zdrowiem psychicznym dzieci. Regularna komunikacja pozwala na dzielenie się obserwacjami, pomaga w rozwiązywaniu ewentualnych trudności i wzmacnia wsparcie dla dziecka zarówno w domu, jak i w przedszkolu.

Ruch, Zdrowe Zwyczaje Żywieniowe i Sen

Aktywność fizyczna, zdrowa dieta i odpowiednia ilość snu mają ogromny wpływ na ogólne zdrowie psychiczne i fizyczne dzieci w wieku przedszkolnym. Dlatego ważne jest, aby zachęcać do zdrowych nawyków już od najmłodszych lat.

W trosce o zdrowie psychiczne naszych przedszkolaków, wspólnie z nauczycielami, rodzicami i pracownikami przedszkola, tworzymy atmosferę, w której dzieci mogą rozwijać się harmonijnie, czerpiąc radość z każdego dnia spędzonego w przedszkolu.

Opracowała: Sołowska Ewelina

„Bożonarodzeniowe zagadki”



SENSORYCZNE ZABAWY



Masa piernikowa

składniki

500 g mąki pszennej,
500 g soli drobnoziarnistej,
3 łyżki oleju,
1,5 łyżki kakao,
1,5 łyżki kwasku
cytrynowego,
opakowanie przyprawy do
pierników,
3 szklanki wrzątku.

wykonanie

1. do naczynia wsyp mąkę, sól, kakao, kwasek cytrynowy, przyprawę do piernika oraz wlej olej. Na koniec dodaj wrzątek.
2. Staraj się połączyć składniki łyżką, a gdy przestygnie, wyrabiaj je ręką do uzyskania jednolitej, plastycznej masy.
3. Masa idealnie nadaje się do wykrajania pierniczkowych kształtów.
4. Pozostawiona bez opakowania - bieleje i pęka

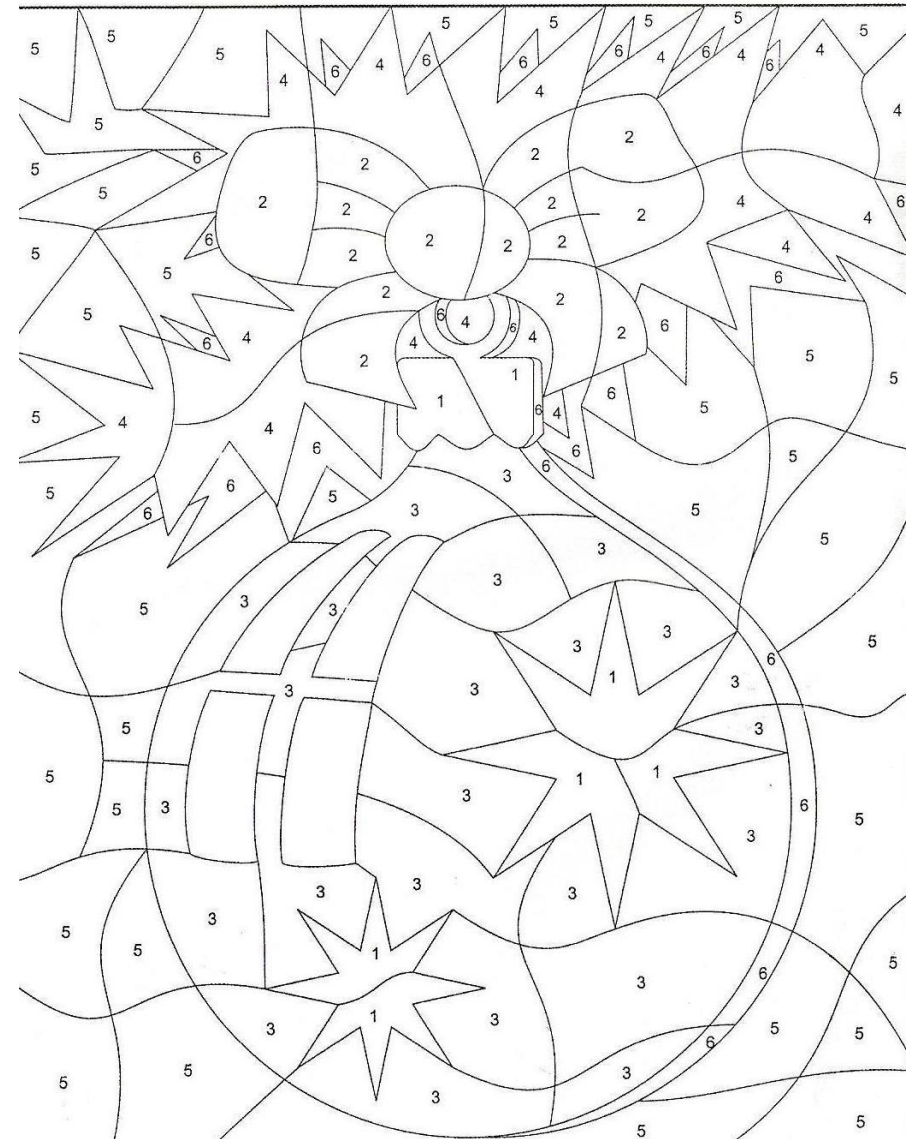




3



4



Upieczcie wspólnie:
„Świąteczna choinka”

Składniki:

Pesto zielone 250g

100g świeżego szpinaku

50g ser parmezanu

2 ząbki czosnku

120ml oliwy z oliwek

50 g orzeszków pini podprażonych

łyżeczka soli

Pesto czerwone 250gr

120ml oleju z suszonych pomidorów

łyżeczka soli

150gr suszone pomidory w oleju

1szkl. liści bazylii

30 g płatki migdałów podprażone

50gr ser parmezan

Pozostałe składniki

1szt. ciasto francuskie 30 cm x 40 cm

1. Cały proces rozpocznij od przygotowania zielonego pesto. W tym celu połącz w robocie kuchennym: świeży szpinak, parmezan, czosnek, oliwę z oliwek, orzeszki pini oraz sól.

2. Czas na drugie pesto - w czerwonym kolorze. Tym razem zmiksuj: suszone pomidory w oleju, liście bazylii, płatki migdałów, parmezan, olej z suszonych pomidorów i sól.

3. Rozprowadź przygotowane pesto na cieście francuskim (jak na zdjęciu poniżej).



4. Przykryj drugim ciastem i wytnij choinkę oraz gwiazdki.



5. Rozprowadź na cieście francuskim roztrzepane jajko i posyp dodatkowo parmezanem. Następnie piecz przez 15 minut (temp. 200 stopni Celsjusza).

6. Smacznego!

COUNT & COLOUR

POLICZ I POKOLORUJ

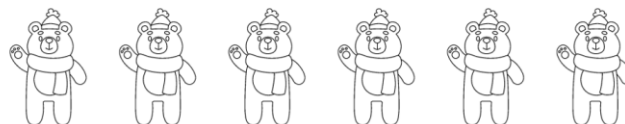
Count and colour the exact number of Christmas elements.

Policz i pokoloruj taką samą ilość świątecznych obrazków.

2



5



3



1



6



7



4





*Najpiękniejszych
Świąt Bożego Narodzenia
wypełnionych zapachem świątecznych wypieków,
nutą wspólnie śpiewanej koledy,
ciepłem kochających serc, bliskością,
pokojem i radością...*

**życzą
Dyrekcja, Grono Pedagogiczne
oraz Pracownicy Przedszkola**

Przedszkole Miejskie Nr 20
z Oddziałami Integracyjnymi
im. Smoka Felusia w Mielcu
ul. Warneńczyka 4
tel. 17 787 47 91
e-mail: przedszkole20@miasto.mielec.pl
www.przedszkole20.mielec.pl

Redakcja:
Chrabąszcz Dorota
Babula Agnieszka
Bąk Karolina
Kopacz Patrycja
Kozioł Marta
Sołowska Ewelina
Stachowicz Katarzyna

