**BIULETYN DLA RODZICÓW**

**Nr 47 GRUDZIEŃ, STYCZEŃ, LUTY 2023/2024**

# Niezapominajka

**Trzymiesięcznik dla rodziców dzieci**

**z Przedszkola Samorządowego nr 42 „Niezapominajka"**

**w Białymstoku**

## Zimowy czas to radość i miłość w drobnych rzeczach

**Święta Bożego Narodzenia, Wielkanoc, urodziny, imieniny, Dzień Dziecka – w ciągu roku jest wiele okazji, kiedy możemy obdarować prezentami nasze pociechy lub dzieci któregoś z członków naszej rodziny. Warto dawać prezenty już od najmłodszych lat. Dzięki temu dziecko nie tylko będzie mogło się doskonale bawić, ale również zacznie poznawać świat i radość z obdarowywania najbliższych.**

Otrzymywanie i dawanie prezentów to jedne z najprzyjemniejszych chwil. Dzięki temu możemy pokazać drugiej osobie, że nam na niej zależy, a obdarowany cieszy się z tego, że ktoś o nim myśli. Tak to działa w świecie dorosłych, ale w świecie dzieci dochodzą jeszcze dodatkowe aspekty edukacyjne, które pozwalają ukształtować ich świadomość oraz uczyć pozytywnych zachowań.

### Wartości dodane

Pierwsze lata życia dziecka to kształtowanie i porządkowanie jego życia oraz zwyczajów. Jednym z ważnych elementów jest poznanie kalendarza ważnych wydarzeń, do jakich należą różnego rodzaju święta. Dzięki temu dziecko zaczyna funkcjonować w cyklach, co daje poczucie stałości, za którym idzie bezpieczeństwo wynikające z przewidywalności.

Otrzymywanie prezentów to także budowanie więzi z rodziną. Dzięki temu dziecko czuje się kochane i zaopiekowane. Uczy się też empatii, ponieważ widzi, że dawanie podarków jest równie radosne, jak ich dostawanie. Na koniec zostaje aspekt edukacyjny. Niezależnie

od wieku dziecko jest ciekawe świata, więc będzie dopytywać np. rodziców, dlaczego dostało prezent i zechce poznać zwyczaje związane z danym świętem.

Niezależnie od okazji dawanie dzieciom prezentów ma bardzo wiele zalet, ale żeby mogły czerpać pełnię radości z podarunków, najlepiej wybierać produkty sprawdzonych marek. To także doskonały sposób na wprowadzenie dziecka w świat pięknych tradycji obdarowywania innych prezentami oraz nauka tego, że dawanie jest równie przyjemne

# Jak wspierać dziecko (i siebie) w głębszym przeżywaniu emocji

**Warto pokazywać dzieciom, jak mówić o emocjach, jak je wyrażać i jak sobie z nimi radzić. Warto wspierać najmłodszych w przeżywaniu trudnych emocji, aby nie były tłumione i aby przed nimi nie uciekać. „Nauka emocji" jest jedną z najważniejszych lekcji do wykonania.**

## 1. Bądźmy obecni

Na tyle, na ile jest to możliwe bądźmy obecni fizycznie, mentalnie i emocjonalnie. Obecność, bez oceniania i wartościowania to wielki prezent, który możemy ofiarować swoim dzieciom.

## 2. Mówmy o emocjach i próbujmy tłumaczyć to, co przeżywa dziecko

*– Wylałaś sok, który bardzo lubisz. Jest ci teraz smutno? Bardzo chciałaś go wypić? Chciałbyś się uspokoić, ale nie wiesz jak to zrobić?*

## 3. Uczmy obserwacji ciała

Nasze emocje są w ciele. Jeśli nauczymy się obserwować ciało w trakcie różnych sytuacji, może nam być łatwiej uświadomić sobie, co tak naprawdę przeżywamy. Łaskotki w brzuchu, ściskanie żołądka – znacie to? Dziecko może nie rozumieć, co dzieje się z jego ciałem, szczególnie jeśli jest bardzo zdenerwowane. Rozmawiając o ciele, np. o tym, dlaczego płyną łzy i dlaczego boli brzuszek, pozwalamy zrozumieć mechanizmy rządzące naszymi emocjami.

### 4. Starajmy się zachować dystans

Co tu dużo mówić, zazwyczaj emocje naszych dzieci nie biorą się bez powodu. Co więcej, często tym powodem jesteśmy właśnie my – rodzice. Warto zdać sobie sprawę/zaobserwować, że dzieci przejmują nasze emocje. Jeśli więc mamy trudny dzień, szansa na to, że będzie to trudny dzień także dla dziecka, rośnie. W takich sytuacjach pomaga wycofanie się, nabranie dystansu, na przykład poprzez miarowe oddychanie lub powtarzanie zdań: *Kocham i akceptuję cię bez względu na wszystko. Zaraz się uspokoimy i wszystko będzie dobrze*…

### 5. Nie obwiniajmy się za to, co czuje dziecko

Naszym zadaniem, jako rodziców, nie jest uchronić dzieci przed całym złem tego świata. One też bywają złe, smutne. I to jest ok! To oznacza, że po prostu żyją i doświadczają.

### 6. Nie odwracajmy uwagi

Pokusa, aby odwrócić uwagę dziecka od problemu jest duża i towarzyszy nam bardzo często. *No nie płacz już, zobacz jaki malutki kotek. Masz ochotę na coś słodkiego? Może pójdziemy obejrzeć bajkę?* W zależności od wieku, pojawiają się różne warianty odwrócenia uwagi od tego, co właśnie dzieje się z dzieckiem. Dlaczego nie warto tego robić? Ponieważ jest to ucieczka od tego, co ważne. Tylko stając oko w oko z tym, co się w nas dzieje, mamy szansę na zrozumienie, wsparcie, akceptację. Poprzez odwracanie uwagi, wysyłamy dziecku komunikat: *Coś jest ze mną nie tak, skoro mama nie chce, żebym płakała; Moje emocje są nieważne, muszę sam sobie z nimi radzić.*

### 7. Nie bagatelizujmy problemów dzieci

Rozlany sok to NAPRAWDĘ powód do płaczu dla 3-latki, brak zgody na bajkę – NAPRAWDĘ może sprawić, że jej serce pęka, otarcie na kolanie NAPRAWDĘ może boleć tak bardzo, że płacze się pół godziny. Nasze dzieci mają własny świat, a w tym świecie swoje własne problemy, do których mają prawo.

### 8. Pracujmy ze sobą i swoimi emocjami

Cały czas uczmy się rozpoznawać swoje własne emocje, oswajać je i przede wszystkim dawać sobie do nich prawo.

### 9. Oddychajmy

Są takie sytuacje, kiedy nic nie działa. Są takie dni, kiedy mamy dość. Są takie momenty, gdy mamy ochotę zniknąć i gdy zapominamy o wszystkich wyżej wymienionych punktach. Wtedy ratuje nas tylko… oddech. Dziesięć głębokich wdechów potrafi

uspokoić emocje, pozwala złapać dystans i przede wszystkim pomaga nie ulec trudnym emocjom reagując tak, jak reagować nie chcemy.

### 10. Wybaczajmy sobie

A kiedy ulegniemy emocjom i stanie się coś, czego wolelibyśmy uniknąć, wybaczmy sobie. Zaakceptujmy fakt, że jesteśmy ludźmi – niedoskonałymi, zwykłymi, czasem krzyczącymi, płaczącymi. Takimi, którzy czasem mają ochotę zamknąć się w łazience albo uciec na koniec świata… Autentyczność jest wartością!

## Rozwój mowy – co jest symptomem problemu a co normą rozwojową

**Tak jak ewolucja motoryczna, emocjonalna, społeczna, wzrost czy waga, także mowa ma swoją dynamikę rozwoju. Każde dziecko jest inne. Ma inne uwarunkowania genetyczne, sytuację rodzinną, swoje tempo rozwoju. Aby wiedzieć, czy dziecko rozwija się prawidłowo, warto znać poszczególne etapy rozwoju mowy.**

Świadomość norm może działać na nas uspokajająco lub też alarmująco – w zależności od obserwowanych u dziecka symptomów. Pozwoli zrozumieć, że np. trzylatek wcale jeszcze nie musi wyraźnie mówić „rower”, w zupełności może pedałować swoim „jowejem” czy

„lowelem", natomiast pięcioletnie dziecko komunikujące się w sposób zrozumiały tylko dla najbliższego otoczenia to już problem.
W polskiej literaturze logopedycznej przyjmuje się koncepcję kształtowania się mowy Leona Kaczmarka. Ustalił on pięć podstawowych etapów ewaluacji językowej:

- etap przygotowawczy (3–9 miesiąc życia płodowego),
- okres melodii (1 rok życia dziecka),
- okres wyrazu (do ukończenia 2 roku życia),
- okres zdania (2–3 rok życia),
- okres swoistej mowy dziecięcej (3–7 rok życia).

## W brzuszku mamy

Etap przygotowawczy to czas wykształcania się narządów mowy: organów nadawczych (tj. organizujących informację obszarów myślowych); organów produkujących substancję (ośrodki i drogi nerwowe, nasada, krtań, płuca); organów kontrolujących słuch, wzrok (drogi oraz centralne ośrodki słuchowe i czuciowe); organów odbiorczych (wzrok, słuch, drogi oraz centralne ośrodki słuchowe i wzrokowe, obszary myślowe).

Pierwszym zjawiskiem, które odbiera dziecko, są zjawiska rytmiczne. Już 4-miesięczny płód odczuwa rytm kolebania w czasie chodu matki. W 4–5 miesiącu zaczyna reagować na bodźce akustyczne, potwierdza to przyspieszenie akcji serca, ogólny niepokój. W tym okresie dziecko rejestruje też głos matki. W 7 miesiącu słyszy bicie jej serca. Na tym etapie nie mamy wielkiego wpływu na proces kształtowania się mowy dziecka.

## Pierwszy okres życia – okres melodii

W tym okresie początkowo powinniśmy usłyszeć krzyk i płacz. Są to pierwsze formy komunikacji z otoczeniem. Za ich pomocą niemowlę reaguje na sytuacje dyskomfortu, ćwiczy jednocześnie oddychanie i artykułuje samogłoski a, o, u. Potem powinna nastąpić faza tzw. głużenia (3–6 mies.), dalszego ćwiczenia narządów artykulacyjnych, pojawienia się pierwszych spółgłosek (p, b, m). Zadowolone niemowlę wydaje różne dźwięki a towarzyszą temu nieskoordynowane ruchy ciała i kończyn. Następnie nadchodzi czas na tak lubiane przez rodziców gaworzenie (6–9, 12 miesiąc życia). Dadzą się tu już zaobserwować zamierzone powtórzenia i naśladowanie dźwięków mowy, wrażliwość na dźwięk, bawienie się głosem. Pojawiają pierwsze sylaby (ma, ta, ba, później także ich połączenia: ma-ma, ta-ta, ba-ba), które pomimo

wielokrotnego powtarzania nie mają jeszcze konkretnego znaczenia. Niewiele później można usłyszeć pierwsze wyrazy, np. dada, mama, baba, tata. Z końcem pierwszego roku życia dziecko dużo już rozumie, szczególnie wypowiedzi o zabarwieniu emocjonalnym, reaguje na imiona i twarze domowników. Można doświadczyć swoistej interakcji i komunikacji pozawerbalnej. Jest to o tyle ważne, że brak owej interakcji może świadczyć o pojawiających się trudnościach.

W tym okresie należy upewnić się, czy nie występują żadne anomalie w budowie twarzy bądź jamy ustnej mogące mieć wpływ na sposób oddychania, funkcje pokarmowe, a w dalszej kolejności rozwój mowy. Chodzi tu między innymi o długość wędzidełka, budowę warg, podniebienia. Nie bez znaczenia jest także ocena napięcia mięśniowego czy symetrii ciała. Takie nieprawidłowości można zaobserwować już na porodówce i najczęściej są wykrywane przez specjalistę logopedę. Bada on wówczas odruchy ssania, połykania, zwracania, kąsania, żucia, odruch żuchwowy, wysuwania języka, otwierania ust, szukania, akustyczno-twarzowy, optyczno-twarzowy. Ocenia sposób pobierania pokarmu oraz koordynację czynności ssania, połykania i oddychania, wrażliwość twarzy na dotyk, reakcje na bodźce słuchowe i wzrokowe. Niemowlę powinno dzięki odruchom zwrócić głowę w kierunku bodźca, wysuwać język z ust, reagować na bodziec dźwiękowy i wzrokowy (mrużenie oczu, mruganie). Każdy z odruchów powinien występować w odpowiednim czasie i wraz z dojrzewaniem układu nerwowego wygasać lub być zastępowany przez odpowiednią, bardziej dojrzałą funkcję.

**Podstawowe sygnały, które muszą nas zaniepokoić w tym okresie, to:**

- częste oddychanie ustami,
- niereagowanie na bodźce dźwiękowe, nieodwracanie głowy w kierunku źródła dźwięku, brak reakcji na polecenia, pytania itp.,
- niezwracanie uwagi na rozmówcę,
- wszelkie nieprawidłowości w budowie języka, warg, policzków.

Jeśli coś z wymienionych rzeczy budzi nasze obawy, należy skonsultować to z logopedą.

## Okres wyrazu – od 12 do 18 miesiąca (2 roku życia)

Małe dziecko powinno wymawiać wszystkie samogłoski, poza nosowymi, a ze spółgłosek p, b, m, t, d, n, t, ś, czasem ć. Słowa mogą zawierać pierwszą sylabę lub końcówkę, uproszczenia grup spółgłoskowych. Dziecko rozumie o wiele więcej słów, wyrażeń i

zdań, niż jest w stanie samodzielnie wypowiedzieć. Przyjmuje się, że w wieku 18 miesięcy potrafi wypowiedzieć około 50 słów, natomiast rozumie około 100, w tym proste polecenia. Powtarza już też sylaby i słowa wypowiadane przez inną osobę, posługuje się nazwami osób znaczących, przedmiotów i czynności z rytmu dnia. W drugim roku życia można zaobserwować gwałtowny wzrost słownictwa, pojawienie się wypowiedzi dwuwyrazowych, początek odmiany wyrazów (jedynie przez przypadki). W odmianie czasownika najczęściej używana jest 3. os. l. poj. (także w stosunku do siebie, np. *Szymon idzie*), występują formy 2. os. l. poj. trybu rozkazującego (np. *Daj!*).
To, co mogłoby niepokoić rodziców na tym etapie, to brak którejś z powyższych umiejętności, ponadto dające się zaobserwować wady zgryzu, trudności z wymową głoski, która w tym czasie powinna być opanowana, wadliwa artykulacja – np. wsuwanie języka między zęby, mowa świszcząca, jąkanie, zacinanie, mowa za szybka lub za wolna, chrapanie dziecka, mowa znacząco różniąca się od mowy rówieśników.

### Okres zdania – od 2 do 3 roku życia

Dziecko próbuje już budować dłuższe wypowiedzi. Nie będzie jeszcze w tych zdaniach zaimków, spójników, przyimków, formy wyrazów będą błędnie odmieniane. Niemniej jednak dziecko zaczyna porozumiewać się już zdaniami dwu-, trzywyrazowymi. Bywają to zdania zarówno oznajmujące, rozkazujące, pytające, jak i wykrzyknikowe. Ponadto prawidłowo powinno wymawiać wszystkie samogłoski tak ustne, jak i nosowe, chociaż mogą występować odstępstwa np. zamiana samogłosek : a-o, e-a, i-y oraz zmiękczanie spółgłosek p, b, m f, w odpowiednio jako: pi, bi, mi, fi, wi. Pod koniec tego okresu mogą pojawiają się już czasem głoski: s, z, c, dz, a nawet sz, ż, cż, dż.

Trzylatek może mieć nadal kłopoty z wymówieniem dwuznaków, gdyż narządy mowy nie są jeszcze dostatecznie sprawne. Bywa, że w trudniejszych wyrazach zastępuje wymienione głoski łatwiejszymi i ma jeszcze czas, by wymówić je prawidłowo. Nie musimy od dziecka dwu- lub trzyletniego oczekiwać wypowiedzenia głoski r. Może być ona wymawiana jak j lub l. Ponadto zamiast f może występować h i odwrotnie. Skomplikowane brzmieniowo grupy spółgłoskowe wciąż mogą być upraszczane, zarówno na początku, jak i w środku wyrazu. Dopuszczalny jest brak

wyraźnych końcówek. Słuch fonematyczny jest już na tyle wyrobiony, że maluch wie, jak dana głoska powinna brzmieć, choć sam nie potrafi jej prawidłowo wypowiedzieć. Stąd poprawianie innych dzieci typu: *"Nie mówi się jiba, a lyba"*. Wraz z budową prostych zdań rozpoczyna się niezapomniana dla wszystkich rodziców epoka pytań: *jak? dlaciego? po cio? ciemu?*…
W słowniku dwulatka powinno się już znaleźć około 300 słów. Jeśli jednak nie wykazuje zainteresowania komunikacją werbalną, jest to sygnał, że rozwój mowy nie przebiega prawidłowo. Rodzice, których dwuletnie dziecko mówi zaledwie „mama", „tata", „nie", powinni skonsultować to ze specjalistą.

## Okres swoistej mowy dziecięcej – od 3 do 6–7 roku życia

W mowie dziecka czteroletniego utrwalają się głoski: s, z, c, dz. Nie powinno ono już wymawiać ich jak ś, ź, ć, dź. "*Ja siam*" powinno dać miejsce brzmieniu "*Ja sam*". Pod koniec 4 roku życia może, ale nie musi pojawić się głoska r, a około 4–5 roku – głoski sz, ż, cz, dż, choć mogą być jeszcze zamieniane na s, z, c, dz lub ś, ź, ć, dź. Dziecko nadal skraca wyrazy, przestawia głoski, upraszcza grupy spółgłoskowe. Obserwuje się wyraźny wzrost liczby przymiotników i przysłówków, spadek liczby neologizmów dziecięcych i błędów gramatycznych, pojawienie się wyrażeń przyimkowych, określanie relacji przestrzennych.

Mowa dziecka pięcioletniego powinna już być w pełni zrozumiała dla otoczenia. Coraz lepiej radzi ono sobie z głoskami sz, z, cz, dż, choć w mowie spontanicznej mają prawo być jeszcze zniekształcane i wymawiane jak s, z, c, dz. Bywa, że głoska r pojawia się dopiero na tym etapie. Wciąż mogą być upraszczane grupy spółgłoskowe. Natomiast sześciolatki powinny mieć już opanowaną prawidłową wymowę, choć zdarzają się trudności przy wypowiadaniu głosek sz, ż, cz, dż, r oraz grup spółgłoskowych.

Rozwój mowy trawa zasadniczo do szóstego roku życia. Wszelkie zaburzenia i wady wymowy u dzieci starszych, a także nieopanowanie umiejętności z danego okresu określane są jako opóźnienie rozwoju mowy. Nie wolno ich ignorować, próbować przeczekać, aż dziecko z nich "wyrośnie". Należy udać się do logopedy.

Znajomość poszczególnych etapów rozwoju mowy może pomóc rodzicom zorientować się, jak w tej kwestii radzi sobie ich dziecko. Nie warto porównywać swojego dziecka z dzieckiem koleżanki, dziećmi z sąsiedztwa, nawet rodzeństwem. Każde, także w zakresie mowy, ma swoją dynamikę rozwoju i ważniejsze jest, by mieściło się w normie rozwojowej, niż by mówiło w takim tempie jak kolega Józek z piaskownicy. Oczywiście podane okresy są nieco płynne, nie trzeba się niepokoić w dzień urodzin, że dziecko nie przynosi szyszki, tylko syskę. Chodzi o to, aby okres nieprawidłowości nie trwał zbyt długo. I w miarę potrzeby działać.

## Na sam koniec proponujemy kilka pomysłów na ruchowe zimowe zabawy na śniegu

**Zimą, gdy na dworze leży śnieg, można spędzić ze swoim dzieckiem wspaniałe chwile, które na pewno na długo pozostaną w pamięci. Zapewne sami pamiętamy, jak ze swoimi rodzicami, pomimo mroźnego powietrza, wychodziliśmy lepić bałwana! Dla właściwego rozwoju dzieci potrzebują kontaktu z naturą (także zimową) i uwielbiają śnieg – warto to wykorzystywać przy każdej okazji do zimowych zabaw.**

### Ulepimy bałwana

Potrzebna nam będzie  marchewka z kuchni, a kamyczki na pewno znajdziemy na dworze. Wspólne turlanie kul oprócz świetnej zabawy i odrobiny **ruchu**, wzmocni dodatkowo więź z naszym dzieckiem.

Bałwan jest najczęściej lepioną ‘postacią’ ze śniegu, lecz można przecież wymyślić własną i ulepić np. kota czy misia. A może dziecko wymyśli jeszcze coś innego? Pozwólmy, by dziecko samo decydowało.

### Robimy wielką kulę

Dzielimy dzieci na grupy i toczymy śniegowe kule. Wygrywa grupa, której kula jest większa.

**Zróbmy ślizgawkę**

Czasami wystarczy po prostu znaleźć kawałek prostego chodnika lub asfaltu i go wyślizgać. Można także polać go odrobinę wodą i poczekać. Nie róbcie tego jednak tam gdzie mogą chodzić inni ludzie!

**Zabawa w „śniegowicy" (to taka piaskownica, tylko ze śniegiem)**

Do zabawy można wykorzystać foremki z piaskownicy, łopatki, grabki, wiaderka. Podobnie jak na piachu, także i na śniegu można rysować, budować zamki, stawiać babki, robić podkopy i tunele.

**Szukanie skarbów w śniegu**

Małe zabawki lub inne gadżety zakop w zaspach śniegu. Szukanie ich przy pomocy łopatki będzie fantastyczną zabawą!

**Berek z ogonkami**

Dzieci przyczepiają sobie ogonki z szalików, wkładając je za pasek. Wszyscy biegają, starając się zebrać jak najwięcej ogonków, a jednocześnie chronić swój własny ogonek. Zabawa kończy się, gdy wszyscy będą bez ogonków, a wygrywa ten, kto uzbiera najwięcej ich najwięcej.

**Jazda na łyżwach**

Sprawdźcie na miastodzieci.pl gdzie znajduje się najbliższe lodowisko w Waszej okolicy i idźcie tam od razu!

**Malowanie na śniegu**

Lubicie malować? Zróbcie sobie farby do malowania na śniegu. To po prostu barwniki spożywcze wymieszane z wodą. Teraz przelej je do butelek po szamponie lub po płynie do mycia naczyń i malujemy!

**Bitwa na śnieżki**

Wspaniałą przygodą będzie także bitwa na śnieżki. Wcześniej naszykujmy tzw. bazy (wystarczą kupki śniegu za którymi można się schronić), zróbmy amunicję i wygrywa ta osoba, który więcej razy trafi w przeciwnika. Im więcej osób bierze udział, tym lepsza zabawa. Należy jednak zadbać o bezpieczeństwo, dlatego ustalmy np. że można trafiać tylko w nogi i z pewnej odległości.

**Przeciąganie liny**

Przeciąganie liny na śniegu jest dużo zabawniejsze niż letnie przeciąganie liny, bo upadki w śnieg są bardzo zabawne!

**Wydeptywanie napisów lub figur geometrycznych**

Napisy wydeptane na śniegu będą świetnie widoczne z góry np z okna czy z balkonu. Ta zabawa to świetny pomysł na kreatywną naukę pisania!

**Rzucanie do celu**

Celem może być tarcza zawieszona na płocie czy drzewie. Rzucanie w sam środek może sprawić także wiele radości. Można celować do stojącego wiadra, wygrywa osoba, która trafi jak największą ilość razy. Można także celować w pień drzewa i wygrywa ten, kogo ślad będzie wyżej.

**Labirynt na śniegu**

Zamiast napisów można także narysować, a potem wydeptać prawdziwy labirynt.

**Kręgle na śniegu**

Ustawmy plastikowe butelki na śniegu i próbujmy przewrócić jak największą ich ilość. Pamiętajmy jednak, by na koniec zabawy wyrzucić do kosza butelki. Przy okazji uczymy dziecko dbałości o środowisko.

**Zaprzęgi koni**

Chyba wszystkie dzieci lubią być ciągnięte na sankach. Zawsze wołają: „szybciej, szybciej!". W tej zabawie, także im więcej par tym lepsza zabawa i więcej śmiechu, dlatego warto zachęcić do zabawy także sąsiadów. Zadbajmy tylko o bezpieczeństwo, by dzieci nie spadły z sanek. My jako konie – przełóżmy sznurki tak, byśmy mieli je na wysokości pasa i … „gotowi, do biegu, start!" Konie ruszyły galopem!

**Tor przeszkód**

Tor przeszkód można zbudować ze wszystkiego! Przeskoki przez sanki, okrążanie kamieni, slalom z patykiem, rzut śnieżkami do celu.

**Zjeżdżanie na byle czym**

Możemy zjeżdżać z górki na sankach lub na jabłuszkach, ale można także na … czymkolwiek! Kartony, deski, koszyki… a nawet dmuchane koła lub pontony. A może macie jakieś bardziej fantazyjne pomysły?

**Zabawa w zimno-ciepło**

Rodzic chowa jakiś przedmiot np rękawiczkę. Dziecko szuka, z pomocą innych dzieci, które mówią „zimno", „mróz", gdy szuka się w niewłaściwym miejscu, a „cieplej", „ciepło", „gorąco", „parzy", kiedy dziecko, które szuka, jest coraz bliżej schowanego przedmiotu.

**Budowanie igloo lub śniegowego tunelu**

Do budowy igloo potrzeba duuużo śniegu i pomocy rodzica z łopatą. Ale radość z wspólnie zrobionej kryjówki w śniegu będzie ogromna!

**Orzełki na śniegu**

Dzieci bardzo lubią robić orzełki na śniegu. Wystarczy położyć się na zimnym, białym puchu na plecach i ruszać rękoma i nogami jak w pajacyku, delikatnie wstać i efekt

gotowy. Lecz polecamy tę zabawę na koniec, ponieważ w mokrym ubranku łatwo się przeziębić. Po powrocie do domu warto napić się gorącej czekolady!

Zimowe zabawy na śniegu mają wiele zalet m.in. wspólnie spędzone chwile z naszym dzieckiem, niezapomniane przygody, dużo śmiechu. Dodatkowo, ruch i świeże powietrze są bardzo potrzebne dziecku, aby prawidłowo się rozwijało i było zdrowe.

**Nie siedźcie w domach, gdy śnieg za oknem – korzystajcie z okazji do dobrej zabawy – druga taka dopiero za rok!**

**Z okazji zbliżających się Świta Bożego Narodzenia w imieniu całego przedszkola chciałybyśmy złożyć serdeczne życzenia dla was rodzice i waszych dzieci. Aby te święta były pełne miłości, radość i szczęścia. Natomiast Nowy Rok przywitał was w pozytywnej atmosferze i przyniósł same dobroci!**

**Z optymistycznym pozdrowieniem,**

**Justyna Bańkowska i Anna Sołowianiuk**