Drodzy Rodzice!

W tym tygodniu będziemy rozmawiać o wrażeniach i uczuciach – nauczymy się je nazywać, odczytywać, co czują inni (nawet, jeśli o tym nie mówią) i będziemy szukać sposobów, by radzić sobie, kiedy odczuwamy trudne, nieprzyjemne emocje. Ukażemy dzieciom różne sposoby na poradzenie sobie w przygnębiających chwilach: pocieszenie poprzez zabawę z piosenką, uśmiechanie się, przytulenie się do ulubionej zabawki, poproszenie o pomoc i uzyskanie jej w trudnej sytuacji, bliskość mamy, taty, siostry, brata, babci, dziadka, rozśmieszenie.

Dzieci wykonają „deszczowe kije", a potem będą miały okazję na nich grać. Postaramy się zmniejszyć strach przed ciemnością – rozmawiać będziemy o tym, jak dzieci się czują, gdy jest ciemno i co wzbudza ich obawy. Szukać będziemy też innych sposobów na radzenie sobie ze strachem (przytulanie się do poduszki, pluszaka, wyobrażanie sobie czegoś miłego, powiedzenie komuś bliskiemu o swoich emocjach, przytulenie się do rodziców, oglądanie ciekawej książki). Nauczymy się wypowiadać na temat „historii" usłyszanej podczas trwania utworu muzyki klasycznej i będziemy brać udział w różnych zabawach z muzyką.
https://blizejprzedszkola.pl/plakat-zlosc,2,8127.html

https://blizejprzedszkola.pl/plakat-zegnamy-zlosc,2,3604.html

Poniedziałek 18.05.2020r.

Witajcie Pszczółki! Tematem przewodnim tego tygodnia będą „Wrażenia i uczucia".
Dzisiaj porozmawiacie o tym co Was cieszy! Proponujemy:
1.„Co mówi lusterko?
Weźcie lusterko w rękę i patrząc na siebie w lusterku spróbujcie zaprezentować uczucia, robiąc odpowiednią minę i mówiąc: Teraz jestem… smutny, wesoły, zdziwiony, przestraszony. Czy jest to dla Was łatwe zadanie?
2. „Znaki uczuć " – zabawa dydaktyczna.
Rodzic pokazuje dziecku różne uczucia na podstawie obrazków.
file:///C:/Users/user/Downloads/Emocje%20(2).pdf
Dziecko przygląda się ilustracjom i próbuje zrobić taką minę, jaka jest na obrazku. Dziecko może podać przykłady sytuacji, podczas których przeżywało te uczucia.
3.„Co mnie cieszy?" – porozmawiajcie z rodzicami na temat sytuacji wywołujących różne uczucia na podstawie KP2.37 i Waszych doświadczeń. Połóżcie przed sobą KP2.37 i opowiedzcie co znajduje się

a rysunkach. Naklejcie w okienkach symbole uczuć – smutku, zdziwienia, strachu lub radości.

Po wykonaniu ćwiczenia spróbujcie opowiedzieć, jakie sytuacje wywołują w Was uczucie radości.
4. „Cieszy mnie taniec” – zatańczcie swobodnie do piosenki pt. „Ptak Nijaki”
https://www.youtube.com/watch?v=CMuwIITREbM
5. Zajęcia plastyczne. Dzieci rysują dużą uśmiechniętą twarz, dorysowują elementy, kolorują. Doskonalenie ich umiejętności przeliczania (przeliczanie narysowanych piegów na twarzy).

Wtorek 19.05.2020r.

Nasz dzisiejszy **temat brzmi: Co zrobić, gdy chce nam się płakać?** Będziemy uczyć się jak radzić sobie z emocjami. Propozycje zajęć:
1.Posłuchajcie piosenki o „beksie” Zachęcamy do zapoznania się z nową piosenką :
https://www.youtube.com/watch?v=Gdx9YZupplI
Piosenka o beksie
sł. Jerzy Dąbrowski, muz. Jarosław Kukulski
Czeka nas dzisiaj nie lada gratka,
bo w tej piosence będzie zagadka..
Jak się nazywa osoba,
która płacze jak ciemna chmura?
Płacze, gdy każą umyć jej szyję.
Płacze, gdy chudnie, płacze, gdy tyje.
Płacze, gdy zrobi w zeszycie kleksa.
Jak się nazywa – Beksa.

Ref.: Beksa to jest taka dama,
co bez przerwy robi dramat.
Zawsze nie tak, zawsze źle.

Beksa ciągle mówi be.
Beksa to jest taka pani,
co się nie uśmiechnie za nic..
Nie ma mowy, nie ma nie.
Beksa ciągle mówi be.
Czeka nas dzisiaj trudne zadanie.
Jak wygnać z beksy to jej płakanie?
Jaką tu radę znaleźć dla beksy,
uśmiech tu jest najlepszy.
Bekso, spróbuj, a zobaczysz,
ile uśmiech w życiu znaczy.
Tylko ten się czuje źle,
kto bez przerwy mówi be.
Bekso, nie rób takiej miny,
bo się w końcu obrazimy.
Bekso, tak prosimy cię,
przestań wreszcie mówić be.

-Z jakiego powodu czasem płaczecie?
– Co robią wtedy wasi rodzice, rodzeństwo, babcia, dziadek?
– Czy radzicie sobie z płaczem?
– Kiedy przestajecie płakać?
– Co lub kto wam w tym pomaga?
– Czy płacz jest nam czasem trochę potrzebny?
– Kiedy? Dlaczego?
– Jak się nazywa osoba, która bardzo często płacze bez powodu?
– Jak my możemy pomóc takiej osobie?

2.„Deszczowy kij”– wykonajcie instrument z rolki po ręcznikach papierowych. Po skończonej pracy- zagraj na nim!
https://www.powerofmelody.com/blog/jak-zrobic-kij-deszczowyrainmaker/

3. „Co zrobić, gdy chce mi się płakać?” – formułowanie odpowiedzi na pytanie na podstawie Waszych doświadczeń oraz słów piosenki „Piosenka o beksie”.
Rodzic rozmawia z dziećmi na temat płaczu. Zadaje pytania: *Z jakiego powodu czasem płaczecie? Co robią wtedy wasze rodzeństwo, babcia, dziadek, my- rodzice? Czy radzicie sobie z płaczem? Kiedy przestajecie płakać? Co lub kto wam w tym pomaga? Czy płacz jest nam czasem trochę potrzebny? Kiedy? Dlaczego? Jak się nazywa osoba, która bardzo często płacze bez powodu? Jak my możemy pomóc takiej osobie?*
Rodzic czyta drugą zwrotkę piosenki “Piosenka o beksie.”
Rodzic pyta: Jaką radę daje beksie piosenka? (żeby się uśmiechała). Ta rada jest dobra dla każdego, aby odzyskać dobry humor. Teraz, w czasie piosenki będziecie spacerować, a gdy usłyszycie słowo „beksa” przybijcie piątkę osobie, która jest blisko Was, i szeroko się uśmiechnijcie
4.„Rozśmieszamy płaczącego” – wykonajcie rozweselające okulary
Odrysujcie z szablonu okulary, wytnij je, a następnie ozdabiaj, koloruj. Doklej jakieś śmieszne elementy: krzaczaste brwi, długi nos, zwisające serpentyny. Chodząc w okularach po pokoju, podejdź do rodziców,

rodzeństwa i rób śmieszne miny – zobacz ich reakcję W tle gra muzyka: Piosenka o beksie.
https://przedszkoleakademickie.pl/wp-content/uploads/2020/05/Okulary-szablon.pdf

Środa 20.05.2020r.

Witajcie Pszczółki! **Dzisiejszy temat brzmi: Ciemność jest niezwykła!** Proponujemy:
1. **„Szukamy ciemności”** – przygotowanie do tematu dnia. Weźcie rodzica albo siostrę/brata za rękę i chodźcie po domu, szukając najciemniejszego miejsca. Po wspólnym ustaleniu, gdzie ono jest, usiądźcie tam na chwilkę. Zamknijcie oczy, trzymając za ręce osobę ze swojej pary. Później opowiedzcie jak czuliście się w ciemności.
2. „Ciemność jest niezwykła!” – porozmawiajcie z rodzicami na temat ciemności na podstawie własnych doświadczeń i wiersza Ewy Szelburg-Zarembiny „Ciemnego pokoju nie trzeba się bać”.
Ciemnego pokoju nie trzeba się bać - Ewa Szelburg-Zarembina
Ciemnego pokoju nie trzeba się bać,
bo w ciemnym pokoju czar może się stać…
Ach! W ciemnym pokoju, powiadam wam, dzieci,
lampa Aladyna czasem się świeci…
Ach! W ciemnym pokoju wśród łóżka poduszek
spoczywa z rodzeństwem sam Tomcio Paluszek…
Ach! W ciemnym pokoju podobno na pewno
zobaczyć się można ze Śpiąca Królewną…
Ach! W ciemnym pokoju Kot, co palił fajkę,
opowiedzieć gotów najciekawszą bajkę,
a wysoka czapla chodzi wciąż po desce
i pyta się dzieci: Czy powiedzieć jeszcze?
3.„Straszydło”– praca z W.49. Wypchnijcie sylwetę „straszydło” – ozdóbcie je plasteliną, kolorowym papierem, krepiną, bibułą a nawet brokatem.
Możecie później zatańczyć ze swoim strachem do piosenki „Fruzia i nocne strachy” : www.youtube.com/watch?v=S1NUhP68FuQ!
4. Jeśli ciemność wciąż wydaje Wam się troszkę straszna, poproście tatę albo mamę, aby przeczytali Wam bajkę „**Miś Małgorzatki”.** (Bajka – gdy dziecko boi się ciemności) https://bajki-zasypianki.pl/dziecko-boi-sie-ciemnosci
5. Zestaw ćwiczeń ruchowych z piłką „Szalona piłka”
- przygotuj niewielką piłkę. Poproś dziecko aby trzymając piłkę wyprostowanymi rękami zrobiło kilka skłonów w przód, następnie po kilka skłonów w bok. Poproś dziecko, żeby usiadło z nogami wyprostowanymi w kolanach (w siadzie prostym). Ułóż piłkę przed dzieckiem i poproś, aby kilka razy przeniosło wyprostowane i złączone nogi nad piłką – raz w jedną raz w drugą stronę. Poproś , aby dziecko położyło się na brzuchu głową w kierunku ściany , około pół metra od niej. Zachęć dziecko , aby unosiło głowę i turlało piłkę do ściany, tak, aby piłka odbijała się od ściany i wracała do dziecka. Liczba powtórzeń

zależy od możliwości dziecka.

Czwartek 21.05.2020r.

Nasz temat na dziś brzmi: Jak śmiesznie wygląda Strach! Poznacie sposoby radzenia sobie ze strachem Oto nasze propozycje:

1. Na początek rozgrzewka- krótka gimnastyka www.youtube.com/watch?v=FZ3pj_ZkldQ

2. „Kto może nam pomóc, gdy się boimy?" – porozmawiajcie z rodzicami na temat sposobów radzenia sobie ze strachem na podstawie Waszych doświadczeń i opowiadania Renaty Piątkowskiej Zły sen (Zły sen-opowiadanie)

Zły sen

Renata Piątkowska

Jak ja nie lubię, gdy śni mi się ten pies. Jest duży, czarny i zły. Stoi na mojej drodze i warczy. Gdy unosi górną wargę, widać białe, ostre kły. Ale najgorsze są jego oczy, niespokojne i błyszczące. Śledzi nimi każdy mój ruch. We śnie na widok tego psa ogarnia mnie taki strach, że nie mogę uciekać ani wzywać pomocy. Mogę tylko płakać, więc robię, co mogę. Tej nocy znowu czarny pies pojawił się przede mną. Wydawał się większy i bardziej groźny niż zwykle. Przysłoniłem oczy ręką, żeby go nie widzieć, i głośno zapłakałem. Obudził mnie głos taty:

– Tomku, to tylko zły sen. Już dobrze syneczku. Śnił ci się ten pies, prawda?

– Tak, to znowu on – chlipałem. – Tato, zostań ze mną. Jak będziesz blisko, to on nie wróci. Będzie się bał – poprosiłem.

– W porządku – tata uśmiechnął się i otulił mnie pierzyną.

Bałem się tego psa, więc pomyślałem, że najlepiej będzie, jak nie zmrużę już oka do rana. Ledwo tak postanowiłem, natychmiast zasnąłem. Pies też chyba zasnął, bo tej nocy nie pojawił się już w moim śnie. Nie dał jednak o sobie zapomnieć, bo cały czas słyszałem jego ponure warczenie. Co gorsza, słyszałem je również rano, gdy się już obudziłem. Dopiero po chwili dotarło do mnie, że ten okropny dźwięk wydaje z siebie mój tata. Okryty kocem, chrapał w fotelu tuż obok mojego łóżka.

Nie do wiary, że można spać i jednocześnie tak strasznie hałasować – pomyślałem i cichutko wymknąłem się z pokoju.

W kuchni krzątała się mama. Zanim postawiła na stole śniadanie, opowiedziałem jej mój sen. Na koniec dodałem:

– Ten pies jest paskudny i nie wiem, czemu ciągle się mnie czepia. Wiesz, w tej sytuacji dziwię się, że nie poprosiłeś o pomoc Zmorka. – mama pokręciła głową z niedowierzaniem.

– Kto to jest ten Zmorek? – spytałem zaskoczony.

– Och, Zmorek to taka dziwna postać. Najbardziej ze wszystkiego przypomina jamnika. Wielkiego, latającego jamnika. Z aksamitnymi skrzydłami, okrągłym brzuszkiem i wąskim pyszczkiem. Nie jest piękny, ale bardzo pożyteczny. Zmorek zjada złe sny. Na zawołanie pożera je, jakby to był makaron. Wciąga koszmary i zjawy, nawet te najdłuższe i najstraszniejsze. Mlaska przy tym i niestety czasem mu się odbija, ale wtedy po złych snach nie ma już ani śladu. A Zmorek krótkimi łapkami gładzi brzuszek i już rozgląda się za następnym nieszczęśnikiem, którego męczą nocne zmory. Dlatego gdy następnym razem przyśni ci się ten okropny pies, to zawołaj : „Zmorku, tutaj!", a on nadleci w jednej chwili. Zje twój zły sen, jakby to było ciastko z kremem. Wiem, co mówię, bo sama też nie raz wzywałam Zmorka i nigdy nie zawiódł.

– Tobie, mamusiu, też śnił się czarny pies? – spytałem zdziwiony.

– No, niekoniecznie pies. Śniły mi się inne okropieństwa.

–Jakie? Jakie? – chciałem wiedzieć.

Na przykład, że wygrałeś konkurs na najbardziej upartego chłopczyka na świecie. Albo, że w twoim przedszkolu wydano zakaz gotowania zupy jarzynowej, a dzieci karmiono wyłącznie chipsami i czekoladą – wyliczała mama.

– Ale to nie są żadne koszmary! Sam chciałbym mieć takie piękne sny. Dziwię się, że Zmorek w ogóle chciał je zjeść! – zawołałem.

– Jemu tam wszystko jedno. Pożarł wszystko co do okruszyny. Mlasnął jęzorem i odleciał.

Gdy mama powiedziała mlasnął jęzorem, przyszła mi do głowy pewna piękna myśl.

– Mamo, czy ten Zmorek pojawia się tylko we śnie? Czy nie mógłby przylecieć choć raz do przedszkola? Gdybym zawołał: „Zmorku, tutaj!" i pokazał mu Jolkę, dałby radę wciągnąć ją jak makaron? Bo ona ciągle

pokazuje mi język, mlaska przy stole i chwali się, że już dwa razy była w szpitalu. No, jak myślisz, Zmorek mógłby to zrobić dla mnie? – spytałem z nadzieją w głosie.

– Nie, na pewno nie. On może przyjść tylko we śnie. Zje złego, czarnego psa, ale Jolki nie tknie – wyjaśniła mama.

– A tak w ogóle, to dlaczego ja nie byłem jeszcze w szpitalu? – spytałem ze złością.

Mama, zamiast odpowiedzieć po ludzku, wzniosła oczy do nieba. A ja pomyślałem, że jeśli Zmorek nie może przylecieć do przedszkola, to trudno. Za to, jeśli przyśni mi się Jolka to go zawołam i Zmorek zrobi, co do niego należy. Fajnie jest mieć takiego kolegę. Dobrze, że mama mi o nim powiedziała. Teraz nie mogę się doczekać, kiedy znowu przyśni mi się ten czarny pies.

N. zadaje dzieciom pytania: *Jakiego snu bał się Tomek? O co chłopiec poprosił tatę, gdy obudził się w nocy, bo znów przyśnił mu się ten pies? Dlaczego, mimo że chłopiec spał z tatą, wciąż słyszał warczenie? Co poradziła Tomkowi mama na jego sen o złym psie? Co robił Zmorek? Co trzeba zrobić, by pojawił się Zmorek? Kto pomógł Tomkowi poradzić sobie ze złym snem? Jak wy radzicie sobie, się gdy boicie*?

3. „Jak śmiesznie wygląda Strach!” – projektowanie, wycinanie, przyklejanie. Na stolikach połóżcie: gazety, krepinę, taśmę klejącą. Wymyślcie, w jaki sposób użyć zgromadzonych materiałów, aby zmienić się w coś strasznego. Drzyjcie, wycinajcie, doklejajcie do ubrania gazety i krepinę, zróbcie opaski na głowę lub proste maski. Chodźcie po pokoju, rozśmieszajcie mamę, tatę, rodzeństwo.

4. „W domu czuję się bezpiecznie” – praca z kartą pracy-KP2.38. Wyszukajcie różnice między obrazkami.

5. „Już się nie boję!” – zabawa terapeutyczna. Usiądźcie przy stolikach i domalujcie oczy, nos, obroże, (możecie również ozdobić skrzydła np. watą lub piórkami) sylwecie Zmorka, psa – jamnika ze skrzydłami, który zjadał złe sny w opowiadaniu o Tomku. Na kartkach A5 narysujcie to, czego najbardziej się boicie. Zgniećcie rysunek w ciasną, małą kulkę. Posmarujcie klejem sylwetę Zmorka. Połóżcie na kartce A4 kulkę ze zgniecionym „strachem”. Zawołajcie: Zmorku tutaj! i naklejcie Zmorka na zgniecioną kulkę i kartkę A4, mocno przygniatając, aby się skleiły. Teraz Wasz „strach” jest w brzuchu Zmorka. Zawołajcie: Już się nie boję! Co potrzebne: sylweta jamnika ze skrzydłami .Teraz już wiecie jak świetnie można poradzić sobie ze strachem

Piątek 22.05.2020r.

Witamy Pszczółki**!**

Tematem kończącym nasz tydzień będzie: O czym opowiada nam muzyka?

1. Zgadnij co mam na myśli ? – wybieramy jeden przedmiot z otoczenia, następnie opisujemy jego wygląd i funkcje tak, żeby dziecko mogło odgadnąć o co chodzi np. „ Jest niewielki, zielony, stoi na półce, można do niego nalać wodę” (wazonik). Stopień trudności (wybór przedmiotu i jego opis) można zmieniać w zależności od możliwości naszego dziecka.

2.„O czym opowiada nam muzyka?” – rozmowa na temat przekazu muzycznego na podstawie utworu *W grocie króla gór* Edvarda Griega .Dziecko leży i słucha utworu.

https://www.youtube.com/watch?v=Mp2EMdRWZE0

W czasie słuchania dziecko wyobraża sobie, o czym opowiada dany utwór. Po wysłuchaniu muzyki siada przy stole i rysuje to, co sobie wyobraziło. Rodzice wielokrotnie uruchamiają utwór, aż do ukończenia pracy przez dziecko.

3.Impresje ruchowe do utworu muzycznego.

Dzieci tańczą swobodnie do utworu *Marzenie* Roberta Schumana.

https://www.youtube.com/watch?v=HrBMrTH2Jh4

4.„Teraz czuję, jak pada deszcz” – malowanie w rytm muzyki Fryderyka Chopina *Preludium deszczowe op. 28 nr 15 https://www.youtube.com/watch?v=0LWoLykSSaQ*

Dzieci siadają przy stolikach, na których leżą farby plakatowe, woda w kubeczkach, grube pędzle. N. włącza utwór Fryderyka Chopina *Preludium deszczowe.* Mówi, że ten utwór opowiada o padającym deszczu. Dzieci palcami w powietrzu *malują* do usłyszanego rytmu padający deszcz. W czasie powtórnego słuchania malują już farbami po kartce. Dostosowują dotknięcia pędzla do tempa i natężenia utworu. Gdy utwór grany jest głośniej, dzieci mocniej przyciskają pędzel do kartki. Dzieci tworzą swoje deszczowe obrazy, cały czas słuchając *Preludium deszczowego.*

5. Babeczki czekoladowe na poprawę humoru – wspólne pieczenie. Czas przygotowania: 15 minut

Składniki:

2 szklanki mąki pszennej tortowej - 320 g
2 średnie jajka
pół szklanki oleju roślinnego
pół szklanki drobnego cukru - około 130 g
1 szklanka mleka - 250 ml
2 płaskie łyżki kakao
pół tabliczki gorzkiej czekolady - 50 g
2 łyżeczki proszku do pieczenia

Jajka i mleko należy wyjąć wcześniej z lodówki, by miały temperaturę pomieszczenia.

Pieczenie: 175 stopni, środkowa półka z opcją pieczenia góra/dół

Czas pieczenia: 25 minut. Doskonalenie umiejętności przeliczania upieczonych ciasteczek.

https://aniagotuje.pl/przepis/babeczki-czekoladowe

Dla chętnych: **Konkurs plastyczny: „Rozweselające okulary”.**
Babeczki na poprawę humoru - czekamy na zdjęcia!!!

Przesyłamy moc buziaków i życzymy pięknego weekendu! ☺
Pozdrawiamy Wasze Panie! ☺