

*Miesięcznik Przedszkolaka  
relacjonuje najnowsze  
wydarzenia przedszkolne  
z życia dzieci  
z Pokrzywnicy i Łęczec*



Nr 7/2018-2019

# Figielek

## W tym numerze:

### Przedszkolne wieści –

- Humor w poezji
- Wycieczka do MOK w Kędzierzynie - Koźlu
- Konkurs na ekologiczną zabawkę
- Tydzień Kreatywności
- Wielkanoc w przedszkolu
- Wizyta w bibliotece
- Ścieżka Rozwoju

### Kącik rodzica –

ocena  
Zadania dla Przedszkolaka



## Przedszkolaki recytują wiersze



Dnia 1 kwietnia 2019 roku o godzinie 13.30 w Publicznym Przedszkolu w Pokrzywnicy odbył się Przedszkolny Konkurs Recytatorski „Humor w poezji”. Już po raz IX przedszkolaki z naszej gminy miały okazję wspólnie się spotkać i zaprezentować swoje recytatorskie i aktorskie talenty. Spotkanie to miało na celu kształtowanie wrażliwości na piękno języka ojczystego i rozwijanie zdolności recytatorskich, wspieranie działań twórczych dzieci w różnych formach aktywności, rozbudzenie u dzieci zainteresowania książką, jako źródłem wiedzy i przeżyć, uwrażliwienie na piękno literatury. Na wstępie przedszkolaki z Pokrzywnicy przygotowały dla gości małą niespodziankę. Aby dodać odwagi uczestnikom zaprezentowały piosenkę pt. „Abecadło z pieca spadło”. W konkursie wzięło udział 25 przedszkolaków, którzy przybyli w towarzystwie rodziców i nauczycieli z różnych miejscowości naszej gminy: Reńskiej Wsi, Długomiłowic, Mechnicy, Poborszowa, Więszyc, Łęczec oraz Pokrzywnicy. Występy przedszkolaków oceniało jury w składzie: Danuta Marzec oraz Wiesława Flegel. Wybór laureatów był trudny, gdyż wszystkie prezentacje były na wysokim poziomie. Komisja uznała, że wymagane kryteria zostały spełnione przez małych artystów i po naradzie przyznała pierwsze miejsca każdemu uczestnikowi konkursu. Występujący zostali nagrodzeni gromkimi brawami publiczności. Każdy uczestnik otrzymał medal, dyplom, upominek oraz został zaproszony na słodki poczęstunek. Serdecznie dziękujemy wszystkim dzieciom, ich rodzicom i wychowawcom za wzięcie udziału w konkursie. Przybyłym gościom dziękujemy za przyjęcie zaproszenia i zaszczylenie nas swoją obecnością. Podziękowania składamy również władarzom naszej gminy za udzieloną pomoc i wsparcie w organizacji tego spotkania.



# Wycieczka do Miejskiego Domu Kultury w Kędzierzynie - Koźlu

Dnia 1.04.2019r dzieci z Publicznego Przedszkola w Pokrzywnicy oraz Łęczec wybrały się na wycieczkę do Miejskiego Domu Kultury w Kędzierzynie- Koźlu na spektakl pt. „Mała Syrenka”. Mali widzowie już od pierwszej minuty na sali kinowej nie mogły się doczekać rozpoczęcia przedstawienia. Gdy kurtyna się rozsunęła, przedszkolaki zostały wciągnięte w magiczny świat opowiadanej historii. Mimo tego, że wszystkie dzieci bardzo dobrze znały historię bohaterów nikt nie nudził się podczas oglądania spektaklu. Całe przedstawienie przepełnione było humorystycznymi dialogami, scenkami oraz tańcem i wesołą muzyką, na którą bardzo żywo reagowali mali odbiorcy. Spektakl spotkał się z entuzjastycznym przyjęciem ze strony dzieci, wywołał wiele pozytywnych emocji i na pewno na długo pozostanie w ich pamięci.





“Żeby być  
wynalazcą trzeba  
mieć bujną  
wyobraźnię i  
stertę rupieci.”

Thomas Edison

## Konkurs na ekologiczną zabawkę

Dzieci z Publicznego Przedszkola w Pokrzywnicy oraz w Łęczach wspólnie z rodzicami wzięły udział w konkursie plastyczno – technicznym. Uczestnicy mieli za zadanie wykonać dowolną techniką przestrzenną ekologiczną zabawkę. Konkurs ten miał na celu: promowanie wśród najmłodszych postaw ekologicznych oraz uwrażliwienie na konieczność dbania o środowisko naturalne; pogłębienie wiedzy przedszkolaków na temat zagadnień z zakresu ekologii i ochrony środowiska; rozwijanie wrażliwości estetycznej oraz rozbudzanie zainteresowań ekologicznych przedszkolaków; rozbudzanie wyobraźni i fantazji; rozwijanie zdolności manualnych; wdrażanie do estetycznego wykonywania prac plastyczno-technicznych; poszerzenie współpracy między placówką przedszkolną a rodzicami.

Dzieci wraz z rodzicami wykonały mnóstwo ciekawych prac a wybór najpiękniejszej przysporzył niemałych kłopotów. Rodzicom gorąco dziękujemy za zaangażowanie







# Tydzień kreatywności

Publiczne Przedszkole w Pokrzywnicy jako jedyne na Opolszczyźnie może poszczycić się Krajowym Certyfikatem Przedszkola Promującego Zdrowie. Należąc do sieci Przedszkoli Promujących Zdrowie realizujemy wiele zadań wpływających na podniesienie świadomości całej społeczności przedszkolnej i lokalnej w zakresie bezpieczeństwa, zdrowego odżywiania się, zdrowia fizycznego, psychicznego, ale również życia w zgodzie z naturą. Staramy się uwrażliwiać dzieci na konieczność dbania o naszą planetę – Ziemię. Dlatego konsekwentnie realizując nasze założenia, placówka w kwietniu wzięła udział w projekcie „Tydzień Kreatywności”. Celem projektu było: promowanie wśród najmłodszych postaw ekologicznych, pogłębienie wiedzy przedszkolaków na temat zagadnień z zakresu ekologii i ochrony środowiska, rozbudzenie kreatywności dzieci, twórcze działanie, dostrzeganie nowych zastosowań dla przedmiotów wydawałoby się już bezużytecznych, rozwijanie sprawności manualnej dzieci oraz wspieranie współpracy pomiędzy przedszkolem i rodzicami.

Kolejne działania projektowe rozpoczęto tuż po świętach wielkanocnych. Przed dziećmi z naszego przedszkola stało nie lada wyzwanie. Z półek zniknęły klocki, lalki, samochody, a na ich miejsce pojawiały się kartony, butelki, papierowe rolki, nakrętki, itp. Dzieci przekonały się, że do dobrej zabawy nie są potrzebne tradycyjne zabawki, a koledzy, koleżanki i trochę wyobraźni. Przedszkolaki musiały same stworzyć zabawki, którymi przez cały tydzień mogły się bawić. Sale zmieniły się w pracownię pełne pomysłów, gdzie mali wynalazcy i inżynierowie konstruowali coraz to ciekawsze gadżety. Powstawały wspaniałe zabawki, gry, tunele, domy i mnóstwo innych bardzo kreatywnych przedmiotów. Dzieci miały okazję rozwijać swoją kreatywność i zdolności manualne, oraz nauczyć się doceniać i szanować pracę innych. Przypomniały sobie zasady dotyczące segregacji odpadów oraz poznały znaczenie słowa recykling nadając drugie życie wydawałoby się bezużytecznym śmieciom. Przekonały się również, że do wspaniałej zabawy wystarczy jedynie odrobina fantazji. Od teraz wiedzą, jak wiele niepowtarzalnych rzeczy można zrobić samemu, bądź z pomocą nauczyciela, a czas wolny można spędzać inaczej niż przed telewizorem czy komputerem. Zabawy bez „prawdziwych”, współczesnych zabawek pobudzają w dzieciach kreatywność, uczą współpracy oraz wywołują mnóstwo radości i wiary we własne możliwości.

Chociaż projekt dobiegł końca, przedszkolaki zgodnie stwierdziły, że „Tydzień bez tradycyjnych zabawek” mógłby trwać w naszym przedszkolu nawet i miesiąc.









# Tradycje i zwyczaje święteczne



W połowie kwietnia 2019 roku dzieci z Publicznego Przedszkola w Pokrzywnicy uczestniczyły w projekcie edukacyjnym „Tradycje i zwyczaje wielkanocne”. Celem projektu było upowszechnianie tradycji i zwyczajów Świąt Wielkanocnych, poznawanie zwyczajów wielkanocnych różnych regionów Polski, uczenie dostrzegania piękna wytworów kultury ludowej, uwrażliwianie na potrzebę kultywowania tradycji, rozwijanie wyobraźni, pomysłowości oraz umiejętności wyrażenia ich w różnych formach ekspresji.

W czasie trwania projektu dzieci:

- poznały zwyczaje, tradycje oraz symbole wielkanocne,
- wykonały piękne prace plastyczno – techniczne o tematyce wiosenno - wielkanocnej,
- przygotowały wiosenne "ogródki" z rzeżuchą, owsem, pszenicą, szczypiorkiem,
- poznały wiersze, piosenki, inscenizacje o tematyce wielkanocnej oraz stare, ludowe zabawy,
- wzięły udział w akcji szukania zajączka,
- przygotowały Śniadanie Wielkanocne.

Cały projekt przebiegał w bardzo miłej atmosferze. Podjęte działania wywołały wiele radości, wprowadziły w świąteczny nastrój oraz zintegrowały grupę przedszkolną.







## Wizyta w bibliotece

Wiek przedszkolny jest doskonałym okresem na rozbudzanie wśród najmłodszych zainteresowań czytelniczych. W ostatnim tygodniu kwietnia dzieci z Publicznego Przedszkola w Pokrzywnicy wraz ze swoimi paniami odwiedziły szkolną bibliotekę. W bibliotece dzieci przywitała pani bibliotekarka i zaprosiła do zwiedzania. Przedszkolaki z wielkim zainteresowaniem przyglądały się książkom znajdującym się na półkach. Dowiedziały się, co należy zrobić, aby stać się czytelnikiem biblioteki oraz jak należy się w niej zachowywać. Pani bibliotekarka w przystępny sposób opowiadała o bibliotece i o zbiorach na półkach. Zobaczyły, jak wygląda karta czytelnika oraz poznały zasady wypożyczania książek. Dowiedziały się także jak należy dbać o książki. Dzieci chętnie opowiadały o swoich ulubionych bajkach oraz o tym, kto im czyta na dobranoc. Wizyta w bibliotece nie mogła się odbyć bez głośnego czytania. Pani bibliotekarka przeczytała fragment opowiadania pt. „Czarny nosek”. Spotkanie odbyło się w radosnej i pełnej uśmiechów atmosferze. Bezpośredni kontakt dzieci z książką i biblioteką rozbudził ich wyobraźnię i poszerzył wiedzę. Dla wielu przedszkolaków była to pierwsza wizyta w bibliotece szkolnej.



# Śląskie Beranie

26 kwietnia 2019 roku w Gminnym Ośrodku Kultury w Reńskiej Wsi odbył się Konkurs Gawędziarski „Śląskie Beranie”. Był to etap gminny kwalifikujący uczestników do etapu wojewódzkiego, który odbędzie się 10 maja 2019 roku w Izbicku. Celem konkursu było popularyzowanie znajomości gwary śląskiej, jej bogactwa i wartości, rozpowszechnianie wiedzy na temat zwyczajów, tradycji, obrzędów, wierzeń najbliższego otoczenia oraz kształcenie poczucia odpowiedzialności za pielęgnowanie tradycji i popularyzację dorobku poprzednich pokoleń. Publiczne Przedszkole w Pokrzywnicy reprezentowało sześcioro przedszkolaków, którzy zaprezentowali swoje umiejętności aktorskie posługując się gwarą śląską. Tobiasz Gruner, Jakub Lacheta, Tim i Vivien Drescher przedstawili scenkę rodzajową pt. „Wodzionka – zupa z wody”. W występach indywidualnych wzięła udział Hanna Friedla z utworem „Po kurziki na targ” oraz Dawid Pilarz z utworem „Chop na zakupach”. Nauczyciele wraz z rodzicami zadbali o odpowiednie stroje dla dzieci oraz przygotowali adekwatne rekwizyty. Przedstawiciele naszego przedszkola zostali nagrodzeni pierwszym miejscem, dyplomem, medalami, pucharami, a co najważniejsze gromkimi brawami. Wszyscy uczestnicy zakwalifikowali się do etapu wojewódzkiego organizowanego w Izbicku.



# Rodzinne zdrowe odżywianie

“Człowiek jest tym, co zje.”

Ludwig Feuerbach

Od dawna wiadomo, że dbałość o właściwe, zdrowe odżywianie jest ważna dla prawidłowego wzrastania oraz utrzymania dobrego stanu zdrowia. Pozwala uniknąć wielu chorób, które rozwijają się niekiedy przez wiele lat jako skutek spożywania nadmiernej lub zbyt małej ilości określonych składników pokarmowych. Do najczęściej występujących chorób tego typu należą:

- choroby układu krążenia
- nadciśnienie tętnicze
- cukrzyca typu 2
- otyłość
- kamica żółciowa
- niedokrwistość z niedoboru żelaza
- osteoporoza
- oraz niektóre choroby nowotworowe (żołądka, jelita grubego, piersi).

Główne zasady zdrowego odżywiania:

1. Odżywiaj się regularnie
2. Jedz 5 porcji owoców i warzyw codziennie
3. Dbaj o różnorodność posiłków
4. Unikaj nadmiernych ilości tłuszczu i cholesterolu
5. Spożywaj dużo warzyw i owoców
6. Spożywaj zdrowe węglowodany i nasiona roślin strączkowych
7. Pij wodę
8. Unikaj nadmiaru soli

## PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA I STYLU ŻYCIA DZIECI I MŁODZIEŻY (4-18 lat)



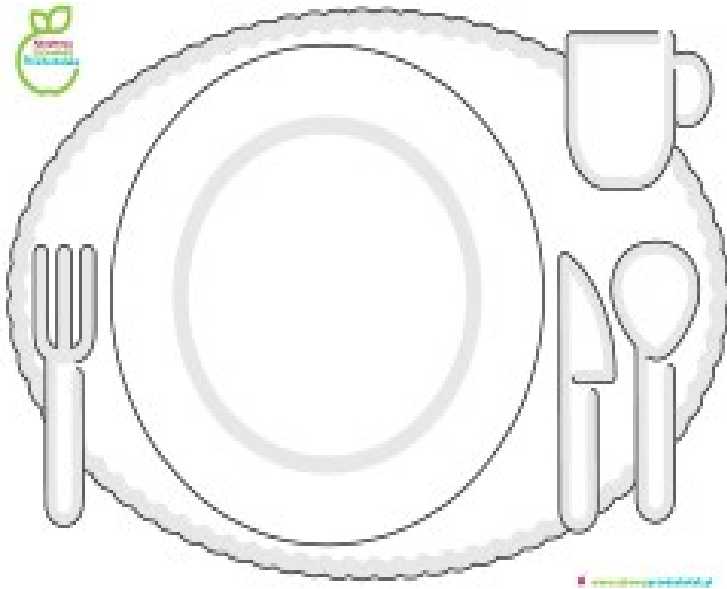
<https://www.mp.pl/pacjent/dieta/zasady/63609,zasady-zdrowego-zywienia>

Spożywanie zalecanych w piramidzie produktów spożywczych w odpowiednich ilościach i proporcjach oraz codzienna aktywność fizyczna i inne elementy stylu życia są kluczem do zdrowia, prawidłowego rozwoju i dobrych wyników w nauce.



## Dla Starszaka:

Narysuj swój ulubiony zdrowy obiad.



## Zadania dla przedszkolaka

## Dla Maluszka:

Otocz zieloną pętlą produkty zdrowe, a czerwoną – niezdrowe.

