

PROMYCZKOWE

WIEŚCI

Wydanie nr 5, Grudzień 2019



TAK MINAŁ NAM LISTOPAD



8 listopada nasze przedszkole uczestniczyło w akcji „Szkoła do hymnu”, zorganizowanej przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Jej celem było włączenie się w obchody Narodowego Święta Niepodległości. Tego dnia, wszystkie grupy oraz pracownicy przedszkola o symbolicznej godzinie 11:11 uroczyście odśpiewali cztery zwrotki hymnu narodowego.

Opracowała mgr Martyna Szymura



14 listopada obchodziliśmy w naszym przedszkolu „Dzień Czystego Powietrza”. Dzieci poznały znaczenie powietrza dla życia ludzi, zwierząt i roślin oraz sposoby praktycznego wykorzystania powietrza przez człowieka. Bez powietrza nie można żyć, więc wszyscy powinni dbać o to, by było czyste. Właśnie dlatego włączyliśmy się w XIII edycję Dnia Czystego Powietrza zorganizowaną przez Fundację Ekologiczną „Arka” pod hasłem „Kochasz Dzieci Nie Pal Śmieci”.

Opracowała Bernadeta Chrapiec



W październiku nasze przedszkole zorganizowało ogólnopolski konkurs plastyczny pt.: „Polska to moja rodzina, mój dom”, którego głównymi celami było: rozwijanie kreatywności i twórczości dziecięcej, budowanie postawy patriotycznej najmłodszego pokolenia przekazywanej w formie plastycznej, dostrzeganie roli rodziny, jako najmniejszej komórki społecznej w społeczeństwie, kształtowanie wartości patriotycznych. Na konkurs wpłynęło 56 prac plastycznych z całej Polski. 15 listopada zebrało się jury: mgr Monika Sobieska dyrektor Przedszkola, fizjoterapeuta mgr Małgorzata Lubańska, nauczyciel mgr Katarzyna Małachowska i dokonało wyboru czterech najciekawszych prac. Wszystkim, którzy wzięli udział w naszym konkursie serdecznie dziękujemy i gratulujemy inwencji twórczej!

Opracowała mgr Joanna Wieczorek



Nasze przedszkole otrzymało 5 oczyszczaczy powietrza, które placówka pozyskała w ramach Kampanii „Mogę zatrzymać smog-Przedszkolaku złap oddech” prowadzonej przez Urząd Marszałkowski Województwa śląskiego. Kampania ma na celu podniesienie świadomości ekologicznej dzieci i rodziców w zakresie wpływu zanieczyszczonego powietrza na zdrowie.

Opracowała Maria Gilga.



25 listopada obchodziliśmy „Dzień Pluszowego Misia”. Nauczyciele wszystkich z grup przygotowali dla dzieci wiele atrakcji: tańce z pluszowymi misiami, gry, zabawy z misiami w roli głównej. Dzieci poznały historię powstania pierwszego pluszowego misia.

Opracowała mgr Agata Chudyka



Prawa przysługują każdemu dziecku niezależnie od wieku, płci, koloru skóry czy miejsca zamieszkania. Najważniejszym dokumentem, który określa prawa dziecka jest Konwencja o prawach dziecka, którą uchwało Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych 20 listopada 1989 r. Konwencja została ratyfikowana przez 192 kraje, które zobowiązały się do przestrzegania i realizowania jej zapisów. Polska ratyfikowała tę konwencję w 1991 r.

Opracowała Maria Gilga



20 listopada odbyły się przesłuchania do Wojewódzkiego Konkursu Piosenki Śląskiej „Mała Karolinka 2019”. Nasze przedszkole reprezentowała Zofia Gancarczyk z grupy „Misiów”, która zaśpiewała piosenkę „Dzieweczko ze Śląska”. Zosi akompaniował tata na pianinie. Gratulujemy udanego występu!

Opracowała mgr Katarzyna Małachowska



21 listopada w CKE Przedszkole Nr 10 im. Juliana Tuwima w Czerwionce-Leszczynach zorganizowało XVII Powiatowy Przegląd „Z piosenką i tańcem po Europie”. Nasze przedszkole reprezentowały dzieci z grupy „Misiów”, w składzie: Hania, Hubert, Julia, Filip, Lena, Kajetan, Zosia, Maciek, Magda i Kuba. Przedszkolaki zatańczyły walca do piosenk Ed Sheeran "Perfect".

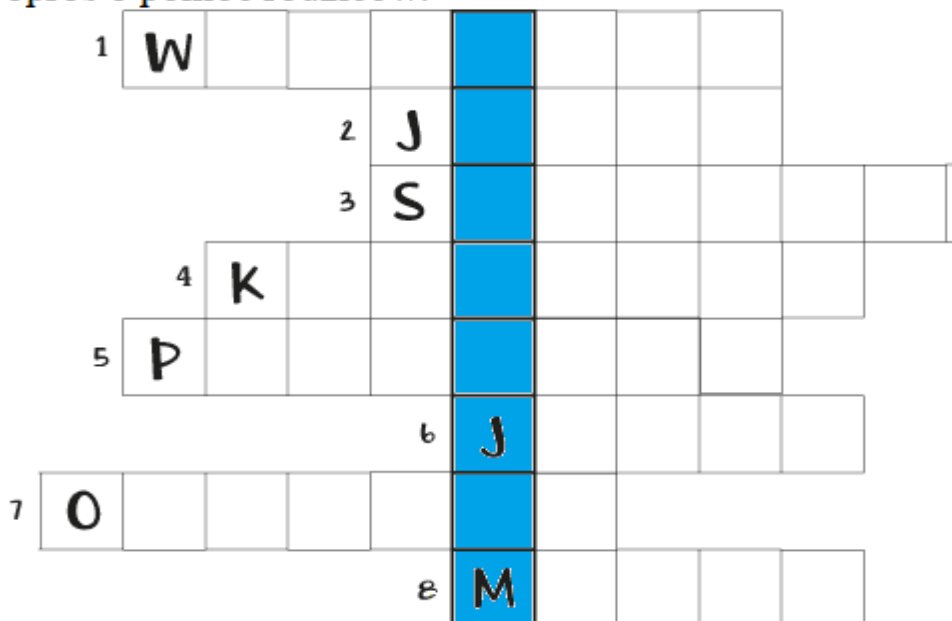
Opracowała mgr Katarzyna Małachowska



27 listopada do przedszkola zawitał Piotr Boruta z Czocherem - aktor teatralny, lalkowy, filmowy, telewizyjny, a także mim i bruchomówca, który brał udział w programie rozrywkowym „Mam Talent”. Bruchomówca rozbawił całą społeczność przedszkola swoimi żartami. Podczas występu pan Piotr i Czocher przypomnieli dzieciom postaci z różnych bajek. Serdecznie dziękujemy za spotkanie.

Opracowała Maria Gilga

Rozwiąż krzyżówkę obrazkową i odczytaj hasło.
Poproś o pomoc rodziców.



Dzień Babci i Dziadka w Przedszkolu-zapraszamy

Biedronki 10.01.2020 r. godzina 9.00

Jagódki 14.02.2020 r. godzina 9.00

Kaczuszki 12.02.2020 r. godzina 9.00

Misie 05.02.2020 r. godzina 9.00

Przedszkolaczek 07.02.2020 r. godzina 9.00

Słoneczniki 11.02.2020 r. godzina 9.00

Stokrotki 13.02.2020 r. godzina 9.00

Kontakt:

Przedszkole Nr 1 z Oddziałem Integracyjnym „PROMYCZEK”

44-238 Czerwionka – Leszczyny, ul. Ks. Pojdy 62; tel/fax: 32 / 43-11-641

Dyrektor Przedszkola: mgr **Monika Sobieska**

mail: promyczek_nr1@op.pl, www.promyczek1.pl



Niech magiczna noc Wieczoru Wigilijnego przyniesie Wam spokój i radość, a Nowy Rok obdaruje pomyslnością i szczęściem. Najpiękniejszych Świąt Bożego Narodzenia oraz szczęśliwego Nowego Roku 2020

*życzą
Dyrektor, Grono Pedagogiczne
oraz Pracownicy Przedszkola nr 1.*

Boże Narodzenie 2019 r.

Redaktor naczelny: Joanna Wieczorek, v-ce redaktor: Maria Gilga

PROFILAKTYKA WAD POSTAWY

Wada postawy to zmiana utrwalona w układzie kostnym, odchylenie od ogólnie przyjętych, podanych cech prawidłowej postawy.

Do najczęstszych wad postawy należą:

- plecy okrągłe,
- plecy wklęsłe,
- plecy płaskie,
- skoliozy,
- płaskostopie.

PLECY OKRĄGŁE.

Wada ta polega na nadmiernym wygięciu w tył kręgosłupa w odcinku piersiowym. Charakterystyka wady:

- osłabienie i rozciągnięcie mięśni prostowników grzbietu odcinka piersiowego, mięśni czworobocznych, równoległobocznych i najszerzego grzbietu oraz mięśni karku,
- wysunięcie do przodu głowy i barków,
- upośledzenie funkcji oddechowej klatki piersiowej.

PRZYKŁADOWE ĆWICZENIA:

1. Pozycja wyjściowa:

- leżenie tyłem,
- nogi ugięte, kolana przyciągnięte do klatki piersiowej,
- ręce wyprostowane przy głowie,
- pod plecami na szczycie kifozy piersiowej zrolowany kocyk.

Ruch:

- wytrzymać w pozycji 20 sek,
- rozluźnić mięśnie piersiowe.

2. Pozycja wyjściowa:

- klęk podparty.

Ruch:

- wysunięcie ramion do przodu do pozycji „ukłonu japońskiego”.

Powtórzyć 10 razy.

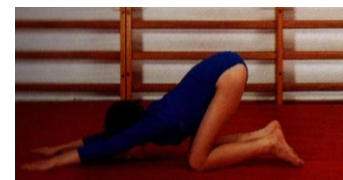
3. Pozycja wyjściowa:

- leżenie przodem,
- nogi wyprostowane i złączone,
- ręce wyprostowane wyciągnięte przed siebie, dłonie na piłce,
- pod brzuchem, w okolicach pępka, zrolowany kocyk.

Ruch:

- wytrzymać w pozycji 20 sek.

Powtórzyć 10 razy.



Kolejne ćwiczenia w następnym numerze.

Opracowała mgr Małgorzata Lubańska

