

Wydanie nr 31 , Marzec 2014

Nasza Gazetka

Uroczy

.....
przedszkolaczek

Czasopismo rodziców i nauczycieli Przedszkola nr 100 w
Krakowie



W tym numerze

Reaktywując naszą Gazetkę bardzo zależało nam, aby była ona miejscem, w którym nie tylko coś opisujemy i o czymś czytamy. Zależało nam, aby pisząc do niej i czytając w niej artykuły – przeżywać, czuć, skłaniać się ku refleksji – jednym słowem – zatrzymać się na chwilę. Po cichu na to liczyliśmy...i udało się - w drugim numerze naszej Gazetki bardzo osobistym skrawkiem swojego życia dzielą się z nami trzy Mamy – p. Katarzyna Niegowska, p. Katarzyna Szafrąńska i p. Joanna Starzyńska. Z dużą otwartością,

wnikliwością i czułością opisują one swoje macierzyństwo – cały bagaż przeżyć i doświadczeń związanych z byciem Mamą; a także swoje największe skarby – swoje dzieci.

Również my pragniemy Państwu ukazywać życie Waszych dzieci i ich samych – tutaj, na przedszkolnym gruncie. W tym numerze nauczycielki podejmują próbę przybliżenia sylwetek dzieci z ich grup. Pani Renata Jacher wraz z Paniami z drugiej grupy wierszem charakteryzuje swoich przedszkolaków. Natomiast ja chciałam się podzielić z Państwem refleksją na temat uniwersalności uczuć i emocji w doświadczaniu świata. Czynię to w oparciu o fotografię dzieci z autyzmem, z którymi pracuję od początku tego roku. O tym co atrakcyjnego wydarzyło się w przedszkolu, pisze p. Marta Szczepaniak w artykule pt. „Radośnie i z dźwiękiem”. Z kolei p. Anna Turczynowicz – Suszycka i Izabela Nowak opisują Metodę Indywidualnej Stymulacji Słuchu dr Johansena oraz Metodę Integracji Sensorycznej.

Na ostatnich stronach naszego pisma logopeda podsuwa kilka pomysłów na zabawy usprawniające aparat mowy dziecka, a fizjoterapeutka przedstawia kilka prostych i przyjemnych aktywności na wsparcie rozwoju dziecka, które przejawia trudności z zakresu integracji sensorycznej.

Życzymy miłej lektury.

Małgorzata Kręcioch, nauczyciel

Spis treści

W tym numerze _____ 2

Małgorzata Kręcioch

„A luli a luli siostrzyczka Cię otuli, A lili a lili już zaśniesz w jednej chwili... _____ 4

Katarzyna Niegowska

Aniołek bez skrzydeł – historia
Amelki _____ 6

Katarzyna Szafrąńska

Przedszkolak Kubuś – to Ja! _____

11

Joanna Starzyńska

Grupa druga wierszem opisana, bo z poczucia humoru jest
znana _____ 14

Renata Jacher, Elzbieta Wybituła, Bożena Surdek, Renata Tokarz

Widziane w obiektywie – blaski i

cienie _____ 17

Małgorzata Kręcioch

Radośnie i z
dźwiękiem _____

20

Marta Szczepaniak

Metody pracy z dzieckiem z zaburzeniami rozwojowymu stosowane w
Przedszkolu nr 100

_____ 21

Anna Turczynowicz – Suszycka, Izabela Nowak

Kilka rad logopedy dla Rodziców

_____ 23

Anna Zwolska - Biel

Mamo, Tato ćwiczmy razem

24

Beata Jarosz

Ogród _____

_____ 27

Autor nieznany

„A luli a luli siostrzyczka cię otuli, A lili a lili już zaśniesz w jednej chwili”

Przy słowach tej kołysanki - usypianki każdego wieczoru moje córki (Gabrysia – 4 lata - zespół Downa i Ola- 1,5 roku) kładą się do swoich łóżek i razem z Radiem Bajka śpiewamy i słuchamy różnych piosenek na dobranoc ... (szczególnie polecam Radio Bajka Kraków 95,2 MHz w godzinach od 19.00 do 21.00.)

Widok jakże miły oku, kiedy to w końcu po całym dniu zabaw i zajęć dwie małe siostrzyczki słodko śpią, a ja mogę skończyć swoje domowe obowiązki i trochę odpocząć.

Moje dziewczyny bardzo lubią śpiewy, tańce i muzykę. Nie jest im nudno, nawet wtedy kiedy pada deszcz, bo przecież mają siebie. Jest wtedy głośno i wesoło, jest również nieustanna rywalizacja o mamę, walka o zabawkę. Gabrysia jako starsza siostra za wszelką cenę pokazuje "kto tu rządzi", jest przy tym opiekuńcza dla Oli. Od początku pomagałam mi przy przewijaniu, karmieniu czy kąpaniu. Teraz ma swoje lalki, które pielęgnuje, choć są chwile kiedy usilnie próbuje złapać Ole i dać jej np. jeść, sprawdzić czy ma sucho. Z kolei Ola dzięki Gabrysi naśladuje ją w myciu zębów, piciu z kubeczka, siadaniu na nocnik itp. Razem przy swoim małym drewnianym stolyczku z małymi krzeselkami jedzą, malują kredkami, układają klocki, puzzle. Razem biegają wesoło, tańczą, a na spacerach najbardziej lubią jeździć swoimi wózkami dla lalek, bawić się w piaskownicy. Są również nieustanne walki o coś, o jakąś zabawkę, wtedy też jest płacz i ucieczka do mamy, która zawsze przytuli i pocieszy.



Czuje się szczęśliwą mamą, że mam dwoje dzieci i wiem, że decyzja o drugim dziecku była dobra i przemyślana. Początek nie był łatwy i nadal jest jeszcze dużo pracy, obowiązków i nieprzespanych nocy. Gabrysia przechodziła etapy zazdrości o siostrę, myślę, że jeszcze gdzieś nadal jest w niej wewnętrzna walka o mamę, mamę tylko dla siebie (tak jak to było kiedyś). Stąd w całym dniu szukam tej chwili, kiedy możemy pobyć choć na chwilę same ze sobą, po to by się poprzytulać do siebie, porozmawiać, pobawić się, pobaraskować, bo wiem jak ważne jest to dla Gabrysi i dla mnie również. Czasem jest to pora kiedy Ola już śpi i wtedy możemy pobyć ze sobą. Widzę wtedy jak dorośleje, staje się mądrzejsza ...

Obie córki dają mi ogromną radość, uczą mnie bezinteresownej miłości jak również nieustannej cierpliwości i choć jestem czasem zmęczona nie wyobrażam sobie żeby było inaczej.

Gabi i Ola są dla mnie wszystkim, chcę je wychować na mądrych i kochających ludzi i choć nie wiem co będzie za rok, dwa czy więcej wiem jedno że „dzieci zamykają uszy na rady a otwierają oczy na przykłady” - i to jest mój cel na dziś i jutro.

Katarzyna Niegowska, mama Gabrysi i Oli

Aniołek bez skrzydeł – historia Amelki

Zanim zaczęłam pisać tę historię, musiałam sięgnąć głęboko na dno szafy, a tam w pudełku znajdował się mały, poświęcony aniołek – świadek niezwykłego cudu, który towarzyszył naszej córce w pierwszych a zarazem najtrudniejszych dniach życia. Sama nie wiem dlaczego od kilku lat nie spoglądałam na niego, może to tylko wina przeprowadzki, gdyż wciąż mamy dużo nierozpakowanych pudełek, a może to strach przed tym co było, może boimy się wracać myślami do bardzo bolesnych wspomnień.

Pamiętam dzień, w którym dowiedziałam się, że zostanę mamą bliźniaków, tak wielkiego bezmiaru szczęścia nie doznałam chyba nigdy wcześniej. Niestety radość z nadchodzącego macierzyństwa została brutalnie przerwana przez diagnozę – wodogłowie wrodzone. Głowa naszej córeczki rosła w zastraszającym tempie, niestety środek wypełniał płyn mózgowo-rdzeniowy, a poza mózdzkiem w badaniach USG nie było śladów mózgu.

Na próżno szukaliśmy pomocy u najlepszych specjalistów, nikt nie potrafił nam pomóc. Jedno z moich dzieci miało nie przeżyć porodu, a w najlepszym wypadku być „rośliną”. Rozpacz, strach i bezradność to uczucia, które rozdierały nasze serca. Została tylko modlitwa i wiara w to, że tylko Bóg może zdecydować o jej istnieniu.

Dziewczynki: Amelia i Natalia przyszły na świat 7 września 2009 roku. Amelka przeżyła poród, była śliczna, ale jej głowa była ogromna (ponad 50cm) i zniekształcona. Od tej pory zaczęła się walka o jej życie: wizyta neurochirurga, ściąganie strzykawką płynu mózgowego i decyzja o wszczęciu zastawki. Nigdy nie zapomnę słów wskazania do zabiegu- “ze względów pielęgnacyjnych i etycznych”, dlaczego nie ze względu na ratowanie życia i zdrowia. Te słowa wciąż krążą w mojej głowie, wryte jak w najtwardszej skale. Niestety lekarze nie dawali szans na przeżycie córki.

Czuwający aniołek

Od początku przy inkubatorze Amelki czuwał wspomniany aniołek. Kiedy w siódmej dobie życia miała być przewieziona do szpitala w Prokocimiu, musiałam się z nią pożegnać, prawdopodobnie miałam jej więcej nie zobaczyć. Moim życzeniem było, żeby w tej samotnej podróży towarzyszył jej aniołek, żeby nie była sama. Prosiłam go, aby nad nią czuwał, a jej mówiłam, żeby się nie bała, że nie będzie bolało i że nie jest sama, a jednocześnie moje serce pękało z bólu – bezradne i bezsilne. Mogłam tylko przytulić moje dziecko i mieć nadzieję, że nie będzie cierpiało. Nie jestem w stanie wyrazić słowami tego co czuje matka w takiej chwili...



A jednak Amelka przeżyła wszczepienie zastawki komorowo – otrzewnowej. Po tygodniu otrzymaliśmy informację, że możemy ją oddać do hospicjum albo zabrać do domu. Jeszcze tak niedawno mówiono mi, że mam jedno dziecko i dla niego muszę żyć i nagle ku zdziwieniu lekarzy – moje drugie dziecko żyje. Przy łóżku Amelki nadal znajdował się aniołek, brakowało mu jednak skrzydeł i smyczka. Nasza córka, nasz aniołek "nie odleciał", został z nami. Nie wiem co się stało, być może upadł, ale dla nas to był cud, co przyznało kilku lekarzy. Ten maleńki aniołek stał się symbolem i świadkiem niemożliwego – życia wbrew logice i przeciwnościom losu.

Od tamtej pory moja mama mówi, że Amelka będzie grać na jakimś instrumencie, oczywiście w kościele, dziękując Panu Bogu za dar życia. Może i coś w tym jest, gdyż bardzo lubi muzykę i dźwięki, lubi grać na instrumentach, słuchać i tańczyć.

Byliśmy pewni, że od tego momentu będzie tylko lepiej, nie zdawaliśmy sobie sprawy, że śliczne, ciemne, ale niestety smutne oczy córeczki zwiastują kolejną chorobę. W wyniku zakażenia podczas wszczepiania zastawki Amelka zachorowała na sepsę i zapalenie opon mózgowo – rdzeniowych. Znowu niepomyślna diagnoza – “nie reaguje na leki, robimy wszystko, ale proszę przygotować się na najgorsze”.

Przy łóżku Amelki wciąż czuwał aniołek, a babcia modliła się z całych sił i chyba jako jedyna nie miała wątpliwości, że Amelka jest pod szczególną opieką. Miała rację- znowu się udało, Amelka wyzdrowiała, wszczepiono jej nową zastawkę, a jej śliczne oczka nie były już smutne.

Od tamtej pory, czyli od 4-go miesiąca życia córka jest intensywnie rehabilitowana. Trzeba było nauczyć ją wszystkiego, przewracania się na bok, na brzuch, chwytów rączkami, czy podnoszenia nóg do góry, co nie było łatwe, gdyż głowa była wciąż ciężka i nieproporcjonalnie duża w stosunku do całego ciała i najgorsze – brakowało kory mózgowej.

Kiedy rehabilitacja zaczęła przynosić pierwsze efekty, za rogiem czaiła się nowa choroba – ujawniła się padaczka. W wyniku ataków padaczkowych i wodogłowia pogłębiła się również wada wzroku. Od stycznia 2011 roku leczymy się, ale ataki wciąż nie ustępują. Nie pamiętam ile razy, o różnych porach dnia i nocy Amelka traciła świadomość, wymiotowała, miała dreszcze czy miała problemy z oddychaniem. Ile razy wzywaliśmy pogotowie i zabierano ją do szpitala. Nie znamy dnia ani godziny, zawsze musimy być gotowi.

Nigdy nie przyzwyczaję się do widoku mojego dziecka, które jest bezbronne wobec tak potężnej choroby. Uczucie strachu towarzyszy mi każdego dnia. Ataki padaczkowe, brak sygnalizacji potrzeb fizjologicznych i opóźnienie psychoruchowe to największe problemy, z którymi borykamy się każdego dnia.

Przez te kilka lat rehabilitacji córka zrobiła ogromne postępy. Pracowało i wciąż pracuje z nią wielu terapeutów i specjalistów. Drugi rok uczęszcza do przedszkola specjalnego. Oddanie jej do przedszkola to była trudna, ale jedna z lepszych decyzji jaką podjęliśmy. Teraz mogę mówić, że moje bliźniaczki chodzą do przedszkola i chociaż nigdy nie spotkają się w jednej szkole to bardzo cieszy.

Amelka na co dzień

Pomimo wielu chorób, Amelka jest bardzo pogodnym dzieckiem, jej uśmiech rozjaśnia wszystkie wnętrza pomieszczeń i zakamarki ludzkich dusz. Nie wiem skąd w niej tyle siły i uporu w dążeniu do celu. Kiedy widzę, jak po każdym ataku zbiera siły, jestem pełna podziwu za jej wolę walki i życia.

Jeśli miałabym powiedzieć, co moje dziecko lubi robić najbardziej – odpowiedziałabym, że chodzić. Odkąd w wieku prawie trzech lat córka zrobiła swój pierwszy krok, uwielbia chodzić, chociaż ma płasko koślawe stopy, słabą koordynację ruchową – wzrokową, zaburzenia równowagi i często się przewraca, to nie poddaje się, wstaje i próbuje od nowa. Z całych sił walczy o każdy ruch, o każdy krok, który pozwala jej poznawać świat i przybliżyć do życia w normalności.



Amelka uwielbia również grać w piłkę, rzucać, kopać i kręcić, z łapaniem jeszcze nie radzi sobie najlepiej. Lubi też prace manualne: wkładanie i wyjmowanie klocków i wszelkich elementów z pudełek i toreb to zajęcie przy którym potrafi skupić uwagę przez dłuższą chwilę. Również przeglądanie książeczek i zabawa dźwiękowymi zabawkami to dla niej bardzo emocjonujące zajęcia.

Bardzo lubi też oglądać zdjęcia, szczególnie jedno przypadło jej do gustu, takie na którym siedzi na rowerze. Potrafi przez pół godziny opowiadać po

swojemu, że Mela jedzie, rower i tak w kółko. Oczywiście cieszy ją również zabawa z siostrą bliźniaczką, zabawa w chowanego, zabawa lalkami, wspólne kąpiele i przeszkadzanie siostrze w rysowaniu czy układaniu puzzli - to jest powód do wielkiej radości.

Oczekiwania i marzenia

Przed nami jeszcze wiele lat intensywnej pracy, ale wierzymy że kiedyś Amelka będzie samodzielna. Coraz więcej rozumie, komunikuje się za pomocą pojedynczych słów, ale próbuje powtarzać i mówić dużo więcej. Na razie są to dźwiękonaśladowcze wyrazy, ale mamy nadzieję, że dzięki jej uporowi i wyteżonej pracy uda się to osiągnąć.



Moim największym marzeniem jest to, żeby w przyszłości moje córki bliźniaczki łączyła silna więź, żeby mogły być dla siebie oparciem i rozumiały się bez słów. Do tego potrzebne jest tylko i aż zdrowie Amelki i jej rozwój umysłowy. Czy w przyszłości uda się osiągnąć to co od urodzenia mogło być normalnością – nie wiem, ale zrobię wszystko, żeby pomóc w osiągnięciu takiego stanu i nie poddam się do końca moich dni.

Katarzyna Szafrńska, mama Amelki i Natalii

Przedszkolak Kubuś – to Ja!

Kubuś urodził się 3 lata temu, w dość ciężkim porodzie bo przy użyciu próznociągu, ale w mózgu nie było żadnych zmian. Z biegiem czasu zaczęły się problemy...Kuba od początku był opóźniony w rozwoju, późno trzymał główkę, siadał, a chodzić zaczął dopiero w siedemnastym miesiącu, do tego miał dużą nadwrażliwość słuchową. Jak był malutki to nie dało się z nim prawie nigdzie chodzić, bo jak słyszał dużo dźwięków to od razu łapał się za uszka i płakał.

Zaczął się chodzenie po lekarzach, trafiliśmy na Półkole do ośrodka, tam chodzimy do Pani psycholog, p. Asi Sadowskiej, która po kilku spotkaniach zdiagnozowała upośledzenie umysłowe. Szok dla nas był ogromny, mieszane uczucia, płacz....dlaczego nasze dziecko. Ciężko mi było bo nie mogłam się z tym pogodzić, nieraz zadaje sobie pytanie dlaczego tak musi być? Niunio jest takim pogodnym, kochanym chłopczykiem i od samego początku problemy, ale mam nadzieję, że poradzi sobie w życiu bo trafił do wspaniałego przedszkola!

Kuba przez rok chodził do prywatnego przedszkola, ale tam nie dawał sobie rady za bardzo, nie chciał uczestniczyć w zajęciach, ani bawić się z dziećmi, często leżał na ziemi i nic nie robił. Zaczęłam szukać przedszkola, a że Kuba miał przyznane kształcenie specjalne to szukałam w takich placówkach, aż w końcu natrafiłam na strone Naszego już przedszkola. Na początku nie bardzo chciałam, żeby tam chodził, ale zadzwoniłam i umówiłam się z psycholog, panią Anią Kowalską. Po krótkiej rozmowie i oprowadzeniu po przedszkolu stwierdziłam, że przedszkole jest bardzo przyjazne.

Na drugi dzień byłam umówiona na rozmowę w jeszcze innej placówce, ale koniec końców zdecydowaliśmy, że przedszkole nr 100 będzie najlepsze dla Niunia.



I tak Kubuś został przedszkolakiem 😊 Ma wspaniałe Panie w grupie i fajne dzieciaki. Początki były trudne, bo nie chciał chodzić, bardzo płakał przy rozstaniu ze mną, nie chciał wychodzić z domu. Pani na szatni mówiła, że przyszła syrenka, a raczej syrenek bo tak bardzo wył, ale po przerwie świątecznej odmieniło mu się - nie płacze już przy rozstaniu. Zostały jeszcze kłopoty z wyjściem z domu, ale mam nadzieję, że miną szybko.

Synek lubi być w przedszkolu, chociaż jeszcze nie mówi, ale wiem, że tak jest. Ostatnio zaczął mówić najważniejsze słowo na świecie: MAMA - radość nie do opisanie 😊

Po tych trzech miesiącach widać jak Kubuś bardziej się skupia, więcej rozumie, pomaga mi w domu, bardzo lubi majsterkować z tatą, sprzątać i gotować ze mną w kuchni. Mniej się złości. Wszystko układa się po jak najlepszej linii.

Co Wy na to drogie Mamy i przedszkolaki, aby w Naszej gazetce utworzyć Kącik Kulinaryny Przedszkolaka?

Na dobry początek zaproponuję taką naszą „bezchlebową” kolację, będzie to Pancaks-gruba wersja naleśników😊 bardzo smaczny posiłek i dość szybki w przygotowaniu, a do tego można zaangażować całą rodzinę. Kubuś zawsze mi pomaga, dzielnie trzyma mikser i miskę, a ja wsypuję składniki.

Potrzebne nam będzie:

- 5dkg masła
- 2 jajka
- 1 szklanka maślanek
- 5 dkg cukru
- 30 dkg mąki
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia.
- Do smaku dżem, śmietana, cukier puder.

Masło roztopić i przestudzić. Do miski dać żółtka z cukrem i miksować do białości. Dodać roztopione masło, mąkę z proszkiem do pieczenia, maślankę, miksować do połączenia składników. Następnie ubić białka-tu może wkroczyć Tata z trzepaczką😊 Przełożyć do masy i delikatnie drewnianą łyżką wymieszać.

Smażyć na oleju na złoty kolor. Podawać z ulubionymi dodatkami.

Wersja light (Mamy się ucieszą) - można smażyć w gofrownicy, wtedy będą mniej kaloryczne i bardzo chrupiące, smaczne również na drugi dzień, chociaż nigdy nie zostają😊



Mama Joanna Starzyńska i Kubuś

Grupa druga wierszem opisana, bo z poczucia humoru jest znana

Napisać słów kilka o naszej grupie wypada, chociaż to wcale nie łatwa sprawa.

Pani Bożenka wierszem napisać kazała, ale żadnej instrukcji nam nie dała.

Grupa nasza z tego jest znana, że frekwencja w niej zawsze murowana.

Grupa Pajacyki ośmioro dzieci liczy, chłopców sześć

a dziewczynki dwie - wszyscy bardzo lubią się.

Dzieci są wspaniałe, miłe i kochane, czasami słuchają, a czasami brykają.

Dobrze wiemy co, kto lubi, a za czym nie przepada, kto je sam, a kogo karmi mama.

Kto w domu jest ubierany, a kto lubi być wyręczany,

kto w domu zęby myje ładnie, a kto nie wie jak "mydło pachnie".

My samodzielności uczymy, ale o współpracę bardzo prosimy,

a że różnie z tym bywa, to nie nasza wina.

Tak w skrócie o naszej grupie piszemy, a teraz indywidualnie dzieci opiszemy.

Piotruś to chłopiec bardzo wrażliwy, ale czasami gadatliwy,

zabawę sam sobie organizuje, nikomu nie dokucza i nie dokazuje.

Wzorem spokoju jest i wychowania, wręcz godny naśladowania.

Amelia to indywidualność grupowa;

czasami śpiewa a czasami do zajęć gotowa.

W wózku lubi wozić lałę i radzi sobie coraz doskonalej.

*Michał natomiast społecznie się wybija - dzieciom pomaga,
rękawy podwija, pantofle Igora przynosi i krzeselka do kręgu znosi.*

A Izydor dogaduje i dyskutuje

i w kuchni komenderuje, obiadki gotuje i panie chętnie częstuje.

Chętny do zajęć niebywale i mówi coraz wspanialej.

Wiktoria mówić jeszcze nie umie ale wszystko dobrze rozumie.

Od rana puzzle układa i to jej lubiona zabawa.

A przeszkadzać jej nie wolno bo w złość wpada w tedy ogromną.

Igor natomiast patrzy i obserwuje, a potem w materac nurkuje.

Nie dla niego stolikowe układanki,

on kocha taniec, skoki i przewracanki.

Patryk różne pasje ma realizowane – układanki, puzzle i w kuchni gotowanie.

Wie czego chce – gestem poprosić umie

ale również humory pokazuje dumnie.



Chętny do zajęć wspaniale; nad mową jego pracujemy wytrwale.

A Nikodem pięknie posiłki zjada i do zajęć w kręgu cudownie siada.

Za układankami natomiast nie przepada,

*ale gdy muzyka mu w ucho wpada to tańczy, kręci się wspaniale
i robi to wręcz doskonale!*

*Tak nasze dzieci dzisiaj widzimy, a to co na zajęciach robimy
to w innym numerze omówimy.*

I słów kilka jeszcze napisać trzeba

kto z naszymi dziećmi bawi się i śpiewa.

Pani Renia dba o dzieci sprawiedliwie i nikogo nie ominie,

dba by brzuszki były zadowolone i na sali leżaczki rozłożone.

Z odkurzaczem po sali fruwa, ale chętnie też pociesza i przytula.

Pani Bożenka uczy od rana jak się puzzle układa i co do czego pasuje, a czego brakuje.

Niemożliwe nie istnieje, takie Bożenka ma przeświadczenie.

A dzieci lubią, gdy im pomaga i wspólnie z nimi układanki wkłada.

Ela z Renią pomysłami się wymieniają, wymyślają i plan pracy układają, ale bez pomocy Bożenki i Reni niczego nie osiągniemy.

Wszystkie jednym głosem mówić musimy, jeżeli o dobrej współpracy myślimy.

Renata Nowak, Elżbieta Wybituła, Bożena Surdek, Renata Tokarz

Widziane w obiektywie – blaski i cienie...

Wróciłam do przedszkola po długiej przerwie...z aparatem. Przygodę z fotografią rozpocząłam dzięki swoim dzieciom, z którymi spędziłam w domu kilka lat. To oni byli i są moimi ulubionymi modelami – szczególnie wtedy, gdy zajęci czymś, pochłonięci zabawą nie wiedzą, że celuję w nich okiem obiektywu. Dzięki takim zdjęciom – zrobionym trochę z ukrycia, zniechęta, ale z wyczuciem chwili zrozumiałam, że kadr, dobre światło, kompozycja, odpowiednie parametry to jeszcze nie wszystko...

Wszystko to moment, w którym naciskam spust migawki. Moment, który decyduje o tym, że zdjęcie na które patrzę do mnie „mówi”, wywołuje emocje, dreszcz, uśmiech albo sprawia, że po prostu milknę. Wtedy wiem, że ta fotografia jest dobra. I wcale nie musi być ładna...

Wśród zdjęć dzieci z mojej przedszkolnej grupy znajdują takie, które mnie osobiście poruszają, zachęcają do refleksji, bo stawiają przede mną pytanie: jak to jest „być z autyzmem?” I patrząc na te zdjęcia nie potrafię jednoznacznie na nie odpowiedzieć, nie potrafię precyzyjnie czegoś nazwać. To tylko refleksja, wrażenie, emocja. Nie teoria, ale przeżycie, które świat moich dzieciaków troszkę mi przybliżyła i pozwala dojrzeć różne jego blaski i cienie. Zdarzało się i tak, że dopiero na fotografii dostrzegłam coś, na co wcześniej nie zwracałam uwagi. Patrząc na zbliżenie oczu Oli zauważyłam, że marszczy ona brwi – tak jak każdy z nas, gdy intensywnie o czymś myśli czy próbuje coś rozwiązać. Od tej pory często widzę zmarszczone lekko brewki – gdy Ola zmysłami chłonie rzeczywistość – myślę, że wkłada w to dużo wysiłku, że poznawanie to dla niej swego rodzaju wyzwanie...

Wyzwanie, któremu próbuje sprostać z całą dziecięcą radością jaką ma w sobie – a widzę to na może nieudanym (bo prześwietlonym i poruszonym) zdjęciu gdzie jest roześmiana, w pędzie, z włosami jakby przetkanymi iskierkami – to zdjęcie dziewczynki szczęśliwej, z apetytem na życie.



Uśmiechnięty Pawełek na jesiennym, w słońcu spacerze, wpatrzony w kolorowe, suche, małe liście, które wypuszcza z dłoni; szeleszczą pod

dotykem jego palców, wirują, mienia się w słońcu październikową barwą. Tylko tyle i aż tyle...Codziennosc może być barwna, wielowymiarowa, może iskrzyć, gdy uda nam się na chwilę zatrzymać – o tym przypomina mi ta fotografia z Pawciem.

Tomek siedzący po turecku tyłem do sali, z hula hop w ręku – patrzę tylko na jego proste plecy i skupienie w nim całym, gdy unosi przed sobą obręcz...a widzę uniwersalną potrzebę każdego z nas, by pobyć trochę samemu, by w ciszy zakosztować chwili. Na jeszcze innej fotografii Tomek siedzący w podwieszanej pufie, nie widzę go wyraźnie, bo zdjęcie jest zupełnie nieostre...To ta chwila, kiedy czujemy, że coś jest nie tak, jakoś niewyraźnie nam...Ale wystarczy, że popatrzę na twarze dzieciaków śmiało i z zawadiackim uśmiechem patrzące wprost w obiektyw i wiem, że takie zamazane, nieostre chwile mijają, gdy tylko zdołamy dostrzec kogoś bliskiego tuż obok. Dowodem na to jest zdjęcie, na którym Adaś razem z Tomkiem zanurzają jednocześnie dłonie w wielkiej pianie wyciekającej ze szklanej misy z wodą. Ich buzie całe się śmieją, oni są blisko siebie – to afirmacja koleżeństwa, bycia razem, wspólnego przeżywania i działania.



Rozpoczynając ten artykuł chciałam ukazać jak fotografie przybliżają mi świat moich przedszkolnych dzieci, ich sposób postrzegania, przeżywania, a w szczególności ich samych... Teraz, kończąc go uświadamiam sobie nagle, że mówią mi one nie tylko o blaskach i cieniach ich życia, ale życia w ogóle. Mojego i ich. Naszego. Po prostu.

Małgorzata Kręcioch, nauczycielka

Radośnie i z dźwiękiem,

czyli kolejne spotkanie w cyklu „Muzyka dla Smyka” na żywo.

29 stycznia w naszym Uroczym Przedszkolu już po raz drugi, odbyło się spotkanie z p. Michałem Szulcem, muzykiem i miłośnikiem instrumentów perkusyjnych. Pan Michał wierzy, że „każdy z nas ma w sobie rytm, który daje radość”. Tym razem zaproponował dzieciom poznanie kilku instrumentów afrykańskich: bębny – conga, bongosy i djembę, kij deszczowy oraz grzechotkę z kopyt antylopy. Ponadto zaprezentował odgłosy jakie wydaje agogo oraz guiro, bębenek szum morza i vibraslap.



Wiele radości dało dzieciom słuchanie interesujących odgłosów i samodzielne tworzenie ruchu. W zabawie rytmiczno-ruchowej dzieci reagowały na określony sygnał. Przy dźwiękach bębnów – swobodnie tańczyły, guiro, które przypomina rechot żaby motywowało do podskoków, przy vibraslapie – ryczały jak lwy, przy szumie morza – odpoczywały. Następnie przedszkolaki utworzyły wspólną orkiestrę. Dyrygował p. Michał i trzeba przyznać, że dzieci świetnie się spisały. Z wielkim entuzjazmem tańczyły także z instrumentami grając w rytm afrykańskiego bębna–djembe, którego zdecydowane i mocne rytmy towarzyszyły nam przez całe spotkanie. Na koniec każdy przedszkolak mógł samodzielnie zagrać na każdym bębnie i odkryć różnorodne brzmienie tych fascynujących instrumentów. Dzieci były zachwycone, tak, że trudno było się pożegnać. Afrykańskie rytmy potrafią obudzić i porwać do tańca najbardziej spokojną duszę. Warto czasem dać się porwać...

Marta Szczepaniak, muzykoterapeuta.

Metody pracy z dzieckiem z zaburzeniami rozwojowymi stosowane w Przedszkolu nr 100

1. Metoda Indywidualnej Stymulacji Słuchu dr Johansena

Metoda Indywidualnej Stymulacji Słuchu dr Johansena jest programem opierającym się na szczegółowej, wykonywanej na audiometrze, diagnozie słyszenia i uwagi słuchowej. Na podstawie badania przygotowywany jest indywidualny program w formie przyjemnych utworów muzycznych. Program dźwiękowy nagrywany jest na płyty CD. Wystarczy go słuchać 10 -15 min. dziennie w domu przez słuchawki. Postępy terapii słuchu są kontrolowane co 4- 8 tygodni. Cały program trwa około 12 miesięcy.

Terapia słuchowa poprawia:

- przetwarzanie słuchowe
- zdolność utrzymania uwagi i koncentracji na wypowiedziach ustnych
- czytanie
- rozumienie mowy
- artykulacje
- komunikację
- samo ocenę
- normalizuje napięcie mięśniowe co wpływa na postawę ciała
- utrzymanie równowagi

- koordynację ruchów
- motorykę

W naszym przedszkolu **posiadamy nowoczesny audiometr** oraz **specjalistów** terapii Johansena. Zainteresowanych rodziców w zapraszamy na konsultacje do: Anny Turczynowicz-Suszyckiej, Marty Szczepaniak, Izabelli Nowak.

2. Integracja sensoryczna

U wielu dzieci przyczyną problemów w nauce, zachowaniu i rozwoju są zaburzenia integracji sensorycznej. Terapia integracji sensorycznej skierowana jest do dzieci z:

- nadmierną wrażliwością na bodźce dotykowe, wzrokowe, słuchowe oraz ruch,
- zbyt małą wrażliwością/reaktywnością na stymulację sensoryczną,
- zbyt wysokim lub niskim poziomem aktywności ruchowej,
- trudnościami z koncentracją uwagi, impulsywnością,
- problemami z koordynacją,
- opóźnieniem rozwoju mowy, rozwoju ruchowego oraz trudnościami w nauce,
- słabą organizacją zachowania,
- niskim poczuciem własnej wartości.

Terapia SI ma formę "naukowej zabawy", w której dziecko chętnie uczestniczy. Podczas zajęć dziecko huśta się w hamaku, na huśtawkach, toczy w beczce, skacze na trampolinie i pokonuje tory przeszkód.

Przedszkole **dysponuje w pełni wyposażoną salą do Integracji Sensorycznej oraz certyfikowanych terapeutów** tej metody: Izabella

Nowak, Bożena Święchowicz, Anna Turczynowicz-Suszycka, Beata Jarosz,
Małgorzata Kręcioch

Anna Turczynowicz – Suszycka, Izabella Nowak, nauczyciele

Kilka rad logopedy dla Rodziców

Zaproponuj dziecku naśladowanie ruchów i odgłosów zwierząt oraz przedmiotów za pomocą warg i języka np.:

- Konik jedzie na przejażdżkę. Naśladuj konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania.
- Wilk gonił zająca i bardzo się zmęczył, wysunął język i dyszy. Wsuń język jak najdalej na brodę - pokaż dyszącego wilka.
- Huśtawka unosi się do góry, a potem wraca na dół. Wsuń język przed zęby i poruszaj nim tak, jakby się huśtał - raz do góry w stronę nosa, raz do dołu w stronę brody.
- Dzieci bardzo lubią kręcić się na karuzeli, twój język także. Włóż język między wargi a dziąsła i zakręć nim raz w prawą, raz w lewą stronę.
- Wsuń obie wargi do przodu, udając ryjek świnki. Następnie połóż na górnej wardze słomkę lub ołówek i spróbuj ją jak najdłużej utrzymać.

- Chomik wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.
- Wyobraź sobie, że twój język to żołnierz na defiladzie. Na raz - czubek języka wędruje na górną wargę, na dwa - czubek języka dotyka lewego kącika ust, na trzy - czubek języka na dolną wargę, na cztery - czubek języka przesuwamy do prawego kącika ust.
- Na pewno wiele razy kopaleś szeroką łopatką w piasku. Otwórz buzię i wysuń język za dolną wargę. Postaraj się, aby język był szeroki jak łopatka.
- Malarz maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj językiem swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.
- Dzieci lubią zjeżdżać na zjeżdżalni, a ty ? Spróbuj zrobić zjeżdżalnię dla krasnoludków ze swojego języka. Oprzyj czubek język za dolnymi zębami i unieś do góry jego środkową część. Musisz bardzo uważać, aby język nie wychodził przed zęby.
- Młotkiem wbijamy gwoździe w ścianę. Spróbuj zamienić język w młotek i uderzaj o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoździa.
- Drzwi do domu otwierają się i zamykają. Wargi to nasze drzwi do domu. Pokaż jak wargi ściągnięte do przodu, otwierają się i zamykają.
- Żyrafa wyciąga mocno szyję do góry. Otwórz szeroko usta i spróbuj pociągnąć język do góry, najdalej jak potrafisz.
- Słoń ma długą trąbę i potrafi nią wszędzie dosięgnąć. Ciekawe czy potrafisz dosięgnąć językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony.

Anna Zwolska – Biel, logopeda

Mamo, Tato ćwiczymy razem!

Uczenie się przez zmysły- integracja sensoryczna na co dzień

Poniżej przedstawiam kilka prostych i przyjemnych aktywności na wsparcie rozwoju dziecka, które przejawia trudności z zakresu integracji sensorycznej. Serdecznie zachęcam do wspólnych ćwiczeń z dzieckiem, które pozwolą odczuć na "własnej skórze" oddziaływanie różnych bodźców oraz wpłyną na pogłębienie więzi z dzieckiem.

Układ dotykowy:

- **„dotykowe pudełko”**: weź pudełko po butach lub poszewkę na poduszkę, umieść w środku różne przedmioty, po czym poproś dziecko, by wkładając rękę do pudełka spróbowało zgadnąć, jakiego przedmiotu dotyka;
- **zabawa w kąpieli**: zachęcaj dziecko do używania podczas kąpieli różnych rodzajów gąbek, mydeł i ręczników. Zaproponuj myjki i gąbki o różnych fakturach i kształtach, można również dodać do kąpieli odrobinę krochmalu z mąki ziemniaczanej;
- **„na dotykowym szlaku”**: wspólnie z dzieckiem zbuduj drogę z materiałów o zróżnicowanej fakturze. Pokonujcie tak przygotowaną drogę z otwartymi i zamkniętymi oczami;
- **„mumia”**: bandażowanie rąk, nóg oraz całego ciała (docisk dostosować do potrzeb dziecka);
- **wspólne gotowanie**: stwarzaj dziecku jak najwięcej okazji do wspólnego gotowania, mieszania, przesypywania, ugniatania różnego rodzaju ciast, mas, sypkich produktów itp.

- **malowanie dłońmi, stopami:** farbę przeznaczoną do malowania palcami możesz zmieszać z innymi materiałami, np. kaszą, piaskiem, ryżem itp. Stwórzcie też własną „farbę” z kisielu, galaretki czy pianki do golenia;
- **„skarby w ryżu”:** w pudełku napełnionym ryżem (lub innym sypkim produktem) umieść kilka ulubionych małych zabawek dziecka. Dziecko musi je odnaleźć;

Układ przedsionkowy i proprioceptywny:

- **skakanie na piłce:** wspólne zabawy na dużej nadmuchiwanej piłce, na której dziecko będzie mogło usiąść i skakać;
- **„żółwie”:** dziecko i rodzic , w klęku podpartym, z niewielkim obciążeniem na plecach(sakwa, poduszka, itp.) przemieszczają się z jednego miejsca na drugie;
- **bieganie:** przypomnijcie sobie zabawę w berka; ścigajcie się, rozegrajcie mecz piłki ;
- **skakanie/zeskakiwanie :** zachęcaj dziecko do zeskakiwania z niewielkiego podwyższenia (np. pierwszego stopnia schodów), wskakiwania na oznaczone pole, przeskakiwanie przez niewielkie przeszkody;
- **„latający dywan”:** dziecko siada lub kładzie się na kocu, rodzic ciągnie je po podłodze w różnych kierunkach, tempie;
- **siłowanie:** usiądź na podłodze i powiedz dziecku „Spotkałeś na swojej drodze ogromny kamień, spróbuj go przepchnąć”, przeciągajcie wspólnie linę, siłujcie się na rękę;
- **ciągnięcie/pchanie:** pozwól dziecku pchać wózek z zakupami czy spacerówkę;
- **nalewanie/przesypywanie/wkładanie:** pozwól dziecku na eksperymentowanie, niech przelewa płyny z kubeczka do kubeczka,

przez lejek, łyżeczką/szczypcami przesypuje, chwyta, przekłada drobne materiały (ryż, kaszę, fasolę, itp.) do pojemników różnej wielkości i kształtu;

- „**balonowy bejsbol**”: zrób kije z gazet i owiń je taśmą. Podrzucaj balon i zachęcaj dziecko, by spróbowało uderzyć w balon, spróbujcie odbijać balon jak najdłużej (razem lub osobno);
- „**bąbelkowe wybuchy**”: folia bąbelkowa z największymi bąbelkami. Skakanie na foli w butach, skarpetach, na bosaka.
- **Bitwy na poduszki.**

Wiele radości ze wspólnej zabawy!

Beata Jarosz, fizjoterapeuta, oligofrenopedagog

P.S. W następnym numerze ćwiczenia i zabawy stymulujące zmysł wzroku, słuchu, węchu oraz doskonalące umiejętności oralno-motoryczne.

Ogród

Pewien człowiek postanowił zająć się troskliwie ogrodem znajdującym się przed

jego domem. Pragnął z niego zrobić cudowny angielski „trawnik”.

Poświęcał mu wszystkie wolne chwile. Jednak pewnej wiosny, kiedy jego pragnienie było już prawie zrealizowane, ujrzał, że spod trawy zaczął wyrastać perz o żółtych kwiatkach. Rzucił się natychmiast, aby go wyplenić. Ale następnego dnia kolejne dwa żółte kwiatki wydobyły się spod zielonej trawy. „Muszę kupić jakąś mocną truciznę. Inaczej nie dam sobie z tym rady.” Jego życie przemieniło się od tego dnia w zacieklą walkę z nieznośnymi żółtymi kwiatkami. Ale z każdą wiosną przybywało ich coraz więcej. „Co mogę jeszcze uczynić?” Skarżył się swojej żonie. „Dlaczego nie spróbujesz ich pokochać?”, odpowiedziała spokojnie małżonka. Postarał się. Już po niedługim czasie widział w tych cudownych kwiatkach muśnięcie wielkiego artysty na szmaragdowej zieleni ogrodu. Od tego czasu był już szczęśliwy.



SUBSTANCJE TRUJĄCE W ŻYWNOŚCI

| Kod unijny | Nazwa chemiczna | Wpływ zdrowie | Funkcje w produktach |
|----------------|--------------------------------------|---|---|
| E 621 E 620 | Glutaminian sodu Kwas glutaminowy | Podwyższa ciśnienie, wywołuje alergie, przys. bicie serca | Gubi prawdziwe zapachy produktów np. nie świeżych |
| E 622 E 626 | Glutaminian potasu Kwas guanylowy | Wysypka, astma, bezsenność, ból głowy | Masowo stosowany do wędlin kielbas, przetw. rybnych |
| E650 | Octan cynku | Nudności, biegunki | W dżemach, napojach aromat, marynatach owocowych |
| E 951 | aspartam | Działa rakotwórczo, ból głowy, migreny, depresje | Zamiennik cukru dodawany do napojów np. coli |
| E 952 | Kwas cyklaminy | Migreny, wysypki, świąd skóry | W napojach mlecznych, dżemach, pieczywie |
| E 954 | Sacharyna i jej sole | Wysypki, nowotwory | Dżemy, marmolady, pieczywo |
| E 1105 | Lizozyna | Stwierdzono przyczyny wielu chorób | Używany przy produkcji żółtych serów i kosmetyków |
| E102 | Tartrazyna | Wysypki skórne | Wyroby cukiernicze |
| E 250 | Azotyn sodu | Niszczy tarczycę, powoduje astmę, działa nowotworowo | Szeroko stosowana do kielbas i peklowania mięsa |
| E 280 | Kwas propionowy | Nieżyt żołądka, ból głowy, migreny | Zmienia smak, stos. w przemyśle cukierniczym, do serów i kosmetyków, też do chleba |
| E 284 | Kwas borowy | Wysoka toksyczność dla organ. | Opryskiwane owoce cytrusowe, stos. też w kosmetyce |
| E 310 | Galusan propylu | Astma, zapalenie skóry, alergie | Dod. do olejów sałatkowych, margaryny, napojów mlecznych, serów, pieczywa, do kosmetyków |
| E 385 | Sól wapniowo-isydowa | Zaburzenia przemiany materii, alergie | Stos. do produkcji groszku i fasolki puszkowej, grzybów puszkowanych |
| E 420 | Sorbitol | Guzy nerek, kamienie nerkowe | Stosowany w produktach mlecznych, dżemach, galaretkach, wyrobach cukierniczych, w kosmetykach |
| E 559 | Krzemian glinu | Wywołuje chorobę Alzheimera i choroby nerek | Substancja zapobiega zbryleniu: soli, kawy rozpuszczalnej, mleka w proszku, ryżu, serów, kielbasy, piwa |
| E 104 | Żółcień chnolinowa (barwnik) | Wywołuje astmę, nowotwory, wysypki | Dodawana do budyniów, galaretek, ryb wędzonych i żywności przetwarzanej |
| E110, 120 | Żółcień pomarańcz. Karmina | Katar sienny, astma, pokrzywka | Napoje alkoholowe, konfitury, ciasta, jogurty, kosmetyki |
| E 123 | Amarant (barwnik) | Nieżyty, pokrzywka, atakuje nerki i wątrobę | Działa nowotworowo, dodawany do galaretek, lodów, budyni, kosmetyków |