

## Humor dla Taty i Mamy

### Sorry

Staś do Igora: - Sorry, uderzyłem Cię?! – Ale zanim Igor zdążył odpowiedzieć Staś dodaje: - Bo według mnie to nie.

### Babcia

- Proszę Pani, wie Pani gdzie mieszka moja babcia?

- Gdzie?

- Obok sąsiadki.

- A sąsiadka gdzie?

- Niedaleko mojej babci!

### Delikatność

- Proszę pani! – skarży się chłopiec – on mnie uderzył!

- Ale bardzo, bardzo delikatnie. – broni się kolega.

### Sylaby

- Kubuś, podziel mi na sylaby słowo „helikopter”.

- Sa – mo – lot!

### Pomyłka

Pani Renia omyłkowo pyta Maćka (brata Bartka):

- Bartulku, czy pomóc Ci ubrać rajstopki?

- Nie Bartulku, nie Bartulku, tylko Maciulku! – oburza się chłopiec.

### Z Internetu

- A pani o tym to z Internetu wie? – pyta dziecko.

- Ale o czym?

- No na przykład o 12 miesiącach?



### Królowa

Dzieci jedzą śniadanie. Marcel wierci się na swym krzeselku. Pani Honorka zwraca mu uwagę.

- Marcel jedz!

- Królowo, Ty tu rządzisz!

### Taka młoda

Pani Agatkę boli głowa. Zuzia komentuje:

- Mój Boże. Taka młoda kobieta i taka schorowana.

### Zmarszczki

Zuzia bawi się w sklep. Podchodzi pani Honorka i pyta się, co mogłaby kupić.

- Krem przeciwzmarszczkowy.

- Ja!? Zmarszczki?

Zuzia cicho – Przecież widzę.

### Pomoc

Natalka bawi się w kąciuku. Nagle woła: - Ojej, noga weszła mi w szczebelki (osłonki na kaloryfer)!

Z drugiego końca Sali odzywa się p. Tereska: - Chodź do mnie kochanie, pani ci pomoże.

Opracowała Alicja Ulko



Nr 70

Miejskie Przedszkole nr 15 w Siedlcach



## WIADOMOŚCI PRZEDSZKOLNE

Luty 2019

### „Przedszkolny niejadek”

Zarówno wielu rodziców w domu, jak i nauczycieli w przedszkolu obserwuje u swoich podopiecznych niechęć do spożywanych posiłków. Ktoś patrząc z boku pomyślałby, „ależ to dziecko marudzi”, „jak ono może tak mieszać w tym jedzeniu”, „no tak się wymazać podczas posiłku!”. Problem nie jest jednak błahy, ponieważ często nie jesteśmy świadomi co może leżeć u jego podstaw. Często są nim zaburzenia integracji sensorycznej (lecz nie tylko), którym towarzyszą specyficzne zachowania np. opór przed samodzielnym jedzeniem, dławienie się, reagowanie odruchem wymiotnym, wypluwanie jedzenia, problemy z żuciem pokarmów oraz ich polykaniem, zabawa jedzeniem, podwyższony niepokój i poziom pobudzenia. Przyczyną wybiórczości pokarmowej mogą być:



jedzenia, np. makaron nie może być polany sosem, bułka nie może być posmarowana masłem.

- **zapachowa:** Dziecko wyczuwane na zapachy może reagować odruchem wymiotnym lub wręcz wymiotować, gdy poczuje nietolerowaną woń.

- **sluchowa:** Sprawia, że dana osoba unika produktów chrupkich, wydających w trakcie jedzenia intensywne dźwięki.

- **na smaki:** Dzieci te preferują pokarmy miękkie, dlatego chętnie jedzą produkty przetworzone i gotowe. Podanie pokarmu metalową łyżką pozostawiającą charakterystyczny posmak również mogą wywołać negatywną reakcję.

- **wzrokowa:** Dzieci wykluczają jedzenie jedynie po wyglądzie, np. nie jedzą produktów zielonych lub czerwonych.

- **przedsionkowa:** Dziecko z nadwrażliwością tego typu musi mieć stabilne oparcie dla stóp podczas posiłku. Jeżeli nie ma zapewnionej c.d.s.2



1. Różnego rodzaju nadreaktywności ( nadwrażliwości):

- **dotykowa:** Dzieci z nadwrażliwością dotykową niechętnie dotykają jedzenia, nie lubią mieszanych faktur, mają wyraźne preferencje co do temperatury, konsystencji, faktury, a nawet sposobu podania

## LISTA PROŚB TWOJEGO DZIECKA



1. Nie psuj mnie, dając mi wszystko, o co proszę. Czasami wystawiam cię na próbę, sprawdzam.
2. Nie obawiaj się postępować wobec mnie twardo i zdecydowanie. Daje mi to poczucie bezpieczeństwa.
3. Nie postępuj tak, abym czuł się młodszy niż jestem. To prawda buntuję się ale tylko dlatego żeby udowodnić, że jestem duży.
4. Nie karć mnie w obecności innych. Najbardziej przekonujesz gdy mówisz spokojnie i dyskretnie.
5. Nie ochraniaj mnie przed konsekwencjami tego, co zrobiłem.
6. Nie przejmuj się zbyt moimi małymi dolegliwościami. Pomyśl jednak, czy nie chcę za ich pomocą przyciągnąć twojej uwagi i zainteresowania.
7. Nie dawaj mi pochopnych obietnic, bo czuję się zawiedziony, gdy później ich nie dotrzymujesz. Postaraj się abym nie wątpił w prawdziwość twych słów.
8. Nie zmieniaj zasad swojego postępowania w zależności od układów. Czuję się wtedy zagubiony i tracę wiarę w ciebie. Przestaję ci ufać.
9. Nie zbywaj mnie gdy stawiam ci pytania. Tak bardzo potrzebuję rozmowy z osobą mi bliską
10. Nie sugeruj, że jesteś doskonały i nieomylny.

Przeżywam wstrząs widząc cię, gdy jesteś taki.

11. Nie zabraniaj mi eksperymentowania i popełniania błędów. Bez tego nie mogę się rozwijać. Pozwól mi na upadki, abym umiał się podnieść i iść dalej.
12. Nie zapominaj jak szybko dorastam. Jest ci pewnie trudno dotrzymać mi kroku, więc proszę- postaraj się! To dla mnie ważne

Opracowała Alicja Ulko



c.d. ze s. 1.

stabilizacji skupia się bardziej na dążeniu do utrzymania równowagi niż na jedzeniu.  
2. Podrażliwość (podreaktywność)- wykazujące ją osoby słabiej reagują na informacje pochodzące ze zmysłów, więc jedzenie może nie być dla nich wystarczająco atrakcyjne. Osoby z tego typu zaburzeniem bawią się pokarmem, rozcierają go, ugniatają i wyrzucają poza talerz. Nie czują, że mają brudną twarz, nadmiernie się objadają

lub chomikują jedzenie w buzi.

3. Kolejnym aspektem wybiórczości pokarmowej są zaburzenia w postaci poszukiwania wrażeń sensorycznych. Poszukiwacze sensoryczni preferują ostre, pikantne pokarmy o wyrazistych temperaturach i konsystencjach.

4. Kłopoty z planowaniem motorycznym to kolejna trudność jaką napotyka dziecko. Jest to np. problem z nałożeniem jedzenia na łyżkę, z trafieniem łyżką lub widelcem do ust.

Powyższe przykłady to zaledwie namiastka tego, co może zaburzać rozwój umiejętności pokarmowych. Warto więc zastanowić się, czy nasz niejadek nie potrzebuje głębszej obserwacji, a może nawet pomocy specjalisty.

Opracowała Anna Jasińczuk

## MOJE DZIECKO JEST UPARTE

Dziecięcy upór niezadko doprowadza do rozpaczy zarówno rodziców jak i ich przedszkolne wychowawczynie. Ale co to właściwie znaczy, że dziecko jest uparte? Uparte dziecko zwykle cechuje bardzo silne poczucie niezależności. Z jednej strony jest to zjawisko bardzo pozytywne, ponieważ osoby niezależne są zwykle stanowcze, pewne siebie, zdecydowane i wytrwałe. Z drugiej - niezależności towarzyszy zwykle nieustępliwość, kłótniowość i buntowniczość. Silna wola upartego dziecka zwykle stoi jednak w sprzeczności z tym, co dorośli uważają za najlepsze dla niego. Wiele typowych cech "uparciucha" ma związek z jego temperamentem, czyli wrodzoną skłonnością do reagowania w określony sposób. Uważa się zatem, że u podstaw postępowania dziecka leży jego temperament, ale charakterystyczne zachowania dziecka (dobre lub złe) kształtuje dopiero jego wychowanie społeczne. Do najczęstszych kłopotów, jakie sprawiają małe i uparte dzieci, należą: napady złości, agresja, problemy z jedzeniem, ubieraniem się, kłamstwa rywalizacja między rówieśnikami. Napady złości mają określony cel, którym jest próba zwrócenia na siebie uwagi lub sposób na otrzymanie upragnionej rzeczy. Jeżeli dziecko ma skłonność do reagowania w ten sposób, należy dążyć do ograniczenia częstotliwości i zmniejszenia intensywności tych zachowań. Pomóc w tym mogą następujące zalecenia:

\*chwalimy dobre zachowanie dziecka, ilekroć poradzi sobie ono z daną sytuacją w odpowiedni sposób, nie wykorzystując płaczu, krzyku i ciskania przedmiotami; \*podejmujemy działanie zanim rozpocznie się napad, zwykle poprzedza go złe zachowanie (płacz, krzyk), \*ignorujemy napady złości: nie jest to łatwe, ale daje pewność, że dziecko nie otrzyma nagrody w postaci zainteresowania się jego osobą - oczywiście nie polega to na pozostawieniu dziecka samemu sobie, \*starajmy się, aby napad złości nie przyniósł pożądanych przez dziecko rezultatów w postaci, na przykład, uniknięcia czegoś, tylko dlatego, że krzyczy i płacze, \*nie pozwólmy wyprzewodzić się z równowagi - nigdy na dziecko w takiej sytuacji nie krzyczymy, po ataku złości nie wracajmy do tego, nie roztrząsajmy, \*dajmy dziecku do zrozumienia, że rozumiemy jego zdenerwowanie, ale dopiero wtedy, gdy się uspokoi. Można wtedy powiedzieć: „Przykro mi, że byłeś tak strasznie zły, ale takie zachowanie nie jest dobrym rozwiązaniem, - dziecko w wieku przedszkolnym potrafi już zrozumieć taki komunikat, \*z czasem możemy też uczyć wyrażania swoich uczuć za pomocą słów: kiedy dziecko nabierze w tym wprawy, ataki złości staną się coraz rzadsze. Wiele upartych dzieci bije, popycha, gryzie, rzuca różnymi przedmiotami, aby osiągnąć określony cel. W późniejszym wieku tego typu agresja słabnie, ale najczęściej zastępuje ją agresja słowna. Dlatego warto pracować nad tym, aby zredukować tego typu zachowania jeszcze w dzieciństwie.

### Istnieje kilka sposobów:

\*podobnie jak w przypadku napadów złości chwalmy malucha, kiedy swoją frustrację rozładowuje w sposób nieagresywny, \*kiedy kryzys mija, uczymy dziecko innych, niż agresja zachowań. Począwszy od trzeciego roku życia możemy udzielać takich na przykład rad: „Jeśli jesteś zły, weź głęboki oddech i przyjdź ze mną porozmawiać”, z czasem dziecko nauczy się stosować tę metodę, \*ograniczamy oglądanie nieodpowiednich programów telewizyjnych, \*okażmy dziecku, że rozumiemy jego złość, ale jednocześnie dajmy mu do zrozumienia, że takie zachowanie nie będzie akceptowane. Możemy wtedy powiedzieć: „Wiem, że byłeś zły, ale nie wolno Ci nikogo uderzyć, nawet, jeśli byłeś wściekły”.

Opracowała Anna Mateuszak