

Ćwiczenia logopedyczne

Ćwiczenia języka (usta szeroko otwarte)

układaj szeroki i luźny język jak
łopatazweźżaj język i dotykaj czubkiem
górnym przednich siekaczydotykaj kolejno czubkiem języka do
każdego górnego zęba, a potem
dotknij do każdego zęba na doleukładaj szeroki język na górnych
dziąsłach, maluj podniebienieprzyklejaj język całą powierzchnią
do podniebienia i kłaskaj czubkiemPołykaj ślinę z czubkiem języka
uniesionym do podniebienia przy
lekką otwartych ustachMaluj kropeczki czubkiem języka na
podniebieniu

Mariola Pięnkowska

**To już było...****WIADOMOŚCI
PRZEDSZKOLNE**

Październik 2024

Serdecznie witamy po wakacjach wszystkich przedszkolaków i ich Rodziców jak i te dzieci, które po raz pierwszy do nas zawitały . Wszystkim Milusińskim życzymy, aby czas spędzony w przedszkolu upłynął im na wesołej i radosnej zabawie, a rodzicom udanej współpracy z naszą placówką.

**Adaptacja 3-latka**

Adaptacja to przystosowanie dziecka do środowiska przedszkolnego. Jest ona procesem długotrwałym, złożonym i wielostronnym. Dziecko w tym czasie potrzebuje czasu, cierpliwości i zrozumienia zarówno od rodziców jak i nauczycieli, aby móc przystosować się do nowej dla niego sytuacji.

Dojrzałość przedszkolną rozwijamy w dziecku między innymi poprzez:

* Rozwijanie samodzielności, szczególnie w zakresie czynności samoobsługowych – takich jak korzystanie z toalety, mycie rąk, jedzenie.

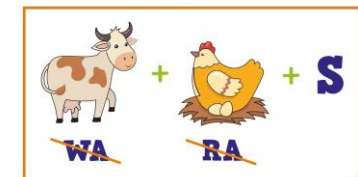
* Przyzwyczajanie dziecka do dłuższego skupiania uwagi przez obserwację przyrody, gry i zabawy z regułami, wspólne oglądanie obrazków, słuchanie piosenek i opowiadań.

* Kształtowanie pozytywnej motywacji dotyczącej przekroczenia progu przedszkola, ułatwianie nawiązywania kontaktów z rówieśnikami, kształtowanie umiejętności porozumiewania się z innymi dziećmi i dorosłymi.

* Stwarzanie okazji do samodzielnego rozwiązywania problemów: wykonywanie wspólnych prac domowych takich jak przygotowywanie posiłków, sprzątanie, zakupy. Dzięki takim aktywnościom dziecko nabywa umiejętności samodzielnego organizowania sobie pracy, dba o własne rzeczy, zabawki oraz porządkuje swoje miejsce pracy i zabawy.

Marlena Sawiak

Rozwiąż rebus!



.....

Profilaktyczne odrobaczanie organizmu - fakty i mity

Pasożyty u dzieci to problem dość powszechny, zwłaszcza pośród tych najmłodszych. Atak niechcianych lokatorów, wśród których prym wiodą głównie owsiki, spędza sen z powiek nie jednemu opiekunowi. Dlatego wśród większości rodziców bardzo popularne stało się tak zwane profilaktyczne odrobaczanie dzieci. Czy warto je wykonywać? Oto kilka faktów i mitów na temat profilaktycznego odrobaczania organizmu.

Jak można zarazić się pasożytami?

Wbrew pozorom "złapanie" i wyhodowanie sobie pasożyta bytującego w przewodzie pokarmowym nie jest trudną sprawą. Głównym i podstawowym czynnikiem prowadzącym do zakażenia jest nieprzestrzeganie podstawowych zasad higieny. O ile dorośli przeważnie nie mają z tym problemu, u dzieci, zwłaszcza tych najmłodszych, może stanowić to wyzwanie. Wystarczy nieuwaga podczas zabawy w piaskownicy, nie umycie rąk po skorzystaniu z toalety czy zjedzenie nieumytych owoców i nieszczęście gotowe. Możemy być pewni - jeśli jedno dziecko nabawi się pasożytów, trzeba podjąć działania mające na celu ich zwalczenie u całej rodziny.

Do najczęściej występujących pasożytów u małych dzieci i dorosłych możemy zaliczyć: owsiki, glistę ludzką, tasiemca, lamblie.

Jakie są objawy zakażenia pasożytami?

Objawy zakażenia pasożytami przewodu pokarmowego są często nieswoiste i mogą zostać błędnie zinterpretowane. Do głównych symptomów zaliczyć można: ból brzucha, wymioty, biegunkę, utratę masy ciała, brak apetytu, świąd w okolicach odbytu, ogólną drażliwość, gorączkę, osłabienie organizmu, suchy kaszel.

Jak widać, objawy te mogą być łatwo pomyłone z symptomami innej choroby. Dlatego jeśli długotrwałe leczenie danego schorzenia nie przynosi efektów, zwłaszcza u małych dzieci, warto rozważyć obecność pasożytów w przewodzie pokarmowym.

Jak rozpoznać zakażenie pasożytami?

Diagnostyka chorób pasożytniczych zależy w dużej mierze od rodzaju pasożyta, który zaatakował

nasz organizm, a także od objawów, jakie występują. Podstawą rozpoznania jest odpowiednio przeprowadzony dokładny wywiad z osobą chorą lub jej opiekunem. Następnie w celu potwierdzenia na zlecenie lekarza przeprowadzane są badania diagnostyczne, takie jak: badanie kału lub wymiocin, wymaz z okolicy odbytu, badanie krwi badanie treści dwunastniczej badanie wycinka błony śluzowej jelita. Po odpowiednim rozpoznaniu lekarz wdraża właściwe leczenie.

Leki na odrobaczenie

Leczenie zakażenia pasożytami polega głównie na podawaniu odpowiednich leków przeciw pasożytniczych oraz zachowaniu należytej higieny. Lekami stosowanymi w leczeniu przeciw pasożytniczym są między innymi: albendazol, mebendazol i pyrantel. Ten ostatni jest dostępny bez recepty w aptekach i zarejestrowany jest głównie do leczenia owsicy. Dodatkowo ważną kwestią w zwalczaniu pasożytów przewodu pokarmowego jest odpowiednia higiena. W tym celu należy regularnie zmieniać bieliznę, dezynfekować toaletę oraz przedmioty często przez nas używane. Ponadto bardzo ważne jest wypranie pościeli, ręczników i bielizny w odpowiednio wysokiej temperaturze.

Jeśli choć jedna osoba w domu jest nosicielem pasożytów, leczeniu poddawana jest cała rodzina.

Czy profilaktyczne odrobaczanie dzieci ma sens?

Rodzice małych dzieci na pewno niejednokrotnie spotkali się z profilaktycznym odrobaczaniem dzieci. Takie zalecenia można spotkać na forach internetowych, grupach dla rodziców czy po prostu usłyszeć je od sąsiadki, która ma "doświadczenie" w kwestii leczenia i wychowywania własnych dzieci.

Pamiętajmy, że nie są to żadne oficjalne zalecenia, nie otrzymamy takich porad od lekarza rodzinnego czy pediatry. Podawanie profilaktycznych leków na odrobaczenie nie ma najmniejszego sensu, ponieważ działają one w momencie już aktywnego zakażenia pasożytem, nie zapobiegają zakażeniu. Ponadto, jak każde inne leki, również te przeciw pasożytnicze wywołują działania niepożądane, dlatego cykliczne podawanie ich dzieciom nie jest najlepszym pomysłem. Ostatnio też coraz częściej mówi się o narastającej oporności pasożytów na niektóre grupy leków. (...) Jeśli chodzi o leczenie zdajmy się w tej kwestii na swojego lekarza.

Jedyną skuteczną i słuszną formą profilaktyki przed zakażeniami pasożytniczymi jest przestrzeganie odpowiedniej higieny oraz właściwe mycie i obróbka żywności przed spożyciem.

Bibliografia:

- Parfieniuk-Kowerda, A. (2017). Diagnostyka zarażeń pasożytniczych. Medycyna Praktyczna.
- Popielska, J. (2014). Czy naprawdę „rutynowe odrobaczanie” dzieci jest tak niebezpieczne? Skoro diagnostyka jest trudna, problem występuje powszechnie (10%), a większość leków podaje się w jednorazowej dawce, czy nie warto jednak podjąć ryzyka leczenia „w ciemno”? 500 pytań z pediatrii. Medycyna Praktyczna.
- Mach, T., Nowak, S., Stefaniak, J. (2022). Interna Szczeklika – Podręcznik Chorób Wewnętrznych. Owsica. Medycyna Praktyczna.
- Duszczyk, E. (2016). Zarażenia pasożytami (robaczyce). Medycyna Praktyczna.
- Wiercińska, M. (2022). Lamblioza (giardioza): przyczyny, objawy i leczenie. Medycyna Praktyczna.

Przytoczyła za Redakcją KtoMaLek.pl I Ilczuk

Sport odgrywa kluczową rolę w życiu dziecka. Poprawia nie tylko kondycję i wydolność organizmu, ale także wpływa na rozwój umiejętności motorycznych, koordynacji oraz sprawności fizycznej. Pozwala dzieciom na wyrażanie emocji, a co najważniejsze przyczynia się do poprawy zdrowia psychicznego.



Anna Jasińczuk

JAK WYKORZYSTAĆ JESIENNE SKARBY DO ZABAWY Z DZIECKIEM?

Jesień to czas, gdy można znaleźć na dworze niesamowite skarby i wykorzystać je potem do zabawy w domu. Gdy tylko na dworze robi się chłodniej i widać jak z drzew spadają liście można wybrać się na spacer w poszukiwaniu różnych odmian kolorów liści, kasztanów, żołądźi, jarzębiny, a czasem uda się znaleźć jeszcze późnojesienne kwiaty. Kasztany, żołądźie, jarzębinę, szyszki wykorzystujemy w standardowy sposób tworząc różnego rodzaju ludziki i zwierzątka. Wystarczy zrobić kilka dziurek w kasztanach i połączyć je ze sobą za pomocą zapalek tworząc różne stworki. Potem w przeróżny sposób wykorzystujemy je podczas zabawy np. w teatrzyk czy domek. Taki spacer to również doskonała lekcja przyrody. Dziecko poznaje jakie liście ma dane drzewo i jakie daje owoce. Ponadto taki jesienny spacer pozwala na zacieśnienie więzi rodzinnych, a także daje wiele chwil radosnej zabawy np. podczas rzucania się liśćmi.

Małgorzata Piekart

