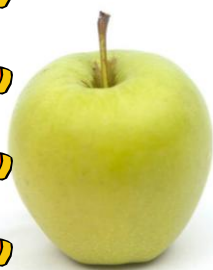


Gazetka przedszkolna



MAŁY EKOLOG

NR 1 (03) 2022/2023



W tym numerze przeczytasz:

- ✚ Dzień drzewa
- ✚ Jak przedszkolaki chronią przyrodę?
- ✚ Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania
- ✚ Wystawa "Małe dożynki"
- ✚ Akcja "Sprzątamy dla Polski"
- ✚ Dokarmiamy ptaki zimą - nie szkodzimy!
- ✚ Eko-rebusy



DZIEŃ

DRZEWA



Violetta Paździor

*„Inne święta służą jedynie przypomnieniu,
Dzień drzewa wskazuje na przyszłość” ...*

Światowy Dzień Drzewa został zainicjowany przez Juliusa Sterlinga, amerykańskiego sekretarza rolnictwa, a obchodzony jest w Polsce od 2002 r. i organizowany przez stowarzyszenia ekologiczne i instytucje oświatowe. Jak ważną rolę w naszym życiu pełnią drzewa nie trzeba chyba nikogo przekonywać. W starych wierzeniach drzewa zajmowały znaczące miejsce, ludzie zawsze dostrzegali w drzewach ukrytą siłę i moc. Niestety, drzewostany znikają w bardzo szybkim tempie i są nie do odtworzenia. Zajmują co prawda znaczną część powierzchni planety, ale poprzez niewłaściwą gospodarkę leśną co minutę wycina się ich znaczne obszary. Tegoroczne obchody Polkowickiego Dnia Drzewa obfitowały w wiele nowych atrakcji. Imprezę



rozpoczął przemarsz przez rynek maluszków ze żłobka, przedszkolaków i uczniów ze szkół. Dzieci były fantastycznie przebrane, miały elementy ekologiczne zgodnie z tematem przewodnim tego ekologicznego wydarzenia. Wśród wielu nowości na szczególną uwagę zasługuje niszczarka do butelek PET zasilana EnergoRowerem, która wpisuje się w ekologiczny styl życia. Dzięki takiej niszczarce tworzywa sztuczne można przerobić na drobne kawałki, a cały prąd potrzebny do zasilania niszczarki wytwarzany jest przez osobę pedałującą na rowerze. Bardzo atrakcyjne zajęcia warsztatowe

przygotowane zostały przez Pasiekę Dziadka Tolka, gdzie dzieci zostały przeniesione w fantastyczny świat pszczół. Pan Paweł- właściciel pasieki- w bardzo interesujący sposób opowiadał o życiu pszczół, przedstawił bogatą historię pszczół, a także podkreślił niezwykle leczniczą moc tych przyjaznych owadów. Dzieci uczestniczyły też w tworzeniu budek lęgowych i brały udział w warsztatach malowania ekotoreb. Uczestnicy warsztatów wykonali również piękne prace plastyczne z wykorzystaniem materiału przyrodniczego. Nieodzownym elementem obchodów Dnia Drzewa jest kiermasz roślin .

Na stoisku można było zakupić sadzonki roślin i kwiatów. Poprzez obchody tego święta chcemy zakomunikować,

że w pośpiechu naszych dni, zapominamy, jak blisko nas są prawdziwi przyjaciele, którzy cicho, bez rozgłosu stają na straży naszego bezpieczeństwa - produkują tlen, pochłaniają dwutlenek węgla, chronią przed suszą i powodzią, dają schronienie zwierzętom.

SZANUJMY ICH !!!



Jak przedszkolaki chronią przyrodę?

Jak przedszkolaki chronią przyrodę?



Mirosława Łeszyk

*"Musimy nauczyć się dbać o środowisko w którym mamy żyć.
Chodzi tylko o to, czy nauczymy się tego na czas"*
David Gates

Ochrona przyrody jest bardzo ważnym elementem edukacji ekologicznej. Aby dziecko jako przyszły użytkownik naszej planety wiedziało że trzeba o nią dbać, musimy wykształcić pewne nawyki już w przedszkolu. Zaczniemy od odpadów.

Odpady - to substancje stałe lub ciekłe powstałe w wyniku działalności ludzi, przeznaczone do usunięcia lub składowania z powodu niemożności ich wykorzystania. Już dzieci w przedszkolu wiedzą o tym, że odpady zanieczyszczają: wody gruntowe, atmosferę, gleby, szatę roślinną, stwarzają zagrożenie epidemiologiczne.

My przedszkolaki mamy takie rady na odpady:

- Ograniczyć bezmyślne zaśmiecanie środowiska, gromadząc śmieci w miejscach do tego przeznaczonych.
- Dokonywać zakupów świadomie, wybierać produkty mniej szkodliwe dla środowiska.
- Kupować produkty w opakowaniach wielokrotnego użytku np. szklanych zamiast w plastikowych.
- Na zakupy do sklepu zabierać koszyk lub płócienną torbę, ograniczy to ilość plastikowych reklamówek.
- Segregować odpady: oddzielnie papier, szkło, plastik i metal.
- Ograniczać objętość śmieci poprzez składanie, odkręcanie, zginiatanie, np.: pustych butelek.



My przedszkolaki zwracamy się do wszystkich z prośbą, aby zastosowali się do następujących zasad!!!



- Unikaj toreb plastikowych - noś tylko papierowe!
- Chcesz ograniczyć objętość odpadów - to składaj, odkręcaj i zginiataj śmieci!
- Kłopot to niewielki, więc zbieraj plastikowe nakrętki!
- Wrzucaj tylko do śmietnika, nigdy pod drzewo - unikaj tego!



Wszystkie dzieci wiedzą, że **woda** to cenny dar natury, więc powinniśmy o nią dbać i oszczędnie nią gospodarować.

Przedkolaki znają kilka sposobów oszczędzania wody:

- Weź prysznic, zamiast kąpieli w wannie!
- Myj zęby przy zakręconych kurkach!
- Należy natychmiast wymienić uszczelkę, gdy woda cieknie z kranu!
- Kiedy zapełni się zmywarka brudnymi naczyniami, włączaj tylko ją!
- Kiedy zmywasz ręcznie, napełnij jedną komorę zlewu lub miskę wodą z płynem. Spłukuj szybko pod niewielkim strumieniem bieżącej wody!
- Pierz tylko wtedy, gdy uzbiera się pełen bęben brudnej bielizny!
- Nigdy nie wylewaj niepotrzebnie wody, można jej użyć do podlewania kwiatów, przydomowego ogródka, czy sprzątania!



W naszym przedszkolu aktywnie włączamy się w różnorodne działania na rzecz ochrony środowiska. Staramy się wdrażać dzieci do tego, aby:

- dbały o swoje przedszkole i jego otoczenie,
- wrzucały śmieci tylko do przeznaczonych do tego celu pojemników,
- wykorzystywały opakowania wielokrotnego użytku,
- oszczędzały materiały papiernicze,
- używały wspólnie z rodzicami koszy lub płóciennych toreb na zakupy,
- zgniatały puszki, plastikowe butelki, kartoniki po sokach i mleku przed wrzuceniem ich do kosza,
- nie wyrzucały śmieci w dowolnych miejscach,
- nie niszczyły przyrody.



W naszym przedszkolu dzieci wiedzą, że troska o przyrodę jest troską o nas samych i nasze dalsze spokojne życie.



W ZDROWYM CIELE, ZDROWY DUCH



BYĆ AKTYWNYM TO JEDNO,



DRUGIE TO ZDROWO SIĘ ODŻYWIAĆ!



EUROPEJSKI DZIEŃ

ZDROWEGO JEDZENIA I GOTOWANIA

Katarzyna Piechota

Zgodnie z tradycją po raz kolejny Przedszkole Miejskie Nr 5 w Polkowicach obchodzi Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania, który przypada 8 listopada. Celem tego święta jest promowanie zdrowego jedzenia i gotowania już u najmłodszych dzieci, wyrabianie nawyków żywieniowych, spożywania regularnie posiłków.

Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania jest obchodzony na wiele sposobów. W niektórych krajach kucharze zapraszają dzieci do restauracji, aby pokazać młodym ludziom czym jest zdrowy styl życia, prowadzą też warsztaty i zajęcia na temat zdrowej diety.



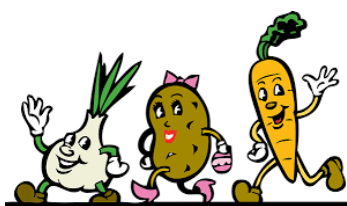
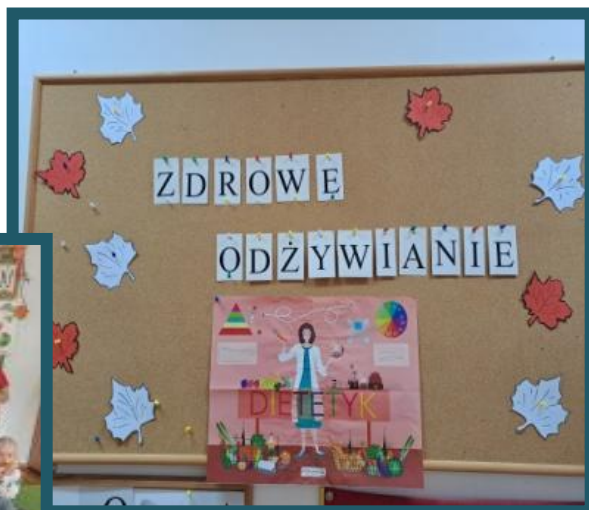
Im wcześniej wytworzymy u siebie zdrowe nawyki w tym obszarze, tym lepiej dla naszego zdrowia. Dlatego w naszym przedszkolu to dzieci z pięciu grup wiekowych były kucharzami, przygotowującymi rozmaite posiłki, wykorzystując warzywa i owoce na kilka sposobów.

Dzieci pamiętają, aby przed sporządzaniem posiłków umyć przyniesione warzywa i owoce, które zostaną spożyte. Młodzi kucharze uczą się przyrządzać pełnowartościowe posiłki zawierające dużo witamin i minerałów, potrzebne do prawidłowego rozwoju człowieka.

Źródłem wiedzy jaką powinniśmy posiadać zanim przygotujemy posiłek jest Piramida Zdrowego Odżywiania.

W naszym przedszkolu przeprowadzono cykl zajęć o tematyce Zdrowe Odżywianie.

Każda grupa przygotowała zajęcia, na których dzieci poznawały, tajniki zdrowego przyrządzania posiłków oraz ich spożywania.





Piramida Zdrowego Żywienia

To zasady, według których powinnyśmy komponować posiłki. Na najniższym poziomie znajdują się produkty, które powinnyśmy jeść najwcześniej. Im wyżej umieszczony dany produkt, tym mniej należy go spożywać. Podstawą piramidy zdrowego żywienia jest **AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA.**

Przy pomocy szefowej kuchni, grupa Motylki ułożyła słynną Piramidę Zdrowego Żywienia,

a z panią Dorotką, powstały **ZDROWE CHIPSY JABŁKOWE.**



Ponadto dzieci z grupy II Motylki

przygotowały przepyszne soki wyciskane ze świeżych owoców oraz herbatkę z cytrynką.



Natomiast grupa Smerfy sprytnym sposobem połączyła Dzień Pomarańczowy z Dniem Zdrowego Żywienia,

przygotowując przepyszny soczek marchewkowo - jabłkowy świeżo wyciskany.

Warzywa i owoce powinny stanowić połowę tego co jemy. Idąc tym tropem grupa Biedronek wspólnymi siłami, przygotowała smaczną sałatkę owocową, która dostarcza nam cenne witaminy.



Grupa Skrzatów pod okiem pani Kasi przygotowywała zdrową sałatkę warzywną.

Zdrowo się odżywiamy i smaczną sałatkę zajadamy.



Dzieci podczas zabawy i pracy uzyskały cenne informacje na temat produktów jakich powinny unikać lub je ograniczać, by długo cieszyć się zdrowiem, witalnością i dobrym samopoczuciem.





Wystawa "Małe dożynki"

Dorota Ruskowska

Pięknego, jesiennego dnia w przedszkolnym holu

dumnie zaprezentowały się dary ogrodów, sadów i lasu. „Tu dynia jak słońce, tam główka sałaty...”

Udekorowane szydełkowymi serwetkami wszystkie przyniesione zarówno przez dzieci, jak i rodziców

okazy pomogły odnaleźć namiastkę tradycji żniw i dożynek.

Świat pracy rolnika, młynarza i piekarza podkreśla wartość

chleba w życiu człowieka. Powszechnie wiadomo, iż

prawidłowe żywienie dzieci jest warunkiem zdrowego

rozwoju fizycznego i umysłowego, a także wzmacnia

odporność naszych pociech. Zdrowa dieta dla dziecka to nie

tylko dobrze skomponowany obiad, ale także przekąski, po

które dzieci sięgają w różnych sytuacjach i o różnych porach

dnia. Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych polega na

zwiększeniu spożycia przez dzieci warzyw, produktów zbożowych

pełnoziarnistych, wyeliminowaniu picia słodkich napojów na rzecz

wody, ograniczeniu spożycia słodczy. Dlatego też dzieci z naszego

przedszkola wykonały zdrowe przekąski w postaci chipsów

jabłkowych. Poprzez przygotowanie takich super chipsów, jak

również wiele innych działań, np. witaminowych pyszności „warsztaty kulinarne”:

soki, koktajle,

surówki, sałatki owocowo-warzywne, samodzielnie komponowanie

zdrowych kanapek wprowadzane są elementy zdrowego stylu życia.

Ważne jest, aby przedszkolaki знаły i stosowały zasady właściwego

spożywania posiłków, wspólnie z rówieśnikami w przedszkolu, ale też

w domu z rodziną – przy stole, a nie przed telewizorem! Wspólny

posiłek powinien być spożywany, kiedy tylko jest to możliwe – jest to

kolejna wspaniała okazja nie tylko do wpojenia dziecku

zasad zdrowego odżywiania, ale też jedzenia bez

pośpiechu, w rodzinnej atmosferze, co ma zbawienny

wpływ także na dorosłych.





Akcja "Sprzątamy dla Polski"

Kinga Karyś

W tym roku szkolnym nasze przedszkole dołączyło do ogólnopolskiej akcji pn. „Sprzątamy dla Polski”. W akcji udział wzięła grupa dzieci 6-letnich

„Biedronki”. Wydarzenie organizowane było przez Stowarzyszenie „Dla Polski” i zostało objęte m.in. honorowym patronatem Prezesa Rady Ministrów Mateusza Morawieckiego, Ministra Edukacji i Nauki prof. Przemysława Czarnka i Generalnej Dyrekcji Lasów Państwowych. Organizacja wyżej wymienionej akcji miała na celu zwrócenie uwagi społeczeństwa na ważny temat, jakim jest ochrona klimatu, postawa młodego pokolenia i dbałość o lokalne środowisko.



Dzieci z radością oczyszczały tereny zielone w pobliżu przedszkola, do którego uczęszczają. Uprzątnęły pobliskie place zabaw oraz boisko, aby wszyscy użytkownicy mogli z przyjemnością korzystać z dóbr publicznych. Grupa zebrała cały worek odpadów, które następnie posortowała i umieściła w odpowiednich kontenerach.



Pozostałe przedszkolaki również z chęcią i radością włączyły się do akcji, by posprzątać „naszą Ziemię”. Wcześniej w każdej grupie nauczycielki rozmawiały z dziećmi, jak dbać o przyrodę, jak ją chronić i cieszyć się jej pięknem. Młodsze dzieci zaczęły porządki od naszego ogrodu przedszkolnego wypatrując każdego niechcianego śmiecia. Każdy zebrany nawet najmniejszy papirek i wrzucony do worka sprawiał dzieciakom niezwykłą radość. Pamiętaliśmy

oczywiście o zasadach higieny, dlatego wszelkie nieczystości zbieraliśmy w foliowych rękawiczkach. Po zakończeniu wielkiego sprzątania wróciliśmy do przedszkola z przekonaniem dobrze wykonanego zadania.

Jeśli świat będzie czysty - zdrowa będzie żywność, powietrze, woda. To wpajamy dzieciom, już od najmłodszych lat.





Dokarmiamy ptaki zimą – nie szkodzimy!



Dorota Ruszkowska

W przedszkolu kształtowane jest przyjazne odnoszenie się do zwierząt i roślin oraz przyswajane są zasady ochrony przyrody. Opiekowanie się zwierzętami potrzebującymi pomocy, dokarmianie ptaków lub innych zwierząt to nasze priorytety. Zima to bez wątpienia najtrudniejsza pora roku dla ptaków. Dla tych gatunków, które nie odlatują do ciepłych krajów, przeżycie tego okresu to nie lada wyzwanie. Z tego powodu dokarmianie ptaków to często ich jedyna szansa na przeżycie tych kilku zimowych miesięcy. Jak dokarmiać ptaki zimą, by pomóc im przetrwać ten trudny czas? My to wiemy. Przyniesiony przez Ewę, a wykonany przez jej tatusia karmnik to miejsce do odpoczynku i posiłku dla ptaszków.



Karmnik to doskonały pomysł, który zapewni naszym ptakom strefę komfortu. Dodatkowym atutem jest możliwość obserwacji ich zachowania (z okna w sali). Przedszkolaki wiedzą, że decydując się na dokarmianie



zobowiązują się do regularnej pomocy. Bo bardzo ważną kwestią przy dokarmianiu ptaków jest systematyczność. Jeśli zaczniemy wspierać te zwierzęta pokarmem, nie możemy nagle zaniechać tej czynności. Dobre dla ptaków są zboża, nasiona, płatki zbożowe, kasze, orzechy, a także tłuszcze zwierzęce. Nie podajemy świeżego pieczywa, natomiast czerstwe tylko w niewielkich ilościach. Należy pamiętać o tym, aby nie podawać produktów solonych, ptaki nie tolerują soli! Pamiętajmy także o wodzie dla ptaków. Przy silnych mrozach znalezienie niezamarzniętej wody w przyrodzie jest trudne, dlatego



zapewniamy ją ptakom przy karmniku. Przyniesione przez dzieci produkty są doskonałą odpowiedzią na zimowe potrzeby żywieniowe ptaków. Dzięki zawartym w kulach i karmie nasionom roślin oleistych i ziarnom zbóż, ptaki zachowują prawidłową dietę, a ich potrzeby energetyczne zostają w pełni zaspokojone. Przedszkolaki zawieszają także przy karmniku kawałki słoniny, uwielbiane przez sikorki.

Jesteśmy zdecydowani na niesienie pomocy, ponieważ wiemy, że bez niej zima dla ptaków może zakończyć się w najgorszy sposób, a tego bardzo nie chcemy.



