

Gazetka Przedszkola nr 52 we Wrocławiu

wrzesień 2024



„Naszą największą słabością jest poddawanie się. Najpewniejszą drogą do sukcesu jest próbowanie po prostu, jeden, następny raz.

Thomas Alva Edison”

W numerze: Rośliny nas ocalą, Laboratorium smaku, Przygotowanie i adaptacja dziecka 3-letniego, Humor z zeszytów, Kalendarz świąt nietypowych, Kolorowanka antystresowa, Kącik Przedszkolaka

Rośliny nas ocalą- wrzos

Wrzesień wrzosem rozkwita.

Wrzos zwyczajny, wrzos pospolity (*Calluna vulgaris* (L.) Hull) – jedyny gatunek rośliny wieloletniej z rodzaju wrzos (*Calluna* Salisb.) należący do rodziny wrzosowatych (*Ericaceae* Juss.). Występuje w niemal całej Europie i przyległych obszarach Azji i Afryki oraz jako zawleczony na innych kontynentach. W Polsce jest to gatunek pospolity. Rośnie w różnych zbiorowiskach roślinnych i w różnych warunkach wilgotnościowych, zawsze jednak na glebach kwaśnych i ubogich. Jest wykorzystywany jako roślina miododajna i lecznicza oraz uprawiany jest jako roślina ozdobna. Wyhodowano liczne odmiany wrzосу różniące się formą wzrostu, barwą kwiatów i liści, terminami kwitnienia. Gatunek o szczególnym, symbolicznym znaczeniu i wszechstronnych zastosowaniach, zwłaszcza w północnej Europie – w Irlandii, Szkocji i Norwegii.

Skąd się wzięła nazwa wrzos?

Nazwa rodzajowa wrzосу *Calluna* wywodzi się z greckiego słowa *kallýno* oznaczającego „czyszczyć, zamyć”. Wynika to stąd, iż pędy tej rośliny były wykorzystywane do wyrobu mioteł. W języku polskim wrzos dawniej zwany był *wrzes*, jednak od XII wieku występuje pod obecną nazwą. W innych językach słowiańskich wrzos nazywany jest bardzo podobnie (po czesku - *wřes*, po rosyjsku - *Беpeck*, po chorwacku *vries*). Od kwitnących wrzosów nazwany został w języku polskim dziewiąty miesiąc roku – wrzesień.

Do czego go stosowano

Wrzos należał do roślin o wszechstronnym zastosowaniu, zwłaszcza na obszarach, gdzie dominował w krajobrazie nie pozostawiając ich mieszkańcom innych alternatyw. W wielu krajach pędy wrzосу wykorzystywane były do wyrobu mioteł czy strzech na chatach. Z pędów wyplatano także powrozy, natomiast z korzeni wytaczano uchwyty narzędzi. Wrzos był także rośliną pastewną (wypasano owce, konie i bydło). Chrust wrzosowy stanowił opał, zaś cienkie pędy służyły do wypychania materacy. Z krzewinek powstaje także cenny i bardzo zdrowy miód wrzosowy.

Wrzos w kulturze Skandynawii i Europy

Najistotniejszą rolę prócz użytkowej pełnił w krajach skandynawskich, gdzie stanowi główny element krajobrazu czyli Irlandia, Szkocja, Norwegia. Wrzos jest w Norwegii jednym z narodowych symboli, a liczne rody szkockie miały wrzos wymalowany na swoich tarczach herbowych. Ciekawostką jest, że przywódca rodu MacDonald przytwierdzał wiązkę wrzosów do swych włóczni.

Szczególne znaczenie, jako roślinie mającej przynosić szczęście, przypisywano rzadko spotykanym w naturze wrzosom kwitnącym na biało (taki odpowiednik czterolistnej koniczyny). Dlatego białe wrzosy są popularną ozdobą weselną lub składnikiem bukietów panny młodej. Rzadkość ich występowania wiązano także z obfitującą w wojny historią Szkocji – wedle legend znaczyć miały bowiem miejsca, w których nie przelano krwi w bitwie.

Według ludowych bająn w białych wrzosach spoczywają istoty magiczne: Wróżki.

Wierzono także, że wrzos noszony przy sobie chroni przed przemocą, zwłaszcza fizyczną. Spalenie przed domem paproci i wrzосу miało sprowadzać deszcz i miał być świętą rośliną dla druidów. Roślina ta wykorzystywana była do „okiełzania złych duchów”.

W jaki sposób uprawiać wrzosy?

Wrzosy preferują stanowisko słoneczne i niezbyt mokre. Wrzosowisko z samego tylko wrzосу, można założyć nawet na bardzo lekkich i jałowych glebach. Jego odmiany osiągają różną wysokość, mają różnorodną barwę liści i kwiatów. Kwitną od VII do IX (wrzosy pączkowe jeszcze dłużej), tworząc w ogrodzie wielobarwny dywan aż do nastania mrozów. Wszystkie rośliny wrzosowate lubią przepuszczalne gleby pokryte warstwą organicznej ściółki, która chroni ich płytko rozrastający się system korzeniowy, przed suszą, mrozem i zachwaszczeniem. Podłoże dla nich musi być koniecznie kwaśne, o pH 3,5-5,5. Rzadko kiedy mamy do czynienia od razu z glebą dla nich odpowiednią, dlatego na ogół przed posadzeniem roślin, należy je starannie przygotować wymieniając jej wierzchnią warstwę na grubości około 20 cm lub przynajmniej wzbogacając ją kwaśnym torfem, sosnową korą lub trocinami z drzew iglastych.

Uprawa w pojemnikach sprawia, że wrzosy możemy sadzić właściwie przez cały sezon wegetacyjny, choć najlepiej robić to wiosną (marzec-kwiecień) lub późnym latem i na początku jesieni (sierpień-wrzesień). Na

ogół jednak wrzosy są dostępne w sprzedaży w czasie ich kwitnienia i wtedy właśnie je sadzimy. Krzewinki sadi się we wcześniej przygotowane podłoże w odstępach co około 20-30cm. Ponieważ małe pojemniki w których są sprzedawane rośliny szybko przesycają, to przed posadzeniem namaczamy je w wodzie. Zbite korzenie roślin rozluźniamy, a po posadzeniu obficie podlewamy.

W naszych warunkach klimatycznych podlewanie ma istotny wpływ na siłę wzrostu i ogólną kondycję roślin. Podlewanie jest konieczne zwłaszcza w przypadku długotrwałych upałów oraz na bardzo lekkich i piaszczystych glebach. W uprawie wrzosów stosuje się zasadę, że podlewa się rzadko, ale obficie. Należy także pamiętać, aby unikać zraszania liści, gdyż wówczas bardzo łatwo o infekcje grzybowe. W uprawie wrzosów niezbędnym zabiegiem jest ściółkowanie. Warstwa ściółki ochrania rośliny przed utratą wody (wrzosy mają płytki system korzeniowy) czy zapobiega przerastaniu podłoża chwastami. Ponadto zabezpiecza korzenie roślin przed wahaniami temperatury. Dobrym materiałem do ściółkowania jest przekompostowana kora drzew iglastych bądź igliwie, które dodatkowo utrzymują kwaśny odczyn podłoża. Przycinanie wrzosów to konieczny zabieg pielęgnacyjny, który należy wykonywać corocznie. Najlepiej przeprowadzić go późną jesienią (po przekwitnięciu roślin) lub wczesną wiosną (przed ruszeniem wegetacji). Pędy tniemy poniżej przekwitłych kwiatostanów, usuwając jednocześnie wszystkie części przemarznięte i chore. Dzięki przycinaniu rośliny lepiej się rozkrzewiają i zachowują ładny i zwarty pokrój.

Laboratorium smaku- cukinia i czekolada

Jesień to dobry czas na zbiory dyni, cukinii i kabaczków. Zazwyczaj kojarzą się na z daniami obiadowymi jak np. leczo. Dziś propozycja na słodko czyli wilgotne, ciężkie ciasto czekoladowo cukiniowe typu brownie.

Składniki:

115 g masła
250 g drobnego cukru do wypieków lub erytrytolu
125 ml (pół szklanki) oleju rzepakowego lub kokosowego*
1 łyżeczka ekstraktu z wanilii
szczypta soli
2 duże jajka
pół szklanki kwaśnej gęstej śmietany lub jogurtu naturalnego
300 g mąki pszennej**
1 łyżeczka sody oczyszczonej
pół łyżeczki proszku do pieczenia
60 g kakao
2 łyżeczki zmielonej kawy rozpuszczalnej (opcjonalnie)
2 szklanki cukinii startej na tarce o dużych oczkach (około 340 g)***
60 g posiekanej gorzkiej czekolady
Wszystkie składniki powinny być w temperaturze pokojowej.

Przygotowanie:

Mąkę pszenną, sól, kakao, proszek do pieczenia i sodę oczyszczoną przesiać, odłożyć.
Masło i cukier umieścić w misie miksera i utrzeć do powstania jasnej i puszystej masy maślanej.
Dodawać jajka, jedno po drugim, ucierając do całkowitego połączenia się składników.
Stopniowo wlewać olej, nie zaprzestając ucierania. Dodać wanilię i zmiksować.
Do tak utartej masy dodać przesiane suche składniki, w trzech turach, na przemian z kwaśną śmietaną, mieszając szpatułką tylko do połączenia się składników, nie dłużej. Dodać zmieloną kawę rozpuszczalną (opcjonalnie) i wymieszać.
Na końcu dodać startą cukinię i drobinki czekoladowe delikatnie wymieszać.
Formę wyłożyć papierem do pieczenia. Przełożyć do niej ciasto, wyrównać.
Piec w temperaturze 160°C przez około 35 - 45 minut (lub dłużej, do tzw. suchego patyczka)****.
Ciasto wyjąć, wystudzić. Przed podaniem poleać polewą czekoladową.

Polewa czekoladowa:

100 g gorzkiej czekolady
40 g masła
Masło i posiekaną czekoladę umieścić w małym garnuszku. Podgrzewać, na bardzo małej mocy palnika, mieszając, do roztopienia i połączenia się składników. Rozsmarować na cieście.

* standardowy rozmiar szklanki to 250 ml,

** można spróbować zamienić na mąkę bezglutenową lub niskowęglowodanową, nie testowałam

*** Cukinii nie obieramy, wydrążamy jedynie środek z pesteczkami (jeśli jest co wydrążyć).

**** Czas zależny od wielkości formy i grubości surowego ciasta. Im mniejsza forma tym dłuższy czas pieczenia, nawet 80 minut przy formach o średnicy 22 cm i mniejszych.

Przygotowanie i adaptacja dziecka 3-letniego

Wysłanie dziecka do przedszkola powinna być równoznaczna z zadaniem sobie pytania:

„Czy moje dziecko jest przygotowane do tego?”

To będzie mocne przeżycie dla malucha i dlatego warto zastanowić się, co zrobić, aby dobrze przygotować do czekających je przeżyć. Być może dziecko po raz pierwszy zostanie samo bez rodziców w nowym środowisku.

Przekroczenie progu przedszkola we wrześniu będzie na pewno dla dziecka dużym przeżyciem.

Co zrobić przez okres wakacji, aby był to jak najmniejszy stres? Co zrobić, aby dobrze przygotować dziecko do czekających je przeżyć?

1. Przygotowując dziecko należy wzmacniać kontakty społeczne poprzez zachęcanie do pozostawania w grupie dzieci, pomaganie w zdobywaniu doświadczeń w dzieleniu się z innymi zabawkami, współpracy i wspólnej zabawy.
2. Ważna jest umiejętność dziecka do zgłaszania potrzeb fizjologicznych, załatwiania tych potrzeb w toalecie, mycia rąk, picia z kubka i posługiwania się łyżką.
3. Pójście do przedszkola powinno być dziecku przedstawiane jako sprawa zupełnie naturalna, wręcz powinno być dumne z osiągniętej dojrzałości.
4. Kompletuj „Wyprawkę przedszkolaka” i wspólnie z dzieckiem ją omawiaj. Ciesz się, że będzie z niej korzystał
5. **NIEDOPUSZCZALNE** jest straszenie przedszkolem, mówienie zwrotami w rodzaju: tam ciebie nauczą, skończą się dobre czasy przy mamie i tacie, tam zrobią z ciebie grzeczne dziecko.
6. Należy dziecku prezentować przedszkole jako miejsce nieograniczonych możliwości zabawy i nawiązywania nowych kontaktów, gdzie wszyscy będą je lubić i mu pomagać.
7. Prowadząc dziecko do przedszkola przez cały pierwszy okres należy wyrażać dumę z jego postawy oraz z tego, że jest mądre, odważne i że na pewno da sobie radę.
8. Pożegnanie powinno odbywać się z uśmiechem, bez łez i smutnych spojrzeń, bez zbędnego przedłużania samego momentu rozstania. Nie dzwoń do przedszkola z pytaniem, czy twoje dziecko płacze? Płacz dziecka przy rozstaniu jest to naturalna, zdrowa reakcja dziecka na nową sytuację.
9. Nie zabieraj dziecka do domu, gdy płacze przy rozstaniu; jeżeli zrobisz to raz, będzie wiedziało, że łzami może wszystko wymusić.
10. Nie obiecuj: jeżeli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz, kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz mu dać maleńki prezent, ale nie może to być forma przekupywania.
11. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało Ci, co robiło w przedszkolu, to powoduje niepotrzebny stres.
12. **NIEDOPUSZCZALNE** jest okłamywanie dziecka, na przykład: mamusia tutaj w szatni poczeka na ciebie, albo zaraz po ciebie wróć. Pobyt rodzica w sali z dzieckiem tylko niepotrzebnie przedłuża jego niepokój związany z rozstaniem oraz utrudnia nawiązanie kontaktu z nauczycielem i innymi dziećmi; - rodzic, pozostawiając dziecko, musi być przekonany, że nie stanie się mu żadna krzywda i dlatego nie powinien wykazywać zdenerwowania ani niepokoju. W przeciwnym wypadku dziecko - nie rozumiejąc dlaczego mama jest zdenerwowana - podejrzewa, że coś mu grozi, a wtedy żadne argumenty nie będą skuteczne.
13. Przerwanie rytmu chodzenia do przedszkola kilkoma dniami wakacji u babci przedłuża tylko niepotrzebnie okres adaptacji
14. Pomóc dziecku w pierwszych trudnych dniach pobytu w przedszkolu możemy skrócić czas jego pobytu, a w następnych dniach stopniowo ten czas można wydłużać.
15. Rodzice i nauczyciele w przedszkolu powinni być partnerami. Mają jeden wspólny cel, którym jest dobro dziecka.
16. Jeżeli pojawią się problemy, to zwróć się o pomoc do psychologa zatrudnionego w naszej placówce.

Bywa i to dość często, że po w pierwszych kilku dniach bardzo chętnego pozostawania w przedszkolu dziecko zaczyna płakać i protestować. Zaspokoilo bowiem ciekawość poznawania nowych zabawek i nie ma ochoty rezygnować z indywidualnego sposobu na zabawę oraz nie chce akceptować dzielenia się z innymi, ustępowania, podporządkowania zasadom grupowego życia. Jeśli chodzenie do przedszkola jest dla dziecka koniecznością, należy być konsekwentnym i nie okazywać wobec niego wahania. Powoli zrozumie ono, że przedszkole jest jego obowiązkiem i kiedy zaakceptuje nową sytuację, pobyt w przedszkolu stanie się dla niego po prostu przyjemnością i co się często zdarza - przyjemnością, z której nie będzie chciał zrezygnować nawet w weekend.

Pamiętaj, że nawet jeśli znajdziesz idealne przedszkole i dobrze przygotujesz dziecko, to i tak twój maluch ma prawo wyrażać sprzeciw – w końcu w jego życiu zaszła radykalna zmiana i potrzeba czasu, aby ją zaakceptował. Jeżeli przetrwanie pierwszy miesiąc, to będzie już z górki i tylko patrzeć, jak maluch zacznie opowiadać o pierwszych przyjaźniach.

Humor z zeszytów na wesołe rozpoczęcie roku szkolnego

- Koło to jest linia, bez kątów, zamknięta, by nie było wiadomo gdzie jest początek.
- Chopin umarł na zapalenie skrzelii.
- Jego trzyletni przyjaciel po ukończeniu studiów popełnił małżeństwo.
- Siarka ma właściwości samobójcze.
- Niektóre gazy są tak śmierteczne, jak spaliny wydzielane przez człowieka.
- Pierwszy człowiek na ziemi nie czuł się samotny bo nie umiał liczyć
- Tłuszcze rozpuszczają się w rondlu.
- Pomimo, że na niebie świecił księżyc dzień był smutny i ponury.
- Boryna śpiewał w chórze ale tylko partie solowe
- U Żeromskiego ludzie dzielili zapałkę na czworo i też im się zapalała
- Antek ciężko pracował rękami a Boryna językiem
- zachowanie dzieci dalece odbiega od rzeczywistości
- Kasia to moja siostra cioteczna, Jurek też
- Niektóre bakterie rozkładają obornik na kompot
- Europa to kontynent ziemski
- W czasie mgły latarnik wyje na latarni i tym ostrzega okręty
- Wisła płynąc przez Żuławy wpada w depresję
- Od czasów Kopernika Ziemia krąży wokół Słońca
- Krowa to zwierzę roślinobójcze
- Jesienią wszystko spada z drzew
- Wściekłą można się zarazić jeśli się ugryzie wściekłego psa
- Ślimaki są jadalne ale tylko we Francji
- Węgiel może być kamienny i brutalny
- Wszystkie grzyby są jadalne ale niektóre tylko jeden raz
- Bakterie które rozmnażają się przez kichanie, prowadzą tryb życia koczowniczy
- Szczur jest bardzo inteligentny bo nie lubi zjadać trutki
- Sosny znoszą szyszki
- Radio jest cudownym wynalazkiem, który mogą słuchać ślepi i oglądać głusi
- Pegazowi zaniknęły skrzydła w drodze ewolucji i stad mamy konie
- Michał Anioł malował sobie po ścianach kaplicy Sykstyńskiej
- Tytułowymi bohaterami "W pustyni i w puszczy" są : pustynia i puszcza.
- Morze jest słone, ponieważ pływają w nim śledzie.
- Samouk - to taki, za którego lekcji nie odrabiają rodzice.

Kalendarz świąt nietypowych

- 1 września – Dzień Kombatanta, Międzynarodowy Dzień Solidarności z Ofiarami Faszyzmu i Terroryzmu
- 2 września – Światowy Dzień Kokosa
- 3 września – Dzień Wersalskiego Pokoju
- 4 września – Dzień Imigranta
- 5 września – Dzień Postaci z Bajek
- 6 września – Dzień Czytania Książek
- 7 września – Dzień Salami
- 8 września – Dzień Dobrych Wiadomości, Dzień Walki z Analfabetyzmem, Dzień Marzyciela, Narodowy Dzień Czytania Pana Tadeusza
- 9 września – Międzynarodowy Dzień Urody
- 10 września – Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom
- 11 września – Dzień Histerii i Egocentryzmu w USA
- 12 września – Dzień Wojsk Lądowych, Dzień Programisty (w latach przestępnych)
- 13 września – Dzień Kolejarza, Dzień Programisty (w latach nieprzestępnych)
- 14 września – Wspomnienie Podwyższenia Krzyża Świętego
- 15 września – Dzień olewania systemu
- 16 września – Dzień Warstwy Ozonowej
- 17 września – Dzień Nonsensopedii
- 18 września – Międzynarodowy Dzień Geologa
- 19 września – Dzień Dzikiej Flory, Fauny i Naturalnych Siedlisk
- 20 września – Ogólnopolski Dzień Przedszkolaka
- 21 września – Dzień Służby Celnej, Międzynarodowy Dzień Pokoju na Świecie
- 22 września – Dzień Ćwiczenia Przed Lustrem Prośby o Podwyżkę Płacy, Dzień bez Samochodu
- 23 września – Dożynki
- 24 września – Dzień ogłoszenia tysiąclatki
- 25 września – Dzień Budowlańca
- 26 września – Europejski Dzień Ptaków
- 27 września – Światowy Dzień Turystyki, Dzień Podziemnego Państwa Polskiego
- 28 września – Światowy Dzień Morza
- 29 września – Dzień Hipochondryka
- 30 września – Dzień Chłopaka

Kolorowanka antystresowa





