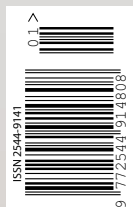


NR 1

MARZEC /
KWIECIEŃ 2018



DZIECI



Cena 10,99 zł
w tym 8% VAT



DZIECI

CZASOPISMO DLA RODZICÓW
PRZEDSZKOLAKÓW

PRENUMERATA
INDYWIDUALNA

6 WYDAŃ W CENIE 5

55 PLN BRUTTO/ROK
+ KOSZTY WYSYŁKI 25 PLN

PRENUMERATA
DLA PRZEDSZKOLI

6 X 25 SZTUK

PŁACICIE TYLKO
60 PLN NETTO/ROK
ZA WYSYŁKĘ.

Kontakt:

prenumerata@magazyndzieci.pl

Tel.: +48 536 832 384

Tel.: +48 536 044 523

OD REDAKCJI

Zatrzymaj się. Bądź tu i teraz. Zachwyć się tym, co cię otacza. To trzy najważniejsze rzeczy, których nauczyłam się od mojej trzyletniej córki. Czy uważna obecność i podążanie za dzieckiem są kluczem do udanego rodzicielstwa? Czy to wystarczy? I co to w ogóle znaczy *udane rodzicielstwo*? Zapewne dla każdego z nas będzie to co innego.

Drodzy Czytelnicy, trzymacie w ręku pierwsze wydanie DZIECI – pisma, które powstało z miłości do dzieci, z pasji i chęci poszukiwania odpowiedzi na trudne pytania. A tych nam – rodzicom przedszkolaków nie brakuje. Każdy dzień to przecież nowe wyzwanie!

Nie chcemy dawać Wam gotowych rozwiązań. Zamiast tego zapraszam Was do wspólnej wędrówki. Razem poprzyglądamy się jak w kalejdoskopie fragmentom rodzicielskiego i dziecięcego świata. Dotkniemy emocji. Zanurzymy się i w prozie życia, i w magii rodzicielstwa. Zatracimy się w zabawie, odpuścimy kontrolę. Zastanowimy się, które ścieżki są nasze.

Mam nadzieję, że każdy z Was zabierze stąd dla siebie jakąś myśl, impuls do działania i że zechcecie zostać z nami na dłużej.

Życzę ciekawej i inspirującej lektury.



Dorota Maćkowiak
redaktor naczelna



Redaktor naczelna /
Dorota Maćkowiak
dorota.mackowiak@magazyndzieci.pl
tel.: 536 044 523

Brand Manager /
Zuzanna Jaszczak
zuzanna.jaszczak@magazyndzieci.pl
tel.: 536 044 523

Reklama /
reklama@magazyndzieci.pl

Dystrybucja i prenumerata /
prenumerata@magazyndzieci.pl

Wydawca, DTP, opracowanie graficzne /
POLSKIE MEDIA SPECJALISTYCZNE
Bogucin, ul. Władysława Słocińskiego 18,
62-006 Kobylnica k/Poznań

Adres Redakcji /
POLSKIE MEDIA SPECJALISTYCZNE
Poznań, ul. Juliusza Słowackiego 17/6,
60-822 Poznań

Korekta językowa /
Katarzyna Szach-Bolaczek | MakijazTekstu.pl

Druk /
EDIT Sp. z o. o.

Ilustracje /
Katarzyna Drewek-Wojtasik

Okładka /
DEPOSITPHOTOS

Współpraca /
Daria Burlńska, Katarzyna Drewek-Wojtasik, Barbara Górecka,
Maria Kiedrowska, Ewa Król, Natalia Minge, Krzysztof Minge,
Małgorzata Musiał, Teresa Piszczala-Nowak, Zuzanna Stańczyk,
Katarzyna Wieczorek, Patrycja Wojtkowiak-Skóra

Zdjęcie redaktor naczelnej /
Zdjęcie: Aleksandra Sobala Fotografia
Włosy: Mateusz Przewoźniak | SALON TUPET
Makijaż: Agnieszka Kolańczyk | PROFESSIONAL MAKE-UP

22 kwietnia Światowy Dzień Ziemi – jak wychować małego ekologa?

Wychowanie małego ekologa, który dba o planetę i potrafi dostrzegać środowisko, nie tylko 22 kwietnia, kiedy przypada Światowy Dzień Ziemi, wymaga od dorosłych świadomości w zakresie podstaw ekologii, ale także umiejętności „zarażania” malucha ekopasją. Co zrobić i jak skutecznie nauczyć dziecko dbać o środowisko nie tylko od święta? Czym jest nawyk i dlaczego nawyki proekologiczne warto kształtować już od wczesnego dzieciństwa? Jak zacząć ekologiczne podchody na swoim podwórku i jak, bawiąc się, wspierać ekoedukację?

Myśl globalnie – działaj lokalnie

Poszanowanie przyrody, zwierząt i roślin zaczyna się już od najmłodszych lat. Człowiek jest częścią otaczającego świata i codziennie korzysta z zasobów środowiska naturalnego. Wychowanie małego człowieka, **świadomego i wrażliwego** na otaczające go piękno, wymaga kształtowania prawidłowych nawyków proekologicznych już od wczesnego dzieciństwa. Nawyki są to automatyzmy będące składnikiem inteligencji – i jak twierdzi Robert Sternberg, autorytet w dziedzinie badań nad inteligencją - umożliwiają nam oszczędzanie zasobów. Dużo łatwiej jest nam wykonać

jakąś czynność mechanicznie, niż zastanawiać się za każdym razem nad jej wykonaniem. Z tej perspektywy nawyki okazują się więc pomocne, bardziej ekonomiczne, racjonalne i - co więcej - oszczędzają nam czas. Jednak nawyki mogą mieć zarówno pozytywne (np. wizyty kontrolne u dentystry), jak i negatywne konsekwencje (np. objadanie się słodyczami). Pamiętajmy, że zmiana przyzwyczajzeń jest dużo trudniejsza, więc **warto zadbać o utrwalenie prawidłowych nawyków u naszych pociech już od najmłodszych lat**. Niewiele możemy wskórać w odniesieniu do globalnej polityki ekologicznej, ale kluczem do zmiany i wspierania prawidłowych postaw jest rozpoczęcie działalności zaczynając od swojego podwórka.



EKO-plan EKO-rodziny – co my możemy zrobić dla środowiska?

Nawet niewielkie, za to regularne i przemyślane działania niosą za sobą pozytywne skutki w skali makro. Jednym ze sposobów nauczania jest modelowanie, opisane bardzo szeroko przez psychologa Alberta Bandurę. Jest to sposób uczenia się oparty o naśladowanie zachowań innych, zwłaszcza osób znaczących. Droga do rodzinnego sukcesu wiedzie więc przez **wspieranie i dawanie przykładu najmłodszym**.

Przy podejmowaniu wspólnych ekologicznych wyzwań postaraj się **zaszczepić wrażliwość i empatię. Obserwuj**

przyrodę, podglądaj zwierzęta i pokazuj, że one - podobnie jak my - mają swoją wrażliwość, dlatego rozdeptywanie dżdżownic czy ślimaków to niekoniecznie dobry pomysł. **Wykazuj się konsekwencją** i jeśli zdecydujecie się na kącik przyrody czy własną hodowlę szczypiorku, zadbaj o regularne podlewanie roślin, nauczysz w ten sposób swojego malca systematyczności. **Zrezygnuj z zarzucania malucha czarnymi wizjami** o świecie zatrutym przez smog. Może lepszym kierunkiem będzie skupienie się na pięknie otaczającego świata?

Zadbajcie, aby wasz rodzinny EKO-plan zawierał kilka prostych i dobrych nawyków takich jak:

Gaszenie światła – staraj się wychodząc z pomieszczeń gasić za sobą światło. Spróbujcie wyjaśnić dziecku, dlaczego oszczędzanie energii jest bardzo ważne. W ten sposób oszczędzamy nie tylko pieniądze, ale także chronimy przyrodę. (Większość elektrowni w Polsce wytwarza energię elektryczną przy użyciu nieodnawialnych źródeł energii, głównie węgla. Zwiększenie zapotrzebowania na energię wiąże się ze zwiększonym wydobyciem surowca oraz jego spalaniem. W konsekwencji tego do naszej atmosfery trafia więcej zanieczyszczeń). Na kontaktach możecie wspólnie nakleić lub namalować jakieś zwierzątka i umówić się, że gasząc światło w różnych pomieszczeniach chronicie jakiś zagrożony polski gatunek – wilka, rysia, skowronka, ziębę, czy traszkę. Nadajcie zwierzakom imiona, w ten sposób łatwiej i przyjemniej będzie wam chronić wilka Wojtka, rysia Roberta czy ziębę Zuzię.

Zakręcanie wody podczas mycia zębów – naucz swojego malucha rozsądnie korzystać z kranu. Pamiętaj - z najnowszego raportu Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) i UNICEF z 2017 roku wynika, że 2,1 miliarda ludzi nadal nie ma dostępu do wody pitnej w miejscu zamieszkania (UNICEF PL, 2018). Uważliwaj i tłumacz, że woda jest potrzebna także innym ludziom, zwierzętom i roślinom, aby mogły żyć.

Częstsze podróże rowerami – przesiądźcie się na dwa kółka. Może warto zamiast podróży samochodem zrobić sobie wyprawę rowerową lub spacer? W końcu mniej samochodów to mniej spalin.

Uprawa ekologicznego ogródka – zróbcie razem z pociechą na balkonie ekologiczny ogródek. Obecnie jest widoczny silny trend na hodowanie i używanie świeżych ziół takich jak bazylia, oregano, kolendra, rozmaryn, mięta, melisa. Może warto mieć swoje zioła pod ręką? Tradycjoniści mogą hodować szczypiorek, pietruszkę, czosnek – będzie to równie ciekawe doświadczenie. Zaszczepisz dziecku w ten sposób nie tylko miłość do przyrody i zdrowego żywienia, ale także nauczysz odpowiedzialności i systematyczności. Dołóż wszelkich starań, aby wasz ogródek wyglądał apetycznie i kolorowo. Bawcie się, wybierajcie wspólnie doniczki, ozdabiajcie je razem i cieszcie się sobą.

Wycieczki do lasu i na wieś – podglądajcie przyrodę. Wybierzcie się wspólnie na spacer do lasu bądź na wieś.

Może dobrym pomysłem byłaby np. wizyta w gospodarstwie agroturystycznym? Zobaczyć na własne oczy kurę, kozę czy królika jest dla malca wspaniałym doświadczeniem. Dziecko uczy się kontaktu ze zwierzętami, a przy okazji może dowiedzieć się skąd się biorą jajka czy mleko. Pamiętaj, aby przy nadarzającej się okazji wprowadzać wątek edukacyjny. Czym żywi się kura? Dlaczego pszczoły krążą wokół kwiatków? Jak się nazywa wysuszona trawa?

Korzystanie z toreb materiałowych – postaraj się nie korzystać podczas zakupów z toreb foliowych jednorazowego użytku. Możesz kupić lnianą torbę materiałową i wspólnie ozdobić ją z dzieckiem farbami do malowania tkanin. Na pewno łatwiej będzie o niej pamiętać.

Segregowanie śmieci – zamień jeden kubek na kilka różnych. W sklepach są dostępne różnokolorowe pojemniki na odpady. Narysujcie na koszach śmieszne rysunki symbolizujące papier, plastik, szkło, odpady organiczne, puszki. A może ułożcie krótką rymowankę o głodnym koszu na śmieci?

Zabawy bazujące na materiałach recyklingowych – wyjaśnij swojemu maluchowi, że odpady wrzucamy do odpowiednich pojemników, by można było z nich zrobić inną rzecz. Pokaż dziecku w najprostszy sposób, na czym właściwie polega tajemniczy recykling. Zbierzcie potrzebne materiały recyklingowe i wymyślcie własną zabawę!

Ekologiczna zabawa edukacyjna

Najsukuteczniejsza edukacja odbywa się w relacji z drugą osobą. Jak pisze angielski poeta John Donne: "**żaden człowiek nie jest samoistną wyspą**", na doświadczenia każdego z nas wpływają więc doświadczenia innych. Nasz charakter i osobowość „zapisują się” w kontakcie z drugim człowiekiem w procesie socjalizacji. Na etapie przedszkolnym główną aktywnością poznawczą dzieci jest **nauka poprzez zabawę**. Zaproponuj zatem swojemu dziecku wspólną rozrywkę, w której główną rolę grać będą materiały odnawialne!

Potrzebne będą:

- kartony (jeden duży i kilka mniejszych),
- nożyczki,
- farby i pędzle,
- kredki,
- gazety,



- nakrętki od butelek,
- taśma klejąca,
- rolki po papierze toaletowym,
- klej,
- klamerki,
- ryż,
- makaron muszelki (duże),
- kamienie.

Duży karton to Wasz **okręt podwodny**, którym udacie się w podróż po bezkresach oceanu. Wykonajcie okręt solidnie, pamiętajcie, że musi być **mocny i kolorowy**, żeby wtopiał się w morską faunę i florę. Każda łódź podwodna wyposażona jest w odpowiednią elektronikę, nie zapomnijcie **namalować monitora**. Wykonajcie też pulpity sterowania z odpowiednimi pokrętłami i guzikami – w tym celu **wykorzystajcie nakrętki**. Wasz okręt zdobył pierwszą nagrodę i został okrzyknięty OKRĘTEM PODWODNYM ROKU, a to za sprawą bardzo **nowoczesnego peryskopu** – umieśćcie go w najważniejszym miejscu i wykonajcie z połączonych ze sobą rolek po papierze.

W mniejszy karton nasypcie ryżu. **Będzie to wasz morski piasek**. Makaronowe muszelki pomalujcie na barwne kolory. Kamienie pomalujcie na kolor złoty i srebrny. Poczekajcie, aż **wasze morskie skarby** przeschną, a następnie zakopcie je w ryżu. Tak przygotowany kartonik połóżcie w pobliżu

łodzi podwodnej. Dookoła łodzi i morskich głębin połóżcie kilka doniczek z okazałymi kwiatami – niech będą to **wspaniałe i bujne wodorosty**.

Wyruscie we wspólną podróż. Nauczcie się najpierw obsługiwać okręt – jest to nie lada wyzwanie. Bardzo trudno przecież poruszać się na takich głębokościach, przechylacie się w przód, w tył i na boki. Wreszcie docieracie do bardzo ciekawego miejsca, **spoglądacie przez peryskop** i dostrzegacie fantastyczne wodorosty. Postanawiacie na moment opuścić łódź i zauważacie kolorową muszelkę. Weźcie do rąk klamerki i klamerkami jak szczypcami wybierajcie z białego morskiego piasku piękne **kolorowe muszelki**. Przy okazji natrafiacie na niesamowity **skarż zagubiony przez piratów** – złote i srebrne kamienie. Wybierajcie je dłońmi i zastanawiacie się wspólnie, co zrobicie ze skarbem.

Taka zabawa to doskonały **trening sensoryczny** oraz idealna możliwość rozwoju **motoryki małej** (chwyt pęsetkowy). Przy okazji pokazujesz dziecku, jak z pozoru niepotrzebne i zużyte materiały mogą sprawić, że zabawa będzie ciekawa i kolorowa. **Wzmacniasz poczucie własnej wartości** swojej pociechy, ponieważ stwarzasz mu okazję do wykonania czegoś samodzielnie. Twoje dziecko wyrusza w podróż i nabywa wiedzę o otaczającym go świecie przy boku najważniejszej osoby. **Uczy się wrażliwości przyrodniczej w relacji i poprzez relacje.** ☺