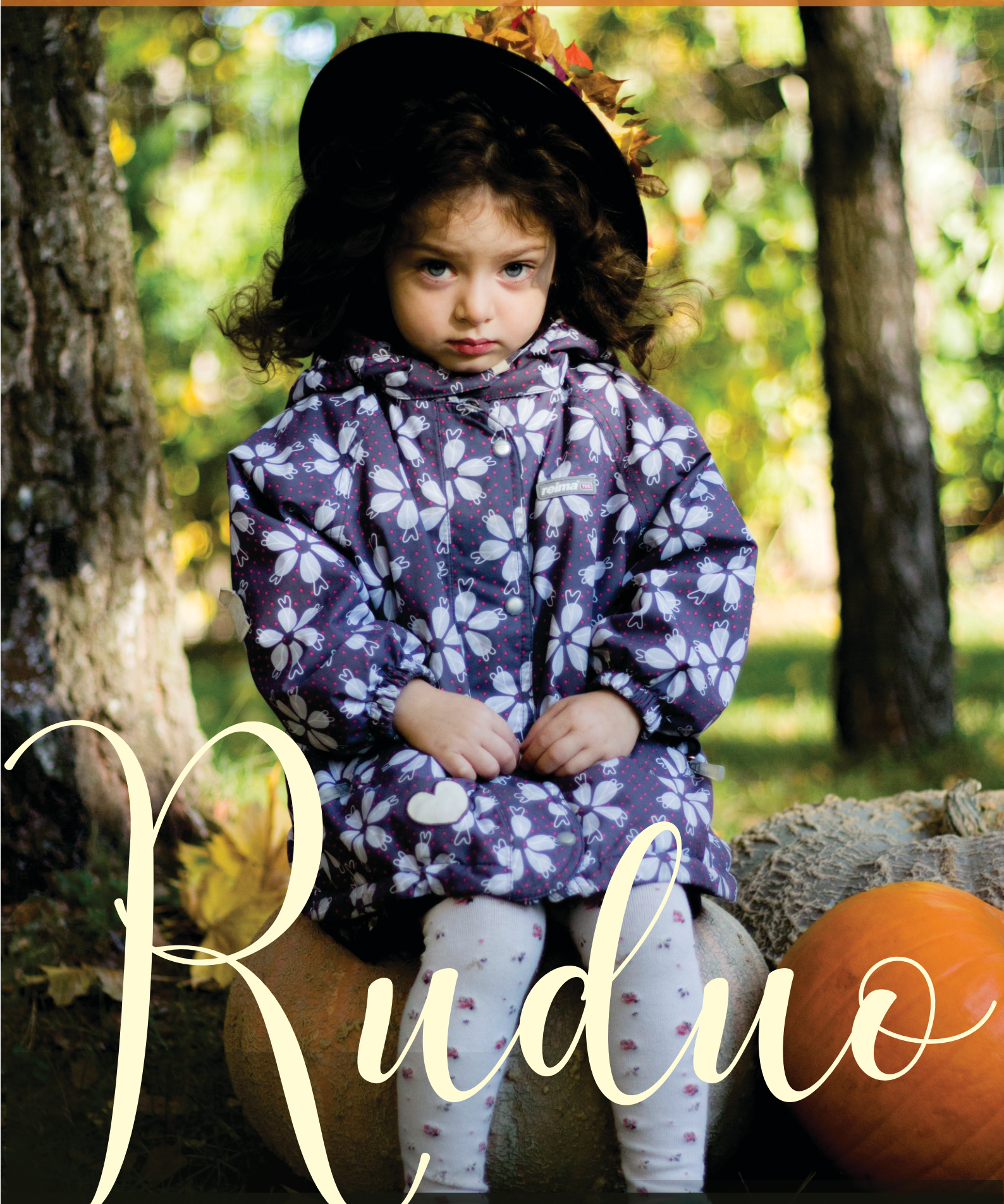
RUDENINĖS „GLUOSNIO“ NAUJIENOS



Rudno

Vilniaus lopšelis – darželis „Gluosnis“ - Justiniškių 65, Vilnius, Lietuva
Tel.8 5 2319577 arba 8 5 2415803, El.p. gluosnis.darzelis@gmail.com

DARŽELIO GIMTADIENIS

Mums jau dveji

Ar matei, kaip meškutis šį rytą tau šypsojos ir leteną tiesė,
Ar skaitei vėjo laišką rašytą, jis ant lango tau pasaką piešė,
Ar girdėjai, kaip žodžiai šlamėjo: „Su gimimo diena, darželi!“

KALBA VAIKAI...Kokia šventė yra gimtadienis?

„Mes dėjom ten obuolius ant to skaičiuko, kad nuspalvintume“ - Dominykas .
„Per langą buvo dėdė ir mus fotografavo“- Aistė.
„Obuolius dėjom, kriaušę į skaičiuką du“ - Meida.
„Ten buvo didelis siurprizas“ - Jelizaveta.
„Buvo skaičius du“- Emilė.
„Mus fotografavo. Aš šypsojausi“ - Edvinas.

Psichologės patarimai

Mokslo naujienos:

Meluoti gerai: žaidimai, kuriuos žaidžiant reikia meluoti, vysto vaikų smegenis

Melas – tai viena iš įprastinių žmogaus elgesio formų. Juk meluoja ne tik sukčiai: žmonės dažnai meluoja, pavyzdžiui, iš mandagumo arba turėdami gerų paskatų. Suaugusieji kažkodėl įsitikinę, kad vaikai turi visada sakyti tiesą ir tik tiesą. Vis dėlto neseniai atliktas tyrimas patvirtino, kad vaikai, kurie išmoko meluoti, pradeda geriau suprasti kitus žmones.

Manoma, kad socialiniai įgūdžiai tiesiogiai susiję su kognityviniais gebėjimais. Didžioji dalis tyrimų šioje srityje yra apie žmogaus socialinio gyvenimo „šviesios pusės“ poveikį pažintiniams gebėjimams, pavyzdžiui, altruizmas, bendradarbiavimas ir pan. O socialinio gyvenimo „tamsioji pusė“, pavyzdžiui, gebėjimas meluoti, dažniausiai nesulaukia pakankamai dėmesio. Todėl gana įdomus atrodo tyrimas, kurį atlikdami mokslininkai įvertino pažintinius vaikų gebėjimus po to, kai vaikai buvo išmokyti meluoti.

Iš pradžių tyrėjai trimečiams pasiūlė užduotį „apgauti“ suaugusįjį. Vaikui duodavo skanėstą, o jis turėjo sumeluoti, kurioje rankoje jis jį laiko. Vaikai buvo įspėti: jeigu jie apgaus suaugusįjį, jiems bus leista suvalgyti skanėstą, o jeigu ne, suaugęs jį atims.
Mokslininkai išskyrė 42 vaikus iš 70, kurie nemokėjo meluoti. Šie vaikai buvo suskirstyti į dvi grupes, kuriose buvo po lygiai berniukų ir mergaičių. Keletą dienų su jais buvo žaidžiamas toks pat žaidimas, bet vieną grupę tyrėjai mokė meluoti, o kitos – ne.
Tuo pačiu laiku buvo testuojami vaikų savikontrolės gebėjimai, taip pat tikrinamas gebėjimas operuoti tuo, kas vadinama „theory of mind“ – „proto teorija“. Kitais žodžiais, buvo testuojamas jų gebėjimas priimti svetimo proto egzistavimą, suprasti kito žmogaus ketinimus ir veikti pagal šį suvokimą.
Per keletą dienų vaikai, kuriuos mokė meluoti, įvaldė šį gebėjimą: šie vaikai pradėjo rodyti geresnius rezultatus, atlikdami kognityvinius testus, negu kontrolinė grupė, kurios meluoti nemokė.
Ar šie rezultatai reiškia, kad reikia mokyti meluoti? Specialistai sako, kad to nereikėtų daryti, bet gerai būtų skatinti vaikus žaisti žaidimus, kur reikalingas melavimo įgūdis, pavyzdžiui, slėpynes. Melo įgūdžių formavimasis – normalus žmogaus vystymosi etapas. Kuo anksčiau vaikas išmoks meluoti, tuo geriau, nes tuo pačiu metu jis mokysis suprasti kitus žmones ir įgis savikontrolės įgūdžių.

Šaltinis: Learning to deceive has cognitive benefits (2018). Xiao PanDing, Gail D.Heyman, LiyangSai, FangYuan, PiotrWinkielman, GenyueFu,, KangLee.. https://doi.org/10.1016/j.jecp.2018.07.008

Parengė psichologė
Marina Guptor

Logopedės patarimai

Kaip padėti savo vaikui?

- Rezultatui pasiekti būtina su mažyliu užsiimti kiekvieną dieną.
- Vaikas turi girdėti gražią, taisyklingą aplinkinių kalbą.Nesumažėkime patys. Kartais net nepajuntame, kaip pradedame kalbėti „vaikų kalba“- „niam – niam“, „liūli- liūli“ ir pan.
- Kalbėkime paprastais trumpais sakiniais.
- Kalbėkime aiškiai, svarbu, kad vaikas matytų jūsų lūpų judesius ir juos imituotų.
- Klauskite ir padėkite savo vaikui atsakyti į klausimus.
- Sekite pasakas, sugalvokite naujų žodžių, apibūdinkite daiktus.
- Knygas laikykite matomoje ir pasiekiamoje vietoje. Jas kartu su vaiku vartykite, pasakokite apie viską, ką matote: kaip atrodo, ką veikia, kur yra ir kt.
- Žaiskite žaidimus, skirtus smulkiosios motorikos lavinimui: verkite karoliukus, lipdykite, konstruokite įvairius konstruktorius.
- Sugalvokite žaidimų liežuviui ir lūpoms.

Pvz., lūpytės linksmos- šypsena, piktos- atkišti į priekį. Suskaičiuojam dantukus – liežuvio galiuku paliesti visus dantis iš eilės. Arkliukai joja – caksėti liežuviu.

- Žaiskite žaidimus, lavinančius klausos dėmesį ir foneminę klausą. „Kieno čia garsas?“, „Kas taip skamba?“, „Sugauk garsą“.
- Nereikalaukite iš karto taisyklingo garso tarimo. Kai vaikas bando ištarti žodį, bet vis nepavyksta, tiesiog ištarkite žodį taisyklingai patys.
- Girkite vaiką už pastangas, pastebėkite kad ir nežymius teigiamus pokyčius.
- Niekada nesijuokite iš vaiko netaisyklingai tariamų garsų, žodžių, nemėgdžiokite netaisyklingos tarties.
- Nepertraukinėkite vaiko, kada jis kalba. Būkite atidūs klausytojai. Jei vaikas pradeda kalbėdamas užsikirsti, lėtinkite kalbėjimo tempą, mėginkite dainuoti, deklamuoti.
- Suteikite progą bendrauti ne tik su šeimos nariais.

4 metų vaiko kalbą turėtų suprasti aplinkiniai.

Draugaukite su logopede.

Visada iškilus klausimams dėl kalbos raidos ar garsų tarimo sunkumų, galite ateiti pasikalbėti tėvų konsultacijų metu antradieniais 16 - 17 val.

PAGRINDINIAI ADAPTACIJOS PROCESO RODIKLIAI:

- Lengvai atsisveikina su tėvais
- Bendrauja su kitais vaikais
- Nebijo suaugusių, bendrauja su jais
- Gerai orientuojasi patalpose
- Ima daiktus, žaislus, jais domisi
- Bando valgyti ar valgo savarankiškai
- Gerai miega
- Pabudę ramiai guli lovelėje.

SVEIKI UŽKANŽIAI!

(Rekomenduoja specialistai)

- **Kasdien - po obuolį, kriaušę ar slyvą**
- **Džiovinti vaisiai - vietoj saldainio**
- **Traškus užkandis**

(kai norisi užkąsti, galima rinktis duoniukus, trapučius ar paplotėlius._.

- **Riešutai suteikia energijos**
- **Sūrio lazdelės -** maistingas ir smagus užkandis.

RUDENINIAI VITAMINAI VAIKAMS

Todėl ruduo, dosnus šviežiais vaisiais ir daržovėmis, geriausias laikas stiprinti mažųjų sveikatą. Tik ką sunokusiuose obuoliuose gausu C ir B grupės vitaminų, karotino ir pektino, kalcio. Savo vertingumu ir skoniu neprilygstamos vynuogės – geležies, kalio, magnio, vitaminų C ir B šaltinis. Artėjant tamsiajam metų laikui, D vitamino atsargas pravartu papildyti dažniau vartojant baklažanų, morkų, burokėlių. Tačiau dietologės L. Viniarskaitės nuomone, svarbiausia yra ne konkrečių vaisių ir daržovių nauda, o jų įvairovė. „Svarbiausia vaiko mityboje – įvairumas. Kuo įvairesnių rūšių ir spalvų vaisių, daržovių jam siūlote, tuo daugiau naudos gauna organizmas.
Ruduo tam ypač palankus metas, nes mūsų regionuose užauga ir sunoksta daug vitaminingų gėrybių“, – įsitikinusi specialistė.

Skaitykite daugiau: https://www.15min.lt/gyvenimas/naujiena/sveikata/rudeniniai-vitaminai-vaikams-1028-454201?copied

Sveikatos priežiūros specialistė

Rudens ABC Bene kiekviena mama atšalus orams suabejoja - ar jau laikas aptūloti vaikutį, išsitraukti žiemines striukes ir batus, ar eiti žaisti į lauką, o kuo tuomet aprengti, nes vaikas žaisdamas sušils? Pabandysime apžvelgti keletą svarbiausių dalykų, į ką būtina atkreipti dėmesį rūpinantis rudenine „amunicija".
Parinkti vaikui drabužius rudeniui – sudėtinga užduotis . Vaikai, būdami lauke, domisi tik žaidimais, ir jiems visai nė motais sušlapusios kojos ar pamestos pirštinės. Todėl svarbiausia užduotis tėvams – teisingai parinkti rūbus, atsižvelgiant į vaiko charakterį, laisvalaikį, pomėgius ir rūbų pritaikymą žaidimams ar pasivaikščiojimui lauke.
Ne paslaptis, kad ruduo – klastingas metų laikas, kai per orai per parą gali pasikeisti net keletą kartų: gali pašviesti saulė, po valandos pradėti lyti lietus, o paskui gal net sniegas, kuris vakarop ištirpsta vėl pasirodžius saulei. Esant tokioms sąlygoms net ir suaugusysis ne kartą susimąsto, kuo rengtis einant į lauką. Ką jau bekalbėti apie mažus vaikus... Bet net ir tokiu oru eiti į lauką su vaikais būtina. Svarbu tik tinkamai apsirengti. Posakis „nėra prasto oro, yra tik netinkama apranga“ šioje vietoje – labai į temą.

http://www.manosveikata.lt/lt/aktualijos/naujienos/rudens-abc-kaip-rengti-vaikus-paspaudus-saltukui

RUDENINĖ VIRTUVĖ

Oranžinės vaišės nuo rudeninės depresijos

Oranžinė spalva asocijuojasi su pozityviomis emocijomis. Tai spalva, kuri padeda sušilti ir pakelti nuotaiką. Žvalinantis oranžinės spalvos poveikis žmogaus psichikai žinomas jau seniai. Oranžinės spalvos maisto produktai ne tik kelia nuotaiką, bet ir turi daug vitaminų bei mineralinių medžiagų. Kodėl gi nepasigaminus ko nors iš ryškiai oranžinių maisto produktų šaltą ir ūkanotą rudens dieną? Ryškia oranžine spalva išsiskiria moliūgai, morkos, šaltalankiai.

Moliūginis rizotas

- 450 g moliūgo
- 380 g trumpagrūdžių ryžių
- 100 g tarkuoto parmezano
- 2 l daržovių sultinio
- 240 ml sauso, baltojo vyno
- 5 šaukštai alyvuogių aliejaus
- Svogūnas
- Laiškinių česnakų pagal skonį
- Druskos pagal skonį

Gaminimas. Nupjauti moliūgo žievę, pašalinti sėklas ir supjaustyti minkštimą. Išvirti daržovių sultinį ir palikti jį ant labai mažos ugnies, kad neatvėstų. Į keptuvę įpilti šiek tiek aliejaus, sudėti smulkintą svogūną ir moliūgus. Kepti 5 minutes, kol svogūnai taps permatomi. Sudėti ryžius ir maišant kepti 2 minutes. Tada supilti vyną ir maišant virti, kol vynas išgaruos. Įpilti porą samčių sultinio ir virti ant vidutinės ugnies, maišant, kol sultinys išgaruos, tada įpilti dar sultinio ir taip tęsti, kol ryžiai bus išvirę (15 – 20 minučių). Likus porai minučių, kol išvirs ryžiai, supilti likusį aliejų, trečdalį tarkuoto parmezano ir smulkintus laiškinius česnakus. Paskaninti druska ir išmaišyti. Pabarstyti parmezanu.

Minėsime:

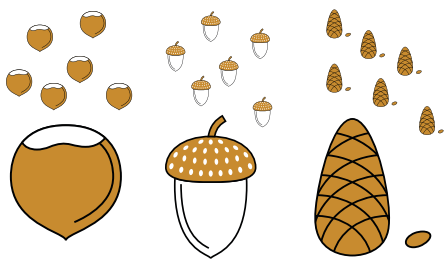
Spalio 5 d. *– Šypsenų diena*
Lapkričio 8 d. *Europos sveikos mitybos diena*
Lapkričio 16 d. *– Tolerancijos diena*
Muzikinė rudeninė pramoga:
Spalio 12 d. 10 val.
„Daržovių puota"
Susitikimas su Kalėdų seneliu darželyje numatomas gruodžio 20 d., 5 eurai/vaikui.
Paroda:
Kviečiame dalyvauti parodoje „Rudeninė skrybėlė"
Edukacinės veiklos
Spalio 4 d. *susitikimas su burnos higieniste Ula*
Spalio 8 d. *Tropinių drugelių edukacinė veikla*
Spalio 10 d. *edukacinė veikla „Mano kepaliukas" – Drugelių, Boružėlių ir Pelėdžiukų gr.(žr. http://www.mug.lt/mano-kepaliukas/*
Spalio 17 d. *edukacinė veikla apie sveiką mitybą su specialistais iš sveiko miesto biuro.*

P.S. KEISTI

Rudeninis žaidimas vaikams

"IŠRŪŠIUOK"

Išėjus pasivaikščioti reikia prisirinkti kuo daugiau kaštonų, kankorėžių, gilių. Tada padalinti viską į tiek krūvelių, kiek yra vaikų, ir, užrišus jiems akis, paprašyti išrūšiuoti į atskiras krūveles: giles prie gilių, kaštonus - prie kaštonų ir t.t.. Laimi pirmasis teisingiausiai išrūšiavęs.



PUOTA DARŽOVIŲ

Laikraštukui naujienas rinko:

Direktorės pavaduotoja ugdymui
Rasa Andrejeva
Logopedė - ***Inga Baškauskiatė-Boronova***
Psichologė - ***Marina Guptor***
Maketavo:
Eglė Valienė*,* „Kiškučių“ gr. mamytė