

Szkoła Podstawowa Specjalna nr 23

im. ks. prof. Józefa Tischnera w Jastrzębiu Zdroju

10/11 2019 r.

Iskierka
dwumiesięcznik

Witamy w nowym roku szkolnym 2019

W tym numerze:	Strona:
AAC dla każdego	2
Jak pomóc dziecku ra-	4
Co się dzieje w naszej szkole?	5
Zadbaj o zdrowie	6
Kącik czytelnika	7
Przepis kulinarny	8
W wolnej chwili	9



Znajdziesz nas:

<http://www.spsnr23tischner.pl/>

Szkoła Podstawowa Specjalna nr 23

Adres redakcji: Szkoła Podstawowa Specjalna nr 23, ul. Szkolna 5, 44-335 Jastrzębie-Zdrój, sala nr 2.23. Kontakt: valborga@op.pl Gazetkę redagują uczniowie SP nr 23 pod kierunkiem: Pani Małgorzaty Mętel, Pani Agnieszki Bury, Pana Michała Urbaniaka. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo redagowania nadesłanych tekstów.

„AAC dla każdego”

AAC (komunikacja alternatywna i wspomagająca) to szansa na skuteczne porozumiewanie się dla osób niemówiących lub mających trudności z porozumiewaniem się za pomocą mowy.

W naszej szkole dzieci poprzez zabawy, gry, prezentacje multimedialne czy pracę z tabletami uczą się komunikować za pomocą symboli graficznych Mówik, a także mają możliwość wypożyczenia książek z niewielkiej, ale ciągle powiększającej się, biblioteki z książkami zawierającymi symbole Mówik. Ciekawą propozycją dla uczniów klas młodszych są zajęcia muzyczne, na których można nauczyć się śpiewania najróżniejszych piosenek za pomocą nie tylko strun głosowych, ale przede wszystkim gestów Makaton.

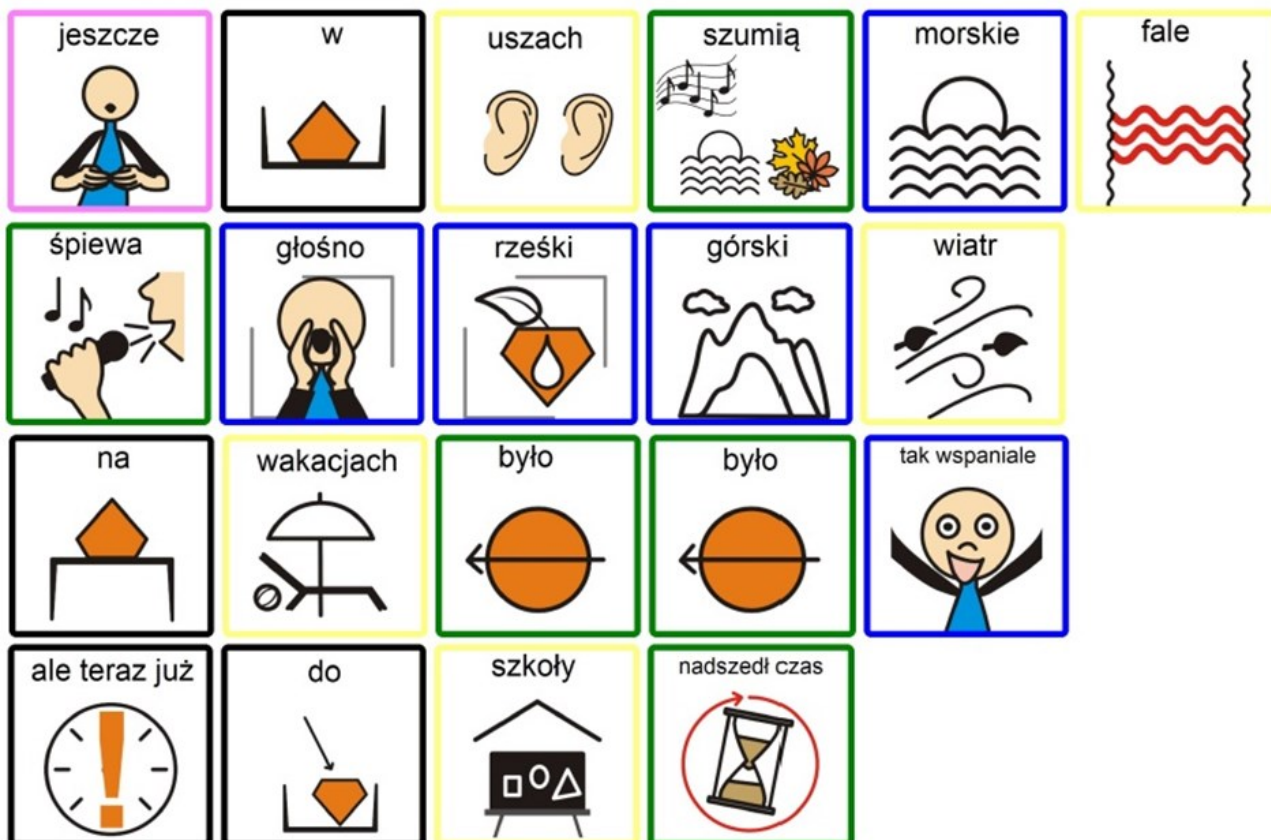
Nie ważne jaka, byle satysfakcjonująca i skuteczna. Taka powinna być komunikacja!

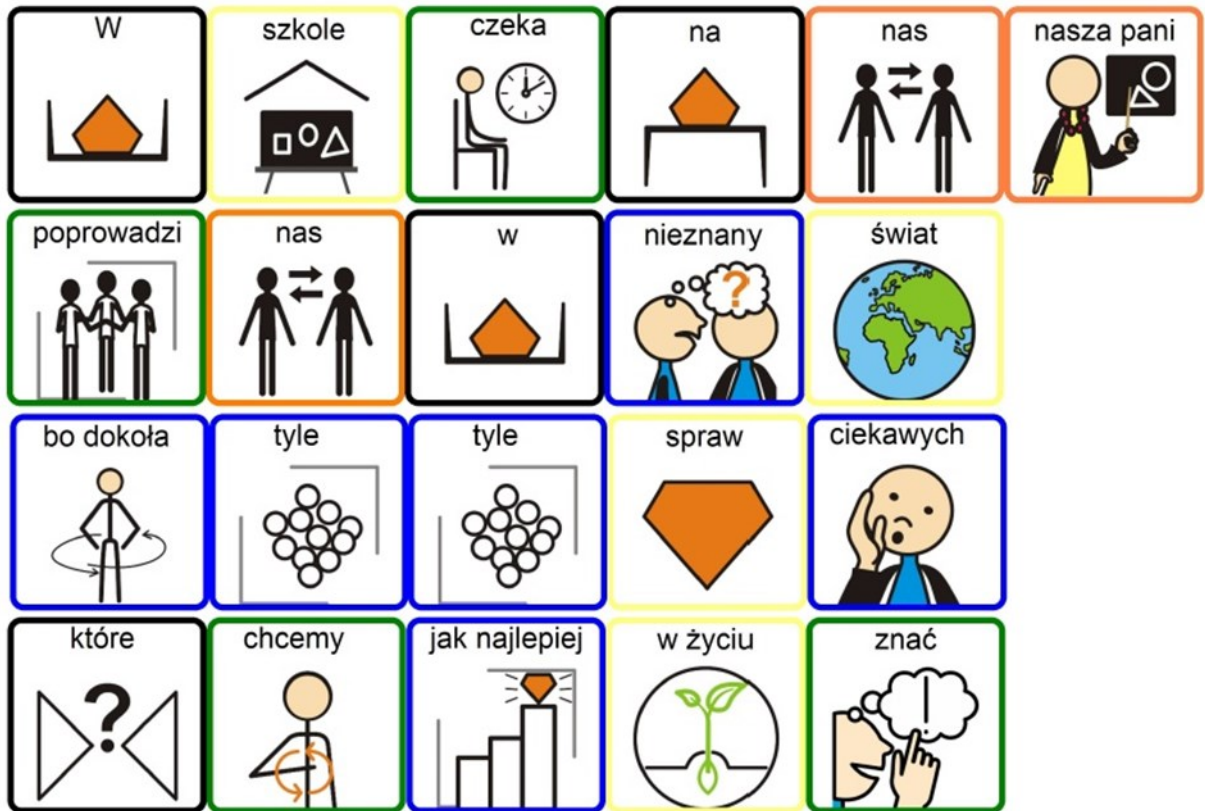
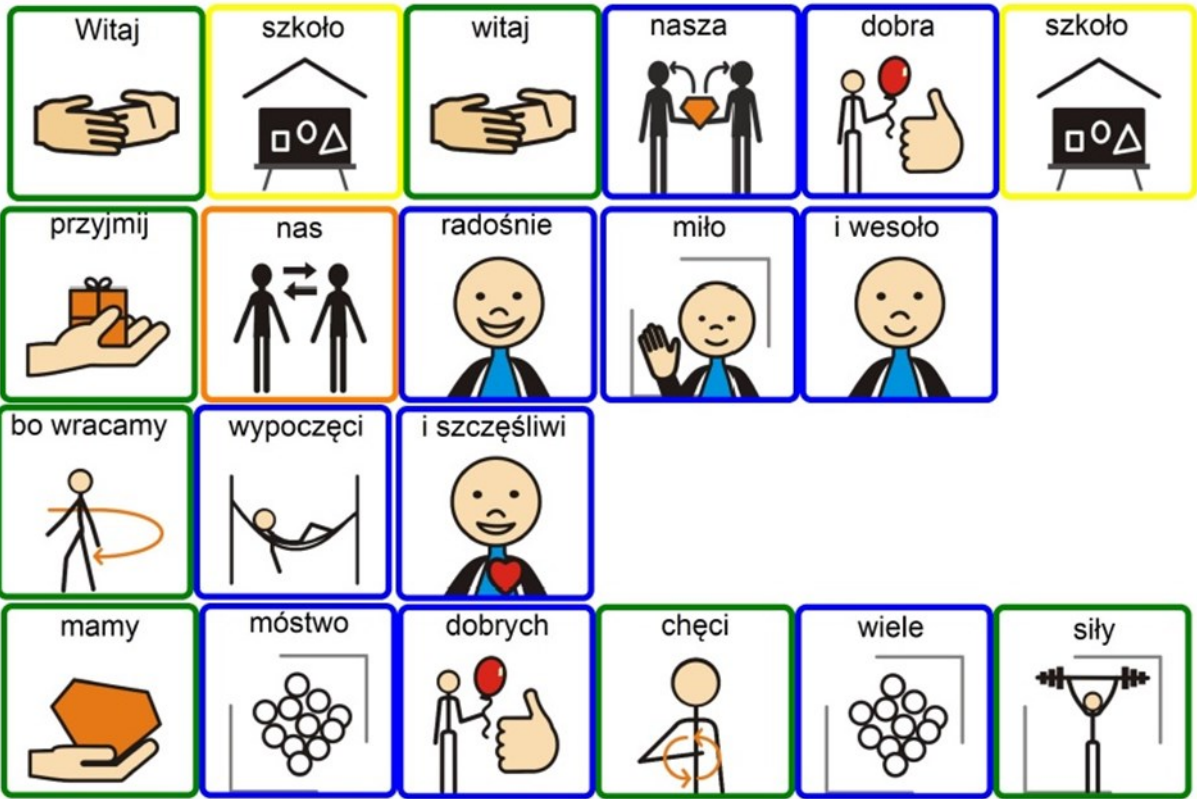
W tym numerze gazetki w cyklu „AAC dla każdego” nietypowo zaczynamy od zadania domowego dla uczniów (rodzice mogą pomagać).

Wyszukaj w Internecie piosenkę, której tekst znajdziesz poniżej. I odpowiedz na pytania:

Jaki tytuł nosi ta piosenka?

Czy Ty także cieszysz się z powrotu do szkoły ?





Jak pomóc dziecku radzić sobie z emocjami?

Emocje pojawiają się pod wpływem tego, czego doświadczamy w relacji z otaczającym nas światem. Nie ma dobrych i złych uczuć – one po prostu są i informują nas o tym, czy nasze ważne potrzeby są lub nie są zaspokojone. Świat dziecięcych emocji charakteryzuje się spontanicznością i spotęgowaną siłą wyrażania. Rodzicom często nie jest łatwo przyjąć i zrozumieć trudne uczucia dziecka, wyrażane niejednokrotnie z dużą intensywnością. Tymczasem od reakcji rodzica bardzo wiele zależy – jego zadaniem jest wsparcie dziecka w tym, co ono przeżywa, uczenie nazywania swoich potrzeb i emocji oraz nauka ich regulacji. Zadanie nie jest proste, ale można podać kilka możliwych sposobów udzielania "pierwszej pomocy" dziecku zmagającemu się z trudnymi emocjami:

Słuchaj dziecka bardzo uważnie:

- zrób przerwę w swoich zajęciach, odłóż gazetę, wyłącz telewizor – utrzymuj z dzieckiem kontakt wzrokowy
- nie zakładaj z góry, że wiesz, co Twoje dziecko chce Ci powiedzieć
- powstrzymaj się od przesadnej reakcji i chęci natychmiastowego działania w odpowiedzi na to, co mówi Twoje dziecko – postaraj się o cierpliwość, nie bagatelizuj i nie umniejszaj problemu dziecka – to może przerwać nić porozumienia

Zaakceptuj uczucia dziecka – pomocne tu będą zwyczajne i krótkie: "och", "rozumiem" itp. - takie określenia, połączone z koncentracją uwagi na dziecku zachęcają do wyrażania swoich uczuć i myśli oraz do szukania własnych rozwiązań. Dziecko doświadczające trudnych emocji potrzebuje przede wszystkim zrozumienia – nie potrzebuje rady pocieszenia czy krytyki. I pamiętajmy – istnieje ogromna różnica pomiędzy przyzwoleniem dziecku na wyrażenie przeżyć emocjonalnych a pozwoleniem na działanie pod ich wpływem.

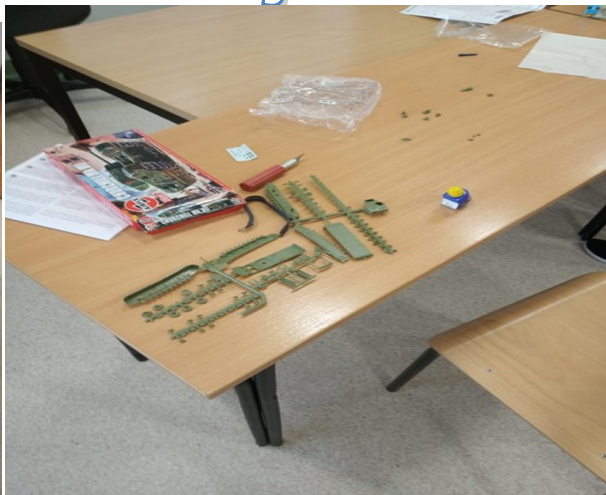
Określ, nazwij uczucia dziecka – postępując w ten sposób uczymy dziecko słownictwa określającego jego wewnętrzną rzeczywistość (emocje, potrzeby, myśli). Jeśli będzie ono w stanie nazwać swoje stany i doznania – łatwiej mu będzie poradzić sobie z nimi. Pomocne tu będą komunikaty typu: "Wygląda na to, że.....", "Wydaje mi się.....", "Mam wrażenie....." (np. "...że jesteś zdenerwowany", "...że masz wątpliwości", "...jest Ci smutno").

Zamień pragnienia dziecka w fantazję – często im silniej próbujemy coś dziecku logicznie wytłumaczyć, tym silniej ono protestuje. Zamiana pragnień dziecka w fantazję pozwala mu doświadczyć w wyobraźni tego, czego nie może mieć w rzeczywistości.

Można powiedzieć, że rodzice są dla swojego dziecka jak "lustra", w których może ono dostrzec swoje uczucia i doznania – zobaczyć je, uświadomić sobie, nazwać oraz – w konsekwencji – poradzić sobie z nimi. Postarajmy się, by dziecko widziało w tym lustrzanym odbiciu, że jego uczucia są dobre i mają prawo istnieć, a ono samo jest akceptowane i ważne.

Joanna Olesińska

Co się dzieje w naszej szkole?



Nasza szkoła dba nie tylko o naukę uczniów, ale również o rozwój pasji naszych uczniów. Od września w naszej placówce odbywają się zajęcia rozwijające zainteresowania uczniów. W poniedziałki o godzinie 15.15 pan Michał Urbaniak wraz z klasą VII b prowadzi koło modelarskie. Podczas zajęć uczniowie uczą się jak konstruować modele statków, samolotów, okrętów, samochodów.

Modelarstwo to znakomite hobby, połączenie zabawy z nauką, dające możliwość rozwoju swoich umiejętności manualnych, technicznych, konstrukcyjnych. Kształtuje pozytywne cechy osobowościowe, przydatne w nauce i w życiu codziennym, takie jak: koncentracja, wytrwałość, koordynacja ruchowa, precyzja, ambicja.



Zadbaj o zdrowie jesienią

Malownicza, pełna barw i zapachów jesień trwa krótko. W przeważającej części tej pory roku jest szaro, zimno i bardzo często pada deszcz. Dodając do tego coraz krótszy dzień i łapiące nas infekcje – popadamy w przygnębienie i jesteśmy ciągle zmęczeni. Niestety nie ma złotego środka zapobiegającego jesiennej chandrze. Można jednak skutecznie minimalizować złe samopoczucie.

Jak skutecznie radzić sobie z jesienną aurą? Oto kilka sprawdzonych sposobów.

1. Naturalne lekarstwo

Warto sięgnąć po preparaty wspomagające odporność (m.in. czosnek w kapsułkach, witaminę C). Można także zażywać tran bądź omega-3.

2. Medycyna naturalna – aromaterapia : olejek eukaliptusowy (wzmacnia odporność)

goździkowy (działanie antyseptyczne, przeciwbólowe, wzmacnia organizm)

jałowcowy (stosowany przy nerwobólach, wzmacnia organizm)

W kwestii stosowania – można korzystać z kominków do aromaterapii, dodawać olejki do kąpieli, mieszać olejki z olejami do ciała i używać do masażu.

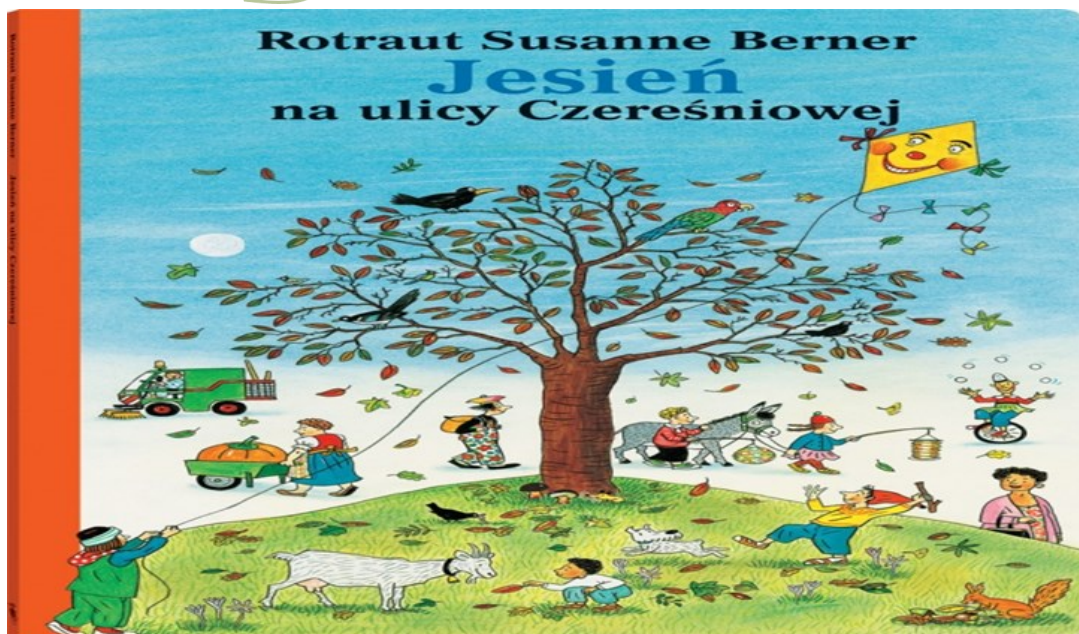
3. Aktywność fizyczna

Nie od dziś wiadomo, że ćwiczenia fizyczne dobrze wpływają na samopoczucie – mózg produkuje więcej endorfin (hormony odpowiadające za dobry nastrój oraz zadowolenie). Warto w jesienny czas skorzystać z basenu, zapisać się na aerobik czy też wsiąść na rower.

4. Sen

Warto zadbać o dobry i należyście długi sen – organizm podziękuje nam za to świeżością i **dobrym nastrojem**

Czytamy



Jesień to pora roku, która sprzyja czytaniu książek. Coraz krótszy dzień, niskie temperatury i częste opady deszczu sprawiają, że więcej czasu spędzamy w domu. Dzięki książkom, nawet najbardziej pochmurne dni nie będą nikomu straszne.

Po zimie, wiosnie i lecie w końcu nadeszła jesień. Liście spadają z drzew i szeleszczą pod stopami, dzikie gęsi odlatują na południe, a na ulicy Czereśniowej jest wesoło jak zawsze. Na rynku trwa jesienny festyn, a dzieci świętują otwarcie nowego przedszkola i urządzają wielką paradę lampionów. Sprawdź, co tym razem przydarzyło się mieszkańcom najsympatyczniejszej ulicy świata!

Każda strona tej książki to barwna, pełna szczegółów i postaci ilustracja przedstawiająca fragment miasta. Na kolejnych rozkładówkach odnajdujemy tych samych bohaterów w różnych miejscach i momentach dnia. Historię każdego z nich można opowiedzieć na wiele różnych sposobów. Wyszukiwanie kolejnych postaci i tworzenie własnych opowieści o ich przygodach to wciągająca zabawa na długie godziny.

Przepis



Składniki na ciastka jeże: mąka 2,5 szklanki, 2 jajka, 1 łyżka proszku do pieczenia, 100g masła, 3 łyżki kefiru, 0,5 szklanki cukru, czekolada gorzka i mleczna, słonecznik łuskany, kolorowa posypka

Przygotowanie:

- mąkę, proszek, masło, jajka, kefir i cukier wsypujemy do miski i wyrabiamy ręcznie ciasto,
- z ciasta robimy kulki, rozgniatamy i formujemy łyżkę,
- ciastka wkładamy do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni i pieczemy około 30 minut,
- po upieczeniu i wystygnięciu, ciastka dekorujemy rozpuszczoną czekoladą,



Humor



Co ma wspólnego jesień z łyżką??? Odp: je się nią

Nauczyciel pyta dzieci w klasie:

- Czy wiecie dzieci jaki ptak nie buduje gniazd?
- Zgłasza się Jasio: Tak! To kukułka!
- Nauczyciel: A czemu nie buduje?
- Jasio: No bo mieszka w zegarach.

Przychodzi Jasiu do domu ze szkoły i krzyczy:

- Mamo, mam dzisiaj zrobiłem dobry uczynek.
- No to mów.
- Koledzy podłożyli pineskę szpicem do góry na krześle nauczyciela... już miał siadać kiedy ja odsunąłem krzesło...

Jasiu dlaczego masz w zeszytcie te same błędy co twój kolega z ławki?

- Bo mamy tego samego nauczyciela od j. polskiego...