

Numer 3, Rok 2022



„Nasza Baza”

Miesięcznik



wiosna zawitała

do NASZEJ BAZY

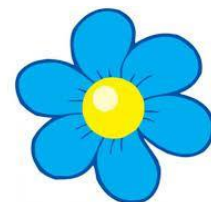
W numerze:

- Lider „Naszej Bazy” – miesiąc marzec 2022 r.
- Dzień Kobiet
- Dzień Matematyki
- Co dzieci powinny wiedzieć o wojnie w Ukrainie?
- Zajęcia z porozumiewania się w języku ojczystym
- Pierwszy dzień Wiosny
- Warsztaty – higiena – ZOŻ
- Warsztaty pierwsza pomoc przedmedyczna - ZOŻ
- Zajęcia z RECYKLINGU
- RELAKSACJA - zajęcia z psychologiem
- Zajęcia plastyczne – kwiaty
- Święta Wielkanocne





Liderem Naszej Bazy w miesiącu marcu została Anastazja



Pani Ewelina: Zostałaś liderem miesiąca, gratulacje! Marzec to pierwszy pełny miesiąc od kiedy uczęszczasz do "Naszej Bazy" i od razu zostajesz liderem. Powiedz jakie to uczucie?

Anastazja: czuje wielką radość, nie spodziewałam się, że uda mi się zostać liderem.

Pani Ewelina: Jest pewnie sporo osób, które jeszcze nie do końca Cię znają, bo jesteście w Placówce w różne dni tygodnia. Może powiesz kilka zdań o sobie? Co lubisz robić, czym się interesujesz?

Anastazja: bardzo lubię śpiewać, najbardziej piosenki Sary James i Sanah.

Pani Ewelina: co w życiu jest dla Ciebie ważne?

Anastazja: Dla mnie najważniejsze jest by być szczęśliwym.

Pani Ewelina: Twoje ulubione zajęcia w Bazie to?

Anastazja: zajęcia plastyczne i kreatywne.

Pani Ewelina: A masz może jakąś złotą radę dla tych, którzy chcą zostać liderami w kolejnych miesiącach? Co robić, żeby zdobyć ten tytuł?

Anastazja: na pewno odrabiać zadania, brać udział w zajęciach i przestrzegać zasad panujących w Placówce.

Pani Ewelina: na koniec jeszcze oczywiście pozdrowienia, kogo pozdrawiamy?

Anastazja: Pozdrawiam Julkę, Makska i całą naszą placówkową grupę.

Pani Ewelina: teraz możesz już wracać na zajęcia, bardzo dziękuję za wywiad 😊



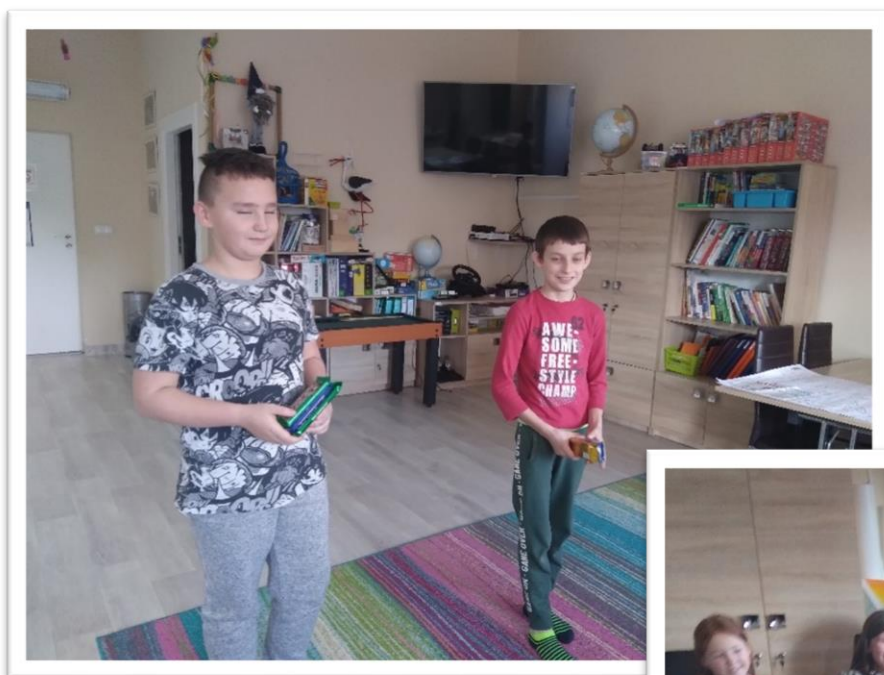
DZIEŃ KOBIET...

DZIEŃ KOBIET...

W Placówce Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach dziewczynki i kobiety zostały zaskoczone życzeniami i słodkościami.

BRAWO CHŁOPCY!

DZIĘKUJEMY!



Matematyka jest alfabetem, za pomocą którego Bóg opisał wszechświat.

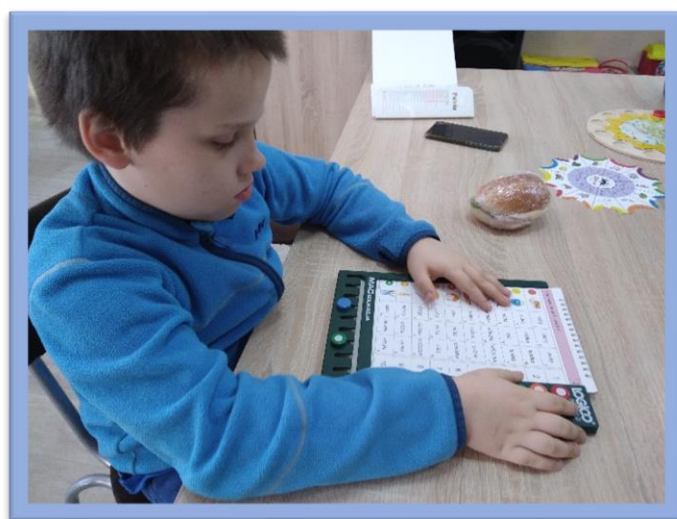
Galileusz

Międzynarodowy Dzień Matematyki

obchodzony jest od czasu, gdy został proklamowany na mocy rezolucji 40. Sesji Konferencji Generalnej UNESCO w listopadzie 2019 roku.

Międzynarodowy Dzień Matematyki (IDM) to obchody ogólnoswiatowe. Każdego roku 14 marca wszystkie kraje są zapraszane do udziału w zajęciach dla uczniów i ogółu społeczeństwa w szkołach, muzeach, bibliotekach i innych przestrzeniach. Święto jest okazją do pobudzania kreatywności i zwrócenia uwagi na powiązania między matematyką a otaczającym nas światem, różnymi dziedzinami, koncepcjami i pomysłami.

Również w naszej placówce świętowaliśmy ten dzień.



Co dzieci powinny wiedzieć o wojnie w Ukrainie? - warsztaty z psychologiem, z wykorzystaniem materiałów udostępnionych przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę.

W związku z sytuacją na świecie – wojną w Ukrainie i ogromem trudnych informacji, które docierają do naszych wychowanków poprzez kontakty rówieśnicze, rodzinne oraz media... w Placówce przeprowadzone zostały zajęcia wspierające. Korzystając z materiałów zamieszczonych przez FUNDACJĘ DAJMY DZIECIOM SIŁĘ - filmu oraz konspektu przygotowanego przez specjalistów, Pani Jagoda przedstawiła sytuację jaka ma obecnie miejsce, trudności z jakimi możemy się spotkać – zarówno te związane z lękiem jak i te związane z brakiem poczucia bezpieczeństwa. Zapewniła o MOŻLIWOŚCI OTRZYMANIA WSPARCIA W Placówce NASZA BAZA



Niestety wojny, większe czy mniejsze, toczą się na świecie codziennie. I zawsze są czymś złym, bo wiążą się z nimi przemoc, lęk i cierpienie wielu osób. Wojna w Ukrainie jest dla nas szczególna, bo wybuchła blisko nas. Tuż za naszą granicą.

Ukraina jest krajem europejskim. Od północy graniczy z Białorusią, od zachodu z Polską, Słowacją i Węgrami. Jej południowymi sąsiadami są Rumunia i Mołdawia, a od wschodu dzieli granicę z Rosją. Stolicą Ukrainy jest Kijów. Inne duże miasto, które znajduje się niedaleko polskiej granicy to Lwów.



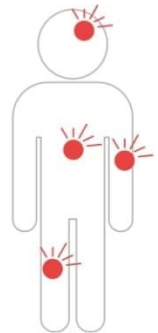
Tak wygląda flaga Ukrainy



Lęk jest w takich sytuacjach normalny. Co ciekawe, jest również bardzo istotny, bo strach ma nas poniekąd chronić. Często ze strachu nie robimy czegoś, co byłoby dla nas naprawdę niebezpieczne – na przykład nie skaczymy z dużej wysokości. Albo wręcz przeciwnie – z powodu strachu szybko podejmujemy działania ratujące nas przed zagrożeniem, na przykład uciekamy.

Bywa jednak tak, że lęku jest zbyt dużo i pod jego wpływem zaczynamy tworzyć ponure historie. Można powiedzieć, że lęk zabiera nas w podróż do nieprawdziwej przyszłości. Odciąga nas od tego, co faktycznie dzieje się wokół i utrudnia nam prowadzenie zwykłego życia w szkole i w domu.

Czujemy wtedy jeszcze więcej lęku, bo wydaje nam się, że te ponure historie okażą się prawdziwe. Może zdarzyć się tak, że wyraża to całe nasze ciało. Nasz umysł i organizm są ze sobą połączone. Gdy się boimy szybko



bije nam serce, oddychamy płycej, czujemy napięcie w nogach i rękach, a całe ciało szykuje się do działania. Taką reakcję mogą powodować wymyślone przez nas po-

ponure historie

W przypadku takiej sytuacji należy wziąć głęboki oddech, rozejrzeć się dookoła, uświadomić sobie, że jest się bezpiecznym, i porozmawiać z kims dorosłym o swoich wyobrażeniach. Jeśli rodziców nie ma obok, można opowiedzieć o tym nauczycielowi czy szkolnemu psychologowi. Warto rozmawiać, bo lęk, strach, smutek i złość i tak znajdą wkrótce ujście. Mogą spowodować ból brzucha lub głowy czy wysypkę na ciele. Jeśli widzisz u siebie takie objawy, koniecznie powiedz o tym rodzicom.

Jeżeli czujesz lęk, a nie masz akurat z kim o tym rozmawiać, to zawsze możesz zadzwonić pod czynny przez całą dobę bezpłatny numer telefonu zaufania dla dzieci 116 111.



Pierwszy dzień

Wiosny

Pierwszy dzień wiosny przywitał wszystkich pięknym słońcem. W dniu tym wychowankowie z wielkim entuzjazmem opowiadali o wszystkich oznakach wiosny, które można zaobserwować w przyrodzie. Podczas zajęć w Placówce dzieci miały za zadanie wykonanie Marzanny. Najpierw przypomniane zostały zasady z czego taka Marzanna powinna być zrobiona (słoma, bibuła, naturalne sznurki, patyki) a następnie przystąpili do dzieła. Oj radości przy tej pracy było bardzo wiele. Z jednej strony stolika było wiązanie patyków, z drugiej – zawijanie słomy w gazetę, z innej zaś było stanowisko owijania kukły w bibułę i ozdabianie. Zamieszania co niemiara, a efekty sami oceńcie...





ZWYCZAJE... ciekawostki...

Marzanna to nazwa kukły przedstawiającej boginię, którą w rytualny sposób palono bądź topiono w czasie wiosennego święta Jarego, aby przywołać wiosnę. Zwyczaj ten, zakorzeniony w pogańskich obrzędach ofiarnych, miał zapewnić urodzaj w nadchodzącym roku. Zgodnie z opisanymi przez Jamesa Frazera zasadami magii sympatycznej wierzą, że zabicie postaci przedstawiającej boginię Śmierci spowoduje jednocześnie usunięcie efektów przez nią wywołanych (zimny) i nadejście wiosny.

Kukłę wykonywano ze słomy, owijano białym płótnem, zdobiono wstążkami i koralami. Tradycja nakazywała, aby dziecięcy orszak, z marzanną i zielonymi gałązkami jałowca w dłoniach, obszedł wszystkie domy we wsi. Po drodze *podtapiano* marzannę w każdej wodzie, jaka się nadarzyła. Wieczorem kukłę przejmowała młodzież. W świetle zapalonych gałązek jałowca wyprowadzano marzannę ze wsi, podpalano i wrzucano do wody. Z topieniem Marzanny, również obecnie, związane są różne przesady: nie wolno dotknąć pływającej w wodzie kukły, bo grozi to uschnięciem ręki, obejrzenie się za siebie w drodze powrotnej może spowodować chorobę, a potknięcie i upadek – śmierć w ciągu najbliższego roku.

Chrześcijaństwo próbowało zakazać tego starostowiańskiego zwyczaju.

W 1420 roku Synod Poznański nakazywał duchowieństwu:

Nie dozwalajcie, aby w niedzielę odbywał się zabobonny zwyczaj wynoszenia jakiejś postaci, którą śmiercią nazywają i w kałuży topią.

Rodzima tradycja okazała się jednak silniejsza. W konsekwencji na przełomie XVII i XVIII wieku próbowano tradycję topienia marzanny zastąpić (w środę przed Wielkanocą) zrzucając z wieży kościelnej kukły symbolizującej Judasza, co również zakończyło się niepowodzeniem. Obecnie obrzęd łączony jest z nastaniem kalendarzowej wiosny 21 marca lub z przypadającym na ten właśnie okres Jarym Świętem.

Źródło: <http://naludowo.pl/kultura-ludowa/wiosna-obrzedy-zwyczaje-ludowe/topienie-marzanny-zwyczaj-obyczaj-ludowy-na-ludowo-marzec-znaczenie-tradycja.html>

WIOSNA

Zajęcia z zakresu rozwoju kompetencji kluczowych Porozumiewanie się w języku ojczystym

W Placówce Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach wszyscy wychowankowie systematycznie uczestniczą w zajęciach z języka ojczystego. W marcu tematem przewodnim tych zajęć były wiadomości związane z rzeczownikiem. W trakcie zajęć przypomniane zostały podstawowe informacje o tej ważnej części mowy. Poprzez zadania w formie zabawowej wychowankowie Placówki mogli w sposób łatwy i przystępny zgłębiać wiedzę odnośnie rzeczownika.

RZECZOWNIK

To nazwy    

osób, roślin, zwierząt i rzeczy.

Rzeczownik odpowiada na pytanie

kto? lub co?

Jest rodzaju:

męskiego

ten



żeńskigo

ta



niżakiego

to



Występuje w liczbie:

pojedynczej



mnogiej



dlabelfra.pl

Kto?

Co?

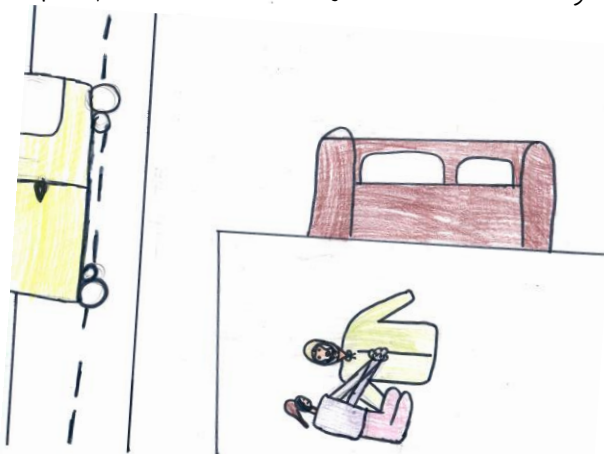
Źródło: <https://dlabelfra.pl/nauczanie-gramatyki-w-edukacji-wczesnoszkolnej/>





Warsztaty z pielęgniarkami z Zespołu Opieki Zdrowotnej w Ropczycach - higiena wieku dojrzewania oraz pierwsza pomoc przedmedyczna

Dnia 29 i 31 marca w Placówce Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach odbyły się zajęcia warsztatowe z paniami pielęgniarkami z ropczyckiego ZOZ-u. Podczas tych spotkań pani Grażyna i pani Zosia omówiły z dziećmi zasady wzywania karetki pogotowia, zasady bezpiecznego zachowania się na ulicy (np. podczas jazdy rowerem), zasady udzielania pierwszej pomocy podczas takich przypadków jak: omdlenie, oparzenie (w tym: oparzenia skóry – I, II, III i IV stopień; przewodu pokarmowego, porażenie prądem, zachowania podczas burzy). Omówione zostały również choroby, z którymi można się spotkać w szkole lub „na ulicy” – padaczkę, czy cukrzycę. Najciekawszym punktem spotkania z paniami pielęgniarkami był czas, w którym dzieci mogły przećwiczyć udzielanie pierwszej pomocy na fantomie. Okazało się, że prawidłowe wykonanie resuscytacji nie jest wcale takie proste. Wszyscy dzielnie ćwiczyli wykonywanie masażu serca i sztucznego oddychania. Na zakończenie zajęć praktycznych wychowankowie Placówki wykonywali na kolegach i koleżankach pozycję boczną ustaloną oraz przeprowadzone zostały zajęcia dotyczące higieny osobistej. Młodsze dzieci przypomniaty sobie zasady prawidłowego czyszczenia zębów, zmiany bielizny i kąpeli. Starsze wychowanki miały zajęcia dotyczące zmian zachodzących w ciele dziewczynki podczas okresu dojrzewania oraz higieny osobistej.










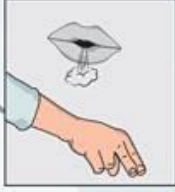









WARTO ZNAĆ TE ZASADY....

instrukcja

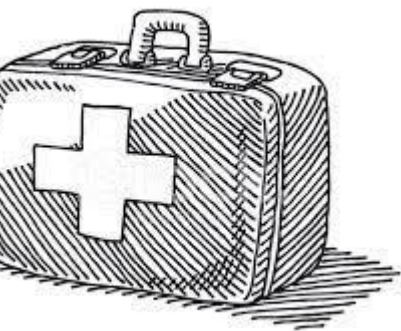
RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA u niemowląt, dzieci i dorosłych

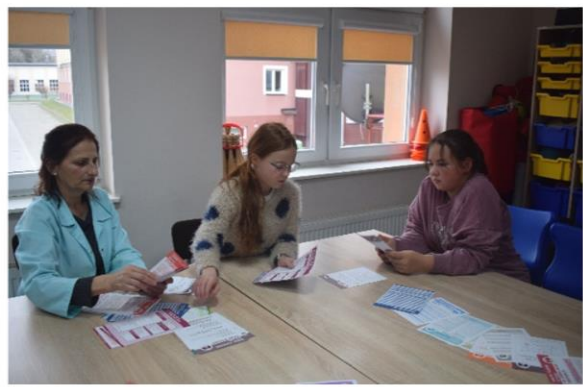
Sprawdź i zapamiętaj jak poprawnie prowadzić RKO w zależności od wieku poszkodowanego.



	NIEMOWLĘ do 12 miesięcy	DZIECI	DOROSLI
JAK?	 uciskaj klatkę piersiową 2 palcami	 uciskaj klatkę piersiową 1 ręką	 uciskaj klatkę piersiową 2 rękoma
GDZIE?	 1 cm pod linią sutków	 1 cm pod linią sutków	 na środku klatki piersiowej
ILE RAZY?	 5:30:2 5 wdechów 30 ucisków 2 wdechy	 5:30:2 5 wdechów 30 ucisków 2 wdechy	 30:2 30 ucisków 2 wdechy
AED	 nie zalecane	 użyj elektrod pediatricznych (jeżeli nie ma użyj elektrod dla dorosłych) postępuj zgodnie z poleceniami AED	 użyj elektrod dla dorosłych postępuj zgodnie z poleceniami AED
PROWADŹ RESUSCYTACJĘ DO :			
 utruty sił	 pojawienia się prawidłowego oddechu u poszkodowanego	 przyjazdu zespołu ratownictwa medycznego	 momentu aż zrobi się niebezpiecznie

Źródło: <http://strazmiejska.mikolow.eu/porady-2/pierwsza-pomoc-resuscytacja-krazeniowo-oddechowa/>





Światowy Dzień RECYKLINGU

Recykling to coś, co powinniśmy brać pod uwagę każdego dnia, ale szczególnie 18 marca. Właśnie tego dnia przypada Światowy Dzień Recyklingu, którego celem jest promowanie troski o planetę. W ramach obchodów tego dnia, w Placówce odbyły się zajęcia informacyjne oraz plastyczno-kreatywne.

www.naszemiesci.pl

#segregujeMY



Źródło:

https://www.ostrowwielkopolski.pl/asp/core/pdf.asp?menu=9&akcja=artykul&artykul=3740#galeria/2021_recykling-7

te zasady warto znać i stosować

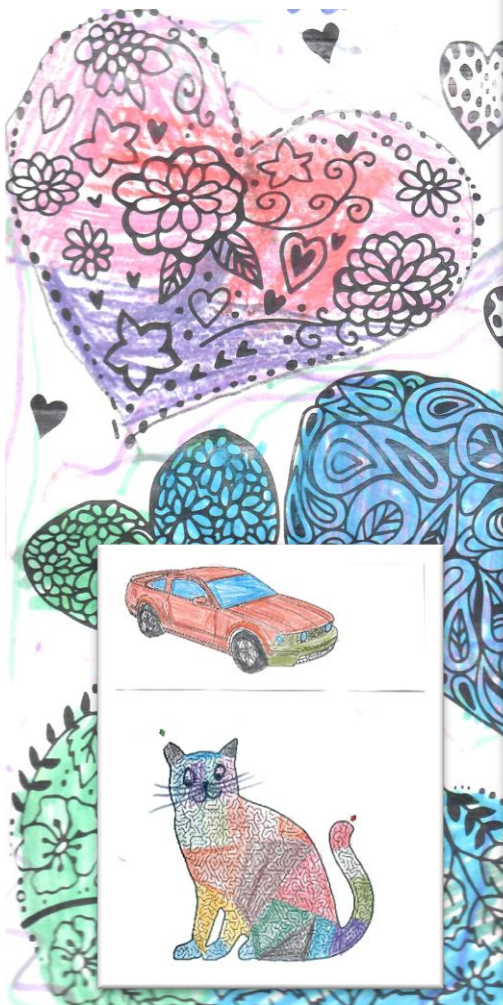


Chrum...
Chrum...

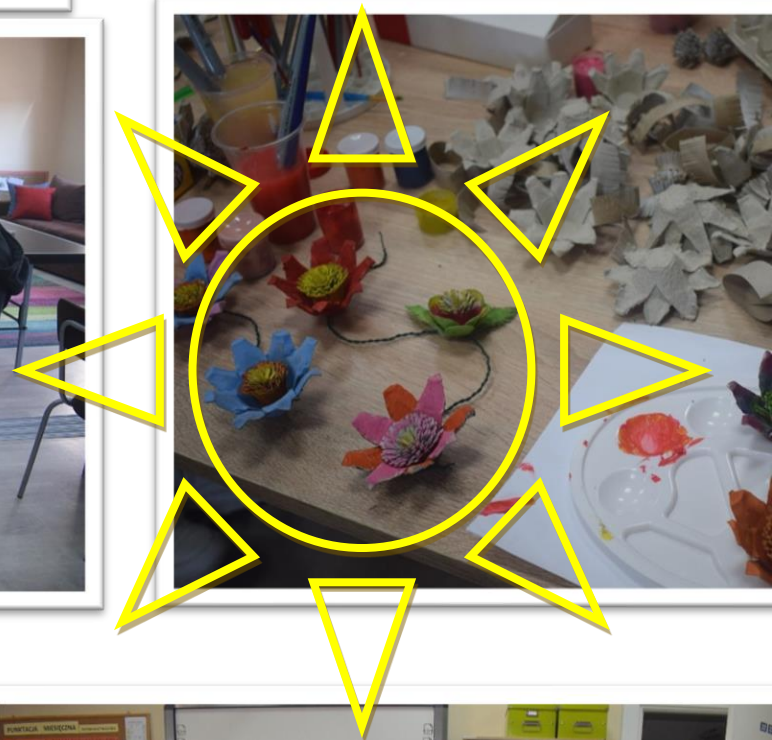
RELAKSACJA W NASZEJ BAZIE

sposób na odprężenie i wzmocnienie, czas na oderwanie się od nauki

oraz rozmowy z Panią Jagodą - psychologiem



Plastyka w Naszej Bazie – wiosennie, kwiaty...



NASZE PRACE...

Wielkanoc – ciekawostki dla dzieci.

Zwyczajne wielkanocne w Polsce i na świecie



Wielki Tydzień

- znaczenie poszczególnych dni

- **Wielki Piątek** upamiętnia śmierć Pana Jezusa na krzyżu,
- **Wielka Sobota** to dzień, w którym święci się pokarmy w koszykach, odwiedza symboliczny grób, w którym znajduje się ciało Pana Jezusa, który niebawem zmartwychwstanie.
- **Wielka Niedziela** to dzień, w którym celebруем Zmartwychwstanie Chrystusa i jest to najważniejszy dzień świąt wielkanocnych.
- **Poniedziałek Wielkanocny**, zwany także Lanym Poniedziałkiem oraz Śmigusem-dyngusem. W polskiej tradycji jest to dzień, w którym oblewamy się wzajemnie wodą.

Wielkanoc na świecie - ciekawostki

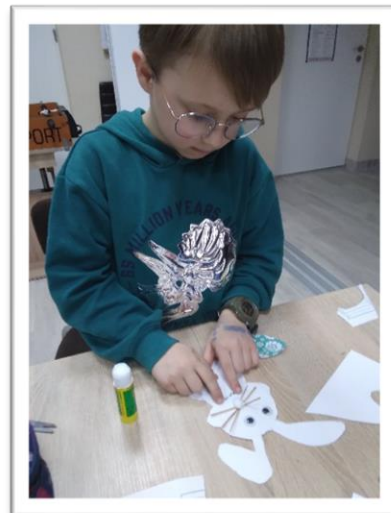
Wielkanoc w Polsce obchodzi się nieco inaczej, niż w innych państwach. Każdy kraj ma swoją tradycję, która niekiedy różni się od naszej:

- **w Niemczech** – nieodłącznym elementem Wielkanocy w Niemczech są pisanki i zajaczk wielkanocny. To właśnie on chowa czekoladowe jajka dla dzieci w domu i w ogrodzie. Mniej znaną tradycją jest toczenie lub zrzucanie jaj z pagórków. Zawody wygrywa osoba, której uda się rozbić jajka. Ten zwyczaj króluje we wschodniej Fryzji i nazywa się „Eiertrüllen”.
- **w Anglii** – dzieci biorą udział w tzw. „egg hunt”. Podobnie jak w Niemczech, wielkanocny zajaczek zostawia w domu i w ogrodzie czekoladowe jajka. Podczas Wielkanocy je się tzw. „hot cross buns” (bułeczki wielkanocne), a na obiad przygotowuje się jagnięcinę.
- **w Rosji** – nie obchodzi się w tym kraju święta Wielkiej Nocy, lecz Paschę. Jest to bardzo ważne święto dla wyznawców prawosławia. Również jest to święto ruchome, poprzedzone 40-dniowym postem. Podobnie jak w chrześcijaństwie – obchodzona jest Niedziela Palmowa. W sobotę Rosjanie także święcą pokarm, a w nocy odprawiane jest kilkugodzinne nabożeństwo.
- **w Irlandii** – w Wielką Sobotę odbywa się „pogrzeb śledzia”. W trakcie miejskiego pochodu, któremu przewodzi rzeźnik, wieszka się na kiju śledzia. Mieszkańcy manifestują swoje

Rysunek wykonana wychowanka Paulina

zmęczenie postem, symbolicznie bijąc śledzia kijami. Następnie wrzucają go do rzeki, a jego miejsce zajmuje udziec barana.

- **w USA** – w wielkanoc kobiety zakładają na głowę ogromne, pięknie przyozdobione kapelusze. Znajdują się na nich ozdoby nawiązujące do świąt wielkanocnych - kurczaki, pisanki. Organizowany jest także konkurs na najpiękniejszy kapelusz.
- **w Armenii** – jednym ze świątecznych zwyczajów jest wypiekanie chlebka, który nazywa się „cheorek”. Ormianie wierzą, że gdy Matka Boska stała pod krzyżem Chrystusa, miała przy sobie właśnie chleb, który jego krwią został zabarwiony na czerwono.



No i to co dzieci lubią najbardziej

Śmigus-dyngus

jest zwyczajem słowiańskim, polegającym na polewaniu wodą, które symbolizować miało nadchodzące po zimie oczyszczenie i radość z nadejścia wiosny. Lany poniedziałek początkowo miał znaczenie magiczne. Wylewanie wody miało zapewnić odpowiednią ilość deszczu w ciągu roku i gwarantować obfite plony.

Pierwsze informacje o tym zwyczaju pochodzą z XIV wieku. Śmigus-dyngus był przez lata kulturowany głównie na wsiach, gdzie młodzi chłopcy obficie polewali wodą mieszkające w okolicy dziewczyny. Tradycja mówi, że te dziewczęta, które nie zostały oblane wodą, powinny mieć powody do niepokoju, gdyż brak zainteresowania ze strony chłopców w tym szczególnym dniu, mógł być wróżbą o staropanieństwie.

Uważa się, że słowo „śmigus” oznacza polewanie się wodą, z kolei dyngus wywodzi się od niemieckiego słowa „dingen”, co oznacza wykupywać się. Ma to związek ze zwyczajem, według którego panny mogły wykupić się, obdarowując kawalerów pisankami.

Źródło: <https://mamotoja.pl/wielkanoc-ciekawostki-ktore-musisz-znac-wielkanoc-artykul,28548,r1p1.htm>



*Wykonane
w Naszej Bazie...
kartki świąteczne
z najlepszymi życzeniami...*

*Niech Zmartwychwstały Chrystus
na nowo napelni nas pokojem i nadzieją,
nada sens i wartość codzienności
- byśmy wiarą żyli bardziej i bardziej kochali.*

*Pełnych radości, pokoju Świąt Wielkiej Nocy
oraz pomyślności i wielu sukcesów
dla wychowanków Placówki oraz ich rodzin,
Wolontariuszy, Instruktorów i wszystkich,
którzy z nami współpracują na rzecz dzieci
życzą*

Dyrektor i Pracownicy Placówki



*Zespół redakcyjny: A. Rudny, E. Fitot, S. Tabasz,
Rysunki - wychowankowie: Anastazja, Julia, Paulina, Igor G.,
Edycja graficzna: A. Rudny*