

Numer 8, Rok 2022



# „Nasza Baza”

Miesięcznik



Maks



Ola



Radek

## Wracamy po Wakacjach 😊



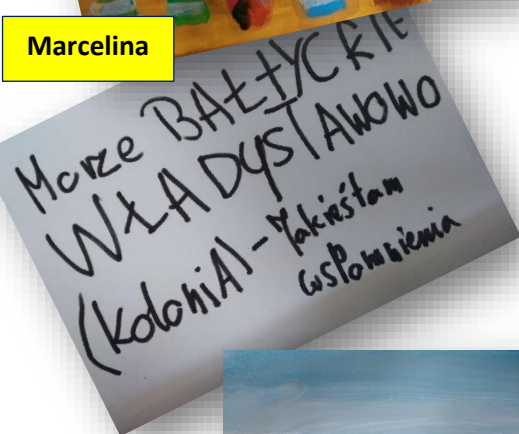
Marcelina



Anastazja



Karolina



Paulina



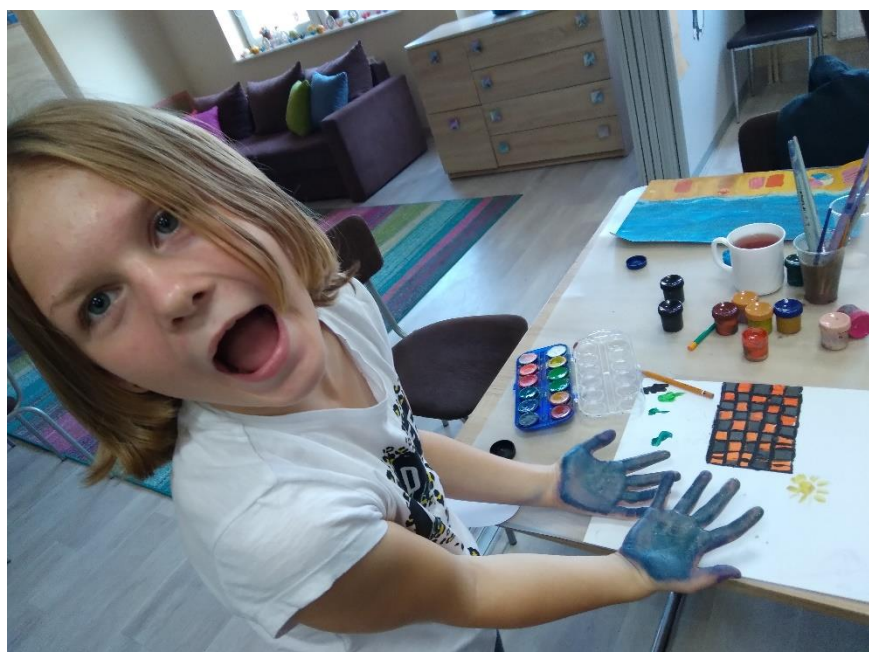
Ewa



Józio

## Pozostały wspomnienia.....







# Lider Naszej Bazy

– wrzesień 2022

## KLARA

z liczbą punktów: 193



Klara ma 8 lat.

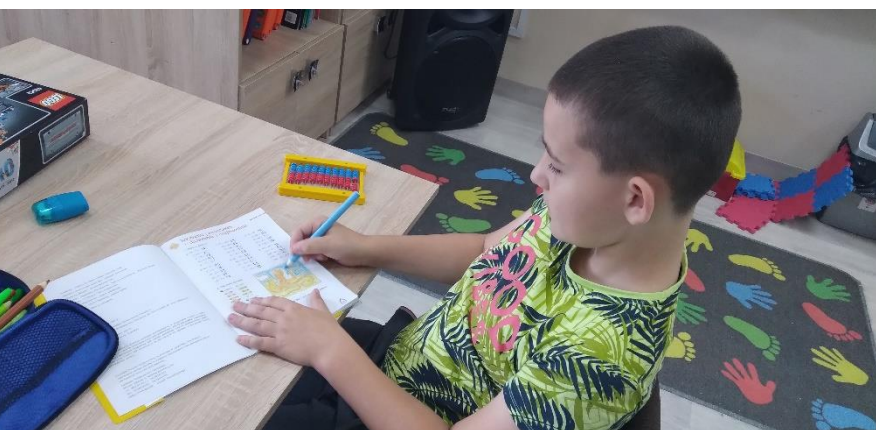
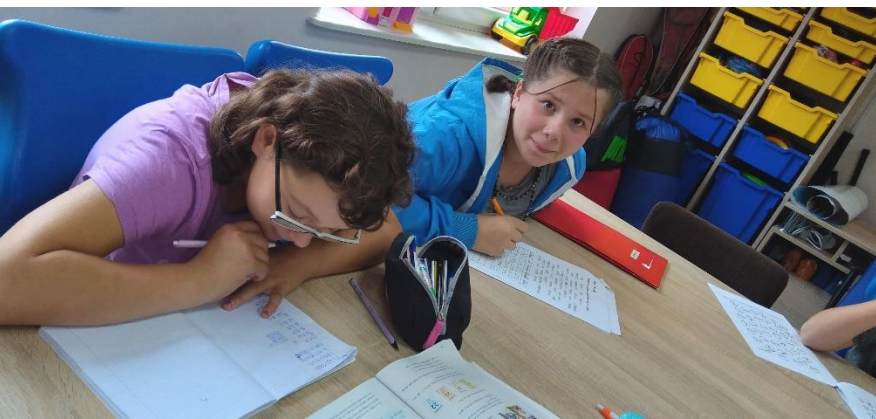
Do grona wychowanków placówki, dołączyła we wrześniu br. i już zdobyła największą liczbę punktów w systemie motywacyjnym.

Dziewczynka jest bardzo ambitna, systematycznie odrabia prace domowe, chętnie uczy się z poszczególnych przedmiotów.

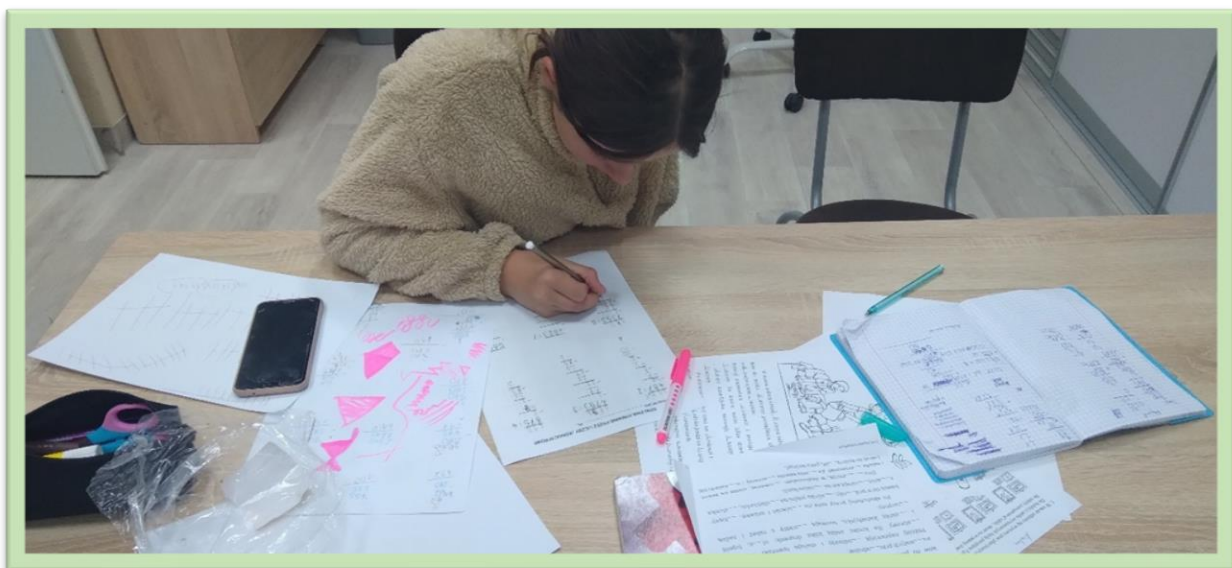
Aktywnie bierze udział w organizowanych w Placówce zajęciach, które sprawiają jej radość.

Klara ma zdolności plastyczne, chętnie tańczy.



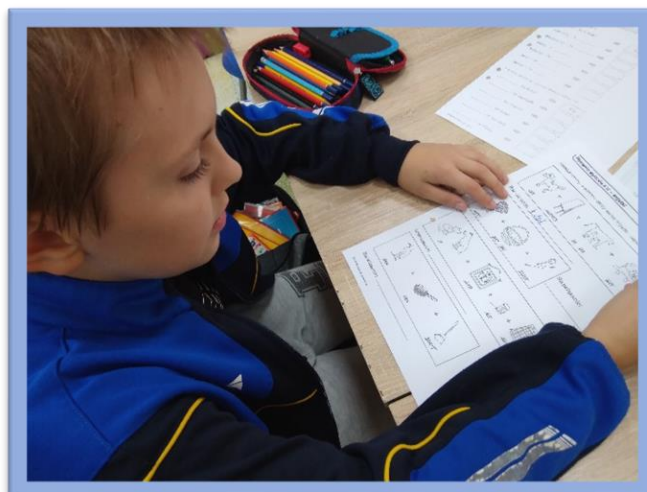


Przyszła wrzesień, a wraz z nim od pierwszych dni w szkole rozpoczęła się nauka, zadania domowe i nowe wymagania z poszczególnych przedmiotów. Ruszamy zatem z intensywną pracą... tak by ten rok szkolny przyniósł same pozytywne doświadczenia, oceny... a w szczególności przyczynił się do naszego rozwoju...





Aby na co dzień było nam łatwiej w szkole...  
nad naszą koncentracją, uwagą i pamięcią  
czuwa nasza pedagog – Pani Ola.





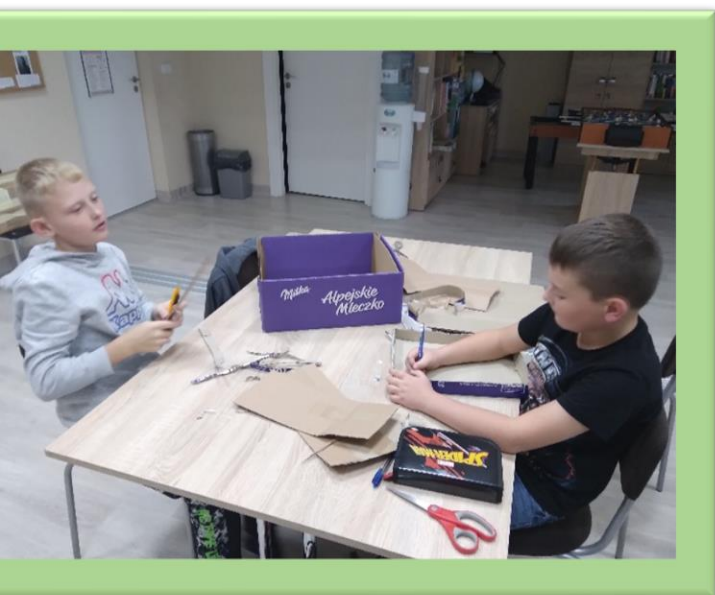
# Wskazówki dla Rodziców...

## zabawy na koncentrację u dzieci

<p><b>zagadki dla dzieci</b></p> <p>– poszukiwanie odpowiedzi do zagadki to doskonały trening umysłowy, podobnie jak tworzenie samej zagadki; oprócz ćwiczenia koncentracji kształtujemy umiejętność definiowania pojęć</p>	<p><b>puzzle</b></p> <p>– doskonała zabawa i trening koncentracji oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej</p>	<p><b>łamigłówki, labirynty,</b> <b>wyszukiwanie różnic</b> między obrazkami sprawdzają się jako ćwiczenie na koncentrację dla najmłodszych</p>
<p><b>Przykład:</b></p> 		
<p><b>gra, w której należy zapamiętać pary odwróconych obrazków;</b> kto zbierze więcej par, ten wygrywa; znakomity trening pamięci, koncentracji u dziecka</p>	<p><b>wszelkie gry: planszowe, karciane, szachy, warcaby,</b> które rozwijają dzieci w wielu aspektach, są doskonałym ćwiczeniem pamięci i koncentracji; pobudzają wyobraźnię dzieci, koordynację wzrokowo – ruchową, myślenie, wzbogacają słownictwo</p>	<p><b>rysowanie oburącz</b> – kreślenie obrazka obiema rękami pobudza powstawanie połączeń między półkulami mózgu, co doskonale wpływa na koncentrację u dziecka; można wydrukować połowę rysunku, jedną ręką kreślimy po śladzie a drugą, w tym samym czasie, staramy się zrobić odbicie lustrzane obrazka</p>
		

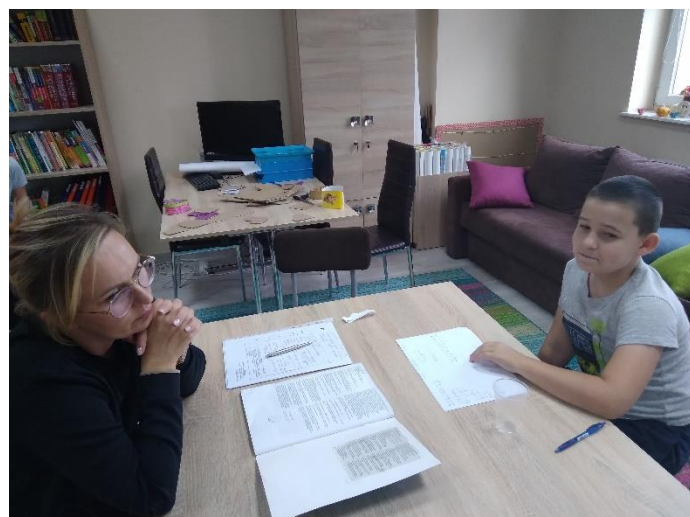


O tym, że **zabawa labiryntami jest fajna** przekonali się dzieci wykonując własny labirynt, zobaczcie efekty 😊



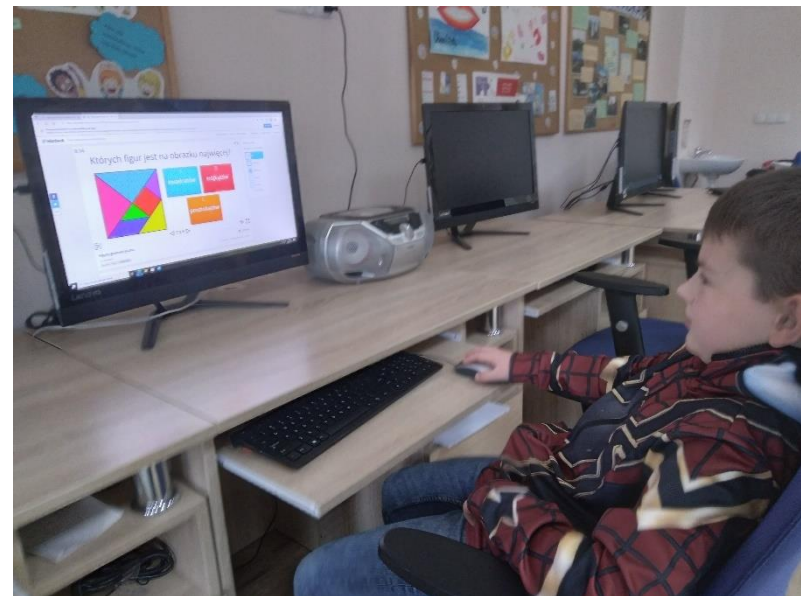


**W Placówce Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach pracujemy z dziećmi dostosowując się do ich szczególnych potrzeb i możliwości... Pracujemy grupowo i indywidualnie....**





# Uczymy się matematyki na różne sposoby....





# Robotyka to też matematyka





W naszej Placówce nie brakuje również ruchu i tańca...  
Pani Ela uczy nas piosenek, gry na instrumentach oraz kroków  
tanecznych... żadna polka nie będzie nam straszna 😊





**11 września** na całym świecie świętowano

## Dzień Pierwszej Pomocy,

również w naszej Placówce, w tym dniu przypomnieliśmy sobie podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

# Złote minuty

**Pierwsza Pomoc - ABC**

**1 Oceniam bezpieczeństwo**  
Sprawdzam czy jest bezpiecznie. Czy nie mi nie grozi.

**2 Oceniam przytomność**  
Czy mnie słyszysz? Otwórz oczy!

**3 Udrażniam drogi oddechowe**  
Odchyłam głowę do tyłu.

**4 Oceń oddech (drogi oddechowe udrażnione)**  
Patrz, czy klatka piersiowa porusza się. Słucham oddechu i próbuję wyczuć go na moim policzku.

**5 Wezwij pomoc!**  
„Nie widzę, nie słyszę, nie czuję, pogotowia potrzebuję”.  
Zadzwoń 999 i wezwij pogotowie

**6 30 uciśnień klatki piersiowej**  
Uciśkam środek klatki wyprostowanymi rękoma 30 razy

**7 2 oddechy ratownicze**  
Zaciąkam nos i wdychuję powietrze 2 razy

**8 Powtarzam do przyjazdu pogotowia 30:2 UCISKÓW ODECHY**

**Zadławienia**  
Spokojnie! Nie panikuj! Spróbuj zakasać.  
Jeśli jest to nieskuteczne: Pochyl się. 5 razy uderzę Cię między łopatkami.  
Jeśli jest to nieskuteczne: Uciśnię Cię 5 razy nad brzuschem.  
Jeśli stracił przytomność: Uciśkam środek klatki wyprostowanymi rękoma 30 razy

**Poszkodowany reaguje**  
Jak się czujesz? Co Ci się stało? Za chwilę zadzwonię po pogotowie.

**TELEFONY ALARMOWE:**  
999 pogotowie  
998 straż pożarna  
997 policja  
112 wspólny tel. alarmowy

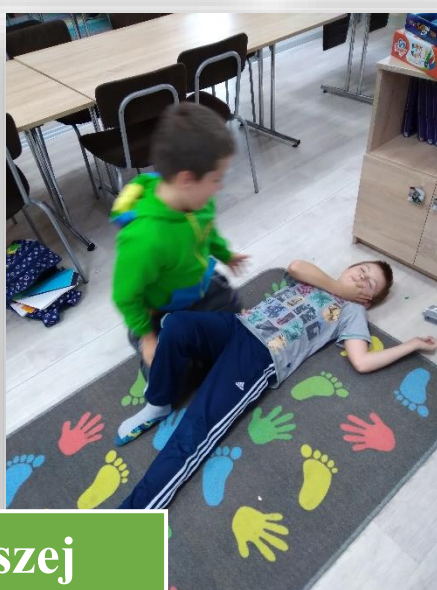
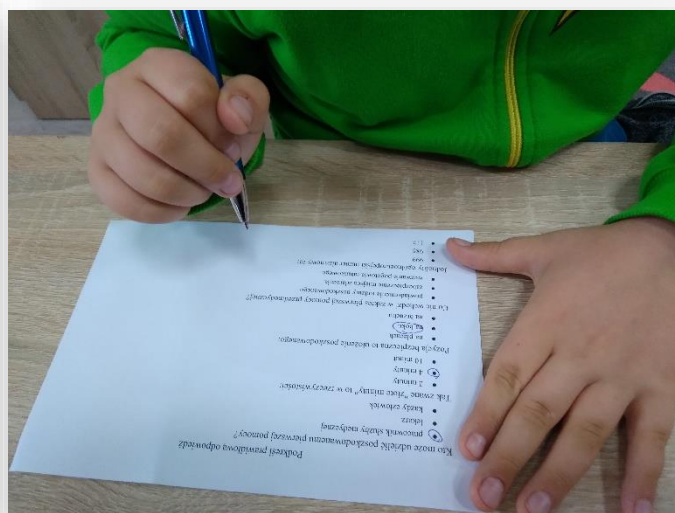
**Poszkodowany jest nieprzytomny ale oddycha. Co zrobić? Ułożę go w pozycji bezpiecznej.**  
Rękę bliżej mnie układam do góry.  
Dłoni drugiej ręki przykładam do policzka.  
Chwytam za kolano dalszą nogę i obracam w moją stronę.  
Acha, udrażniłam jeszcze drogi oddechowe.

**DBAMY O TWOJE BEZPIECZEŃSTWO**  
SZKOŁA RATOWNICTWA  
CENTRUM BEZPIECZEŃSTWA  
RUCHU DROGOWEGO  
www.centrum112.pl

**POWTAARZAJ DO PRZYJAZDU POGOTOWIA 30:2 UCISKÓW ODECHY**  
**PIERWSZA TO ŁATWE POMOC**

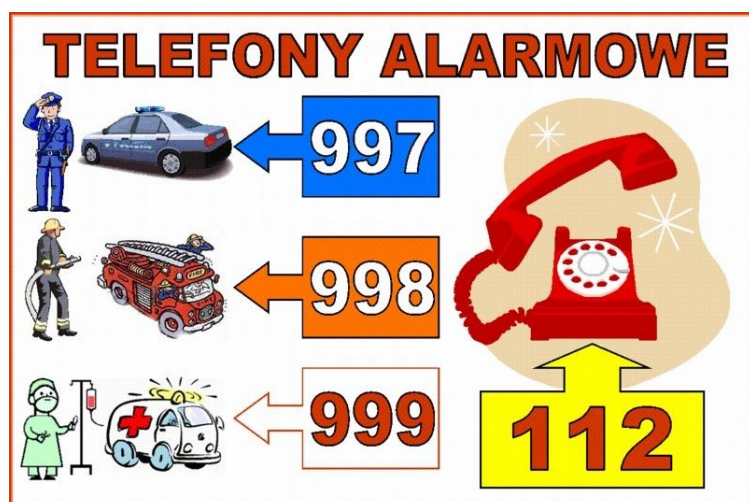
Wydanie: Warszawa 2014. Wszelkie prawa zastrzeżone. Nie wolno kopiować bez zgody wydawcy. Wszelkie prawa zastrzeżone. Nie wolno kopiować bez zgody wydawcy.





## Światowy dzień pierwszej pomocy – skąd się wziął pomysł?

Światowy, czy też międzynarodowy dzień pierwszej pomocy to inicjatywa Międzynarodowego Ruchu Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca (największego ruchu humanitarnego na świecie). Został ustanowiony w 2000 roku i od tego czasu cyklicznie, każdego roku obchodzimy go jako międzynarodowe święto. Celem jest zwrócenie uwagi na to, że pierwsza pomoc jest umiejętnością niezbędną w codziennym życiu, a odpowiednie działania podjęte szybko i umiejętnie mają znaczenie i przynoszą korzyści. Światowy dzień pierwszej pomocy ma na celu promowanie właściwych postaw społecznych, a także zasad udzielania pierwszej pomocy.



Źródło:

<https://www.centrumratownictwa.com/blog/swiatowy-dzien-pierwszej-pomocy-okazja-do-refleksji>

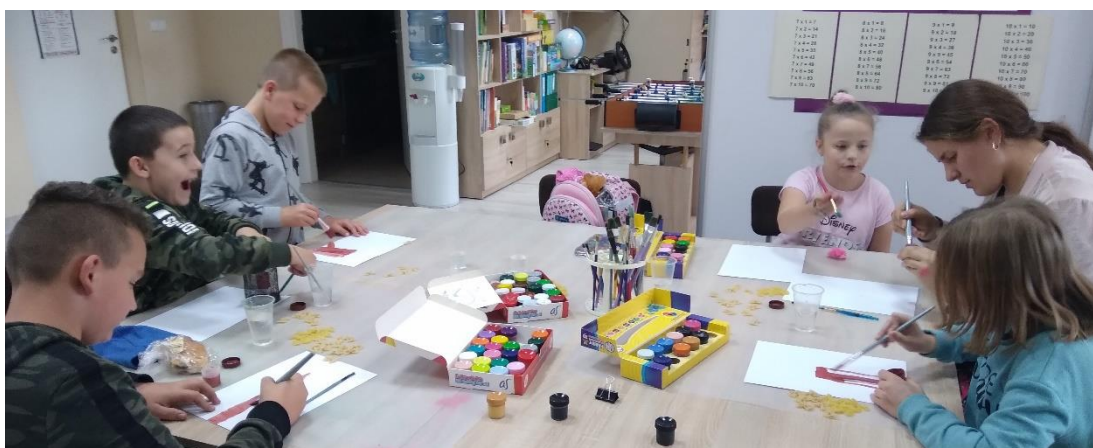


Wrzesień to czas, gdy jeszcze nie ma zbyt dużo nauki w szkole, dlatego mamy więcej czasu na wykonywanie prac plastycznych i prace kreatywne

## Jesienne drzewo









# Las w słoiku









Efekty  
naszej  
pracy!





# Pudełko na skarby

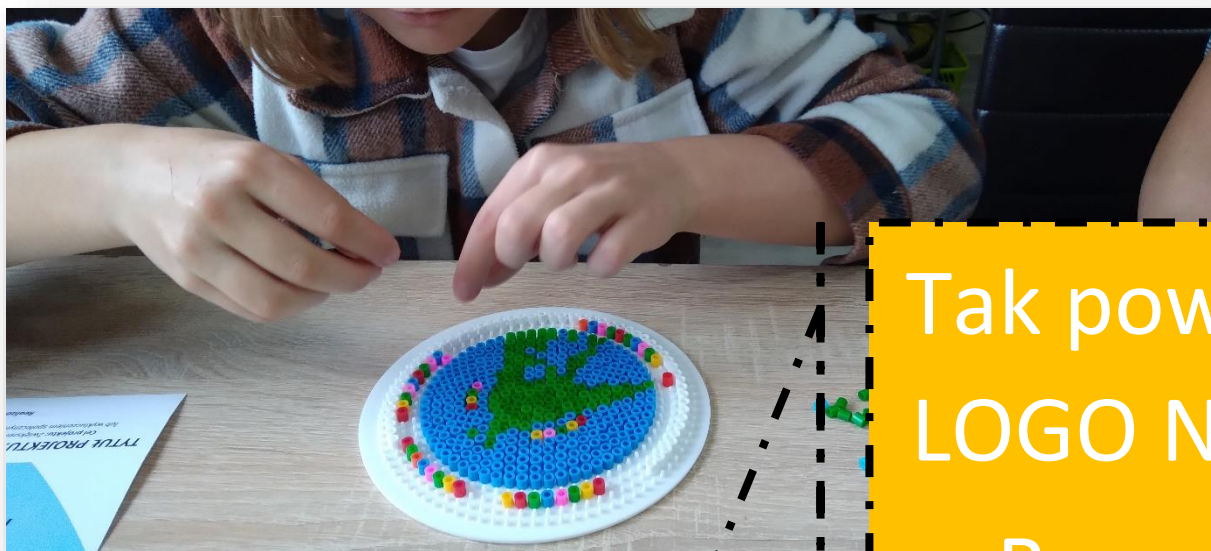








# Koralikowe prasowanki



Tak powstaje  
LOGO Naszej  
Bazy 😊













# Uczymy się segregować odpady

## Zajęcia wychowawcze

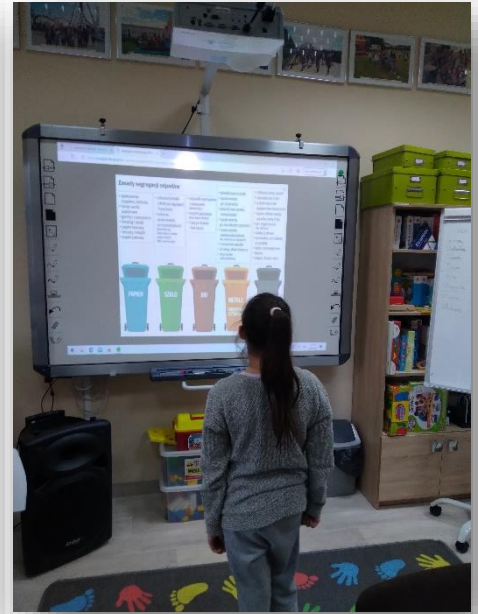
Na zajęciach dotyczących segregacji odpadów wychowankowie Placówki najpierw przypomnieli sobie zasady segregacji śmieci, następnie każde z nich miało za zadanie napisać test wiedzy o segregacji odpadów, w którym głównym zadaniem było dopasowanie odpadów do konkretnych pojemników na śmieci. Podczas oceny testu dzieci miały możliwość wcielić się w rolę nauczyciela i ocenić pracę sąsiada. Na końcu warsztatów odbył się konkurs prac plastycznych. Wychowankowie losowali kolor pojemnika na odpady, który mieli narysować i pokolorować wraz z przykładowymi śmieciami. Konkurs ten wygrała Ewa i otrzymała nagrodę niespodziankę.



SEGREGUJ ODPADY







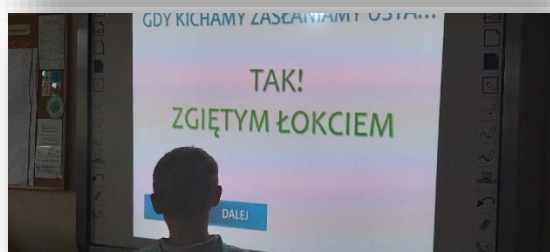
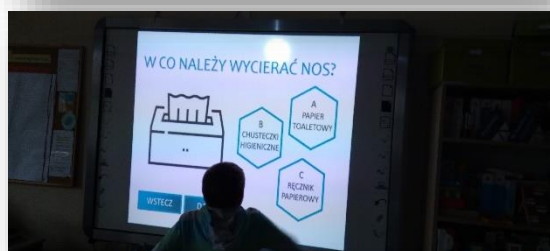
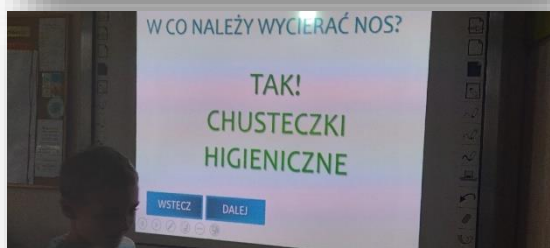
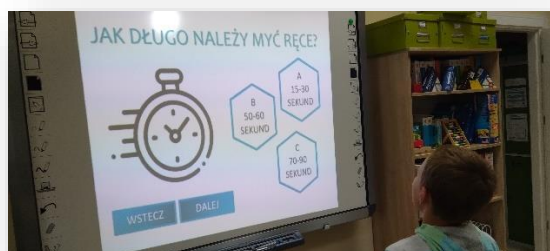
Źródło:  
<https://eko.wierzchoslawice.pl/odpady/segregacja-odpadow-komunalnych/>  
<https://miastozabrze.pl/dla-mieszkancow/odpady-komunalne/inne/segregacja-odpadow-wyszukiwarka-odpadow/>



# Higiena – dbam o siebie

## Zajęcia wychowawcze

Na wrześniowych zajęciach nie zabrakło lekcji na temat podstawowych zasad higieny osobistej. Podczas zajęć przypomniane zostały wszystkie czynniki minimalizujące ryzyko przenoszenia bakterii oraz zakażenia infekcjami w formie czytania za zrozumieniem, zaś zdobytą wiedzę zweryfikował quiz. Na koniec przeprowadzono eksperyment, który dał nam odpowiedź na pytanie: Czy używanie mydła jest konieczne do zachowania higieny osobistej?



## HIGIENA OSOBISTA

czyli jak o siebie zadbać?

**HIGIENA**  
Bierz kąpiel lub prysznic oraz zmieniaj bieliznę raz dziennie.  
Myj ręce przed każdym posiłkiem, a także po każdym wyjściu z toalety.

**RUCH**  
Spędzaj czas na świeżym powietrzu tak często, jak to możliwe.  
Nie graj na komputerze i nie oglądaj telewizji zbyt często.

**ZĘBY**  
Myj swoje zęby codziennie rano i wieczorem.  
Odwiadcza swojego dentystę dwa razy w roku na wizytę kontrolną.

**PAZNOKIE**  
Dbaj o to, aby Twoje paznokcie zawsze były czyste i krótkie.  
Częste obcinanie zmniejszy ryzyko zachorowania na choroby paznokci.

**WŁOSY**  
Dbaj o to, aby włosy zawsze były schudne.  
Myj je często i czesa je szczotką lub grzebieniem.

**SEN**  
Dbaj o to, aby spać i wczesniej.  
Spój przynajmniej 8 godzin, ponieważ sen dobrze wpływa na koncentrację.

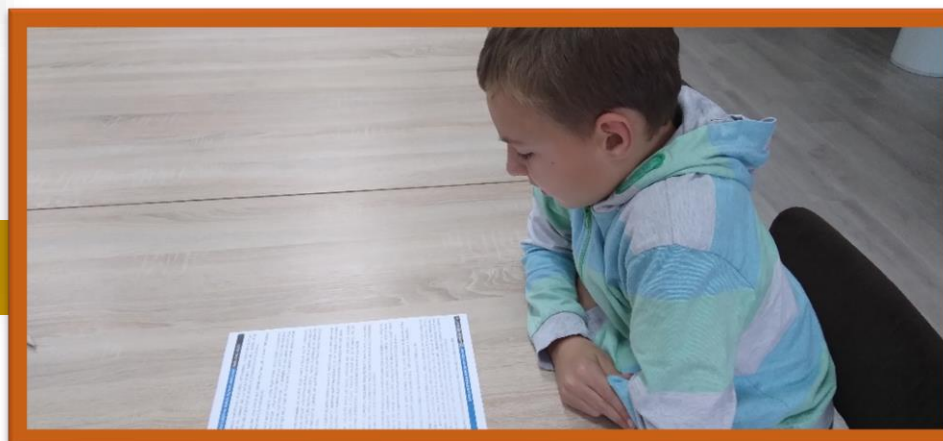
**RĘCE**  
Myj swoje ręce po zabawie ze zwierzętami, po wyjściu z toalety, a także przed każdym posiłkiem.

**ODŻYWIENIE**  
Zdrowo się odżywiaj. Wybieraj zdrowe przekąski jak np. warzywo zamiast chipsów i czekolady.  
Pij wodę, mięko i soli z świeżych owoców.

**CO JEST ZDROWE DLA NASZYCH ZĘBÓW?**  
Pokończaj produkty żywnościowe:  
- na ciemnym - białe zębami  
- na zielono - białe zębami  
- na czerwono - białe zębami

**SEKWENCJE**  
Pokończaj sekwencje do zębów według wzoru.

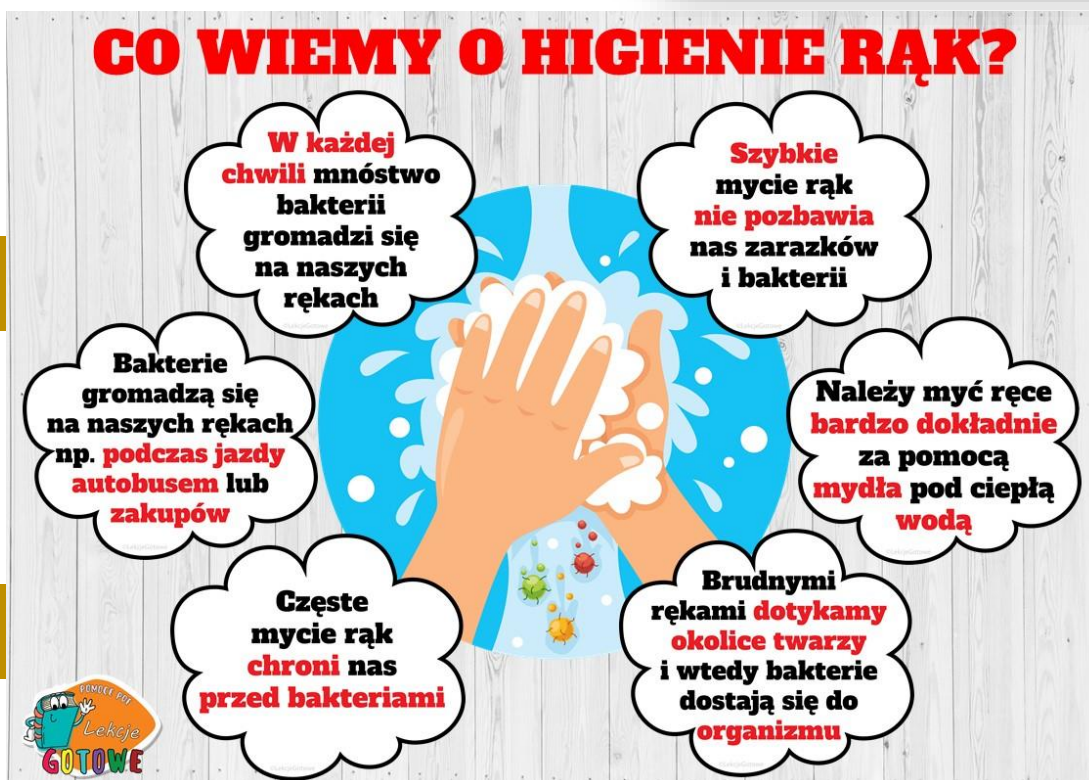
**SEKWENCJE Z KODOWANIEM**  
Pokończaj sekwencje z kolorami zgodnie z kolorami podanej sekwencji.







Zatem Mikołaj, Czy używanie mydła jest konieczne do zachowania higieny osobistej?

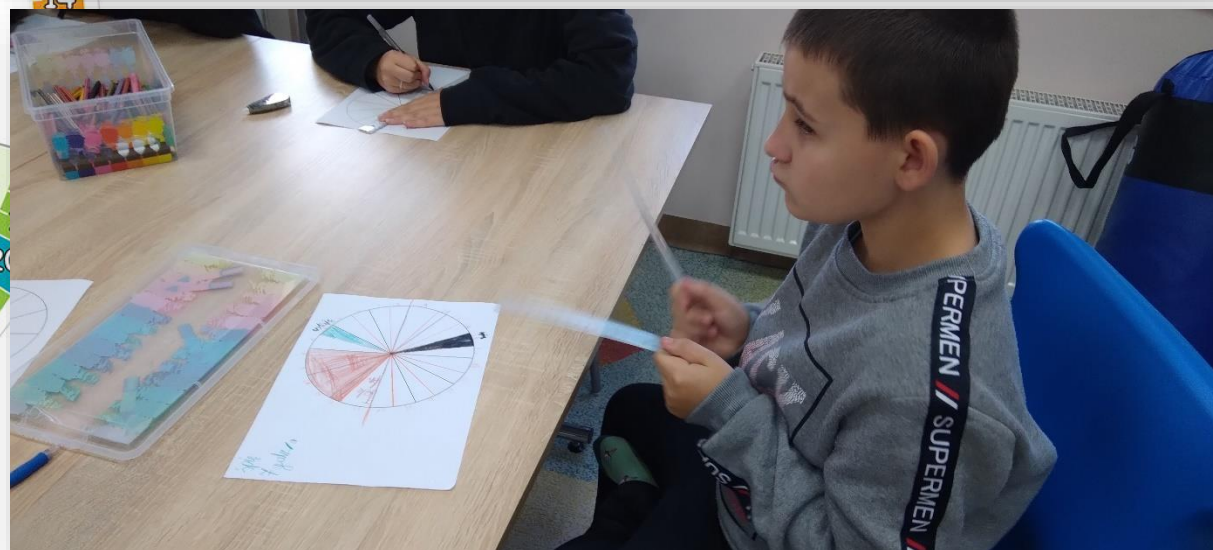
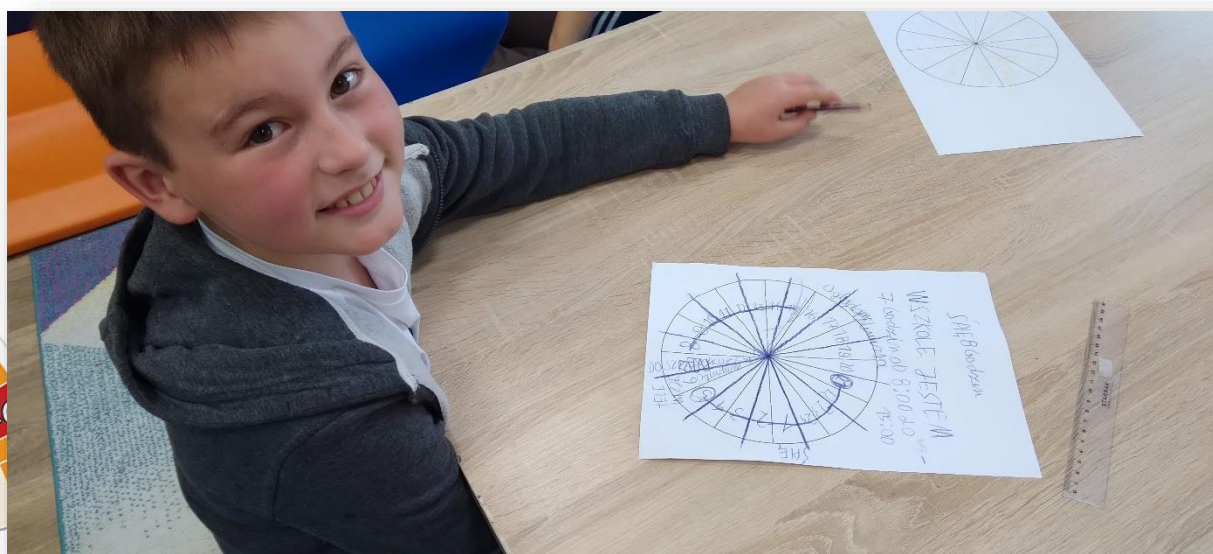




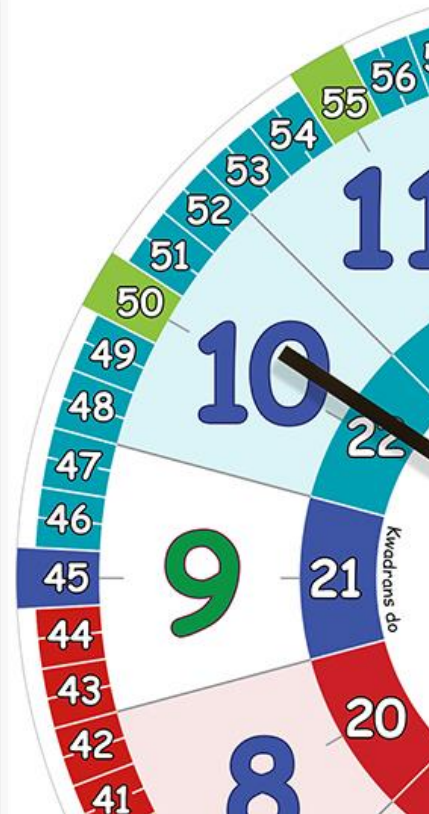
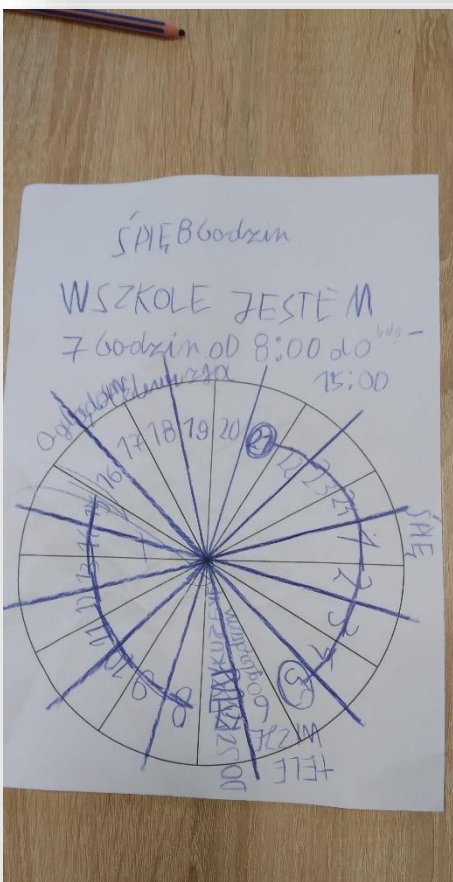
# Planowanie czasu wolnego

## Zajęcia wychowawcze

Podczas jednych zajęć w Placówce dzieci miały za zadanie wykonać szablon - w postaci koła, ułatwiający gospodarowanie czasem wolnym. Celem zajęć było pokazanie wychowankom ile swojego czasu poświęcają na naukę, zabawę, a ile czasu spędzają przed ekranem komputera czy telefonu.











## POWIATOWE CENTRUM EDUKACJI KULTURALNEJ W ROPCZYCACH

### „ŚWIAT IKONY” Spotkanie z Panią Marią Nowak



**Dnia 28 września** wychowankowie Placówki Wsparcia Dziennego „Nasza Baza” w Ropczycach udali się do Podkarpackiego Centrum Edukacji Kulturalnej na spotkanie z panią Marią Nowak.

Pani Maria – artystka i znawczyni ikon, przybliżyła dzieciom historię ich pisania na przestrzeni wieków; zasady, jakimi należy się kierować podczas ich wykonywania (zasady: konserwacji drewna, modlitwy podczas pisania ikon czy perspektywy – obowiązuje perspektywa odwrócona); przedstawiła również trendy, jakimi kierowały się osoby piszące ikony np. Mandylion – Chrystus na tronie, Hodegedria – Matka Boża z Dzieciątkiem na ręku, Eleusa - Matka Boża czuła z łagodną twarzą. Wychowankowie z wielkim zaciekawieniem słuchali wykładu pani Marii oraz chętnie zadawali pytania artystce. Po spotkaniu z panią Marią dzieci udały się na wystawę jej – i nie tylko jej, prac. Niezwykłe wrażenie na wychowankach zrobił spektakl światła, które rzuciło swój blask na rozmieszczone ikony w pomieszczeniu. Przy świecach dzieci z zaciekawieniem oglądały zmiany w barwach, jakie wywoływał płomień świec. Po powrocie do Placówki jeszcze długo dzieci przeżywały spotkanie z Panią Marią.





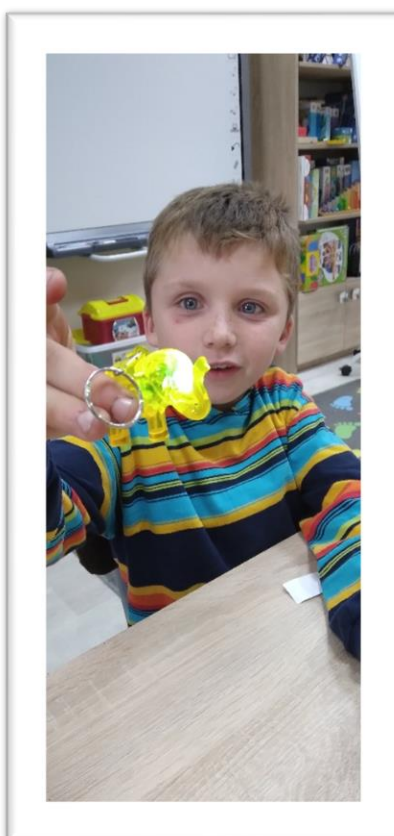






# Chłopaki świętują !!!!

## STO LAT !!!!







30 września  
**Dzień Chłopaka**



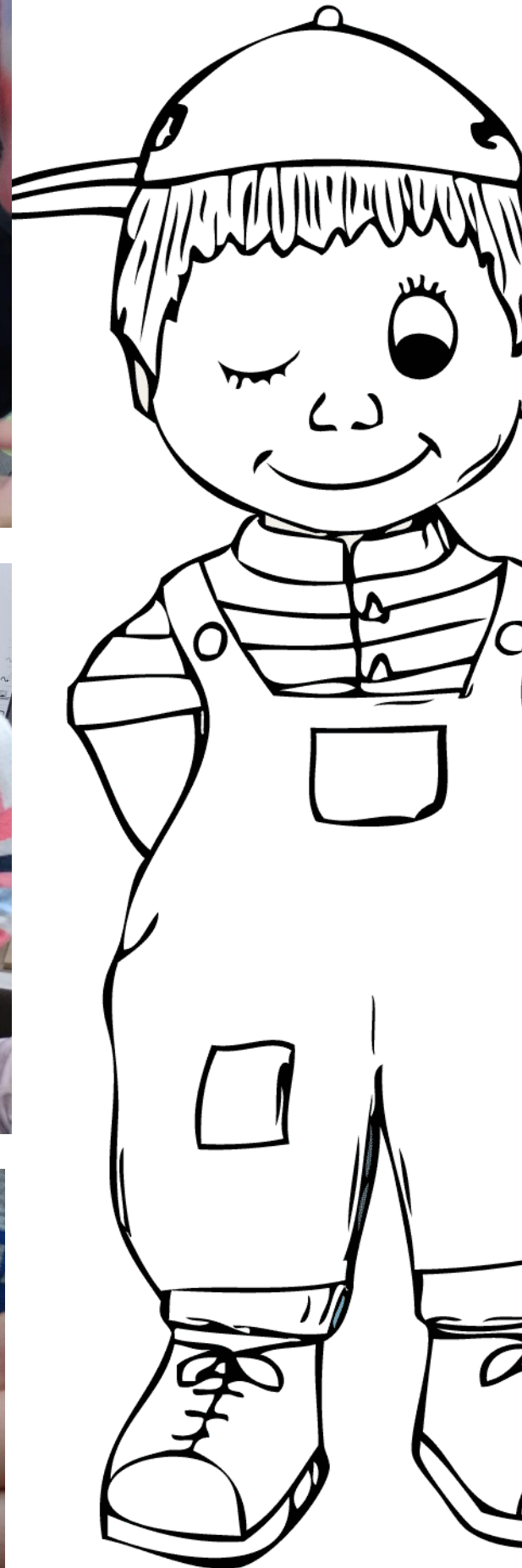
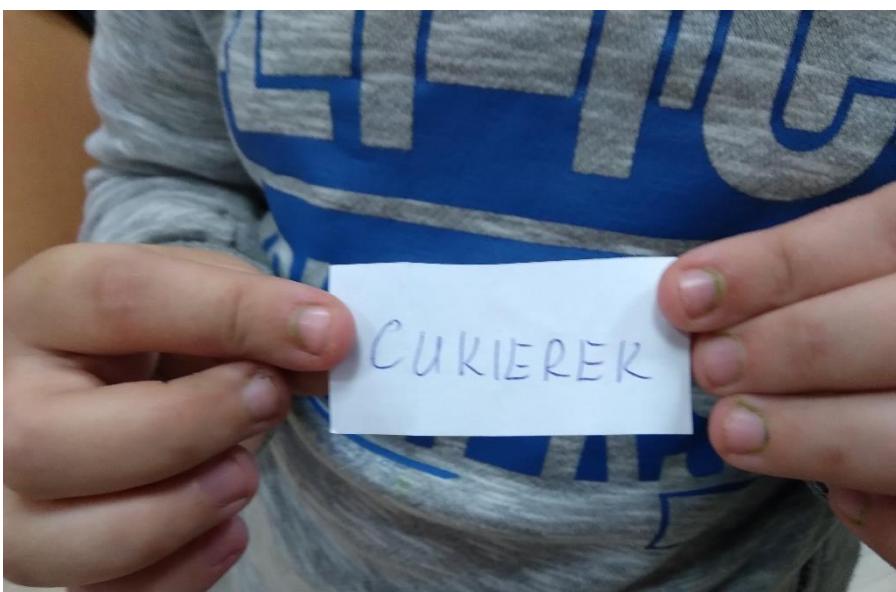
**Ostatni dzień września,  
to święto wszystkich chłopków.**

**W tym dniu w Placówce  
wszyscy chłopcy  
otrzymali drobne upominki.**



**Wszystkim chłopakom  
życzymy  
wielu wrażeń i samych  
wspaniałych chwil przeżywanych  
podczas pobytu w Placówce.**









## Informacje dla rodziców/opiekunów prawnych dzieci uczęszczających do Placówki

### Dni wolne

w Placówce Wsparcia Dziennego

„Nasza Baza” w Ropczycach

14.10.2022 r. (piątek)

31.10.2022 r. (poniedziałek)

1.11.2022 r. (wtorek)

11.11.2022 r. (piątek)

18.11.2022 r. (piątek)

W ww. dniach w Placówce nie odbywają się zajęcia.

### ZAPROSZENIE

PORADNI PSYCHOLOGICZNO  
PEDAGOGICZNEJ W ROPCZYCACH

### WARSZTATY DLA RODZICÓW

Zapraszamy rodziców, którzy są zainteresowani  
doskonaleniem umiejętności wychowawczych, do  
udziału w warsztatach.

Tematy poruszane w czasie warsztatów:

- Wykład wstępny na temat ADHD.
- Rozróżnianie objawów ADHD od objawów innych zaburzeń lub celowego łamania norm.
- Techniki radzenia sobie z objawami ADHD – „okulary na ADHD”.
- Nauka identyfikacji konkretnej sytuacji problemowej – co ją wywołuje, a co podtrzymuje.
- Zauważanie pozytywnych zachowań dziecka i chwalenie go za nie.
- Budowanie pozytywnej relacji z dzieckiem.
- Skuteczne wydawanie poleceń.
- Nagradzanie pozytywnych zachowań.
- Przestrzeganie norm, zasad.
- Skuteczne wyciąganie konsekwencji.
- Wprowadzenie systemów żetonowych.
- Radzenie sobie z zachowaniami agresywnymi, wybuchem agresji.
- Komunikacja rodzic – dziecko – szkoła

Planowany czas:

14 warsztatów po 2 godziny, 1 raz w tygodniu – godziny popołudniowe.

Pierwsze spotkanie planowane jest po zebraniu grupy

Miejsce spotkań:

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna  
ul. Rynek 9, Sędziszów Młp. sala nr 1  
(budynek byłej szkoły podstawowej)

Prowadzący:

Anna Kiwak pedagog- psychoterapeuta  
Robert Gutkowski - psychoterapeuta

Zapisy:

Sekretariat poradni tel.: 172218457  
lub e-mail:

[sekretariat@pppropczyce.com.pl](mailto:sekretariat@pppropczyce.com.pl)

**Zachęcamy Państwa do rozważenia  
udziału Państwa i dzieci w formach warsztatów  
organizowanych przez PPP w Ropczycach**

### ZAPROSZENIE

PORADNI PSYCHOLOGICZNO PEDAGOGICZNEJ

W ROPCZYCACH

**UWAGA, UWAGA  
ROZPOCZYNAJEMY ZAPISY NA ZAJĘCIA**

**TRENINGU UWAGI połączone z TERAPIĄ REKI**



grupa docelowa - **DZIECI**  
z problemami z koncentracją uwagi  
**W WIEKU 7 – 9 LAT**

**NA ZAJĘCIACH**

model opracowany przez Ginę Davies  
poprowadzi Pani Agnieszka Nazimek

ćwiczenia Terapii Ręki  
poprowadzi Pani Paulina Czapięga



**PIERWSZE ZAJĘCIA ODBĘDĄ SIĘ 19 PAŹDZIERNIKA**  
o godzinie 15 w Sędziszowie Młp., ul. Rynek 9, sala nr 1

ZAPISY w sekretariacie poradni i telefonicznie 17 22 18 457

**Szczegóły na stronie  
internetowej**

<http://poradniapp.spropczyce.pl>