

 *Styczeń i początek Nowego Roku napawa wszystkich optymizmem i wiarą w nadchodzące pozytywne zmiany w nas i wokół nas. Nowy Rok to nie tylko okres radości, ale również zadumy nad tym, co minęło i nad tym, co nas czeka. Tak więc dużo optymizmu i wiary w pogodne jutro. Ciepłe słowa, serdeczne życzenia, radość, zabawa, czasem łzy wzruszenia, wspomnienie odchodzącego Starego Roku, refleksje, bilans, chwila zadumy. Nie gubmy marzeń, nie zaprzepaszczajmy szansy zmian w swoim życiu na korzyść, nie odkładajmy szczęścia na potem –tego dzisiaj życzymy Państwu i całym rodzinom.*

W Nowym Roku 2020życzymy sobie:

12 miesięcy zdrowia,

53 tygodni szczęścia,

8760 godzin wytrwałości,

525600 minut pogody ducha,

31536000 sekund miłości.

CZTERY PREZENTY NA 2020 ROK

1. ZAUFANIE .Jeśli wierzycie w swoje dzieci, pomagacie im uwierzyć w siebie. Stale powtarzajcie dziecku:” Wiem, że potrafisz!”, a nigdy nie zwątpi, że może być inaczej. I za wiele lat, kiedy stanie przed kolejnym trudnym wyzwaniem, na pewno przypomni sobie wasze słowa.

2. ZROZUMIENIE. Nikt nie jest doskonały. Ani dzieci, ani rodzice. Jeśli wasza pociecha popełni błąd, najpierw wysłuchajcie jej.

3. ENTUZJAZM. Bez względu na to, co razem robicie (sprzątacie, czy idziecie na sanki), róbcie to z werwą i ochotą. Wasz zapał na pewno udzieli się dziecku. W późniejszym życiu, gdy wasze dziecko będzie musiało zmagać się z o wiele trudniejszymi zadaniami, czy w szkole, czy też w życiu osobistym, z pewnością odnajdzie w sobie wystarczająco dużo energii, by wszystkiemu podołać.

4. CZAS. To on wyraża miłość, jaką żywicie do dziecka. Im więcej mu go poświęcacie, tym bardziej zaowocuje to w przyszłości. W tym roku podarujcie dziecku dar słuchania, czytania, cierpliwości, pomagania i po prostu przebywania razem.

Przedszkolak a komputer. Jak ochronić dziecko prze niebezpieczeństwami szklanego ekranu?

Używanie komputera jako jednego z pożytecznych narzędzi poszerzających możliwości rozwoju dziecka może przynieść duże korzyści; niebezpieczne natomiast staje się nadużywanie go. Obecnie coraz młodsze dzieci mają kontakt z komputerem, niejednokrotnie posługując się nim bardziej sprawnie niż rodzice. Nie można zapominać jednak o destrukcyjnym wpływie na psychikę dzieci łatwo dostępnych gier komputerowych, w których występuje wysoki poziom agresji słownej i nadmiar niepotrzebnych informacji. Każdy program, z którego korzysta dziecko, powinien być dostosowany do jego poziomu rozwojui możliwości percepcyjnych, najlepiej na licencji, co stanowi zabezpieczenie przed dostępem do niewłaściwych treści. Prawdziwe kłopoty zaczynają się, gdy dziecko zaczyna przejawiać symptomy uzależnienia od komputera. Objawy, które powinny zaniepokoić rodziców i skłonić ich do interwencji, to: 1.odrealnienie, oddzielenie od rzeczywistości (dziecko uznaje gry, filmy, informacje, np. z sieci, za jedyną rzeczywistość, ważniejszą od codziennej), 2.frustracja w przypadku pozbawienia możliwości korzystania z komputera, przerwania gry, oglądania filmu itp. i powstająca na bazie frustracji agresja o różnych przejawach i skutkach, przedłużanie, przeciąganie czasu spędzanego przed ekranem, opóźnianie czasu pójścia spać, rezygnacja z posiłków na rzecz zabawy z komputerem, 3.ukrywanie, ile czasu rzeczywiście spędza się przy komputerze, łamanie danego słowa, że "program potrwa jeszcze tylko 10 minut", 4.rezygnacja z innych form aktywności, szczególnie zabawowej, z kontaktów z innymi dziećmi na rzecz komputera, 5.zaniedbywanie swoich -nawet drobnych -obowiązków, 6.pogorszenie stanu zdrowia, rozumiane jako: 7.podrażnienie spojówek i skóry, 8.pogorszenie wzroku, 9.bóle pleców, 10.podatność na infekcje, 11.bezsenność, 12.nadpobudliwość, 13.zaburzenia koncentracji uwagi i sprawności myślenia, 14.rozdrażnienie, 15.zaburzenia łaknienia, 16.kompulsja (brak kontroli w nadużywaniu korzystania z komputera), 17.zespół abstynencyjny -złe samopoczucie w okresach pozbawienia możliwości korzystania z komputera Szczególnie niebezpieczne może być niewłaściwie kontrolowane korzystanie przez młodsze dzieciz Internetu. Należy chronić maluchy przed możliwymi oszustami, hakerami czy przestępcami seksualnymi. Nie można pozwolić dzieciom na udzielanie informacji o sobie obcym w sieci. Od najwcześniejszych prób korzystania z Internetu naszym pociechom powinna towarzyszyć odpowiednia doza nieufności.