



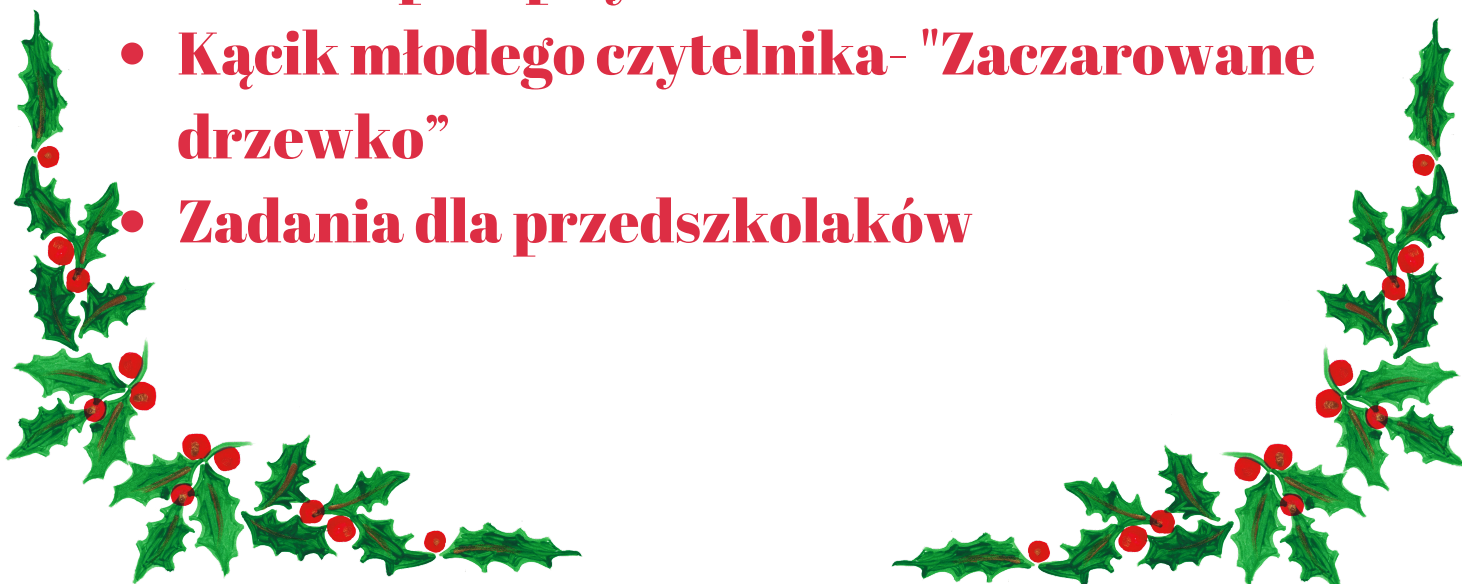
Muchomorek



dla dzieci i rodziców

Wydanie piąte-grudzień-styczeń-luty-2023/2024r.
redakcja: Karolina Janus

W numerze:

- **Święta bez stresu, czyli jak nie zwariować?**
 - **Dawne tradycje i zwyczaje świąteczne**
 - **Aktywnie na śniegu - propozycje wspólnych zabaw**
 - **Słodkie przepisy**
 - **Kącik młodego czytelnika- "Zaczarowane drzewko"**
 - **Zadania dla przedszkolaków**
- 

Święta bez stresu, czyli jak nie zwariować?

Każdej perfekcyjnej Pani Domu zależy na tym, aby święta były idealne, a bliscy i goście zadowoleni.

Oto świąteczny poradnik, w którym znajdziesz tylko trzy, ale bardzo ważne zasady dotyczące świątecznych przygotowań:

1) dobre planowanie – Najlepiej zacząć od rozpisania menu na wszystkie świąteczne dni. Następnie sporządź listę zakupów do niego dostosowaną. Dzięki liście nie będziesz biegać za każdym razem do sklepu, gdy okaże się, że akurat czegoś ci zabrakło.

2) mierz siły na zamiary – Potrawę zacznij przygotowywać wcześniej, zamroź – a później tylko dopraw i odgrzej. Ważne też, aby wyraźnie zaznaczyć, co jest w woreczkach, aby nie pomylić się i wyjmować je w odpowiedniej kolejności.

3) Przygotowania rozłóż w czasie – zaplanuj co możesz przygotować wcześniej. Koniecznie zaangażuj do pomocy domowników.

Bo święta są przecież dla wszystkich – dla zaganianej pani domu także.



Dawne zwyczaje bożonarodzeniowe

Tradycje świąt Bożego Narodzenia w Polsce kultywuje się od wielu lat. Ubieranie choinki, dawanie prezentów, 12 wigilijnych potraw, łamanie się opłatkiem, śpiewanie kolęd – to najbardziej znane zwyczaje świąteczne w naszym kraju.

Poniżej przedstawiono te, o których mało kto pamięta:

- * rozstawiania snopków siana w kątach pokoju lub usłanie słomą podłogi (ta sama symbolika co w przypadku sianka pod obrusem)
- * dekorowanie pokoju tzw. podłóżniczką, czyli gałązkami choinkowymi, ozdobionymi wstążkami (podłóżniczka została zastąpiona przez choinkę)
- * potrząsania drzewkami owocowymi po wieczery wigilijnej, by pobudzić ich urodzaj,
- * karmienie zwierząt gospodarskich resztkami z wieczery wraz z opłatkiem (zgodnie z przekonaniem, że pod postacią zwierząt ukazują się dusze zmarłych),
- * dokładnego mycia się przed wigilią, by ochronić ciało przed wrzodami,
- * wkładanie pod stół żelaznego przedmiotu (np. siekiery), by każdy mógł oprzeć o niego nogi, co miało zapewnić nogą siłę i wytrzymałość),
- * chowanie na czas wigilii wszelkich przyborów do przędzenia (gdyby ktoś je zobaczył, mógłby latem dostać pomieszania zmysłów).



Pierniczki

Składniki
ok. 30 sztuk

2 szklanki (320 g) mąki pszennej

2 łyżki miodu

2/3 szklanki cukru

1,5 łyżeczki sody oczyszczonej

1/2 łyżeczki kakao (niekoniecznie)

20 g (1 torebka) przyprawy piernikowej (najłatwiej gotowej lub domowej)

2 łyżki masła

1 jajko (+ dodatkowo 1 jajko do posmarowania)

ok. 1/4 szklanki ciepłego mleka

Przygotowanie

Mąkę przesiać na stolnicę, wlać rozpuszczony gorący miód i wymieszać (najlepiej nożem). Ciągłe siekając, dodawać kolejno cukier, sodę, kakao i przyprawy, a następnie masło i jedno jajko.

Dolewać stopniowo (po 1 łyżce) podgrzanego mleka i łączyć składniki ciasta w jednolitą, miękką kulę (dolewamy tyle mleka aby ciasto łatwo się wyrabiało i było plastyczne, można nie wykorzystywać całego mleka albo dodać troszkę więcej). Następnie wyrabiać ręką przez około 10 minut.

Na posypanej mąką stolnicy rozwałkować ciasto na placek o grubości ok. 1/2 cm. Foremkami wykrajać pierniczki. Układać na blasze wyłożonej papierem do pieczenia w odstępach około 2 cm od siebie.

Wierzch posmarować roztrzepanym jajkiem (niekoniecznie jeśli pierniczki będziemy dekorować) i piec w piekarniku nagrzanym do 180 stopni (górze i dół bez termoobrotu) przez ok. 10 minut.

Aktywnie na śniegu - czyli zabawy zimowe dla dzieci

Kiedy za oknem pojawia się śnieg, temperatura spada poniżej 0°C, a jeziora pokrywają się warstwą lodu, padają pytania. Co robić na śniegu? W co się pobawić zimą? Jak bezpiecznie spędzić z dziećmi zimowe ferie?

Oto kilka propozycji:

- Lepienie bałwana
- Budowanie zimowej jamy / iglo
- Aniołki / orzełki na śniegu
- Tor przeszkód
- Tropienie zwierząt - domowych i dzikich
- Rzucanie śnieżkami do celu
- Szukanie skarbów w śniegu
- Labirynt na śniegu
- Zjeżdżanie na byle czym
- Wydeptywanie kształtów / słów
- Budowanie karmnika

Kącik młodego czytelnika

ZACZAROWANE DRZEWKO M. Terlikowska



Choinka proszę pana
jest chyba zaczarowana,
bo zaraz wszystko odmienia:
było szaro, a ona wchodzi do domu -
zielona i spełnia marzenia.

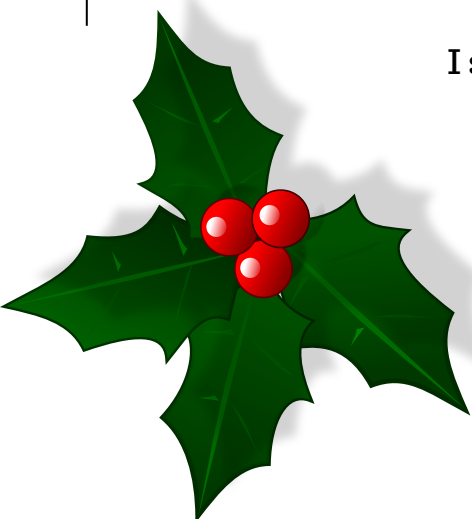
Choinka - niby królewna
taka zielona i srebrna,
taka czerwona i złota.

A pod nią - nasze marzenia:
Lalka dla Mani i miś dla Henia,
nawet piłeczka dla kota.

Dobrze się bawić przy świeczkach,
tu miś, tu kot, tu laleczka.

I spać nam nikt jeszcze nie każe.

Choinka, proszę pana
choinka zaczarowana -
drzewko spełnionych życzeń



Zadania dla 3-latka

Pokoloruj obrazek.



Narysuj choinkę po śladzie palcem zamoczonym w zielonej farbie.

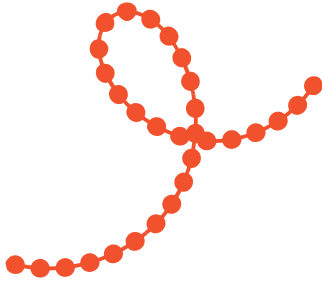
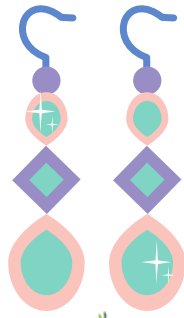
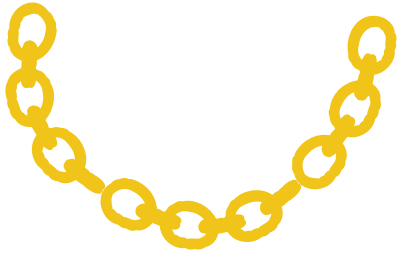


Zadania dla 4-latka

Pokoloruj obrazek.



Połącz z choinką to, co na niej wieszamy.

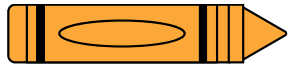


Zadania dla 5-latka

Pokoloruj obrazek zgodnie z kodem.

1

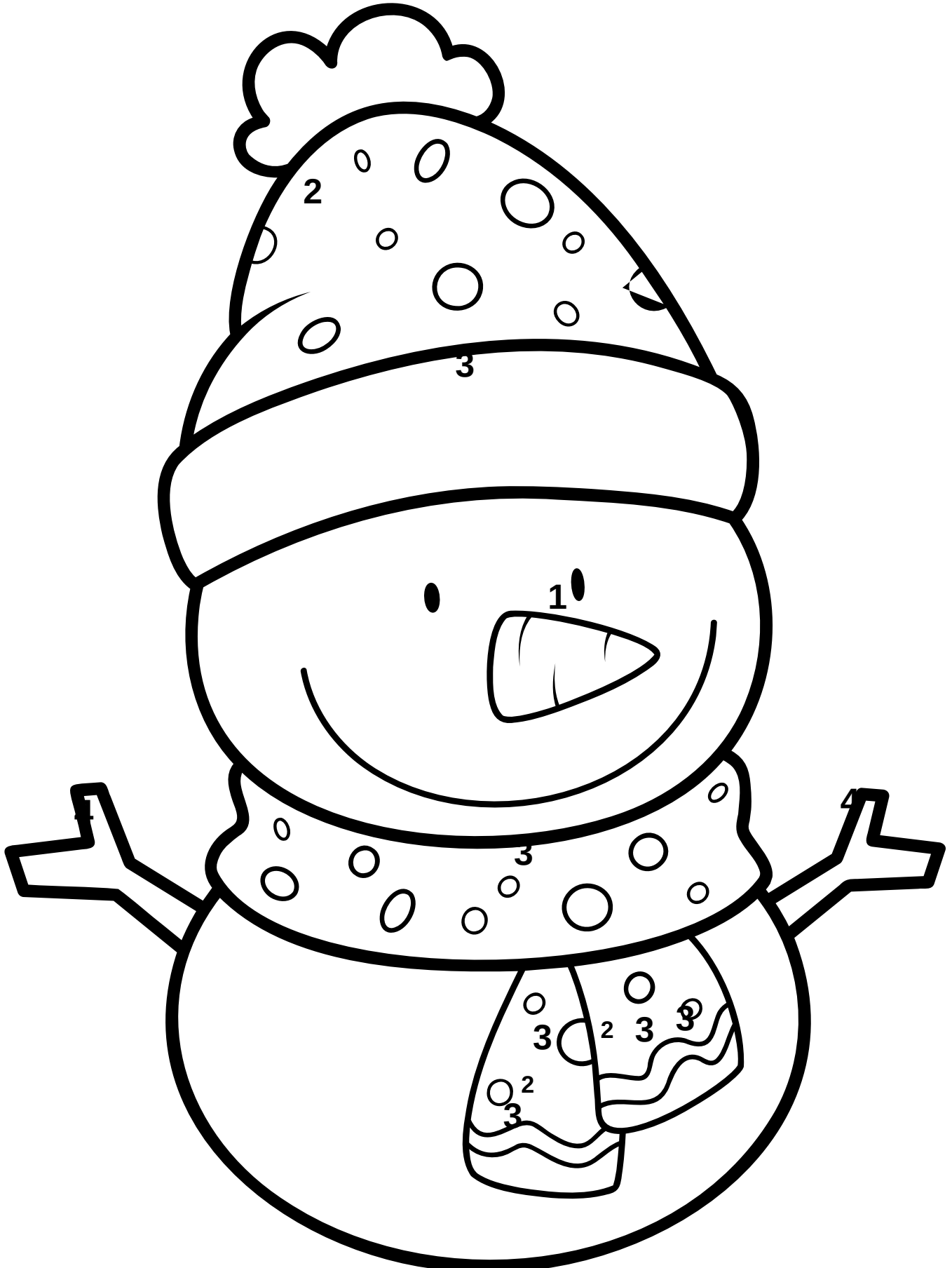
3



2



4

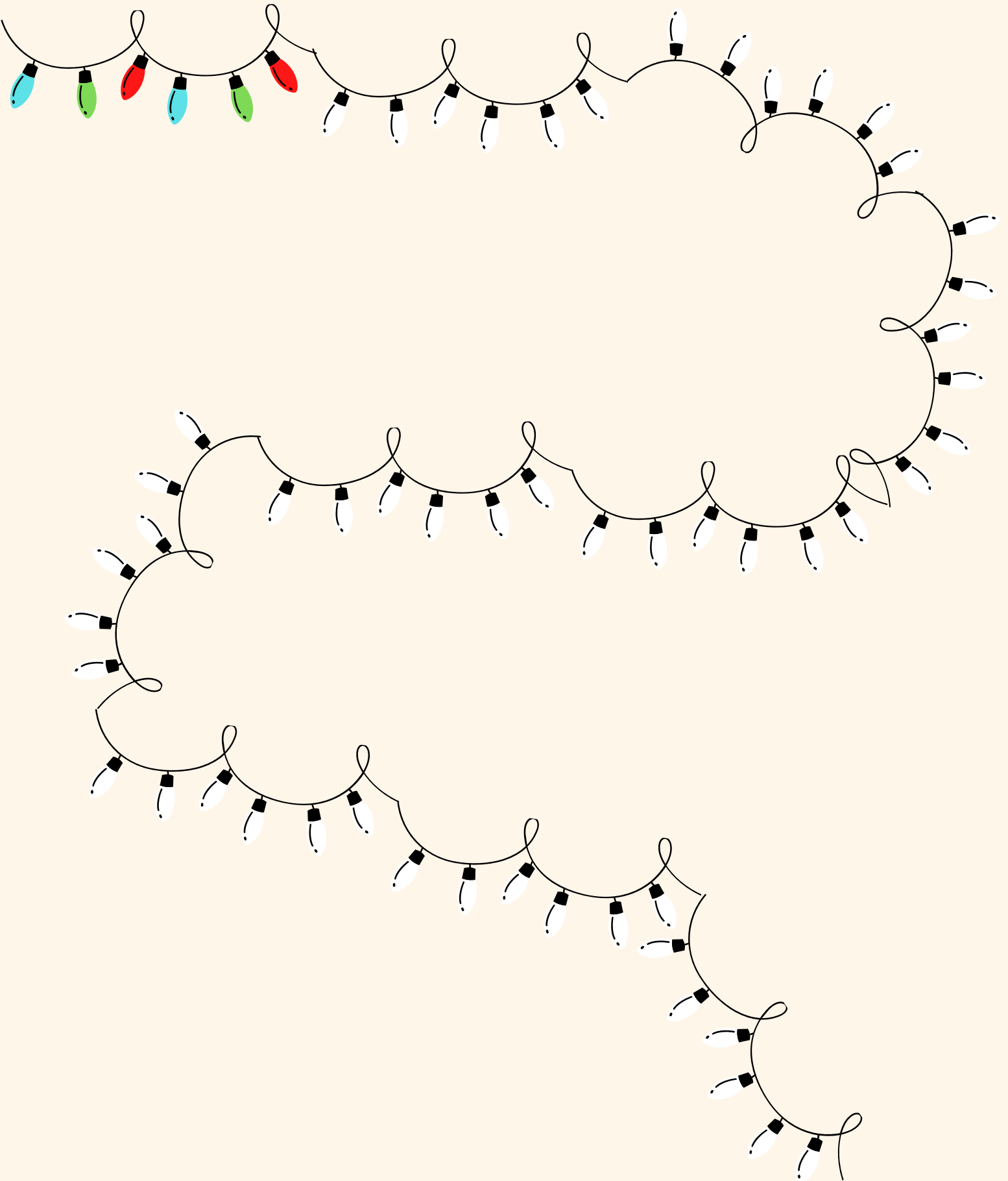


Połącz pierniczki w pary.



Zadania dla 6-latka

Dokończ rytm. Pokoloruj lampki odpowiednimi kolorami.



Połącz z saniami tylko renifery z literką O.



Udanej zabawy!