

Oddział I

31.03.2020r. – wtorek

Dzisiaj jeszcze o zdrowiu!!!

Proponujemy przygotować mały pojemnik z ziemią, cebulkę, konewkę z wodą.

Jak być zdrowym?– słuchanie wiersza Anny Surowiec.

Po przeczytaniu treści wiersza porozmawiamy z dzieckiem o tym dlaczego warto jeść warzywa, a słodczyce zastąpić owocami.

Trochę ruchu:

Zabawa ruchowa *Zmień kierunek marszu*– zabawa ruchowa z elementem marszu. Dziecko z mamą lub tatą maszerują na głośne kłaśnięcie w dłonie zmieniają kierunek. Zabawę powtórzmy kilka razy.

Zdrowe rzeczy jem, bo zdrowym być chcę - założenie hodowli szczypioru.

Do założenia własnej hodowli możemy wykorzystać cebulkę, która już wypuszcza zielony szczypior. Omawiamy etapy swojej pracy; do przygotowanego pojemnika z ziemią umieszczamy cebulkę, podlewamy. Jeżeli nie mamy ziemi, do hodowli możemy wykorzystać słoiczek z wodą. Przypominamy dziecku co potrzebne jest do wzrostu roślin (ziemia, woda, słońce). Zachęćmy dziecko do systematycznej obserwacji swojej hodowli. Wyhodowany szczypior na pewno będzie bardziej smakował niż ten ze sklepu. Użyjmy go do kanapek, sałatek, ziemniaków....



POWODZENIA!!!!

Kto ma jeszcze ochotę może pokolorować cebulkę (karta pracy 27).

Jak być zdrowym?

Anna Surowiec

**Powiem wam w sekrecie wielkim,
że nie lubię jeść brukselki
i marchewki też nie znoszę,
za to ciastka - bardzo proszę!**



**Mogę zjeść z pół kilograma,
gdy nie widzi tego mama.
To niezdrowe, wiem coś o tym,
bo mnie brzuszek boli potem
i lekarstwo muszę pić,
więc już zdrowym wolę być
i posłuchać swojej mamy
i jeść obiad z warzywami.**



**Bo w nich jest witamin moc
więc energią tryskam wprost,
na podwórku bawię się,
ruch to zdrowie - każdy wie,
tlen myśleniu także służy
i tym małym i tym dużym.**

**Wszystkie dzieci więc zachęcam,
by jeść warzyw jak najwięcej,
by pić soki, ruszać się
żadnej grypie nie dać się.
Kto tych zasad pilnuje
ten rzadko choruje.**



Pokoloruj cebulkę i szczypiorek.

**Dbamy o zdrowie
na przedwiośniu**

