

Drodzy Rodzice oddziału przedszkolnego OB. Przesyłam dla Was informacje, które są przewidziane na dzień od 07.04.2021 do 09.04.2021r.

1. „Jemy to, co zdrowe” poniedziałek 12.04.2021r.

1. „Zdrowie”- słuchanie wiersza I. Salach. Rozumienie znaczenia jedzenia owoców, warzyw, surówek dla zachowania zdrowia.

ZDROWIE



I. Salach

Wszystkie dzieci chcą być zdrowe,
wiosną, latem czy jesienią
i dlatego o tej porze
witaminy sobie cenią.
Tomek zjada liść sałaty,
jabłko chrupie mała Ania,
a rzodkiewki i ogórki
na surówkę potnie Hania.
Grześ surówkę palcem trąca,
wcale miska go nie nęci.
Zjadaj Grzesiu, będziesz zdrowy,
trzeba tylko trochę chęci.
Zjesz surówkę, to urośniesz,
ale Grzesio robi miny
i nie wierzy, że w tej misce
siedzą same witaminy.

2. Rozmowa kierowana pytaniami:

- Co powinny jeść dzieci, aby były zdrowe?
- Co jadł Tomek, a co chrupała Ania?
- Z czego Hania robi surówkę?
- Jakie są Wasze ulubione surówki?

3. „Zdrowy tryb życia” – zabawy matematyczne, połączone z wykonaniem ćwiczenia w K.3 41. Rozumienie określeń: zdrowe i niezdrowe pożywienie. Ćwiczenie umiejętności rozpoznawania produktów zdrowych i niekorzystnych dla zdrowia. Nauka piosenki pt: „Siedmiokroczek”.

4. „Witaminowe abecadło”- słuchanie wiersza S. Karaszewskiego połączone z wykonaniem zadania „Nasza zdrowa lodówka” z WŚ 23. Poznanie produktów, które zawierają dużo witaminy A, B, C, D i rozumienie ich znaczenia dla zachowania zdrowia.

"Witaminowe abecadło" - Karaszewski Stanisław

Oczy, gardło, włosy, kości zdrowsze są, gdy witamina A w nich gości.

A w marchewce, pomidorze, w maśle, mleku też być może.

B - bądź bystry, zwinny, żwawy do nauki i zabawy!

W drożdżach, ziarnach i orzeszkach, w serach, jajkach B też mieszka.

Naturalne witaminy lubią chłopcy i dziewczyny.

Bo najlepsze witaminy to owoce i jarzyny.

C - to coś na przeziębienie i na lepsze ran gojenie.

C: porzeczka i cytryna, świeży owoc i jarzyna!

Zęby, kości lepiej rosną, kiedy D dostaną wiosną.

Zjesz ją z rybą, jajkiem, mlekiem. Na krzywicę D jest lekiem.

Naturalne witaminy lubią chłopcy i dziewczyny.

Mleko, mięso, jajka, sery, w słońcu marsze i spacer

5. Piosenka „Witaminki”

<https://www.youtube.com/watch?v=nYg5TJhjOEs>

tekst piosenki

Spójrzcie na Jasia, co za chudzina,
słaby, mizerny, ponura mina,
a inny chłopcy silni jak słonie,
każdy gra w piłkę lepiej niż Boniek.

mówione: dlaczego Jasio wciąż mizernieje,
bo to głuptasek, witamin nie je

ref.: Witaminki witaminki,
dla chłopczyka i dziewczynki,
wszyscy mamy dziarskie minki,
bo zjadamy witaminki.

Wiśnie i śliwki, ruda marchewka,
grusza pietruszka i kalarepka,
smaczne porzeczki, słodkie maliny,
to wszystko właśnie są witaminy.

„Kto chce być silny zdrowy jak ryba,
musi owoce jeść i warzywa”.

MNIAM! MNIAM

Codziennie należy jeść minimum 400 g warzyw i owoców, najlepiej podzielić je na 5 porcji.

PORCJA WARZYW I OWOCÓW TO?

PORCJA OWOCÓW:



Średnie jabłko



Banan



Średnia gruszka



Pół szklanki malin



2-3 mandarynki



Szklanka lub kartonik soku owocowego (150-200 ml)



Małutka garść suszonych owoców



Średnia pomarańcza

PORCJA WARZYW:



Średnia marchewka



Talerz zupy warzywnej



Porcja sałatki warzywnej



Jeden średni pomidor



Szklanka lub kartonik soku warzywnego (150-200 ml)



Jeden średni ogórek



Kilka rzodkiewek










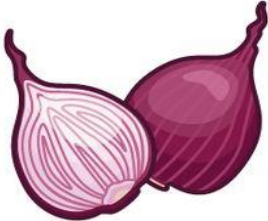








3-4 pomidorki koktajlowe



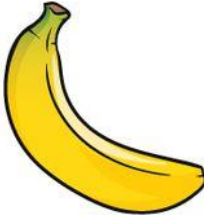















6. Przesyłam zestaw ćwiczeń do wydrukowania dla dzieci.

CLIP CARDS

spatiallearners.com

CLIP CARDS

spatiallearners.com

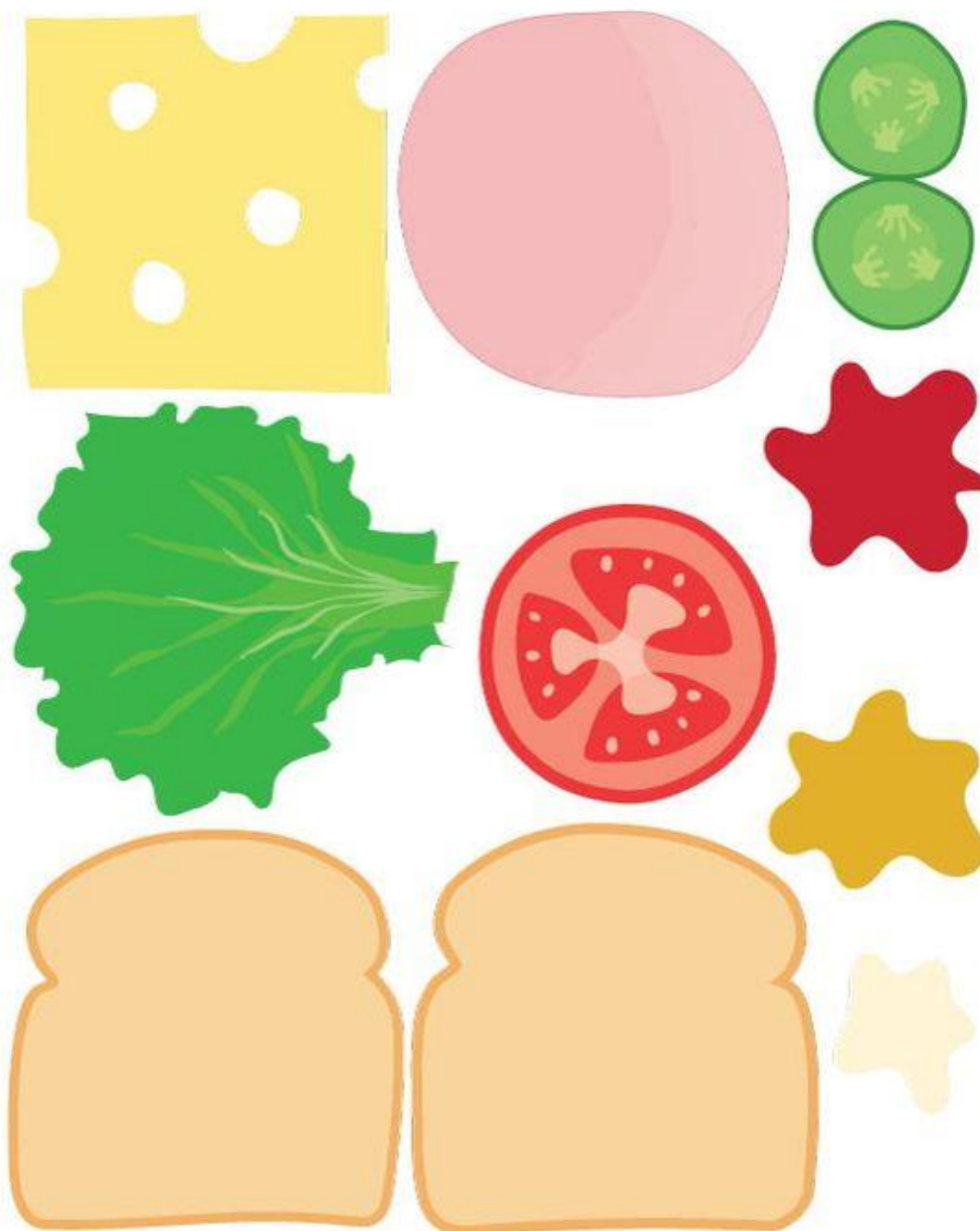
**POŁĄCZ ZIELONĄ LINIĄ WSZYSTKIE WARZYWA,
A CZERWONĄ – WSZYSTKIE OWOCE.**



I. Połącz ze słoikiem te owoce, z których można zrobić kompot. Narysuj w słoiku owoce, z których kompot najbardziej lubisz.

☆ Nazwij pozostałe obrazki. Powiedz, do jakiej grupy je zaliczysz.





2.,,Dbamy o czystość” wtorek 13.04.2021r.

1. „Czystość to zdrowie” słuchanie wiersza I. Salach. Omówienie czynności związanych z zachowaniem higieny i estetycznego wyglądu.

„Czystość to zdrowie” I. Salach

Kiedy rano wstaję, do łazienki idę,
kran odkręcam z ciepłą wodą i dokładnie myję ...zęby, twarz i szyję.

Gdy już się ubiorę, to przeczeszę włosy,
by nie sterczał krzywo w górę ani jeden kosmyk.

Ręce zawsze czyste mam, O paznokcie krótkie dbam.
Czyste włosy mam i szyję no bo się dokładnie myję.

Żeby zdrowym zawsze być, Trzeba się dokładnie myć.
I pamięta każdy zuch: W zdrowym ciele zdrowy duch.

Rozmowa na temat wiersza:

- Co robimy rano, gdy wstajemy z łóżka?
- Co robimy, gdy się już ubierzemy?
- Co trzeba robić, żeby zawsze być zdrowym?
- Co znaczy powiedzenie – w zdrowym ciele zdrowy duch?





VectorStock®

VectorStock.com/23609061



2. „W łazience” – słuchanie wiersza T. Śliwiaka połączone z wykonaniem ćwiczenia „Myjemy ręce” w K3. 42.

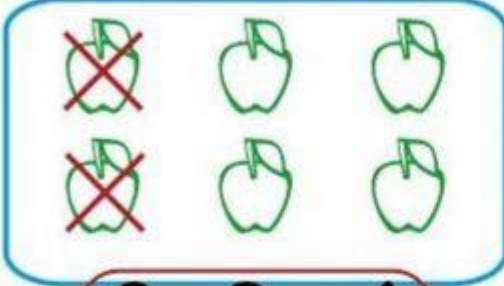
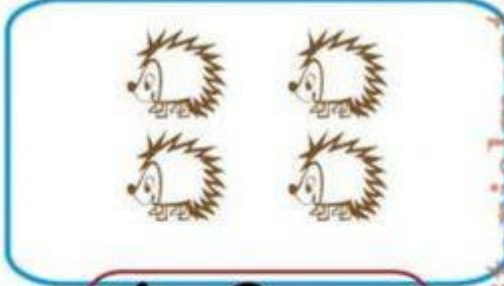
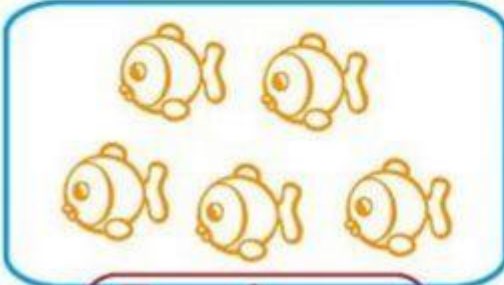


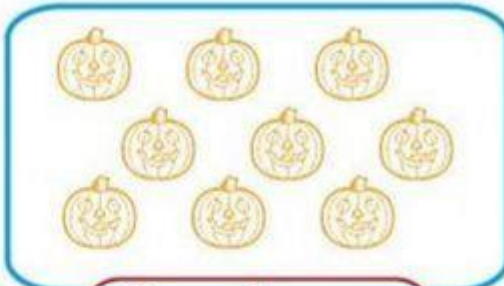
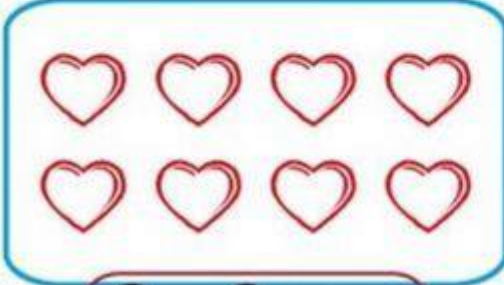

Już mam dość tego, już mi życie zbrzydło, -rzekło w łazience raz do gąbki
mydło. - Stale z brudem walczyć muszę i z dnia na dzień tracę tuszę.

Przepada moja uroda. Patrz co ze mnie zrobiła woda!

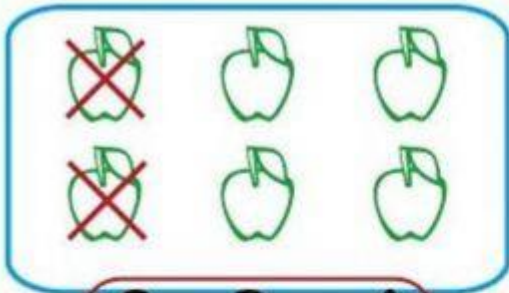
Też mi pociecha, ...czyjeś ręce czyste?! Niedługo będę chude jak listek.

Ty gąbko, to masz szczęście, zmoczą cię, wycisną i dalej jesteś sobą,
pulchną, ładną, czystą... I tak skarżąc się, usnęło przy błyszczącym kranie
i śnił mu się jak co nocy Bal Mydlanych Baniek.

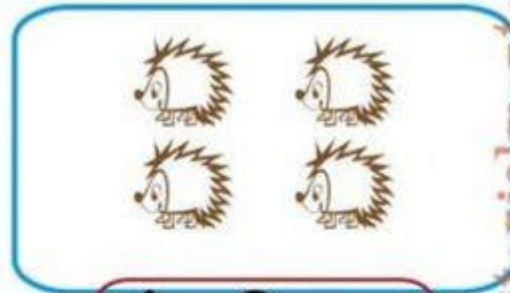
3. Rozumienie potrzeby częstego mycia rąk. Rozwijanie myślenia przyczynowo-skutkowego. Utrwalenie nawyków higieny.
4. Przesyłam zestaw ćwiczeń do wydrukowania dla dzieci.

 $6 - 2 = 4$	 $4 - 3 = ..$
 $5 - 4 = ..$	 $6 - 1 = ..$
 $7 - 4 = ..$	 $9 - 4 = ..$
 $8 - 3 = ..$	 $3 - 3 = ..$

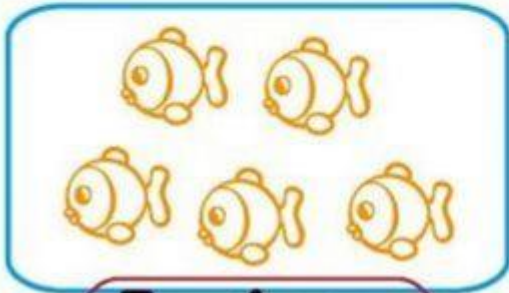
Genitorialmente



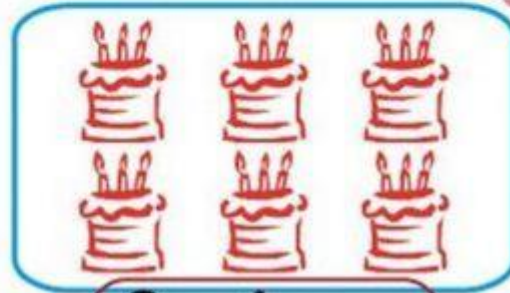
$$6 - 2 = 4$$



$$4 - 3 = ..$$



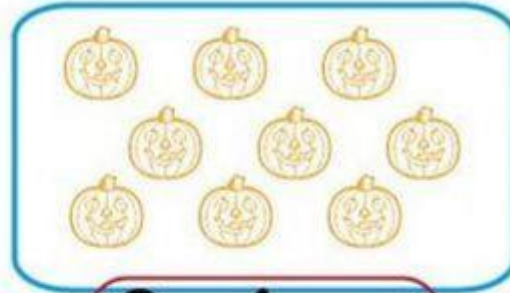
$$5 - 4 = ..$$



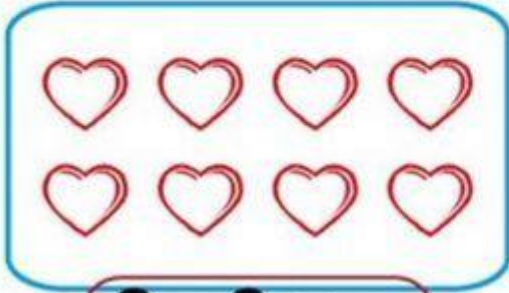
$$6 - 1 = ..$$



$$7 - 4 = ..$$



$$9 - 4 = ..$$



$$8 - 3 = ..$$



$$3 - 3 = ..$$

LAVAR LAS MANOS CORRECTAMENTE

Nombre: _____

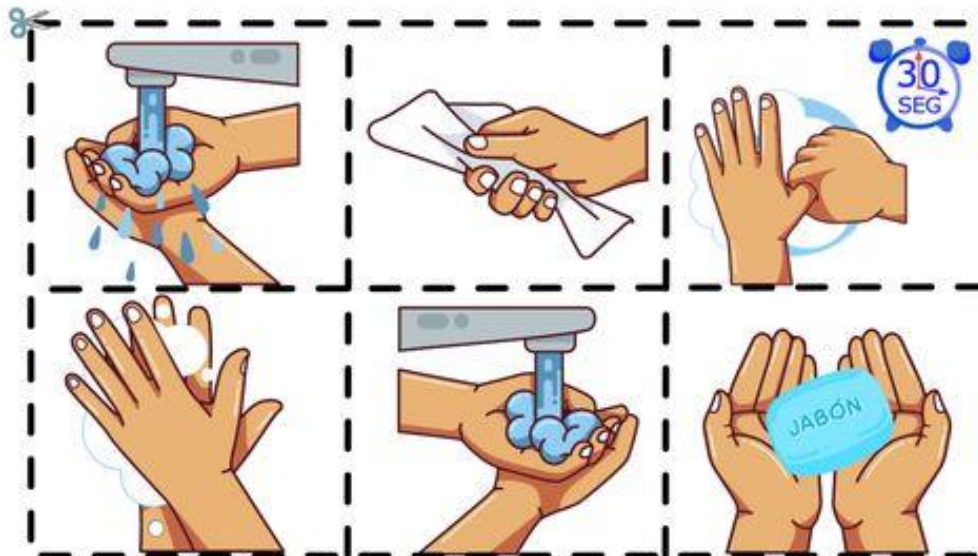
Fecha: _____



Recorta las tarjetas y
pégalas en el orden
correcto



1	2	3
4	5	6



actiludis.com

Me gusta actiludis

para estar al día de novedades gratuitas y originales.

Imagen con licencia
designed by freepik.com



Este material puede compartirlo en redes sociales, blog y web enlazando al sitio original en actiludis.com. Queda prohibido descargar para compartir desde un blog, web o sitio en la red, externo al original.

1 von 1



Jak skutecznie myć ręce?



SPŁUCZ DŁONIE WODĄ



UŻYJ MYDŁA



**POCIERAJ DŁONIE
O SIEBIE ICH
WEWNĘTRZNĄ STRONĄ**



**UMYJ PRZESTRZEŃ
POMIĘDZY PALCAMI**



**NIE ZAPOMNIJ
O KCIUKACH**



**NAMYDL WIERZCH JEDNEJ
DŁONI WNĘTRZEM
DRUGIEJ I NA PRZEMIAN**



**SKONCENTRUJ SIĘ NA
NADGARSTKACH (WCZEŚNIEJ
ZDEJMIJ BIŻUTERIĘ)**



**DOKŁADNIE OSUSZ
DŁONIE RĘCZNIKIEM**



**UŻYJ
JEDNORAZOWEGO
RĘCZNIKA DO
ZAKRĘCENIA KRANU**



**TWOJE RĘCE
SĄ CZYSTE!**



3. „W gabinecie dentystycznym” środa 14.04.2021r.

1. „W gabinecie dentystycznym” praca z obrazkiem z Czy-tam, czy-tam. Zapoznanie z wyposażeniem gabinetu dentystycznego.



2. „Kto lubi chodzić do dentysty”- słuchanie opowiadania J. Jasny-Mazurek połączone z wykonaniem zadania „Recepta na zdrowe zęby” z WŚ. 45. Rozumienie potrzeby kontrolowania i leczenia zębów. Wdrażanie do właściwego zachowania się podczas badań. Pokonywanie lęku przed koniecznymi zabiegami.

„Kto lubi chodzić do dentysty?” opowiadanie Jadwigi Jasny-Mazurek Trzy dni temu, przy śniadaniu, z pełną buzią twarożku z miodem, Marcinek nagle krzyknął: - Ajć, ajć ... boli! Mama nie mogła uwierzyć, że Marcinka boli ząb. - Przecież czyści zęby co najmniej dwa razy dziennie. - A powinien po każdym jedzeniu – powiedział tata. - Niedawno sprawdzałam mu zęby, nic nie zauważyłam. - Zęby powinien sprawdzać dentysta – mówił tata – On ma do tego specjalne przybory, no i zna się na tym lepiej niż my. - Nie pójdę do dentysty, bo to boli! – Marcinek prawie płakał. - Ja chodzę i mnie nie boli – powiedział tata – I co ty na to? - Bo dorośli są dorośli, a dzieci cierpią – odrzekł Marcinek. Tata roześmiał się i mocno go przytulił. Potem umówili się, że zaraz jak tata wróci z pracy, a Marcinek z przedszkola – pójdą razem do dentysty. Kiedy Marcinek w przedszkolu opowiedział, co go dzisiaj czeka, zaczęło się straszenie. Wszyscy opowiadali, jak to okropnie jest u dentysty. Mówiły nawet te dzieci, które u dentysty nigdy nie były. Wreszcie usłyszała to Pani i powiedziała: - Wstyd mi za was. Marcinka czeka coś, czego nie zna, czego się trochę boi. A wy zamiast dać mu odwagi – straszycie go. Czy wszyscy boicie się dentysty? – zapytała/ - Ja lubię chodzić do dentysty – zgłosiła się Kasia. - A ja się nie boję – oświadczył Tomek. I Marcinek też się już nie boi. Wizyta u dentysty, czyli u stomatologa była bardzo ciekawa. Najpierw Marcinek położył się na wygodnym fotelu, w którym można było jeździć w górę i w dół. Prawie jak windą. Potem pan doktor pokazał Marcinkowi małe lusterka powiększające, w których nawet najmniejsza plamka wygląda jak duża. Mógł też dotknąć maszynki do borowania, którą go wszyscy straszili; pan doktor połaskotał nią Marcinka w palec. A kiedy wcisnął srebrny przycisk, to do jednorazowego kubka wlała się ciepła woda do płukania buzi. Wreszcie Marcinek był gotów, by szeroko otworzyć usta. Dentysta bardzo dokładnie oglądał każdy ząb w powiększającym lusterku, a na koniec pochwalił Marcinka: - Widzę, że dbasz o zęby. - To dlaczego mnie zabolęła? – zapytał Marcinek. - W ten sposób ząbek ci powiedział, żebyś do mnie przyszedł. A musiał ci powiedzieć, bo zrobiła się w nim dziurka, mimo że myślał go tak jak wszystkie. Niektórym zębom to nie wystarcza – wyjaśnił pan doktor.

Potem była zabawa w czarowanie – borowanie. Dentysta, na niby zaczarował Marcinka w posąg. Jednak i nie udało się zaczarować. Ruszała się, kiedy tylko Marcinek chciał powiedzieć: stop! Wtedy pan doktor przestawał borować... Kiedy Marcinek podniósł rękę po raz czwarty, dentysta zawołał: - Koniec borowania! I koniec opowiadania, bo dalej było już tylko to, czego nawet największe „bojące dudki: się nie boją” - Czy wiesz, co robi dentysta, kiedy już skończy borować ząb? Powiem ci tylko, że jest to bardzo przyjemne.

Pytania:

Dlaczego Marcinek musiał iść do dentysty?

Dlaczego bał się tej wizyty?

Co zaczęło się w przedszkolu, kiedy dzieci dowiedziały się o tym, co czeka chłopca?

Co powiedziała kolegom Marcinka pani w przedszkolu?

Jak inaczej mówi się na dentystę?

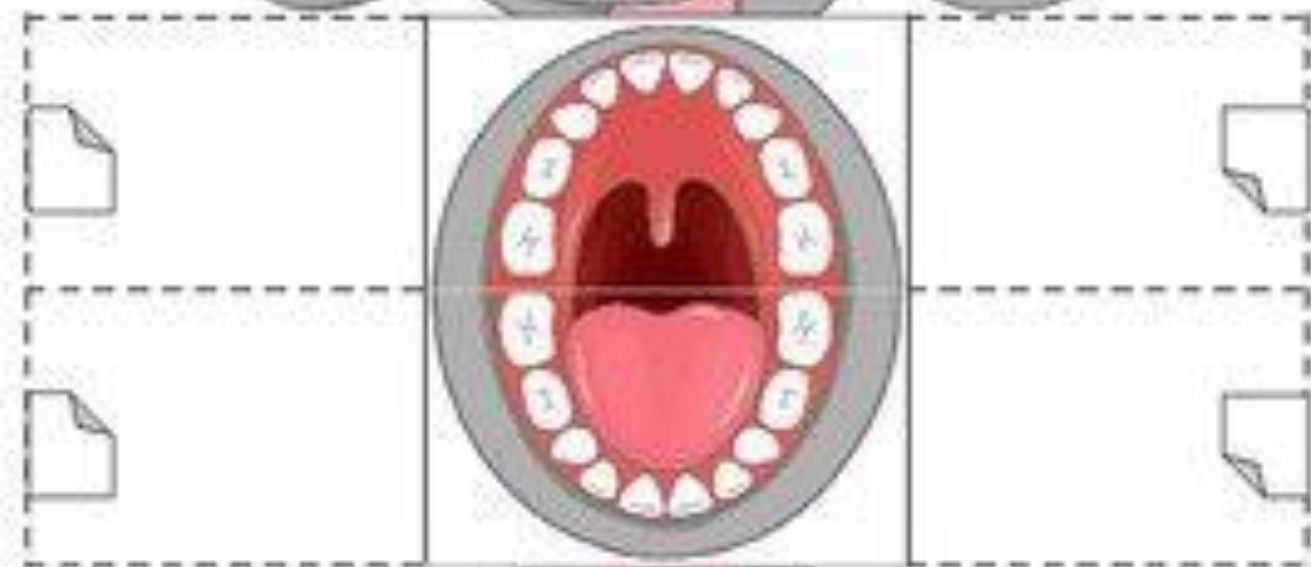
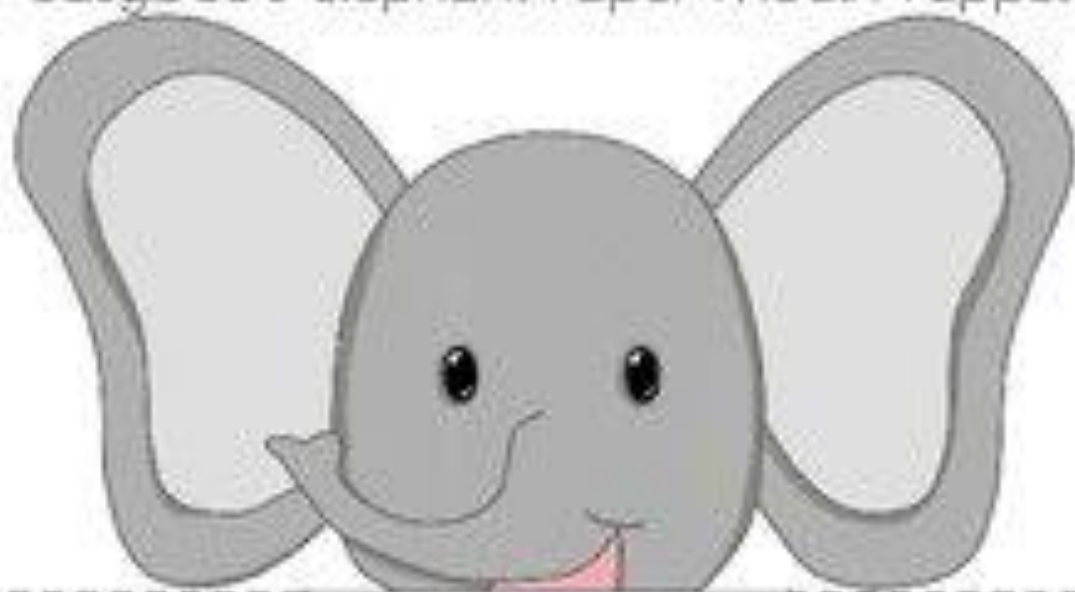
Jak wyglądała wizyta Marcinka u stomatologa?

3. Wykonanie ćwiczenia graficznego „Kubki i szczoteczki” w ZG 47. Nabieranie nawyku i odczuwanie potrzeby częstego mycia zębów.

4. Przesyłam zestaw ćwiczeń do wydruku dla dzieci.

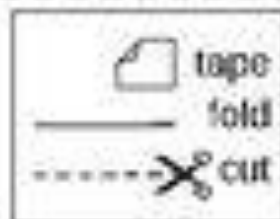


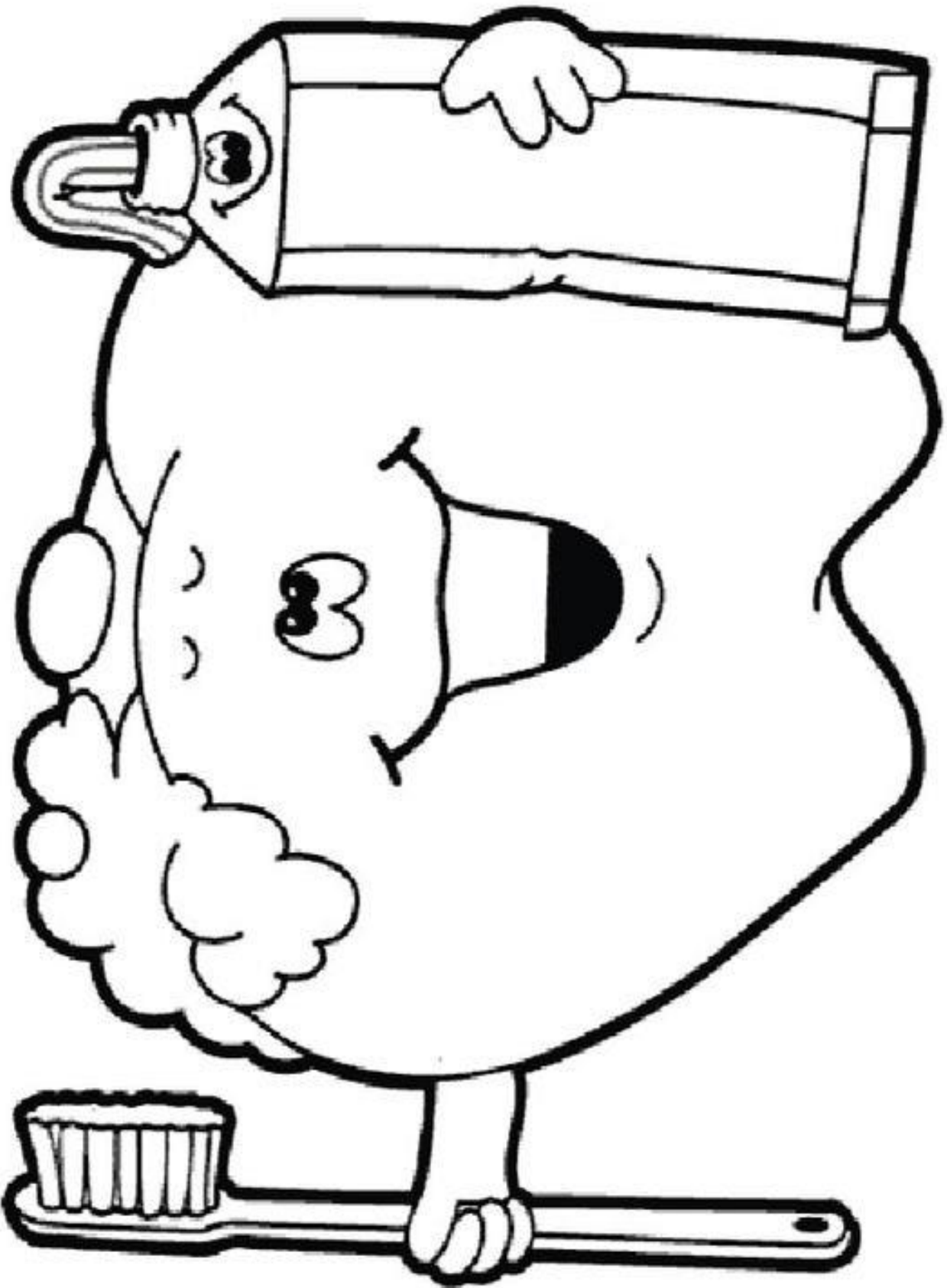
easybee's Elephant Paper Mouth Puppet



Instructions:

- 1- Cut out puppet
- 2- Fold at _____
- 3- Tape flap for holding
- 4- Fold top of mouth to bottom of mouth





4 „Chcemy być zdrowi”- czwartek 15.04.2021r.

1. Nauka piosenki „Fikający zuch”.

<https://www.youtube.com/watch?v=SXpvsCdhIDc> piosenka

Fikający zuch

1. Gimnastykuj się codziennie,
Zobacz jakie to przyjemne

Ref.: W zdrowym ciele zdrowy duch,
Pokaż jaki z siebie zuch.

2. Raz przysiady, raz podskoki,
Ręce w górę lub na boki,

Ref.: W zdrowym ciele zdrowy duch,....

3. Mocne nogi, plecy proste,
Raz fikołek, a raz mostek,

Ref.: W zdrowym ciele zdrowy duch,

2. „Krowa z Chotomowa” – słuchanie wiersz E. Stadtmüller połączone z wykonaniem ćwiczenia w „Co to za sport?” w K3.43. Dostrzeganie humoru tekstu literackiego. Interpretowanie określeń: śmiech to zdrowie, ruch to zdrowie. Łączenie dyscyplin sportowych z różnym sprzętem.

Krowa z Chotomowa Ewa Stadtmüller

Pewnej krowie, w Chotomowie

strasznie się popsuło zdrowie:

ból ją dopadł w prawym boku,

skurcz w żołądku, zaćma w oku, katar w nosie,

chrypka w głosie, a do tego pryszcz na nosie.

Dość! – ryknęła biedna krowa, Czas to zmienić! Chcę być zdrowa!
Sztuczne pasze – to nie wszystko, jutro idę na pastwisko.
Rosną tam wspaniałe leki, nie potrzeba mi apteki.
Skubnę sobie kwiat rumianku, listek mięty, garść tymianku,
kwiat dziurawca, kępkę mleczy, to na pewno mnie uleczy!
Zdrowia się nie kupi w sklepie. Muszę się odżywiać lepiej!
Niech ktoś dowcip mi opowie, bo podobno „śmiech to zdrowie”.
Śmiech to zdrowie? Ruch to zdrowie!
Myśl błysnęła w krowiej głowie : Klub założę w Chotomowie!!!
Fantastyczny, wystrzałowy Chotomowski Klub Sportowy.
Wymyśliła szybko wszystko: będą biegi przez pastwisko,
skok przez parkan oraz śliczna gimnastyka artystyczna.
Od tej chwili w Chotomowie, dzięki krowie, kwitnie zdrowie.

Rozmowa kierowana pytaniami do dziecka :

- Co popsuło się krowie w Chotomowie?;
- Co dolegało krowie?;
- W jaki sposób krowa postanowiła zadbać o swoje zdrowie?

3. „O zdrowiu rozwiązywanie zagadek E. Stadtmuller połączone z wykonaniem ćwiczenia graficznego „Mydła” w ZG 48.

Kiedy je mamy, nie doceniamy, gdy się popsuje człowiek choruje (**zdrowie**).
Gdy się bardzo źle poczujesz, co się czasem zdarza, mam cię nie leczyć sama,
dzwoni do (**lekarza**).

Kiedy ząb boli, rzecz oczywista, że pomoc może tylko (**dentysta**).

Dzięki niemu mama wie, czy gorączkę masz czy nie (**termometr**).

Może być ślazowy, albo cebulowy. Nie zawsze jest smaczny, ale zawsze zdrowy (**syrop**).

Może być miętowa, albo truskawkowa. Ząbki twe porządnie wyczyścić gotowa (**pasta do zębów**).

Lubi w wodzie się chować, ślizgać się i figlować. Gdy mocno go coś wpienia,
to w banieczki się zmienia (**mydło**).

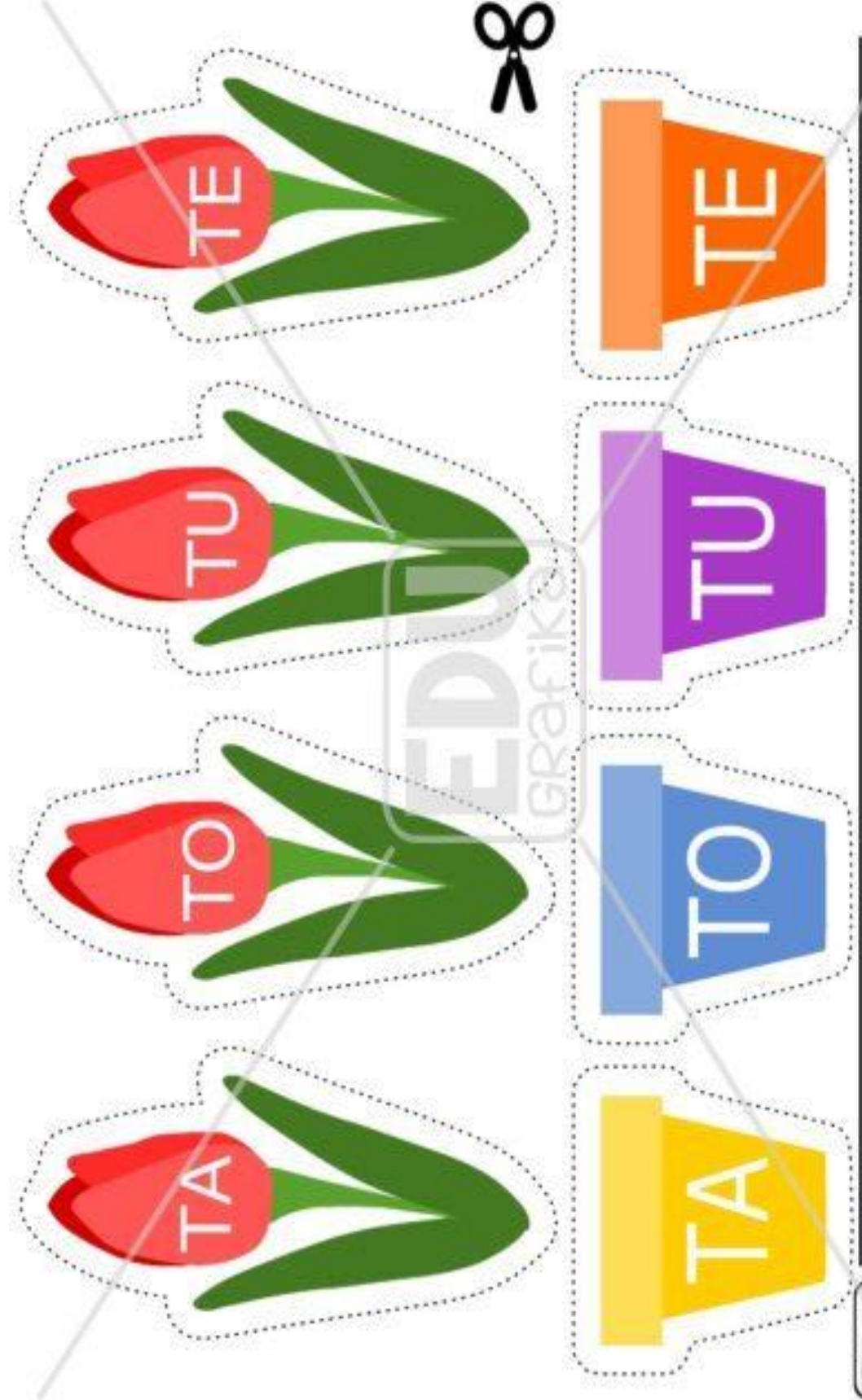
4. Przesyłam dla dzieci proste sylaby do ćwiczeń:

Sylaby otwarte

Zawierają samogłoski: A, E, I, O, U, Y,

oraz spółgłoski: M, P, B, L, W, F, T, D, S.

SOWA	LISY	SUMO
SO WA	LI SY	SU MO
BOSO	SOFA	PASY
BO SO	SO FA	PA SY
SYTY	MISA	LASY
SY TY	MI SA	LA SY
FOSA	SADY	SALE
FO SA	SA DY	SA LE





GABINET LOGOPEDYCZNY

Słóvká

5. „Dbamy o środowisko”- piątek 16.04.2021r.

1. „Co to jest przyroda?” – słuchanie wiersza D. Gellnerowej połączona z wykonaniem ćwiczenia „Żywe i nieżywe” w K3.44. Poznanie pojęcia przyroda. Rozumienie potrzeby dbania o środowisko, w którym żyjemy.

Co to jest przyroda?

Danuta Gellnerowa

Co to jest przyroda?

- To drzewa i kwiaty,
liście i woda.

Motyl nad łąką,
biała stokrotka.

- Przyroda jest wokół,
wszędzie ją spotkasz!

Ptak rozśpiewany,
grające świerszcze ...

- Powiedzcie proszę,
co jeszcze, co jeszcze?

- Kochaj przyrodę!

Szanuj przyrodę!

Omijaj w lesie

Sadzonki młode!

- Szanuj przyrodę!

Kochaj przyrodę!

Kwiatom w doniczkach

nie żałuj wody!

Dbaj o trawniki!

Niech koło domu

będzie wesoło!

Będzie zielono!

2. „Wielka ucieczka” – słuchanie opowiadania L. Bardijewskiej połączone z pracą z Czy-tam, czy-tam. Uważne słuchanie utworu. Kształtowanie postawy proekologicznej. Budowanie wypowiedzi na określony temat – uzasadnianie swojego zdania.

WIELKA UCIECZKA Liliana Bardijewska

Kap – kap, kapła woda z niedokręconego kranu. Szuru – buru, szeleściła plastikowa torebka w koszu na śmieci. Pyk – pyk, pomrukiwała zapalona lampa w pustej łazience. Mrug – mrug, mrugała czerwona dioda wyłączzonego telewizora. Jeżyk nastawił uszka – dom był pełen tajemniczych dźwięków, których nie słyszał nikt poza nim. Babcia drzemała w fotelu, a Julcia i Maksio byli zbyt pochłonięci zabawą, żeby cokolwiek słyszeć. Aż tu nagle... – Ojej! – westchnęło coś bardzo, bardzo smutno. To westchnienie usłyszały nawet bliźniaki! Rozejrzały się po pokoju i zobaczyły na parapecie przycupniętego pod paprotką zielonego skrzacika. – Czemu jesteś taki smutny? – zapytała Julcia. – Bo woda ucieka... I prąd ucieka... A góra śmieci rośnie i rośnie... – westchnął skrzacik jeszcze smutniej. – Nie martw się. W kontakcie jest pełno prądu, a w kranie mnóstwo wody – próbował go pocieszyć Jeżyk, ale zielony gość był niepokieszony. Wiedział, że woda z kapiącego kranu rurami płynie do oczyszczalni, stamtąd – do rzeki, a potem przez filtry znów wraca do kranu. – To prawda, aż dwa razy trzeba czyścić wodę, żeby nadawała się do picia – potwierdziła Julcia. – A do oczyszczenia wody potrzeba dużo, dużo energii – zamyślił się Maksio, patrząc przez okno na dymiący komin elektrowni. – Wody na świecie jest coraz mniej, a kominów coraz więcej – poskarżył się skrzacik. Bliźniaki spojrzały na siebie: nie ma czasu do stracenia – trzeba działać! Julcia pobiegła zakręcić kapiący kran, a Maksio wyłączył diodę telewizora i światło w łazience. Prąd należy szanować! Skrzacik jakby poweselał. – Jutro starszaki idą do lasu na Sprzątanie Świata! – pochwaliła się Julcia. – Wyzbieramy wszystkie plastikowe torebki i butelki co do jednej, i wrzucimy je do czerwonego kontenera! – A szklane słoiki i butelki: do zielonego! – dodał Jeżyk. – I zasadzimy kilka nowych dębów! – obiecał Maksio, pokazując garść żołądzi, które zebrał jesienią. Zielony skrzacik nareszcie się uśmiechnął.

Rozmowa kierowana; pytania:

- Co w domu kapało/szeleściło/pomrukiwało/mrugało?;
- Czyje westchnienie usłyszały bliźniaki?;
- Dlaczego skrzacik był smutny?;
- Gdzie płynie woda z kranu?;
- Dlaczego trzeba oszczędzać wodę?;
- Co zrobiły bliźniaki, żeby oszczędzać prąd?;
- Co będą robić starszaki w lesie?;
- „Jak Smerfy mogą ograniczyć zużycie wody i oszczędzać prąd?”

3. Przesyłam ćwiczenia dla dzieci:



INSTRUCTIONS:

Print out on Letter sized paper and use as a coloring page.
Show us what you did at www.fb.com/plbfun

WWW.PLBFUN.COM





DATA: ____ / ____ / ____ TIA: _____

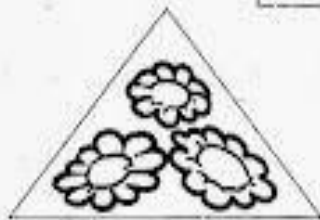
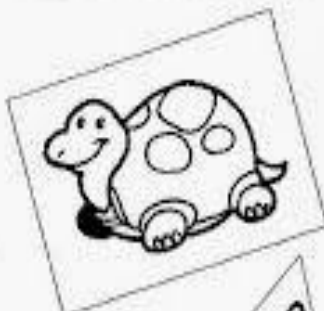
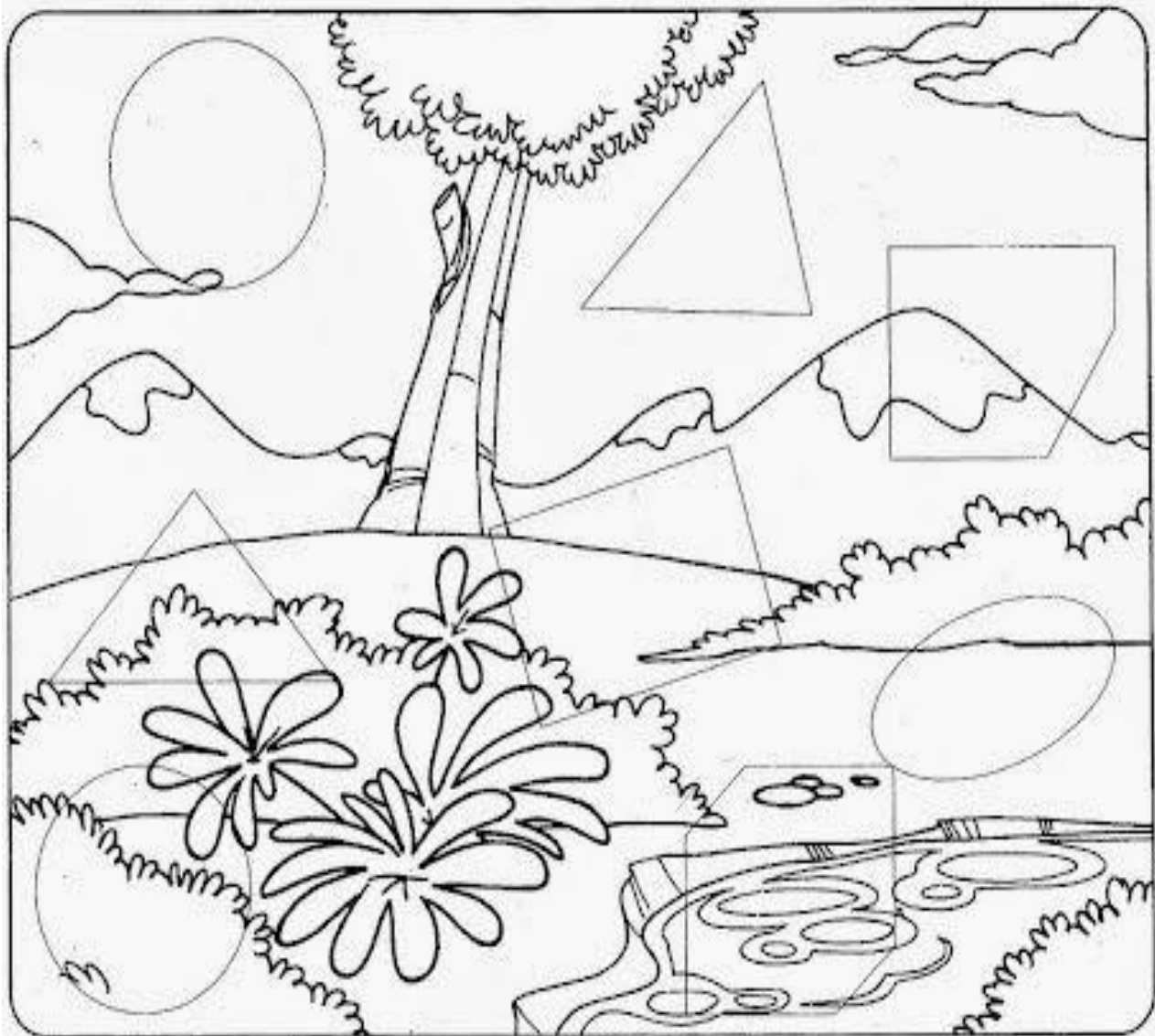
NOME: _____

MEIO AMBIENTE

- PINTE A CENA ABAIXO QUE MOSTRA A FALTA DE RESPEITO PELO MEIO AMBIENTE.



Vamos a completar el cuadro de la Creación.



Recorta y pega cada elemento de la Creación donde vaya.

Name:

--	--	--	--	--

1



HAPPY
EARTH

5



3



DAY

2



Y

TH

4



