

Witamy bardzo serdecznie wszystkie Pszczółki i Waszych Rodziców w kolejnym tygodniu naszego wspólnego bycia on-line.

W poprzednim tygodniu dbaliśmy o przyrodę – mamy nadzieję, że się Państwo dobrze bawili ☺. Wirtualna podróż do domów niektórych Pszczółek była cudna – zdjęcia Wasze dają nam zawsze tyle radości, że możemy Was zobaczyć, bo bardzo za Wami tęsknimy.....

W tym tygodniu zapraszamy Was kochane Pszczółeczki i Waszych Rodziców do "Krainy witaminek". Wiemy, że chętnie wcinacie owoce i warzywa;-) – my również je lubimy. Dowiecie się drogie przedszkolaki, dlaczego powinniśmy jeść ich jak najwięcej. W związku z tym zabieramy Was do kolorowej krainy – będzie bardzo kolorowo i bajecznie ☺.

PONIEDZIAŁEK

Dzisiejszy poranek, jak każdego dnia, proponujemy rozpocząć zabawami ruchowymi. Przypuszczamy, że każdemu po weekendzie przyda się troszkę ruchu ☺. A zatem zapraszamy nasze przedszkolaki, ich rodziców, jeśli macie, no i oczywiście Rodziców do znanej już Wam piosenki „Głowa, ramion, palce”: <https://www.youtube.com/watch?v=wVs408x3s88&vl=pl>

Kolejną propozycją na dziś, jest wiersz „Jedz owoce”. Wysłuchajcie uważnie utworu i powiedzcie, dlaczego trzeba jeść owoce i warzywa. A teraz postarajcie się narysować swoje ulubione warzywa i/lub owoce. My też jesteśmy ciekawe, co lubicie najbardziej jeść – prosimy o zdjęcia na grupę☺.

„Owoce”

Chcesz być zdrowy jedz owoce
bo owoce dobra rzecz
jeśli będziesz jadł codziennie
dobre zdrowie będziesz mieć.
Jabłko, gruszkę czy banana
zjadaj sobie co dzień z rana
do obiadu soczki bierz
by do nauki siły mieć
A gdy będziesz trochę chora
to cytrynkę zjedz z wieczora.
Jedz owoce więc codziennie
i pamiętaj by je myć
żeby długo, zdrowo żyć.

A następnie proponujemy ćwiczenia, które zostały umieszczone w poniższym linku:

<https://www.facebook.com/KidsArtnCrafts/videos/673177309893085/>

WTOREK

Jak zawsze dzień rozpoczynamy porcją ruchu: zabawa, którą dzieci znają: „W górę, ręce w górę”

<https://www.youtube.com/watch?v=GS1qV8M32Gk>

Następnie na dzisiaj zaplanowałyśmy wykonanie zdrowych kanapek. Niech inspiracją będzie wiersz „Kolorowe kanapki”

Po wysłuchaniu wiersza, który przeczyta Wam ktoś z bliskich, poproście rodziców, by przygotowali wam potrzebne składniki i do dzieła!!! Róbcie pyszne i zdrowe kanapeczki! Smacznego!
(zdjęcia z Waszej działalności oczywiście mile widziane ☺).

„Kolorowe kanapki”

Zrobię dzisiaj sam kanapki
Smaczne, kolorowe.
Podam mamie na śniadanie, potem tacie zrobię.
Już na kromce serek leży
I rzodkiewka słodka,
Jeszcze szynki dwa plasterki,
Dam też pomidorka.
Takie pyszne te kanapki!
Że aż cieknie ślinka.
Każda zdrowa, kolorowa.
Cieszy się rodzinka.

ŚRODA

Jak zawsze rano nowa porcja ruchu: Zabawa ruchowa „Sałatka owocowa”:

<https://www.youtube.com/watch?v=9KvDK9egVBU>

Następnie proponujemy **zabawę matematyczną „Owoce i warzywa”**-.
Dziś jest dzień na matematykę. Mamy dziś dla Was kochani zadanie specjalne. Poproście rodziców, by Wam pomogli odszukać w domu wszystkie owoce i warzywa – na pewno każdy znajdzie u siebie coś z tych produktów.

Położcie je na stole, a następnie poukładajcie je na dwie gromadki – na jednej warzywa a na drugiej owoce.

Pzelicz i powiedz, czego jest więcej, warzyw czy owoców? A teraz wybierzcie wszystkie czerwone produkty, następnie zielone, a teraz może jest jakiś owoc bądź warzywo w kolorze żółtym? – pokażcie go rodzicom.

Spróbujcie nazwać te owoce i warzywa po angielsku.

I jak udało się Wam wykonać zadanie? – na pewno tak. Chętnie byśmy też to zobaczyły, więc mile widziane zdjęcia☺.

- **Na zakończenie kolorowego dnia proponujemy Państwu grę BINGO na temat zbilansowanego odżywiania. W załączeniu znajdują Państwo karty do gry, znaczki i plansze, które trzeba wydrukować i wyciąć.**

Bingo jest znaną i lubianą grą. Gra ta poświęcona jest zbilansowanemu żywieniu oraz grup produktów, które powinniśmy spożywać codziennie, żeby zapewnić organizmowi wszystkie niezbędne mikroelementy i witaminy. Zanim jednak rozpoczniemy zabawę, warto pokazać dzieciom nową piramidę żywieniową (poniżej), która wskazuje, jakie miejsce dana grupa produktów powinna zajmować w naszym jadłospisie. Nowym ważnym elementem w piramidzie jest ruch fizyczny, który wspiera procesy trawienne, wzmacnia apetyt oraz przyspiesza przemianę materii.

Dlatego też proponujemy Państwu codzienne poranne zajęcia ruchowe☺



Następnie prosimy o poprzecinananie kart do gry wzdłuż linii i włożenie je do woreczka. Teraz dzieci mogą wylosować po jednej planszy i położyć ją przed sobą (zaawansowani gracze mogą wylosować po dwie plansze). Zadaniem prowadzącego jest losowanie z woreczka pociętych kartek z produktami. Po wylosowaniu pierwszego obrazka prowadzący głośno nazywa produkt oraz grupę produktów, do której on należy (np. jabłko, owoce; ryba, białko). W tym czasie dzieci odszukują ten sam obrazek na swojej planszy. Gdy go znajdą, mogą przykryć pole znaczkiem. Wygrywa ten, kto jako pierwszy przykryje wszystkie pola.

Życzymy wspólnie miło spędzonego dnia.

CZWARTEK

Zabawa poranna na rozruszanie : Proponujemy układ taneczny - Sałatka owocowa z polewą czekoladową

https://www.youtube.com/watch?v=Vkiw9i_mQSo

Dziś jest również czas na piosenkę, zapraszamy do wspólnej zabawy przy piosence Fasolek „Witaminki, witaminki” – sądzimy, że duża liczba naszych Pszczółeczek zna słowa piosenki☺ zaproszcie swoich rodziców i bliskich do wspólnego śpiewania. Dobrej zabawy Kochani

https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=W8mOfXvj40&feature=emb_logo

Spójrzcie na Jasia, co za chudzina,
Słaby, mizerny, ponura mina,
A inni chłopcy silni jak słonie,
Każdy gra w piłkę lepiej niż Boniek.

Dlaczego Jasio wciąż mizernieje?
Bo to głuptasek i witamin nie je!

Witaminki, witaminki,
Dla chłopczyka i dziewczynki,
Wszyscy mamy dziarskie minki,
Bo zjadamy witaminki.

Witaminki, witaminki,
Dla chłopczyka i dziewczynki,
Wszyscy mamy dziarskie minki,
Bo zjadamy witaminki.

Wiśnie i śliwki, ruda marchewka,
Gruszka, pietruszka i kalarepka,
Kwaśne porzeczki, słodkie maliny,
To wszystko właśnie są witaminy.

Kto chce być silny i zdrowy jak ryba,
Musi owoce jeść i warzywa!

Witaminki, witaminki,
Dla chłopczyka i dziewczynki,
Wszyscy mamy dziarskie minki,
Bo zjadamy witaminki.

Witaminki, witaminki,
Dla chłopczyka i dziewczynki,
Wszyscy mamy dziarskie minki,
Bo zjadamy witaminki.
Bo zjadamy witaminki.

Mniam! Mniam!

PIĄTEK

Zabawa ruchowa jak co dzień : „Przywitanie i rozgrzewka:

<https://www.youtube.com/watch?v=l78D-0TKWBM>

A na zakończenie tygodnia proponujemy wycinankę owocową (załącznik)
Miłej zabawy w tym tygodniu!!!!