

Drodzy Rodzice i Kochane Motylki, przed nami kolejny tydzień pracy w domu. W tym tygodniu zajmiemy się tematem zdrowego stylu życia. Jest to bardzo ważny i interesujący temat. Mamy nadzieję, że nasze propozycje spodobają Wam się i będziecie chętnie współpracować, a przede wszystkim dobrze się bawić!

Poniedziałek „Wiem, co jem”

1. Na początku tygodnia zapraszamy wszystkie dzieci do obejrzenia wspólnie z rodzicami filmu edukacyjnego dotyczącego zdrowego stylu życia. Mamy nadzieję, że wspólne wysłuchanie filmu będzie dla Was inspiracją do rozmowy na temat zdrowego żywienia:

<https://www.youtube.com/watch?v=YFpSjSzHIV8>

2. Wszystkie dzieci dobrze wiedzą, że warzywa i owoce pełnią bardzo ważną rolę w żywieniu człowieka. Owoce i warzywa to bogate źródło witamin, które są Nam niezbędne, aby pozostać silnym i zdrowym. Proponujemy Wam zatem zabawę badawczą z wykorzystaniem zmysłów smaku i zapachu. Poprosimy Rodziców o przygotowanie wcześniej pokrojonych produktów dostępnych w domu (np. ogórek, jabłko, sałata, banan, marchewka). Dziecko z przepaską na oczach próbuje za pomocą węchu i smaku rozpoznać, co dobrego otrzymał. Bawcie się dobrze i nie podglądajcie!:)
3. A na koniec dzisiejszego dnia proponujemy wykonać „owocowego ludzika” według własnego pomysłu. Na pewno będzie on kolorowy, smakowity, a przede wszystkim bardzo zdrowy!

Wtorek „Przygoda Trampolinka”

1. Kochane Motylki, znacie już wiele literek! Dzisiaj czas, aby utrwalić sobie literę C,c. Zastanówcie się, jakie znacie wyrazy zaczynające się głoską C,c ? A może przyjdą Wam też do głowy wyrazy kończące się głoską C,c? Teraz spróbujcie wymienione przez Was słowa podzielić na sylaby klaszcząc w ręce i policzyć głoski licząc na palcach.
2. Następnie otwórzcie Wasze książeczki (KP4, s.38). Czy widzicie literę C,c wielką i małą? Przyjrzyjcie się teraz kształtowi tej litery, może Wam coś przypomina? Następnie spróbujcie wodzić kilka razy palcem po śladzie litery i „napisać” literę C,c w powietrzu, na dywanie i na plecach rodzica. To jeszcze nie koniec ćwiczeń przygotowujących do nauki pisania litery! Poproście teraz rodziców o pomoc i wysypcie na tackę kaszę manną, mąkę lub sól i jeszcze raz „napiszcie” omawianą dzisiaj literkę.
3. Wykonajcie ćwiczenia w KP4, s. 64-65: pisanie po śladzie litery C,c; wskazywanie miejsca występowania litery C,c w modelach wyrazów; nalepianie podpisów do zdjęć.
4. Powracając do tematu związanego ze zdrowym stylem życia zachęcamy Was do ćwiczeń ruchowych z trenerem, który zastąpi Wam na tą chwilę Panią Dorotkę. Załóżcie więc stroje gimnastyczne i zadbajcie o swoje zdrowie wykonując zaproponowane ćwiczenia:

<https://www.youtube.com/watch?v=CEyba0BvBUE>

Środa „Dbamy o czystość”

1. Dzisiejszy dzień rozpoczniemy od wysłuchania wiersza J. Brzechwy „Brudas”. Porozmawiajcie z rodzicem na temat wiersza i spróbujcie odpowiedzieć na następujące pytania: *Czy Józio przestrzega zasad higieny? Co może się stać, gdy będziemy postępować tak jak Józio? W jaki sposób Ty dbasz o higienę?*

Brudas J. Brzechwa

Józio oświadczył: "Woda mi zbrzydła,
Dość już mam szczotki, wstręt mam do mydła!"
I odtąd przybrał wygląd straszdyła.

Płakała matka i ojciec gryzł się:
"Ten Józio wszystkie soki z nas wysysie,
Od dwóch tygodni już się nie myje,
Czarne ma ręce, nogi i szyję,
Twarz ma od ucha brudną do ucha,
Czy kto takiego widział smolucha?
Poradźcie, ludzie, pomóżcie, ludzie,
Przecież nie można żyć w takim brudzie!"

Józio na prośby wszelkie był głuchy,
Lepił się z brudu jak lep na muchy,
Czego się dotknął, tam była plama,
Wołał: "Niech mama myje się sama,
Tato niech kąpie się nieustannie,
Stryjek i wujek niech siedzą w wannie,
Niech się szorują, a ja tymczasem
Będę brudasem! Chcę być brudasem!"

Przezwał go stryjek: "Józio-niemyjek",
Wujek doń mówił: "niemyty ryjek",
Błagała ciotka: "Józiu mój złoty,
Myj się!" Lecz Józio nie miał ochoty.
Wyniósł się w końcu z domu przed czystym
I zawiadomił rodziców listem,
Że myć się nie ma zamiaru, trudno!
I poszedł mieszać - dokąd? - na Bródno.

2. Motylki wiecie już, że po pobycie w toalecie, na podwórku, po zabawie z psem czy wytarciu nosa należy umyć ręce. Podczas mycia rąk powinniśmy pamiętać o użyciu mydła. Dlaczego mydło pełni tak ważną rolę? Zobaczcie sami, wykonując proste doświadczenie pt. *Uciekający pieprz*:

Potrzebne materiały: talerz, woda, pieprz, mydło w płynie

Przebieg doświadczenia:

Na talerz wlewamy nieco wody. Posypujemy wodę pieprzem, równie po całej powierzchni (wyobraźcie sobie, że pieprz to brud). Dotykamy palcem i nic się nie dzieje – pieprz nadal pokrywa całą powierzchnię wody. Następnie moczymy palec w mydle i ponownie dotykamy nim wodę. W momencie, gdy palec dotknie cieczy, pieprz migruje w kierunku brzegów naczynia, jakby uciekał.

Wniosek:

Sama woda nie potrafi pozbyć się brudu. Skład mydła powoduje oderwanie się brudu od skóry, który potem zostaje zmyty wodą. Dzięki mydłu brud zbija się również w większe „grupy”, to dlatego możemy czasem po myciu zaobserwować osad na umywalce.

3. „Umyć ręce, umyć ręce musi każdy z nas!” – na pewno znacie słowa tej piosenki! W takim razie słuchajcie i ilustrujcie ruchem jej treść. Zachęćcie wszystkich domowników do wspólnej zabawy! Zdradzę Wam, że jutro spróbujemy zaśpiewać tę piosenkę również w języku niemieckim.

<https://www.youtube.com/watch?v=LyrMNWZc6l4>

Czwartek „Sport to zdrowie”

1. Drogie Motylki czas na matematykę! Potraficie już liczyć, dodawać i odejmować. Dzisiaj przed Wami kolejne wyzwanie, które będzie wymagało od Was skupienia i pełnej koncentracji! Wierzę, że poradzicie sobie z tym zadaniem i pochwalicie się jego efektami! Poproszę Waszych Rodziców, aby na trzech oddzielnych kartonikach napisali znak równości, mniejszości i większości. A Wy tymczasem zgromadźcie dowolne (jednolite!) materiały, jak np. kredki, klocki, małe samochodziki itp. Rodzic będzie tworzył z przedmiotów dwa zbiory (dwie kupki)- układa w jednej kupce więcej, w drugiej mniej, albo równą ilość przedmiotów w obu kupkach i pyta dziecko gdzie *jest mniej*, gdzie *jest więcej*, a może *jest tyle samo*? Przeliczamy wspólnie z dzieckiem przedmioty w zbiorach i układamy odpowiedni kartonik pomiędzy kupkami.
2. Po matematycznych doświadczeniach wracamy do naszego tematu tygodnia. Wiecie już, że dieta i higiena wraz z codzienną aktywnością fizyczną stanowią podstawę zdrowego stylu życia. W przedszkolu wykonujemy codziennie poranne ćwiczenia gimnastyczne, często ruszamy się podczas zabaw ruchowych. Niektórzy z Was chodzą na basen, piłkę nożną, Ju- Jitsu czyli uprawiają sport. Znaście jeszcze inne dyscypliny sportowe? Mamy dla Was pewną zagadkę! Spróbujcie po usłyszanych dźwiękach odgadnąć, o jaką dyscyplinę sportową chodzi? (ścieżka dźwiękowa zostanie udostępniona na grupie)
3. A teraz narysujcie swoją ulubioną dyscyplinę sportową lub Wasz sposób aktywnego spędzania czasu. Czekamy na Wasze pełne pomysłowości prace plastyczne!

Piątek „Dobry sok przez cały rok”

1. Lubicie świeżo wyciśnięty sok z owoców? Jesteśmy przekonane, że tak! Zachęcamy Was dzisiaj do wykonania wspólnie z Rodzicami przepysznego i zdrowego soku. Pamiętając o zasadach higieny i bezpieczeństwa przygotujcie sok z owoców i warzyw z pomocą sokowirówki lub wyciskacza do cytrusów. Nagrodą za wysiłek włożony w przygotowanie napoju jest jego degustacja!
2. W piątkowe popołudnie zachęcamy Was do wspólnej zabawy z Waszymi członkami rodziny. Zagrajcie w kalambury! Pozostańcie jednak w tematyce sposobów spędzania wolnego czasu (dyscyplin sportowych). Niech każdy z Was spróbuje za pomocą ruchu ciała lub rysunku przedstawić daną aktywność/dyscyplinę sportową. Bawcie się dobrze! Miłego weekendu:)

P.S Jeśli znajdzie Was ochota, możecie wykonać karty pracy z *Trampolinka/4*, s.66-75