



Wtorek 13.04.2021r.

Temat dnia – Droga do zdrowia

### 1. Nauka na pamięć rymowanki

Jeśli chcesz zdrowym być  
 musisz często ręce myć  
 Ręcznik, mydło są w łazience  
 po zabawie umyj ręce!

### 2. Przyjrzyj się ilustracji i opowiedz, dlaczego „śmiech to zdrowie”? - dzisiaj dużo się uśmiechamy do siebie nawzajem!!!



**3. „Na zdrowie”** - zabawa ruchowa na podstawie wiersza B. Lewandowskiej (ilustrowanie ruchem treści wiersza)

Doktor rybka niech nam powie  
Jak należy dbać o zdrowie!

Kto chce prosty być jak trzcina,  
Gimnastyką dzień zaczyna!

Całe ciało myje co dzień  
Pod prysznicem, w czystej wodzie.

Wie, że zęby białe, czyste  
Lubią szczotkę i dentystę!

Pije mleko, wie, że zdrowo  
Chrupać marchew na surowo.

Kiedy kicha, czysta chustka  
Dobrze mu zasłania usta.

Chcesz, to zobacz, jak jeść jabłka  
Na obrazku bez zarazków.

Rób tak samo, bo chcesz chyba  
Tak zdrowy być jak ryba.

**4. „Mydło lubi zabawę” - zabawa ruchowa przy piosence**

<https://www.youtube.com/watch?v=kq4NULDhx5M>

Prezentacja etapów mycia rąk podczas piosenki:

- podwijamy rękawy
- moczymy dłonie
- mydlimy mydłem
- dokładnie myjemy ręce
- płuczemy dłonie
- strząsamy wodę z rąk
- wycieramy ręce ręcznikiem

**5. Ćwiczenia praktyczne dnia codziennego** według założeń pedagogiki M. Montessori – utrwalenie umiejętności przelewania wody z wykorzystaniem szklanych kubeczków/ dzbanuszka.

Na tacy ustawiamy dwa naczynia, do jednego wlewamy trochę wody. Dziecko stara się w taki sposób przelewać wodę, aby się nic nie wylało na tacę. Jeśli się rozleje woda, wycieramy ściereczką.

## 6. Zapraszamy do wykonania wszystkich ćwiczeń - Gimnastyka buzi i języka

 <p>1</p> <p>Naśladuj konika - kląskaj.</p>	 <p>2</p> <p>Wypychaj policzki językiem od wewnątrz.</p>	 <p>3</p> <p>Posłij całuski.</p>	 <p>4</p> <p>Uśmiechnij się szeroko bez pokazywania zębów.</p>
 <p>5</p> <p>Uśmiechnij się szeroko. Pokaż ząbki!</p>	 <p>6</p> <p>Dotknij czubkiem języka miejsca za górnymi zębami.</p>	 <p>7</p> <p>Ziewnij! Szeroko otwórz usta.</p>	 <p>8</p> <p>Wysuń płaski język jak najdalej do przodu, aby nie opierał się na zębach.</p>
 <p>9</p> <p>Zrób baloniki z policzków.</p>	 <p>10</p> <p>Wypowiadaj na zmianę głoski: E-O, I-A, U-Y.</p>	 <p>11</p> <p>Dmuchnij na wiatraczek.</p>	 <p>12</p> <p>Dotknij czubkiem języka raz prawego, raz lewego kąćka ust.</p>
 <p>13</p> <p>Wyobraź sobie, że jesteś pod wodą. Dmuchaaj i puszczaj bańki.</p>			

7. „Jak myjemy ręce?” - rozmowa z dzieckiem, zwrócenie uwagi na dokładne mycie rąk

**PAMIĘTAJ, ŻEBY UMYĆ RĘCE:**

**WC**

PO SKORZYSTANIU Z TOALETY

**PRZED JEDZENIEM**

PO ZABAWIE ZE ZWIERZAKIEM

PO ZABAWIE NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

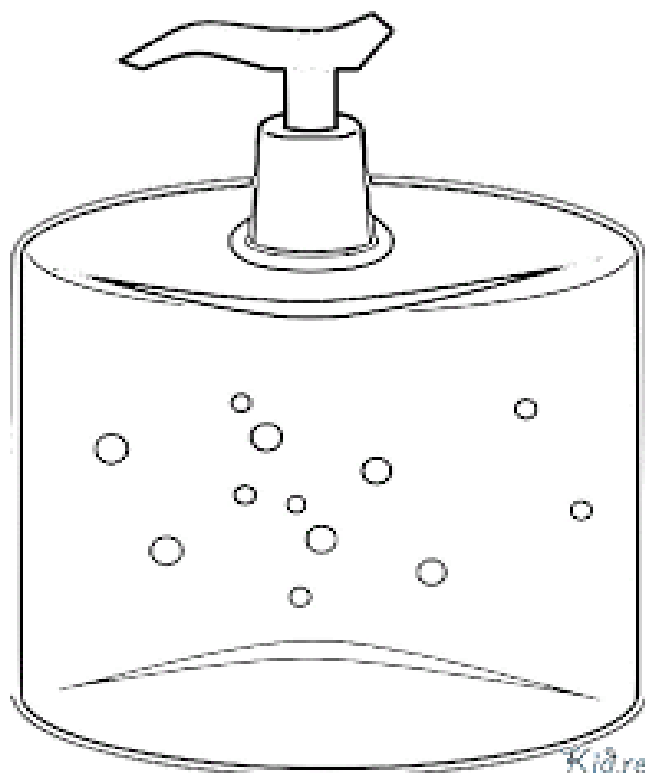
# JAK MYJEMY RĘCE

NAJPIERW MOCZYMY RĘCE WODĄ I NAKŁADAMY NA NIE MYDŁO

1. **POCIERAMY DŁON O DŁON WEWNĄTRZ**
2. **MYJEMY PALCE**
3. **MYJEMY WIERZCH DŁONI**
4. **MYJEMY KCIUKI**
5. **MYJEMY WIERZCH PALCÓW**
6. **MYJEMY PAZNOKCIE**
7. **MYJEMY NADGARSTKI**
8. **PŁUCZEMY WODĄ I OSUSZAMY**

ole.pl

8. „Dozownik z mydłem”- ozdabianie (przyklejanie bibulek, kolorowych kawałków papieru...)



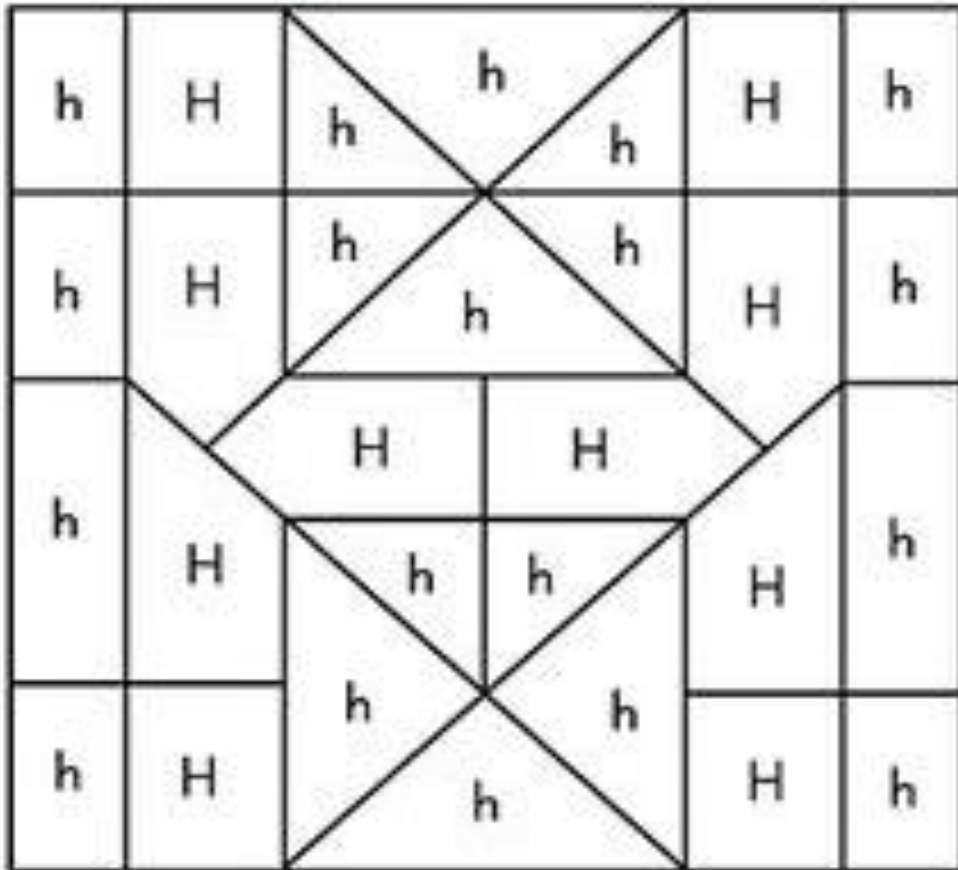
**MATERIAŁ DLA 3 - 4 LATKÓW:** Iza B, Marcel P, Filip D., Ania i Weronika K., Ala K.,  
Oliwier S., Bruno G., Filip K., Ala P., Antoni K., Ola T., Juliusz Z

1. Pokoloruj obrazki



**MATERIAŁ DLA 5 LATKÓW:** Olivier C., Tomek K., Kacper K., Paweł M., Natalia P., Julia S.

1. Pokoloruj literę H na czerwono, a literę h na zielono



**MATERIAŁ DLA 6 LATKÓW:** Amelia D., Magdalena P, Ala T, Julian Z., Patryk K., Klara R.

1. Poznajemy literę „H” i „h”
2. Wykonajcie zadania z karty pracy:
  - a. Dzielimy wyrazy na sylaby
  - b. „Polujemy” na literkę „H” i „h” w tekście.



**h-H**



Opowiedz, co widzisz na obrazku.

hamak

ha mak

□ □ □ □

■ ■ ■ ■

h a m a k



h

h

Helenka

He len ka

□ □ □ □ □ □

■ ■ ■ ■ ■ ■

H e l e n k a



H

H

Podziel wyrazy na sylaby. Ile jest sylab w każdym wyrazie?

hak • huk • huta • hala • herb • hałas  
hotel • hymn • hełm • hulajnoga • helikopter

Przeczytaj i podkreśl litery „h”, „H”.

Helenka jest u cioci Honoraty na wsi. Ona ma wakacje. Tu w ogrodzie wisi hamak. Na hamaku jest Helenka. Tata Helenki Hilary jest saperem. Teraz ma urlop i hasa z psem. To dobry dla niego relaks. Tu jest spokojnie, a on nie lubi hałasu.

50

3. Wykonujemy ćwiczenia w Kartach pracy K.P. 4 s. 19-21

Opracowanie:

mgr Agnieszka Dzierka, mgr Elżbieta Szleszyńska, mgr Edyta Kupińska