



Piątek 16.04.2021r.

Temat dnia – Sport to zdrowie

1. **Wspólna gimnastyka dziecka i rodzica** – przypomnienie przez dzieci tekstu rymowanki, wykonywanie ćwiczeń zgodnie z wierszykiem

**Gimnastyka to podstawa  
sport dla zucha ważna sprawa  
W górę ręce, w przód i w bok.  
Skłon do przodu, przysiad, skok.**

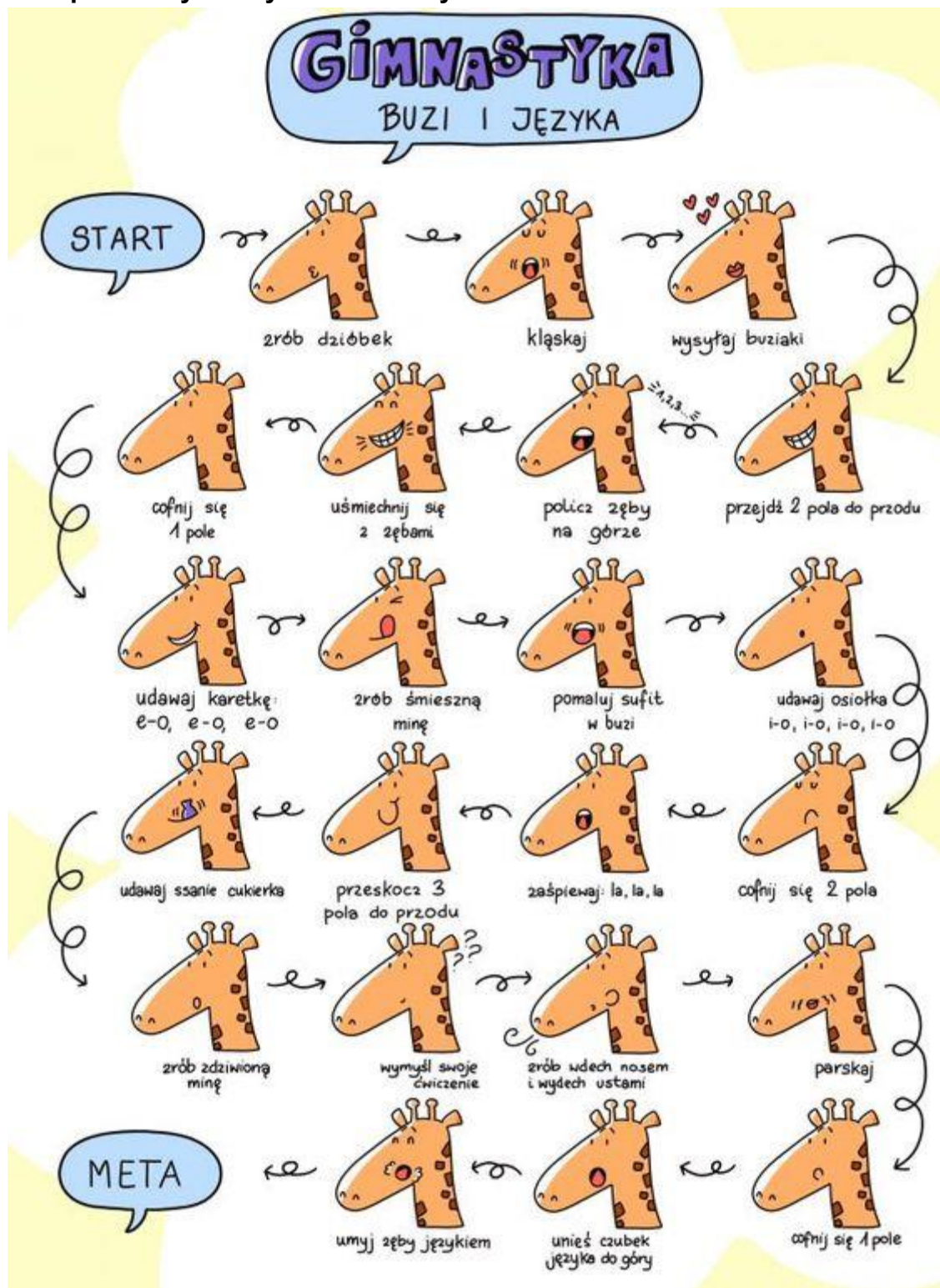
2. **Quiz wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej** – dziecko na każde z pytań odpowiada **tak** – podnosi do góry karteczkę np. w kolorze zielonym, **nie** – w kolorze czerwonym lub narysowaną przez siebie **smutną lub wesołą minkę!**

**PYTANIA DO QUIZU:**

- codziennie myjemy całe ciało
- zęby myjemy po każdym posiłku
- przyjemnie jest siedzieć w miejscach brudnych i zakurzonych
- zawsze myjemy ręce po wyjściu z toalety
- nie myjemy rąk przed jedzeniem
- codziennie zmieniamy bieliznę
- latem ubieramy się bardzo ciepło
- nos wycieramy w rękaw
- zawsze dbamy o czystość w toalecie
- w czasie zabaw i zajęć zawsze głośno można krzyknąć
- można siedzieć bardzo długo przed telewizorem lub komputerem
- żeby być zdrowym trzeba jeść dużo owoców i warzyw
- jemy słodczy tyle ile chcemy

- zawsze myjemy owoce i warzywa przed jedzeniem
- przy jedzeniu rozmawiamy z pełną buzią
- zachowujemy się kulturalnie przy stole
- bakterie i wirusy są przyczyną wielu chorób
- gdy ktoś odpoczywa możemy zachowywać się bardzo głośno
- zabawy na świeżym powietrzu pomagają być zdrowym

### 3. Zapraszamy do wykonania wszystkich ćwiczeń

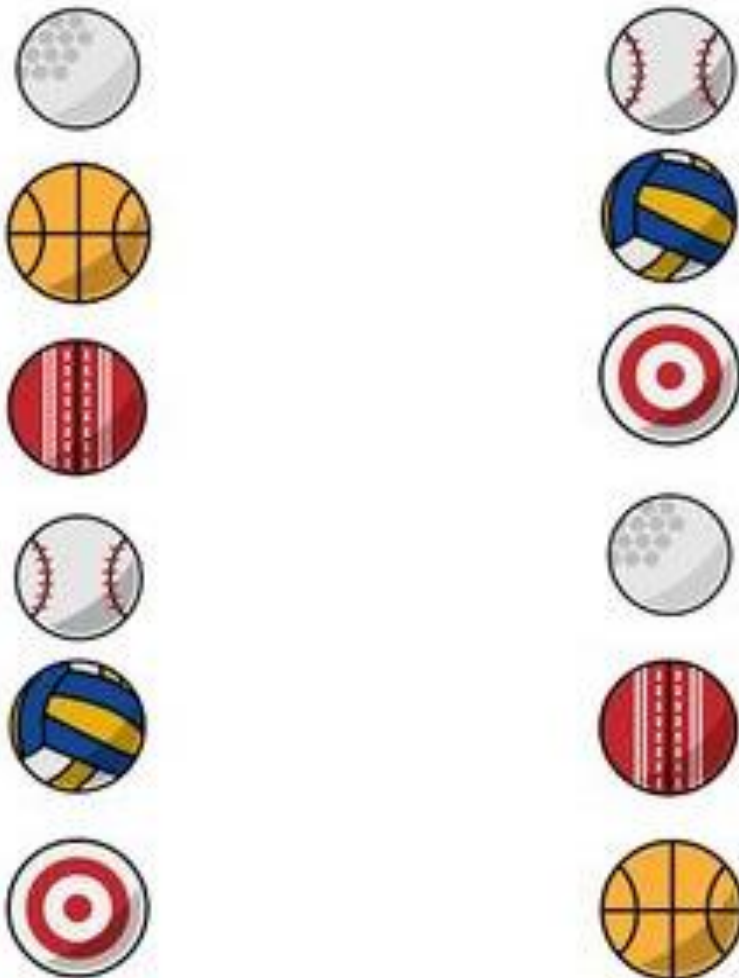


3. Ćwiczenia praktyczne dnia codziennego według założeń pedagogiki M. Montessori – praca z ziarnami (można wykorzystać fasolę, groch, ryż lub ciecierzycę);

- do jednego pudełeczka/miseczki wsypujemy dwa lub trzy rodzaje ziaren i prosimy dziecko, aby oddzieliło mieszankę do dwóch (lub trzech) miseczek (ćwiczenie skupienia uwagi oraz odpowiedniego chwytu – pracują trzy palce – przygotowanie ręki do pisania)

**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. Otocz pętlą takie same obrazki

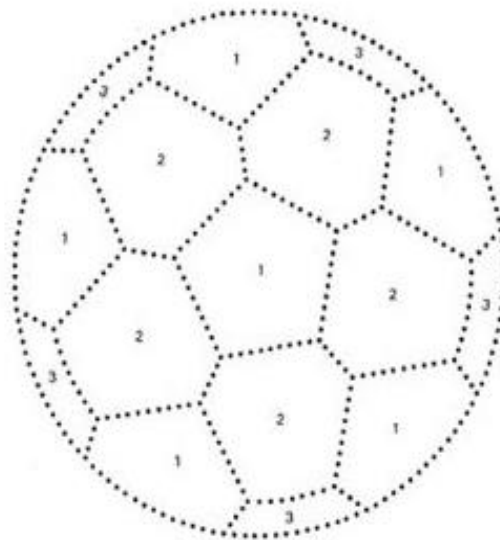
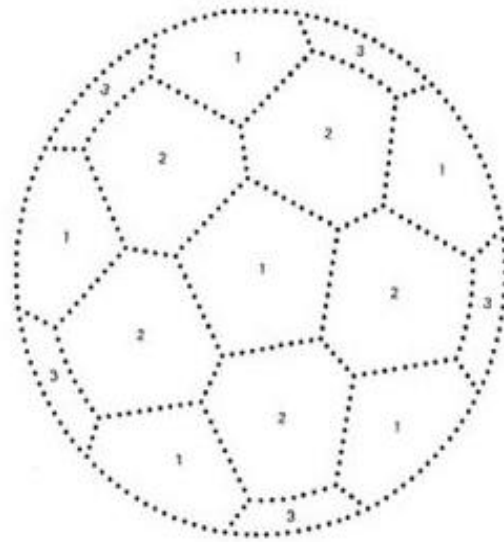
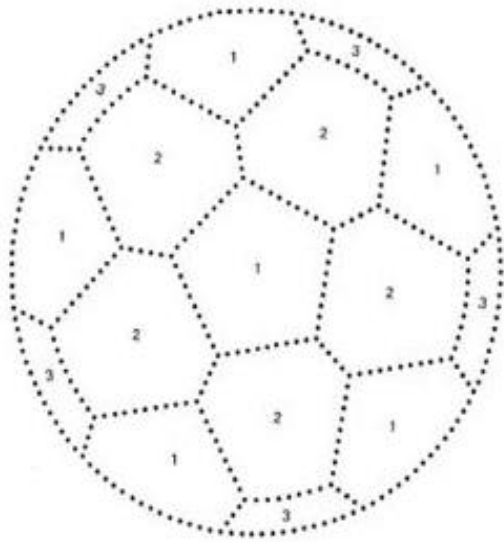


2. W każdym rzędzie otocz pętlą najmniejszą piłkę









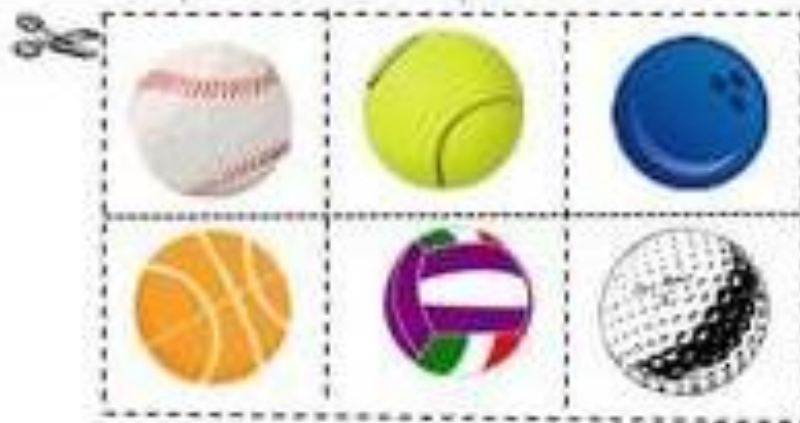
**MATERIAŁ DLA 5 LATKÓW:** Olivier C., Tomek K., Kacper K., Paweł M., Natalia P., Julia S.

1. Pokoloruj piłki zgodnie z instrukcją: 1 – czerwony, 2 – zielony, 3 – czarny.



2. Przyporządkuj piłki właściwym dyscyplinom sportowym




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

1. Otocz pętlą prawidłową liczbę piłek

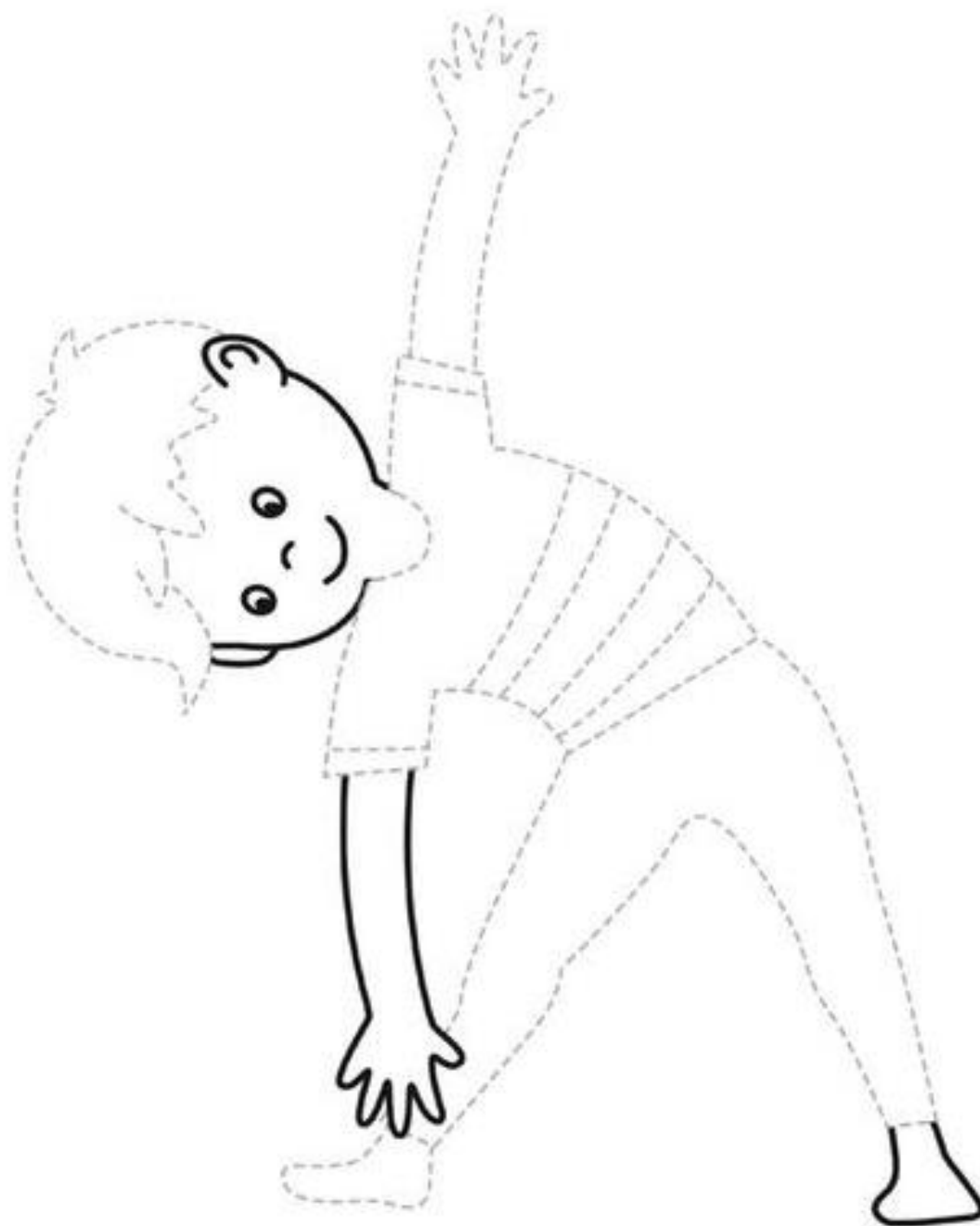
		
5	6	4

		
6	9	5

		
6	7	9

		
8	9	7

3. Rysuj po śladzie, aby dokończyć rysunek chłopca. Na koniec pokoloruj całość.



3. Ćwiczenia spostrzegawczości, podsumowanie wiadomości o zasadach dbania o zdrowie – K. P. 4 s. 24-25

Opracowanie:

mgr Agnieszka Dzierka, mgr Elżbieta Szleszyńska, mgr Edyta Kupińska