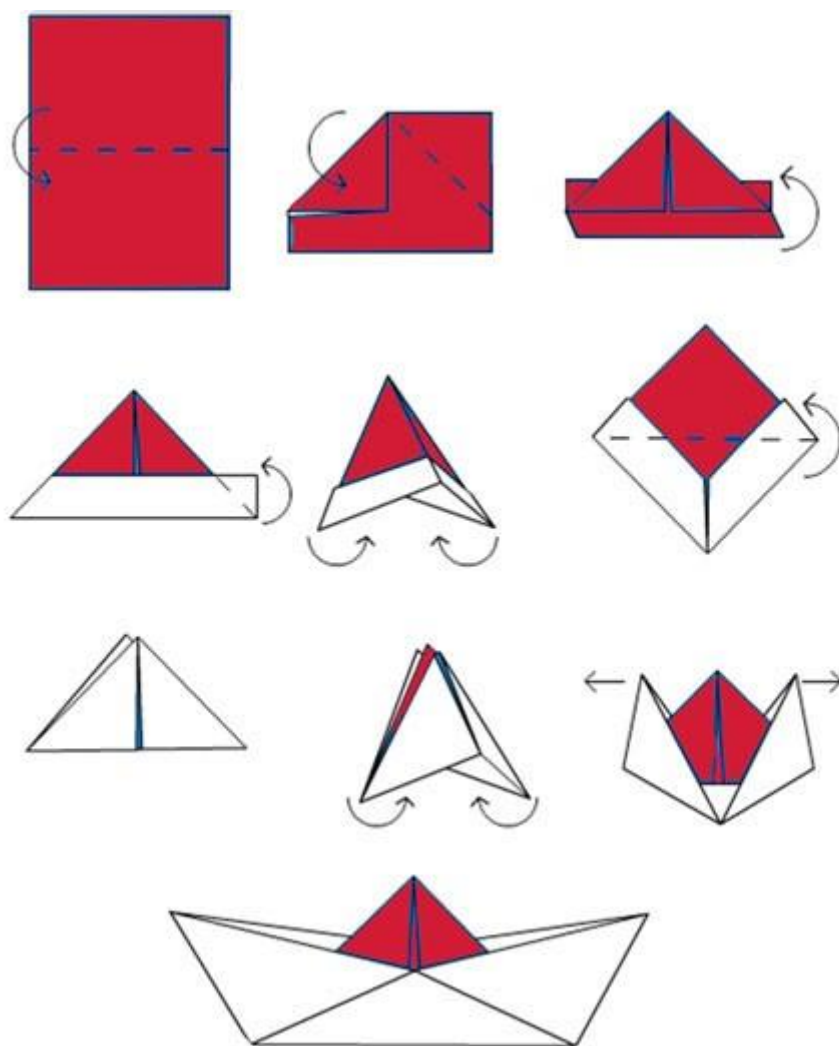


„Woda do pływania i do picia”

1. Zabawa "Łódki"

- wykonanie łódek z rodzicami z papieru do puszczenia na wodzie
- składamy kartkę papieru na połowę,
- zginają rogi przy zgięciu do środka tak, aby do siebie przylegały,
- dolne części kartki zginają do góry (na powstałe trójkąty) i zakładają rogi na trójkąty
- delikatnie wypychają środek i zginają wzdłuż miejsca przylegania trójkątów (powstanie kwadrat).
- rogi kwadratu zginają do góry (powstaje trójkąt)
- delikatnie rozpychają środek i ponownie zakładają składankę, aby powstał kwadrat,
- boki kwadratu rozciągają i formują kształt łódki.

Bawimy się i puszczamy w misce lub w wannie itd.



2. „Wyścigi łódek”

Rodzic i dziecko mają swoją łódkę. Ustawiają je w tej samej linii w misce. Ustalają, gdzie po drugiej stronie będzie meta. Dmuchając na łódki próbują jak najszybciej doprowadzić je do mety. Wygrywa osoba, która zrobi to pierwsza. Zabawę można powtórzyć kilka razy.

3. Obejrzyjcie wspólnie krótki film „Poznajemy łodzie”:

Link do filmu: <https://www.youtube.com/watch?v=koO3D-ZxzQ>

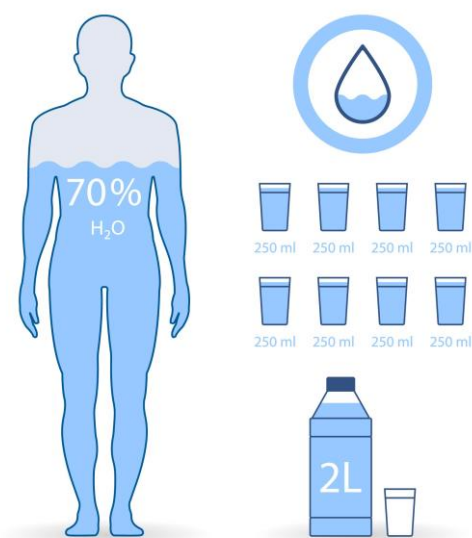
Jakie rodzaje łodzi udało Wam się zapamiętać?

2. Zagadka:

Lubią je kwiaty, lubią je drzewa,
gdy jej kropelkę łyknie ptak - radośnie zaśpiewa.
Tobie służy do kąpieli, służy i do picia,
gdyby jej zabrakło, na Ziemi nie byłoby życia.

3. Dzieci w kubeczkach do wypicia dostają trochę wody. Określają jaki ma kolor, zapach, smak.

Czy wiecie, że woda stanowi 60-70 proc. masy dorosłego człowieka, 75 proc. masy dziecka .
To bardzo dużo! Zobaczcie sami na poniższej ilustracji.



Dlatego pamiętajcie, aby każdego dnia wypijać odpowiednią ilość wody, która:

- Świetnie ugasi pragnienie
- Nawodni Twój organizm
- Pozwala szybciej pozbyć się toksyn, wirusów i bakterii z organizmu w czasie choroby
- Poprawia koncentrację
- Nie powoduje próchnicy, jak napoje słodzone
- Pozwala utrzymać właściwą masę ciała

Policz ile szklanek wody powinieneś wypijać w ciągu dnia:



Buziaczki, tęsknię za Wami.