

Witajcie!

Na dzisiejsze spotkania potrzebne będą: marchewka, jabłko, sałata, biały ser, lizak, wykałaczki, talerzyk, nóż (może być plastikowy, bezpieczny) „worek cudów”, czyli zwykły worek, w którym ukryjemy warzywa i owoce, które są w domu (np. jabłko, pomarańcz, winogrona, gruszka, mandarynka, kiwi, marchewka, burak). Do pracy przyda się również fartuszek.

Wszyscy są

witamy Was

zaczynamy już czas

Jestem ja, jesteś ty raz, dwa, trzy!

Dziś jest czwartek. Przypomnijcie sobie, jaki dzień był wczoraj? O tak doskonale pamiętacie to była środa. A jak nazywa się dzień przed środą? Oczywiście - wtorek.

Jeżeli jest ktoś, kto jeszcze nie pamięta nazw dni tygodnia niech się tym nie martwi. Będziemy je sobie jeszcze przypominać.

Ciekawe, kto z Was pamięta, jaka jest teraz pora roku? Tak, teraz jest wiosna. Przepiękna pora roku, kiedy cała przyroda budzi się do życia. Kwitną kwiaty, krzewy, drzewa, ptaki zakładają gniazda, zdejmujemy z siebie ciepłe ubrania, czapki, szaliki, ciepłe buty, swetry. Chcielibyśmy wsiąść na rower, hulajnogę i pojechać przed siebie z tatą i mamą.

To nie takie proste, jak by mogło się nam wydawać. Nasz organizm nie jest jeszcze do tego przygotowany. Potrzebujemy stopniowego rozruchu i dużo witam, które wzmocnią nasze siły.

Czy wiecie w czym chowają się witaminy?

Posłuchajcie wiersza M. Golc na ten temat. Może tu znajdziecie odpowiedź?

W czym chowają się witaminy?

Marchewka, lizak, jabłko, sałata i serek biały

głośno ze sobą rozmawiały:

Jestem marchewka pomarańczowa,

dużo witamin się we mnie chowa.

- Ja – jabłuszko – czerwone całe.

Sok będzie ze mnie wręcz doskonały.

Wnet serek biały zaczął przemowę:

Ze mnie są dania pyszne i zdrowe.

Jestem w pierogach, w kluskach być mogę.

Razem z rzodkiewką jestem twarogiem.

Na to sałata rzecz nieskromnie:

- Lecz pamiętajcie także i o mnie

Ja na kanapce pięknie wyglądam

i spod śmietany czasem wyglądam.

Chrupcie sałatę więc drogie dzieci,

bo z nią smakuje lepiej kotlecik

A słodki lizak tak się odzywa

- Moja minka jest niezbyt szczęśliwa!

Czy już wiecie gdzie chowają się witaminki? Tak, w owocach, warzywach i nabiale. One wzmacniają nasz organizm i naszą odporność. Gdy jemy naturalne witaminy, które ukrywają się w owocach i warzywach, szybciej wracamy do zdrowia np. po przebytej chorobie.

Przypomnijcie sobie nazwy warzyw i owoców, które występują w wierszu i wymieńcie je, podzielcie te nazwy na kawałki. Robiliśmy to nie raz, przypomnimy Wam o co chodzi w tej zabawie: sa- ła- ta; ser; mar-chew- ka;li- zak. Doskonale 😊

Worek cudów

Zapraszamy do zabawy „Worek cudów”, do którego wcześniej wkładamy wybrane owoce i warzywa. Zadaniem dziecka jest włożyć rękę do worka, wybrać jedną rzecz i spróbować odgadnąć co to jest. Następnie wyjąć z worka dane warzywo czy owoc i opowiedzieć o nim, jaki ma kolor, smak, kształt. Życzymy dobrej zabawy.

Owocowe koreczki

Na koniec dzisiejszego spotkania zapraszamy Was do wspólnego wykonania owocowych koreczków. Na wstępie przygotować trzeba blat przy, którym dziecko wraz z Rodzicem będzie próbowało swoich sił kulinarnych.

Zapewniamy Państwa, dzieci uwielbiają zajęcia kulinarne, podczas których mogą wykazać się swoimi umiejętnościami i samodzielnością.

Przy dobrze przygotowanym do pracy warsztacie możemy pozwolić dziecku na krojenie owoców, z których wspólnie zrobimy pyszne koreczki, nadziewając ich kawałki na wykałaczki.

Ułożone na talerzu lub wbite w owoc, zachęcą dziecko do próbowania, smakowania, nabywania kolejnych doświadczeń i umiejętności. Zachęcą go też do podejmowania innych, samodzielnych działań koniecznie przy wsparciu Rodzica.

Smacznego 😊

Koniecznie uwiecznijcie na zdjęciu lub na rysunku zrobione danie i prześlijcie do nas, na stronę internetową przedszkola. Do zobaczenia, do jutra!