

***Jestem silny***

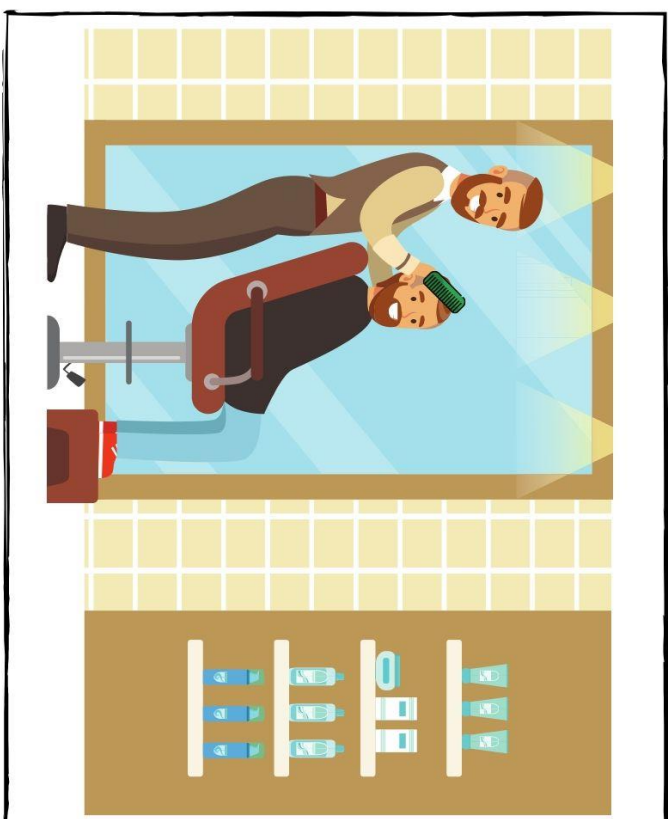
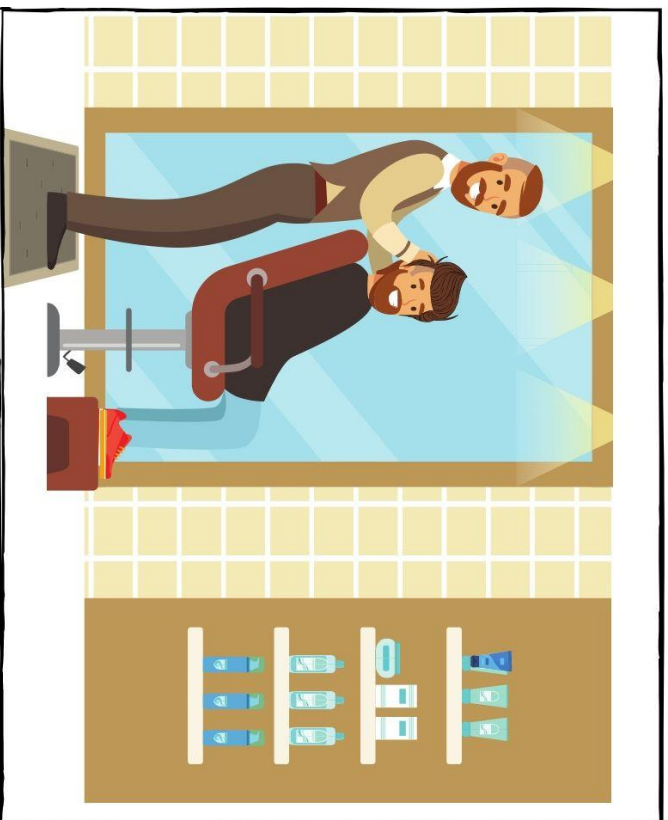
1. *Ćwiczenie usprawniające motorykę małą „Warzywa i witaminy”. Dzieci rysują kontury ulubionych warzyw, a następnie wyklejają ich środek kuleczkami bibuły.*
2. *Rozmowa tematyczna „Co nam daje siłę i zdrowie?”. Co należy robić, aby być zdrowym? Co to znaczy zdrowe żywienie? Jak sądzicie, które produkty są zdrowe, a które niezdrowe? Co lubicie jeść najbardziej? Dlaczego uprawianie sportu jest ważne?*
3. *Zapoznanie z piramidą zdrowego żywienia. Omówienie poszczególnych pięter. U podstaw piramidy znajduje się aktywność fizyczna. Kolejne piętra to: warzywa i owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe, nabiał, mięso, tłuszcze.*
4. *Zabawa matematyczna „Co jest cięższe?”. Porównywanie ciężaru przedmiotów codziennego użytku za pomocą wagi i podnoszenia. Porównanie wyników otrzymanych dwoma sposobami.*
5. *Zabawy przy piosence „Jestem silny (dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=Vc2p-2aUDbM>), utrwalenie tekstu piosenki*



## *Mój przyszły zawód*

1. Zabawa oddechowa „Bibułkowy wicher”. Dmuchiwanie w bibułkową tasiemkę.
2. Zabawa słuchowa „Zawody, zawody” – dzielenie wyrazów na sylaby.
3. Znajdź różnice. Zaznacz je na rysunku po prawej stronie.
4. Narysuj po linii wybrany rysunek. Staraj się nie wyjeżdżać poza nią. Pokoloruj.
5. Rozwiąż zagadki
  - *Jaki pan ci służy radą,  
kiedy się źle czujesz,  
bada cię, ogląda gardło  
i recepty wypisuje? (lekarz)*
  - *Samolotem czy szybowcem odważnie steruje  
i wysoko nad chmurami maszyną szybuje. (pilot)*
  - *Może być królem, żebrakiem, księdzem,  
na deskach w teatrze grywa,  
gra również różne role filmowe,  
jak się ten pan nazywa? (aktor)*
  - *Ma niebieski mundur,  
ruchem ulicznym kieruje,  
bierze udział w pościgu  
i złodzieja areztuje. (policjant)*
  - *Jak nazywa się ta pani,  
co grzebień w ręce trzyma,  
kręci wałki, czesze koki  
i włosy obcina? (fryzjerka)*
  - *Uczy dzieci liczyć,  
z nią również czytamy,  
gdy mamy problemy,  
do niej się zwracamy. (nauczycielka)*
  - *Ktoś był z ogniem nieostrożny,  
pożar już się wzmaga,  
kto odważny z długim węzem  
gasić go pomaga? (strażak)*

## Znajdź różnice. (5)



Kreśl po śladzie



M A L A R Z



Kreśl po śladzie



K U C H A R Z



## *Już się nie boję*

1. *Zabawa pantomimiczna „Strach ma wielkie oczy”. Zadaniem dzieci jest wyrażenie gestem, jak się czują, gdy się czegoś wystraszą, np.: podczas burzy, gdy się zgubią, kiedy jest ciemno.*
2. *Wysłuchanie wiersza Doroty Gellner Potwór.*

### **Potwór**

*Gdy potwór się sani – nie ma rady.*

*Wylazi z najgłębszej szuflady*

*i nie ma co płakać i szlochać,*

*lecz trzeba potwora pokochać!*

*Pochodzić z nim trochę pod rękę,*

*pożyczyć mu buty, sukienkę...*

*Przeczytać mu bajkę lub dwie*

*(no chyba, że książkę nam zje).*

*Gdy ryczy – nie dziwić się wcale,*

*lecz mówić: – Ach, ryczysz wspaniale!*

*I wołać: – Potworze! Kochanie!*

*Aż wreszcie sam śnić się przestanie.*

3. *Rozmowa inspirowana wierszem.*

Jak może wyglądać potwór z wiersza? Pokażcie, jak może się on poruszać? Czy jest coś, czego się boicie? Co robicie, gdy czegoś się przestraszycie?

4. *Praca plastyczna „Nocny potwór”. Dzieci malują na kartkach, jak wyobrażają sobie noc- nego potwora. Następnie oswiają go, ozdabiając, np. piórkami i brokatem*

### *Przedszkolak na medal*

2. *Rozmowa kierowana „Moje obowiązki”. Dzieci odpowiadają na pytania N. dotyczące ich obowiązków, np.: Jakie macie obowiązki? W czym pomagacie rodzicom w domu?*
3. *„Pomocny przedszkolak” – pomagam rodzicom w porządkach domowych.*
4. *Praca plastyczno-techniczna „Przedszkolak na medal”. Dzieci wykonują medal z papieru kolorowego według własnego pomysłu i ozdabiają go.*

### *Jestem samodzielny*

1. *Zapoznanie z piosenką Samodzielna Fruzia (Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=kPqsR574N4s>). Rozmowa kierowana treścią piosenki.*
2. *Wspólne wycięcie elementów. Zabawy przygotowaną lalką.*
3. *Mamo, tato! Umiem sam!- samodzielne wykonanie obowiązku domowego dostosowanego do umiejętności dziecka.*
4. *Zręczne paluszki- dziecko rozcina karteczki z wzorami, następnie losuje i odwzorowuje wzór rysując w kaszy/ ryżu wsypanym do formy do pieczenia.*



# Ubierz Mi

Wytnij Mi i części jej garderoby wzdłuż przerywanych linii.  
Zaginając białe fragmenty, możesz dowolnie ubierać postać.



