**KWIECIEŃ**

**Tydzień 06.04 - 09.04.2021**

**Temat kompleksowy: Dbamy o zdrowie.**

**Wtorek:** **Owocowe rytmy.**

**1. Ćwiczenia słuchowe „Co słyszysz?”**

Rodzic wypowiada nazwy owoców, podzielone na sylaby, oraz ich kolory. Zadaniem

dzieci jest odgadnięcie, o czym jest mowa (np. jabł- ko, gru- szka, czer-wo-ny)

**2***.* **„Co jest zdrowsze: owoce , warzywa czy słodycze?” – burza mózgów**

**3**. **Zabawa ruchowaz elementem równowagi „Spacer z jabłkiem”**

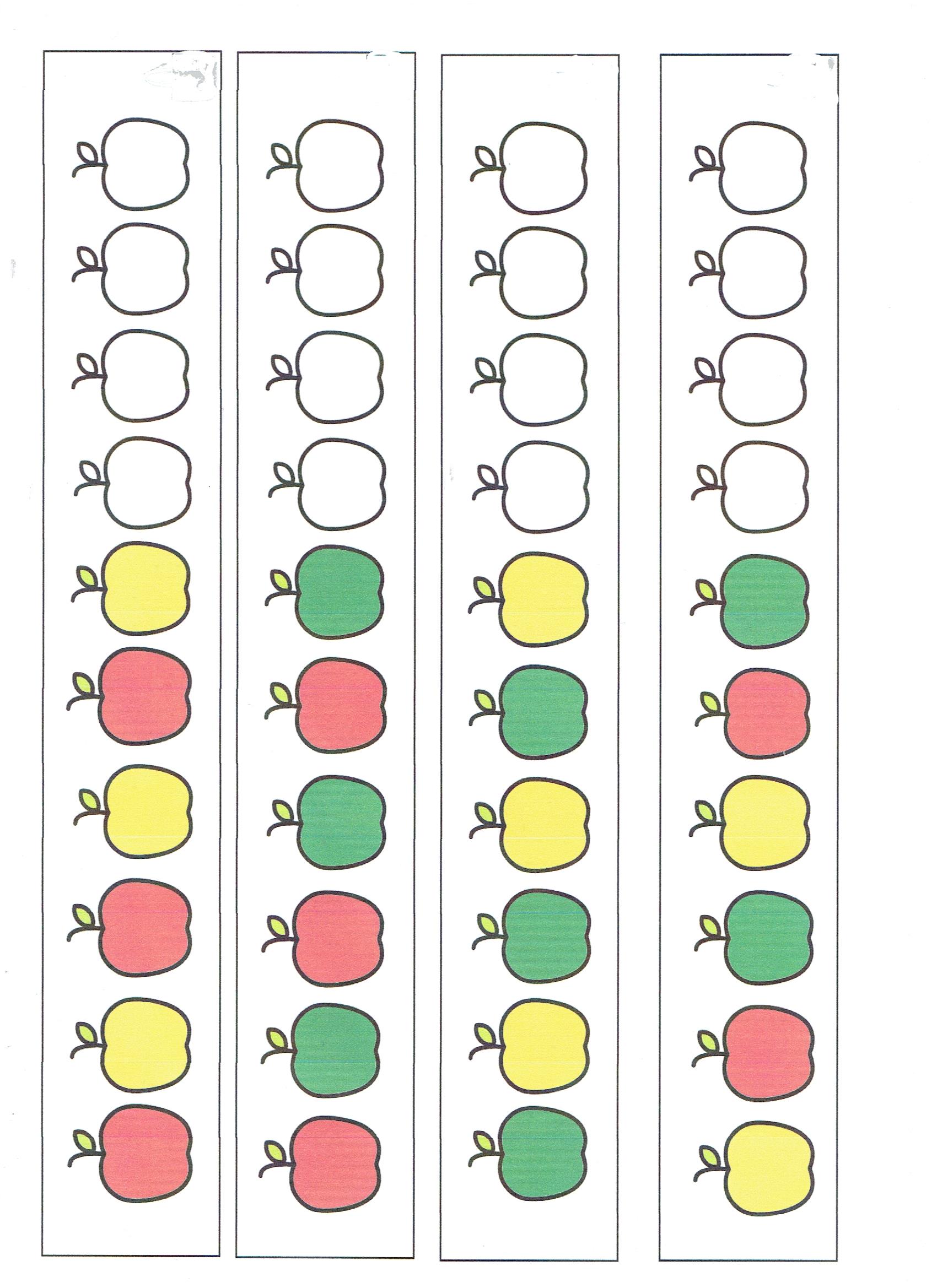
Dziecko spaceruje po pokoju, trzymając jabłko na wyciągniętej dłoni. Podczas

powtórzenia zabawy dziecko zmienia rękę trzymająca jabłko.

**4. „Owocowe rytmy” - zabawa matematyczna, dostrzeganie rytmów w ciągu owoców**

**i ich kontynuowanie.**

Cel dz: - dostrzega rytm i kontynuuje go



**5. Zabawa ruchowa – naśladowcza „Wpadła gruszka”**

Rodzi mówi rymowankę , dziecko naśladuje:

Wpadła gruszka do fartuszka,

A za gruszką dwa jabłuszka,

Lecz śliweczka wpaść nie chciała,

Bo śliweczka niedojrzała.

**6. Wykonanie wspólnie z rodzicami owocowej sałatki – zajęcia kulinarne; zwrócenie**

**uwagi na wartości odżywcze owoców. Degustacja.**

Rozwijanie nawyków zdrowego odżywiania.



**7. Kreślenie w powietrzu za rodzicem powiększonych kształtów owoców.**

np. jabłko, wiśnia, śliwa itp.

**8. Rozwiązywanie zagadek o owocach – ćwiczenia logicznego myślenia.**

Czerwieni się ze wstydu.

Dojrzewa na słonku.

Wśród zielonych listków

wisi na ogonku. **(wiśnia)**

Jest to owoc czerwony,  
 żółty albo zielony  
 a gdy się już nim najesz  
 ogryzek z niego zostaje. (**jabłko)**

W moim ogródku są takie grządki  
 na których rosną krzaczków rządki  
 serduszka czerwone na każdym z nich  
 lecz wnet je dzieci zjedzą w mig. **(truskawka)**

Ma kształt żarówki,  
 lecz wcale nie świeci,  
 gdy jest dojrzała,  
 zjadają ja dzieci. **(gruszka)**

Żółciutkiej skórki tego owocu,  
 gdy go obierasz nie spuszczaj z oczu.  
 Ta skórka groźna jest niesłychanie,  
 łatwo się można poślizgnąć na niej**.(banan)**

**Środa: Światowy Dzień Zdrowia.**

1. **Zabawa z wykorzystaniem rymowanki M. Markowskiej „Ręce dwie…”**

Rodzic czyta dziecku rymowanki, następnie dziecko powtarza słowa rymowanki

wykonując przy tym określone ruchy.

Ręce dwie, (wykonują dwa klaśnięcia w dłonie)

Nogi dwie, (dwa razy przytupują)

Do roboty palą się. (pocierają dłonie o siebie)

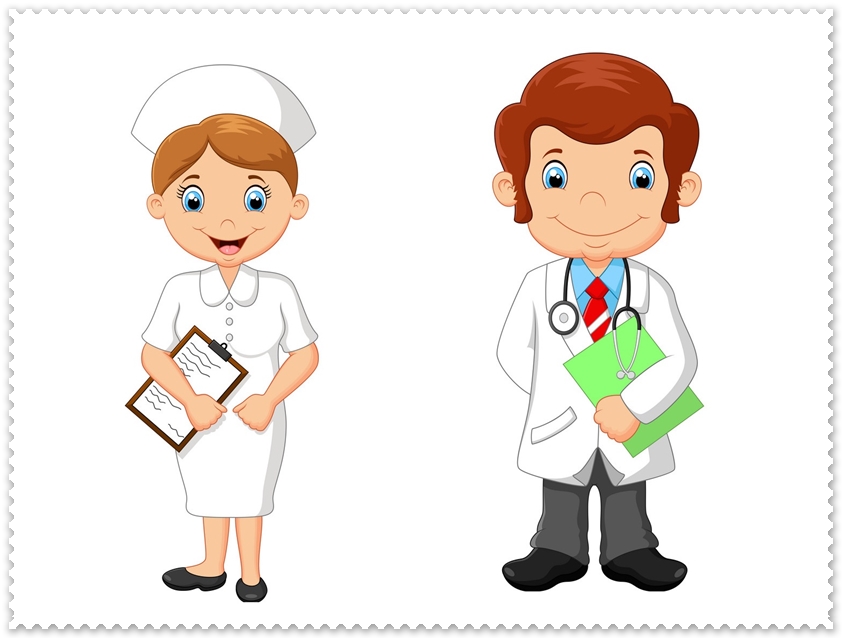
Biegną szybko, (biegną w miejscu)

podskakują, (starają się wykonać dwa podskoki obunóż)

w górze wietrzyk naśladują. (podnoszą ramiona do góry)

1. **Rozmowa z dzieckiem na temat trudnej i odpowiedzialnej pracy lekarza, pielęgniarki** *-***zapoznanie z zawodem lekarza i pielęgniarki.**

**Kształtowanie przekonania o ogromnej roli Służby Zdrowia w naszym życiu.**



**3. Zabawa ruchowa ,,Idź, skacz, stój”**

Rodzic wydaje polecenia , a dziecko je wykonuje”

**4. Słuchanie wiersza B. Lewandowskiej „ Na zdrowie” - przypomnienie sposobów**

**dbania o zdrowie i zapobiegania chorobom; rozwijanie aktywnych postaw**

**prozdrowotnych**

Cel dz: - wie, że zdrowie to najcenniejszy skarb

- odpowiada na pytania dotyczące 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.*

• Rozmowa kierowana na podstawie wiersza.

Rodzic zadaje pytania:

- Co trzeba robić, żeby być sprawnym ruchowo?

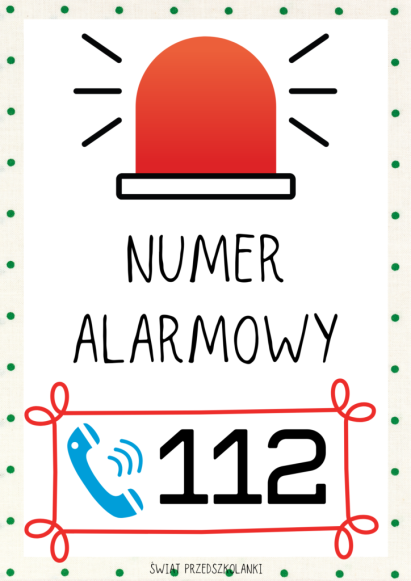
- W jaki sposób dbamy o zęby?

- Jaką czynność trzeba wykonać, żeby uniknąć zarazków?

**5. Zabawa ruchowo – naśladowcza „Myjemy zęby”**

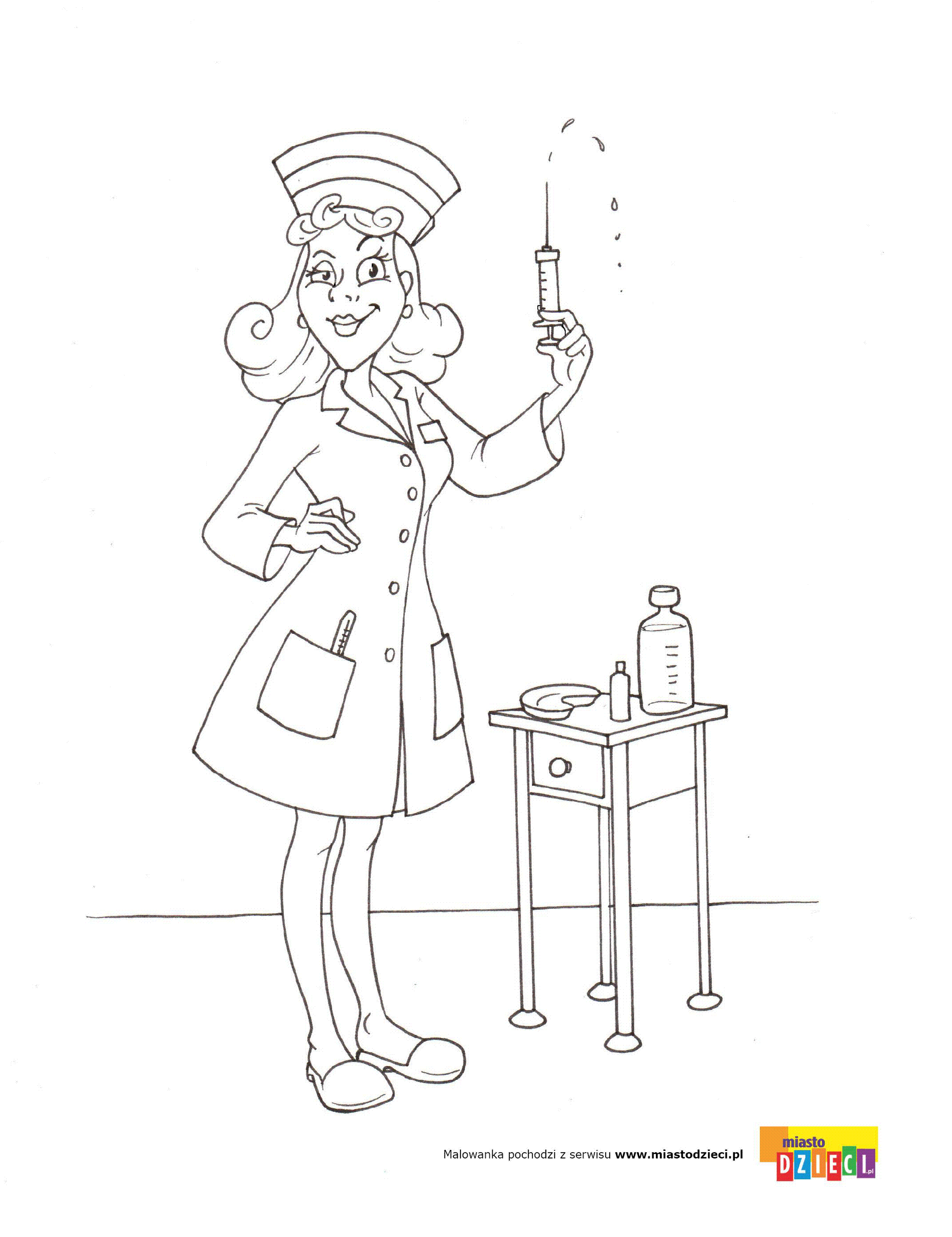
Dziecko naśladuje jak myje ząbki.

**6. Przypomnienie numeru alarmowego 112 oraz 999.**

**7. Zabawy na świeżym powietrzu – obserwacja zmieniającego się krajobrazu.**

**8. Kolorowanie obrazka „Pani Pielęgniarka”- dobór odpowiednich kolorów.**



**Czwartek:**  **W krainie czyścioszków.**

1. **Zabawa pantomimiczna „Co robię w łazience”**

Rodzic prezentuje jakie czynności najczęściej wykonuje w łazience, np. mycie zębów, czesanie włosów itp. Dziecko próbuje odgadnąć co to za czynność**.**

**2. „W łazience” – swobodne wypowiedzi dzieci na temat obrazków.**

Dziecko nazywa przybory toaletowe i określa do czego służą.



**3**. **Zabawa ruchowa „Czyste ręce – brudne ręce”**

Dziecko przemieszczanie się w różnych kierunkach, na hasło „czyste ręce” – dziecko

zatrzymuje się wyciąga ręce przed siebie, na hasło: "brudne ręce" – przykuca

i chowa ręce za siebie.

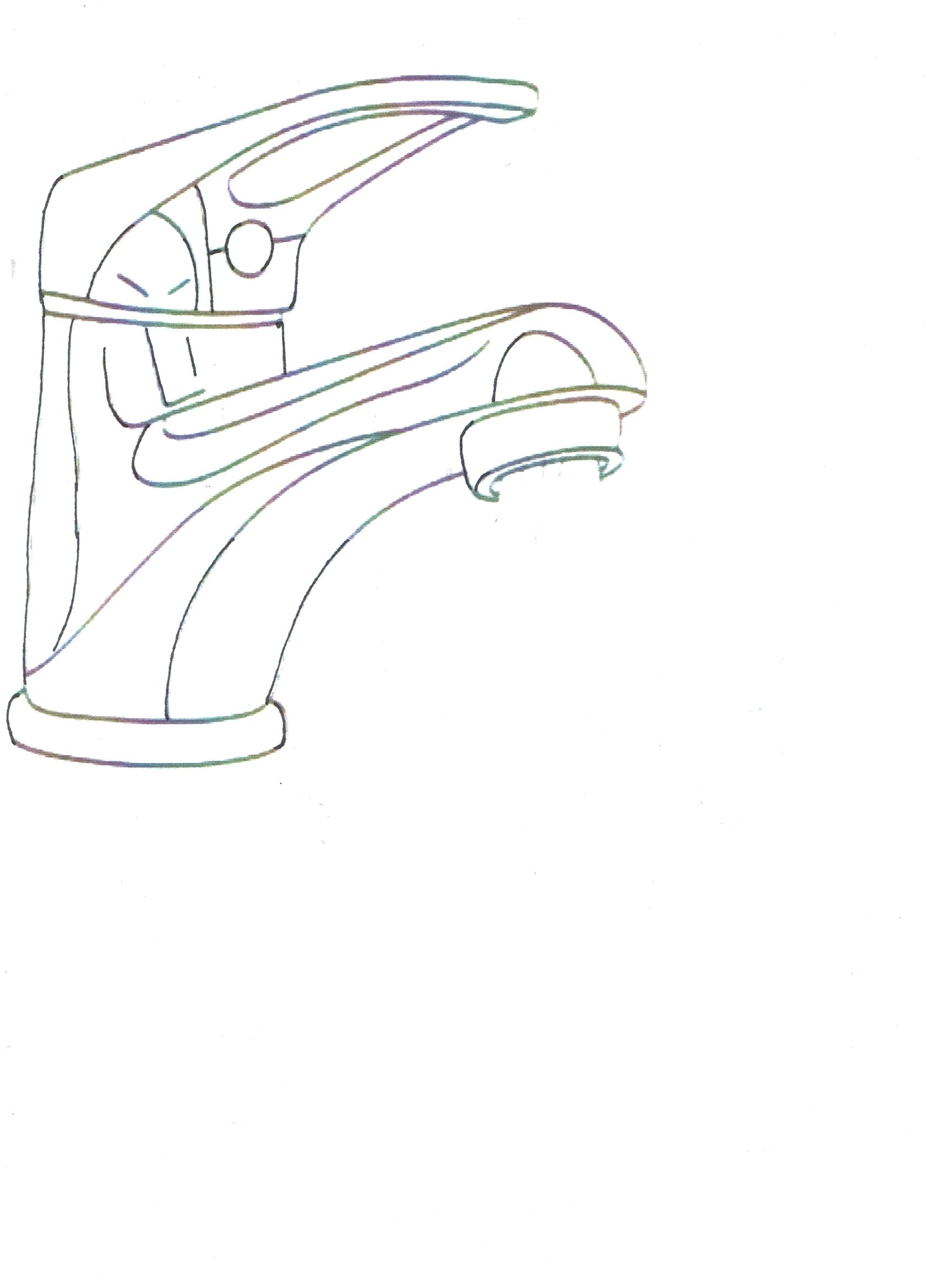
**4. „Czyste dłonie” – praca plastyczna, wykonanie oddruku naturalnego dłoni,**

**zapoznanie z nową techniką plastyczną**

Cel dz: - wykonuje oddruk naturalny

- ma poczucie odpowiedzialności i satysfakcji z wykonanej pracy

- dba o porządek w miejscu pracy



**5**. **Zabawa ruchowo – naśladowcza „Dbam o czystość”**

Mam czystą buzię, – *naśladowanie mycia twarzy*

jestem uczesany, – *naśladowanie czesania włosów*

na koszulce nie mam – *wskazują na bluzkę,*

żadnej brudnej plamy. – *wykonują palcem wskazującym gest przeczący*

Czyste paznokcie, – *wyciąganie rąk przed siebie,*

bluzeczka wyprana, – *przenoszenie rąk na biodra*,

umyte dokładnie łokcie i kolana. – *dotykanie łokci i kolan*,

**6. „Czarodziejskie pudełko” – zagadki dotykowe.**

Należy przygotować: przybory toaletowe (grzebień, mydło, szczotka i pasta do

zębów, ręcznik, lusterko), magiczne pudełko. Wyciąganie z pudełka (lub odgadywanie

co się trzyma w ręce) różnych przyborów toaletowych: mydło, ręcznik, grzebień, pasta

do zębów, szczotka do zębów, kubek. Ustalanie które z nich pomogą przywrócić

brudaska do porządku.

**7. „Umyj ręce”- przypomnienie dziecku kolejnych etapów mycia rąk w łazience.**



**8. Oglądanie bajki edukacyjnej pt: „Jak dbać o higienę dziecka”**

<https://www.youtube.com/watch?v=9tbe0GrHeJo>

**Piątek: Jestem zdrowy jak ryba.**

**1. Zabawa paluszkowa „Małe rączki”**

****

**2. Ćwiczenia oddechowe „Puszczanie baniek mydlanych”**

Do wody wlewamy płyn do naczyń. Pamiętamy, by dziecko nabierało powietrza nosem,

a wypuszczało ustami. W czasie dmuchania możemy wspólnie recytować wierszyk , aby

przedłużyć proces powstawania bańki: „Bańko, bańko udaj się, jak się nie udasz będzie

źle!”

**3. Zabawa ruchowa z elementem równowagi „Marsz z krążkiem na głowie**

**4. Zestaw zabaw ruchowych – rozwijanie ogólnej sprawności fizycznej**

<https://www.youtube.com/watch?v=n7OIPFcyZRU>

Cel dz: - bierze udział w zabawach ruchowych

- pokonuje własne zahamowania

**5. „Co na katar, co na kaszel?” – rozmowa przy ilustracjach.**

Rodzic pokazuje dziecku ilustracje przedstawiające domowe sposoby radzenia sobie z

chorobami (moczenie nóg, herbata z sokiem malinowym, okłady na głowę, parzenie ziół).



Zadaje dziecku pytania:

- Co przedstawiają obrazki?

- Na co pomaga każdy z tych sposobów?

- Jak myślisz, czy takie sposoby zawsze pomagają?

- Co należy zrobić, gdy ktoś się źle poczuje?

- Co może się stać, gdy ktoś nie powie nikomu o tym, że źle się czuje?

- Czy możemy sami zażywać lekarstwa?

- Co może się stać, gdy dziecko połknie lekarstwo bez zgody rodziców?

**6. Zabawa ruchowo – naśladowcza „Jak w lusterku”**

Rodzic podaje jakiś ruch, który dziecko odtwarza. Następuje zamiana ról (dziecko podaje

ruch, a rodzic go odtwarza).

**7. Nauka na pamięć rymowanki „ Jedz owoce…” – praca indywidualna z dzieckiem**

Jedz owoce i warzywa

będziesz zdrowy tak jak ryba!

**8**.   **Kolorowanie rysunku, na którym jest to, co powinno jeść dziecko.**

