

Tygodniowy rozkład zajęć: Kolorowe witaminy

(20- 24. 04. 2020r.)

Grupa VII- Pszczółki (3- latki)

Poniedziałek (20.04.2020r.)

Temat: Jak dbamy o zdrowie?

Cele:

- poznanie podstawowych zasad zdrowego trybu życia
- uświadomienie Dzieciom, co wpływa na ich zdrowie
- wdrażanie do dbania o swoje zdrowie
- rozwijanie umiejętności plastycznych i wyobraźni

1. Rozmowa na temat sposobów dbania o zdrowie. Zadajemy Dzieciom pytania: Jak się czujecie, gdy jesteście chorzy, a jak gdy jesteście zdrowi? Co robimy, gdy jesteśmy chorzy? Kto nam wtedy pomaga? Jak możemy dbać o swoje zdrowie? Czego powinniśmy dużo jeść, żeby być zdrowymi? Czego nie należy jeść zbyt często?

2. Zabawa „Co służy naszemu zdrowiu?” Pokazujemy Dzieciom różne obrazki w tym przedstawiające sprzęty sportowe oraz owoce i warzywa (np.: komputer, telewizor, krzesło, konewkę, cukierki, skakankę, piłkę, rower, hulajnogę, jabłko, ogórek). Zadaniem Dzieci jest wskazać te obrazki, na których są elementy służące naszemu zdrowiu. Ćwiczenie spostrzegawczości i logicznego myślenia.

3. Praca plastyczna „Wesołe owoce i warzywa”. Przygotowujemy konturowe rysunki owoców i warzyw. Dziecko wybiera sobie dowolny rysunek. Koloruje owoc lub warzywo i dorysowuje mu: oczy, buzię, nos, ręce i nogi. Rozwijanie wyobraźni i zdolności plastycznych.

4. Zabawa pantomimiczna „Dbamy o zdrowie”. Dzieci pokazują za pomocą ruchu czynności, które pomagają w dbaniu o zdrowie. Ich propozycje możemy mówić dziecku na ucho: (np.: mycie rąk, granie w piłkę, gimnastyka, jazda na hulajnodze). Naszym zadaniem jest odgadnąć, co pokazuje Dziecko. Rozwijanie umiejętności improwizacji.

Strony internetowe, które mogą być przydatne do powyższego tematu:

<https://www.e-kolorowanki.eu/owoce/> ; <https://www.e-kolorowanki.eu/warzywa/>

Wtorek (21.04.2020r.)

Temat: Smaczne witaminki

Cele:

- poszerzanie wiadomości na temat zdrowego odżywiania
- zachęcanie do jedzenia owoców i warzyw
- rozwiązywanie zagadek
- wdrażanie do dbania o swoje zdrowie

1. Burza mózgów na temat tego, co to są witaminy:
Co to są witaminy? Dlaczego powinniśmy je jeść? W czym jest dużo witamin?
Swobodne wypowiedzi Dzieci.

2. Rozwiązywanie zagadek owocowo-warzywnych. Prezentujemy Dzieciom różne owoce i warzywa. Nie podajemy na razie ich nazw, tylko zadajemy zagadki. Zadaniem Dzieci jest wskazać i nazwać odpowiedni owoc lub odpowiednie warzywo.
Kształtowanie logicznego myślenia.

Zagadki:

Rośnie na jabłoni. Przypomina małą czerwoną piłeczkę. (jabłko)
Jest długa i pomarańczowa. Chrupią ją Dzieci i zajączki. (marchewka)
Jest cały zielony. Może być długi albo krótki. (ogórek)
Kiedy ją kroimy, szczypie w oczy. Z jej pękatego brzuszka wyrasta zielony szczypiorek.
(cebula)
Ma żółtą skórkę, a jego kształt przypomina rogalik. (banan)
Jej duże zielone liście dodajemy do kanapek. (sałata)

Środa (22.04.2020r.)

Temat: Zdrowe kanapki

Cele:

- rozwijanie satysfakcji i poczucia sprawstwa
- rozwijanie percepcji smakowej i węchowej
- doskonalenie sprawności manualnych
- czerpanie radości ze wspólnej pracy
- przypomnienie zasad higieny obowiązujących podczas przygotowywania i spożywania posiłków

1. Zabawa sensoryczno-badawcza „Rozpoznaj smak”. Przygotowujemy pokrojone na kawałki różne owoce i warzywa. Wspólnie z Dziećmi przypominamy ich nazwy. Następnie zadaniem Dzieci jest rozpoznać z zawiązanymi oczami, jaki owoc (jaki warzywo) dostały do posmakowania lub jakiego owocu (warzywa) zapach poczuły.

2. Wspólne przygotowanie zdrowych kanapek. Wyjaśniamy Dzieciom, że za chwilę wykorzystają zgromadzone warzywa do przygotowania kolorowych kanapek. Przypominamy o konieczności umycia rąk i włożenia fartuszków. Dzieci układają zdrowe produkty na kromkach pieczywa. Same dbają o estetyczny wygląd kanapek. Przestrzeganie zasad higieny.

3. Nakrycie stołu i degustacja kanapek. Dzielenie się wrażeniami smakowymi. Poznawanie nowych smaków.

Strony internetowe, które mogą być przydatne do powyższego tematu:

<https://miastodzieci.pl/czytelnia/30-przepisow-na-kanapki-ktorym-nie-oprze-sie-zadne-dziecko/> ;

<https://www.ofeminin.pl/dziecko/mam-dziecko/kolorowe-kanapki-dla-dzieci-top-7-przepisow-na-kanapkowe-cuda/tcxs5y6> ; <https://321startdiy.pl/kolorowe-kanapki-dla-dzieci/>

Czwartek (23.04.2020r.)

Temat: Talerz witaminek

Cele:

- rozwijanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem
- wypowiedzianie się na temat wysłuchanego wiersza
- rozpoznawanie owoców i warzyw
- doskonalenie umiejętności klasyfikowania ze względu na kształt i kolor

1. Słuchanie wiersza Doroty Gellner : „Warzywa”

Warzywa

Bardzo są zdrowe
wszystkie warzywa .
Marchewka prosta,
marchewka krzywa,
mała pietruszka,
duża pietruszka,
każda tak samo
wpada do brzuszka .
Burak niewielki
i burak spory,
seler pękaty
i chude pory...
No i ziemniaczki!
Dobrze je znamy!
Często na obiad
je zapraszamy!

2. Rozmowa kierowana na temat wiersza. O jakich warzywach opowiada wiersz? Jaka może być marchewka (pietruszka)? Jaki jest seler? (wyjaśniamy znaczenie słowa pękaty)

Jaki jest por? Co to znaczy, że warzywa często zapraszamy na obiad?

3. Zabawa matematyczna– segregowanie owoców i warzyw ze względu na ich kształt. Rozkładamy przed Dziećmi szablony owoców i warzyw albo prawdziwe owoce i warzywa. Zadaniem Dzieci jest je pogrupować zgodnie z poleceniami: połóżcie z jednej strony te owoce i warzywa, które są okrągłe (jabłko, śliwka, pomidor, seler), a z drugiej te, które są podłużne (ogórek, por, cukinia, pietruszka, marchew). Których warzyw jest więcej?

4. Zabawa matematyczna– segregowanie owoców i warzyw ze względu na ich kolor. Rozkładamy pętle z szarf lub kolorowych kartek: czerwonej, żółtej i zielonej. Dzieci wykonują nasze polecenia: włóżcie do każdej pętli owoce i warzywa, które mają taki sam kolor jak one (pomidor, jabłko, cytryna, cebula, jabłko, ogórek) W której pętli jest najwięcej (najmniej) elementów? Który owoc pojawił się w dwóch pętlach?

Opracowała: Danuta Brozdowska

Piątek (24.04.2020r.)

Temat: Zabawy z piłką

Cele:

- rozwijanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem
- koncentrowanie uwagi na słuchaniu tekstu
- ćwiczenie wypowiadania się na temat wysłuchanego utworu
- rozwijanie ogólnej sprawności ruchowej
- doskonalenie sprawności manualnych

1. Burza mózgów– Dzieci szukają odpowiedzi na pytanie: co może być okrągłe? Rysują w powietrzu koło, a potem wymieniają propozycje. Rozwijanie dużej motoryki.
2. Słuchanie wiersza Doroty Gellner: „Piłka”

„Piłka”

Po cichutku, po kryjomu,
wyskoczyła piłka z domu.
Hop! Hop! W górę! W dół!
Przeskoczyła świata pół.
Zatrzymała się pod płotem,
zatańczyła z burym kotem.
Hop! Hop! Raz i dwa!
Obudziła złego psa!
Gdzie jest teraz? Pośród kaczek.
Kwaczą kaczki: – Kto tak skacze?
Ale piłka dalej zmyka.
Patrzcie! Wpadła do kurnika.
Hop! Hop! W górę! W dół!

Przestraszyła stado kur!
Gdy odpocząć chciała chwilę,
siadły na niej dwa motyle.
Każdy z nich pomyślał tak:
– Jaki duży, piękny kwiat!
Biała koza, białą nóżką
potoczyła piłkę drózką.
Pędzi piłka w stronę wiadra.
Bęc! Do zimnej wody wpadła!
– Oj! Do licha! – rzekła brzydko.
Chcę do domu! I to szybko!
Choć nie miała wcale nóg,
przeskoczyła – hop! – przez próg.
Zatrzasnęła z hukiem drzwi
i pod łóżkiem grzecznie śpi.

3. Rozmowa kierowana na temat wiersza: Co robiła piłka? Gdzie była? Jakie zwierzęta spotykała? Z czym pomyliły ją motyle? Do czego piłka wpadła? Pokażcie, jak skacze piłka: (Dzieci skaczą obunóż po całym pomieszczeniu).

4. Praca plastyczna. Rozdajemy Dzieciom małe styropianowe piłeczki. Dzieci maczają je w gęstej kolorowej farbie, a potem rozprawdzają ją na kartce, tocząc po niej piłeczkę. Rozwijanie doświadczeń plastycznych i manualnych.

Na zakończenie tygodnia piosenka dla wszystkich Dzieci: „Witaminki”-

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

Opracowała: Danuta Brozdowska