



## Drodzy Rodzice i Kochane Pszczółki ☺

Witamy Was serdecznie i zapraszamy do wspólnej zabawy, aby czas szybko minął. Mamy nadzieję za tydzień wszyscy się spotkamy. W tym tygodniu zajrzemy do koszyka Pani Jesieni i dowiemy się co Nam w nim przyniosła. Zaczynamy... ☺



## Poniedziałek

### 1. „Jak wygląda zdrowie?” - rozmowa o zdrowiu na podstawie opowiadania.

#### Jak wygląda zdrowie?

**Joanna M. Chmielewska**

Prawie wszystkie przedszkolaki poszły już do domu. Tylko Nikola, Tosia i Zuzia siedziały na dywanie, czekając na rodziców.

- Moja babcia hoduje kozę. Zjadła mi kawałek bluzki - powiedziała Zuzia.

- Babcia zjadła ci bluzkę? - spytała z niedowierzaniem Nikola.

- Nie babcia, tylko koza - zaśmiała się Zuzia.

Nikola z Tosią też zaczęły się śmiać.

- A moja prababcia hoduje zdrowie - oznajmiła Tosia po chwili.

- Zdrowia nie można hodować - zaprotestowała Zuzia.

- A właśnie że można! - upierała się Tosia.

- Zmyślasz! I pewnie nawet nie masz prababci!

- Tosia ma prababcię - broniła przyjaciółki Nikola. - I ja do niej z Tosią pojedę.

W sobotę.

Zuzia chciała jeszcze coś powiedzieć, lecz przyszedł po nią tata.

- Twoja prababcia naprawdę hoduje zdrowie? - spytała Nikola, kiedy Zuzia wyszła z sali.

- Naprawdę - potwierdziła Tosia. Ale na pytania Nikoli, jak zdrowie wygląda, skąd prababcia je wzięła i gdzie je hoduje, odpowiadała tylko: - Sama zobaczysz.

\*\*\* Nikola nie mogła się doczekać soboty. Bardzo chciała poznać panią Zosię - prababcię Tosi.

Koleżanka tyle o niej opowiadała. I przywoziła pyszne ciastka, które piekła z prababcią. Mama Tosi mówiła, że prababcia Zosia ma osiemdziesiąt dwa lata i bardzo dobrze się trzyma. Ale nie powiedziała, czego się trzyma. Pewnie tego zdrowia, które hoduje. „Ciekawe, jak wygląda zdrowie?” - zastanawiała się Nikola.

- Może jak kolorowy balonik, który wesoło podskakuje w powietrzu, a pani Zosia trzyma przymocowany do niego złoty sznurek?"

W sobotę rano tata Tosi zawiózł dziewczynki do prababci. Starsza pani mieszkała w małym drewnianym domu otoczonym ogródkiem. Miała siwe włosy, pomarszczoną twarz i miły uśmiech. Nikola od razu ją polubiła.

- Chodźcie, dziewczynki, do kuchni. Właśnie zrobiłam sok z marchewki i jabłek. Trzeba pić szybko, bo witaminy uciekają. - Pani Zosia naląła im soku z dzbanka. Tosia wypła wszystko od razu, a Nikola wpatrywała się w zawartość szklanki.

- Dlaczego nie pijesz? Nie lubisz soku? - spytała pani Zosia.

- Lubię, ale chcę zobaczyć, jak uciekają witaminy.

- Nie zobaczysz - odezwała się Tosia - one są bardzo malutkie.

- Malutkie, lecz niezbędne dla zdrowia - dodała prababcia.

„Aha, to znaczy, że tę resztę soku w dzbanku pani Zosia zostawiła dla zdrowia

- pomyślała Nikola. - Ciekawe, gdzie to zdrowie jest?"

Ale zamiast zanieść sok zdrowiu, prababcia wstawiła dzbanek do lodówki.

- Wiesz, że witaminy są w owocach, warzywach, orzechach, jajkach, twarogu i w różnych innych rzeczach do jedzenia? - spytała Nikolę Tosia.

- A w cukierkach? - zaciekawiała się Nikola.

- W cukierkach nie ma - odpowiedziała Tosia. - A szkoda.

Nikola pomyślała, że to nawet dobrze, bo jeśli zdrowie potrzebuje witamin, a w cukierkach ich nie ma, to nie musiałyby dzielić się cukierkami ze zdrowiem.

Mogłyby z Tosią wszystko zjeść same. Jeśli oczywiście miałyby jakieś cukierki.

Niestety, rodzice nie dali im słodyczy na drogę.

- Macie ochotę na coś słodkiego? - spytała prababcia.

- No pewnie - ucieszyła się Tosia.

- Wobec tego upieczemy ciasteczka. Bez cukru.

- Ale przecież miały być słodkie - przypomniała Tosia.

- Będą słodkie, zobaczysz.

I rzeczywiście były. Bez cukru, za to z daktylami i orzechami. Pyszne. No i Nikola z Tosią prawie same je upiekły. Prababcia tylko trochę im pomagała. Dobrze było Nikoli u pani Zosi, tylko ciągle jeszcze nie widziała zdrowia. Zdobyła się wreszcie na odwagę i spytała:

- A gdzie jest zdrowie?

- Zdrowie? - zdziwiła się pani Zosia.

- Bo Tosia mówiła, że pani hoduje zdrowie.

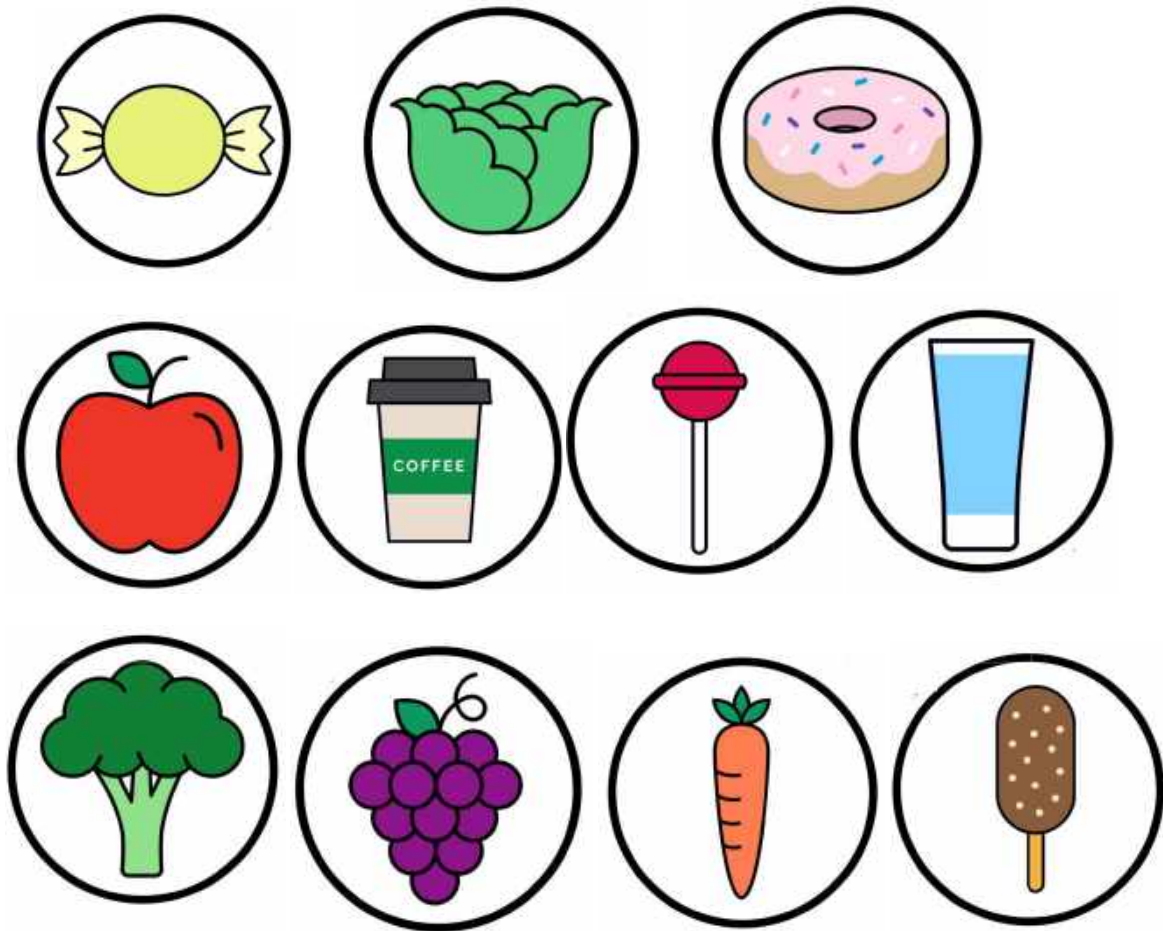
- A, już rozumiem. - Prababcia się uśmiechnęła. - Zdrowie jest w ogródku.

Chcecie wiedzieć, jak wyglądało zdrowie?

Było żółte jak gruszki, fioletowe jak śliwki, pomarańczowe jak marchewki, zielone jak pietruszka i koperek, słodkie jak maliny, soczyste jak jabłka, ostre jak szczypiorek, pełne energii jak Tosia i Nikola ganiające się między drzewami i roześmiane jak pani Zosia.

- 2. Po przeczytaniu opowiadania rodzice zadają pytania:** Kto wybrał się do prababci i w jakim celu? Co dziewczynki zrobiły pysznego? Gdzie prababcia hoduje zdrowie?
- 3. „Zdrowe i niezdrowe”** - zabawa dydaktyczna. Poniżej znajdują się ilustracje wesół- zielona buźka, smutna-czerwona buźka oraz różne produkty. Dzieci podają ich nazwy i układają przy odpowiedniej buźce. Rodzic zadaje pytanie problemowe: Przy smutnej( czerwonej buźce) zgromadziliśmy niezdrowe produkty. To znaczy, że w ogóle nie możemy ich jeść? Dzieci powinny dojść do wniosku, że należy unikać tych produktów, zastępować je innym - zdrowymi, jeść sporadycznie (Rodzic wyjaśnia znaczenie słowa „sporadycznie”).



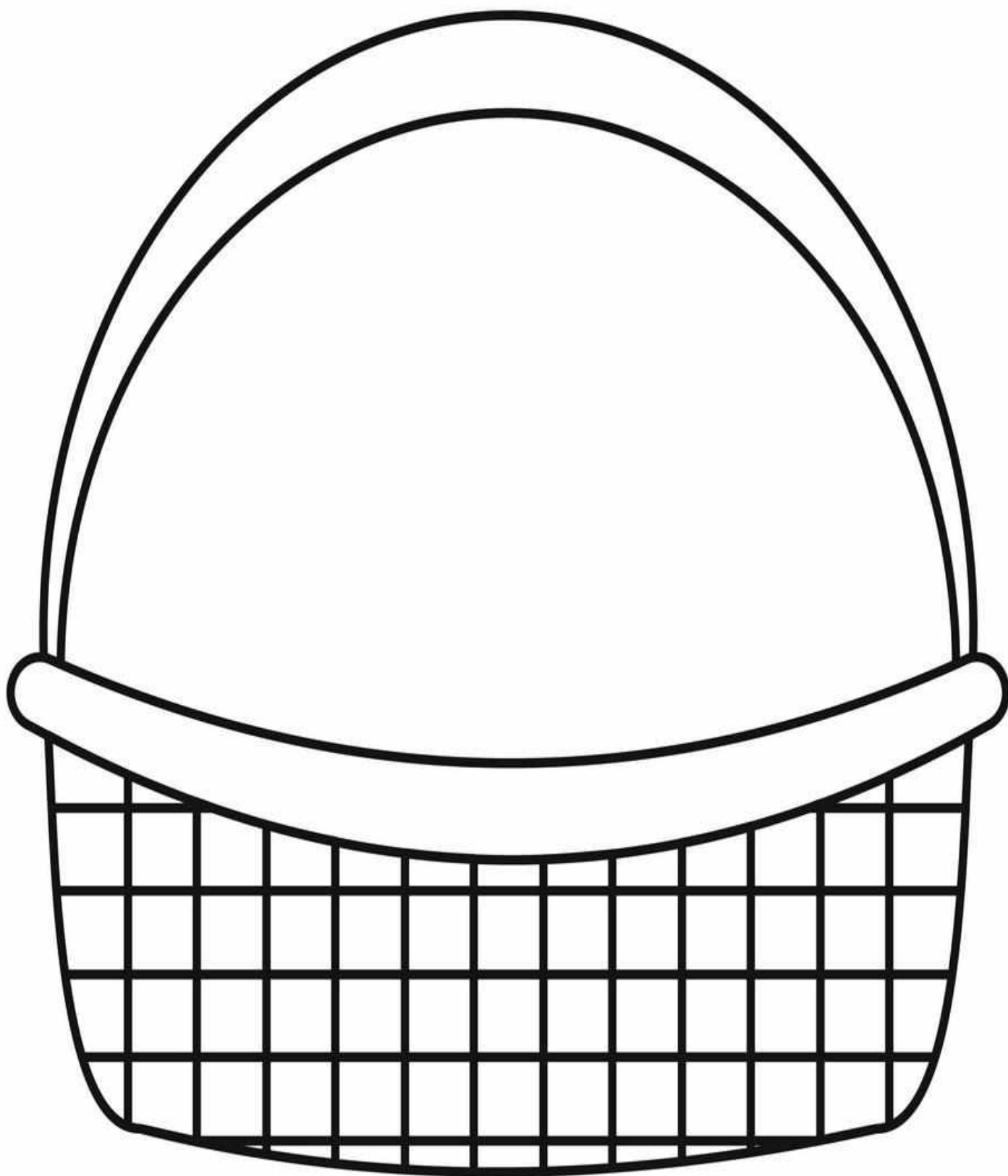


**Jeśli macie możliwość możecie posegregować potrawy na zdrowe i niezdrowe pod tym linkiem:**

<https://wordwall.net/pl/resource/4972261/kopia-posegreguj-jedzenie-na-zdrowe-i-niezdrowe>

4. „Koszyk z owocami”- praca plastyczna. Na kartce rysujemy duży koszyk, lub drukujemy załączony poniżej. Następnie za pomocą korków po winie, bądź jabłek przepołowionych pomalowanych farbą w jesiennych barwach stemplujemy owoce. Według własnego pomysłu, kreatywność mile widziana. Tak naprawdę do stemplowania możemy wykorzystać wiele różnych rzeczy, wszystko zależy co posiadacie w domu.

**Potrzebne będą:** biała kartka, farby w jesiennych kolorach, korki po winie, jabłko i inne.



## Wtorek

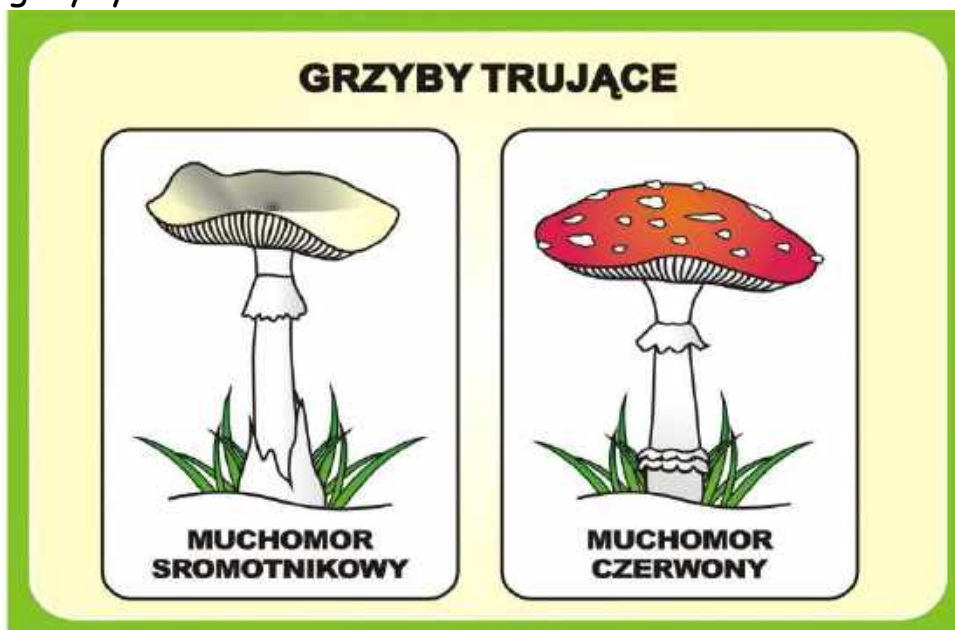
1. Na początek ćwiczenia gimnastyczne.... klikając w poniższy link będziecie mogli sami zakreślić kołem. Zobaczcie co wylosujecie, kręcić kołem możecie do momentu, aż zabranie propozycji ćwiczeń lub do momentu, aż się zmęczycie. ZAPRASZAMY WAS DO ZABAWY - ciekawe czy Wam się spodoba?

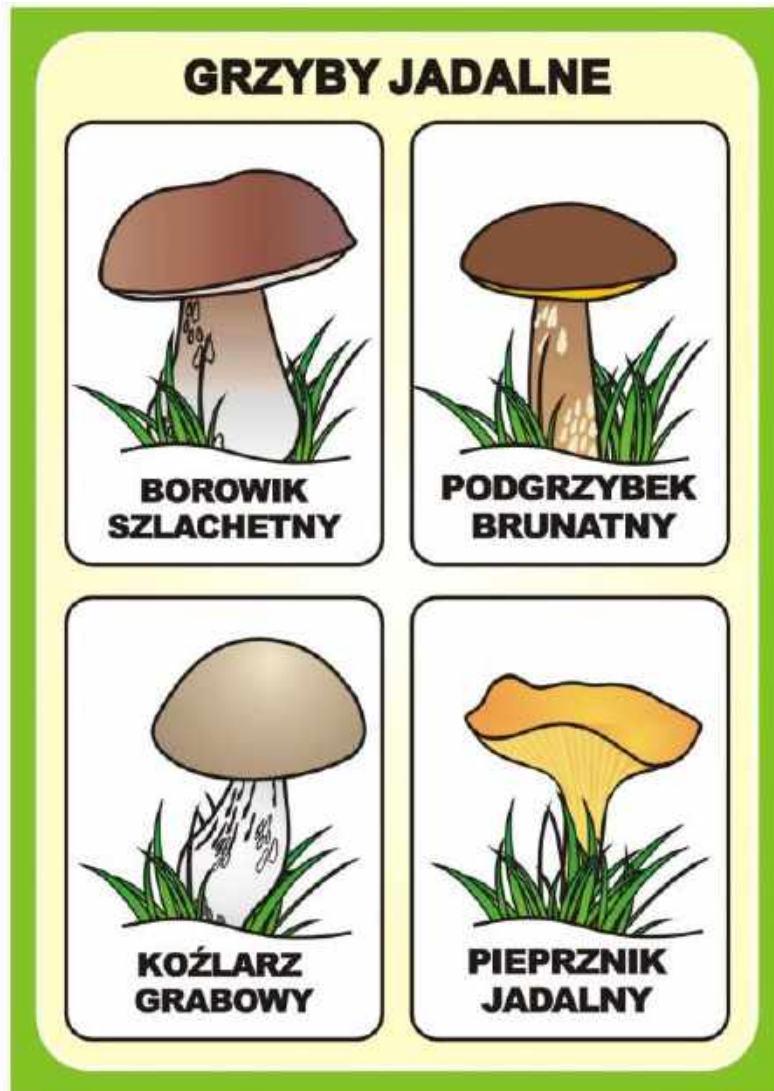
<https://wordwall.net/embed/238bf1dd2c954c73a5337fb7f8189fa1?themeId=52&templateId=8>

2. „Jesienna cza-cza” - osłuchanie z piosenką, próby samodzielnego śpiewania refrenu.

<https://www.youtube.com/watch?v=eAP3QSWUr8s>

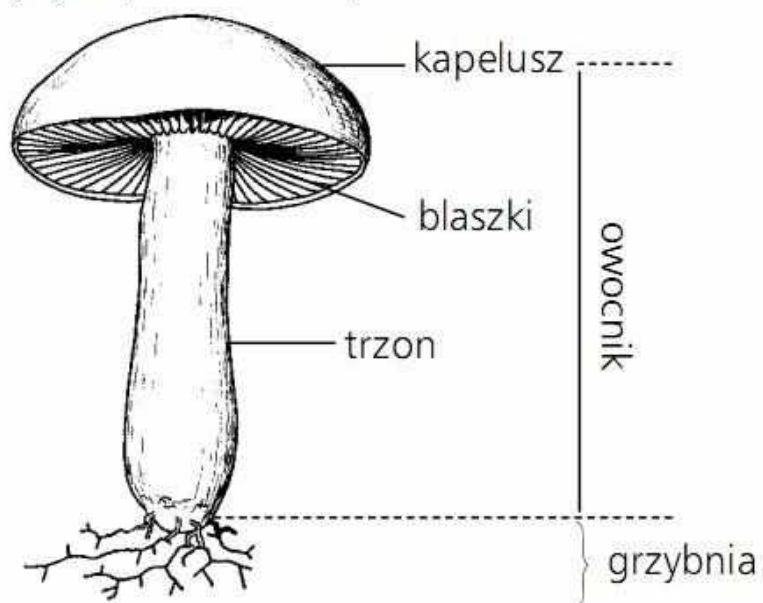
3. „Grzyby jadalne i trujące” - zachęcamy do oglądania atlasów, książek przedstawiających grzyby. Poniżej przedstawiamy Wam podział grzybów oraz ich budowę zapoznajcie się z nią. Porozmawiajcie wspólnie o zagrożeniu jakie niosą ze sobą grzyby.





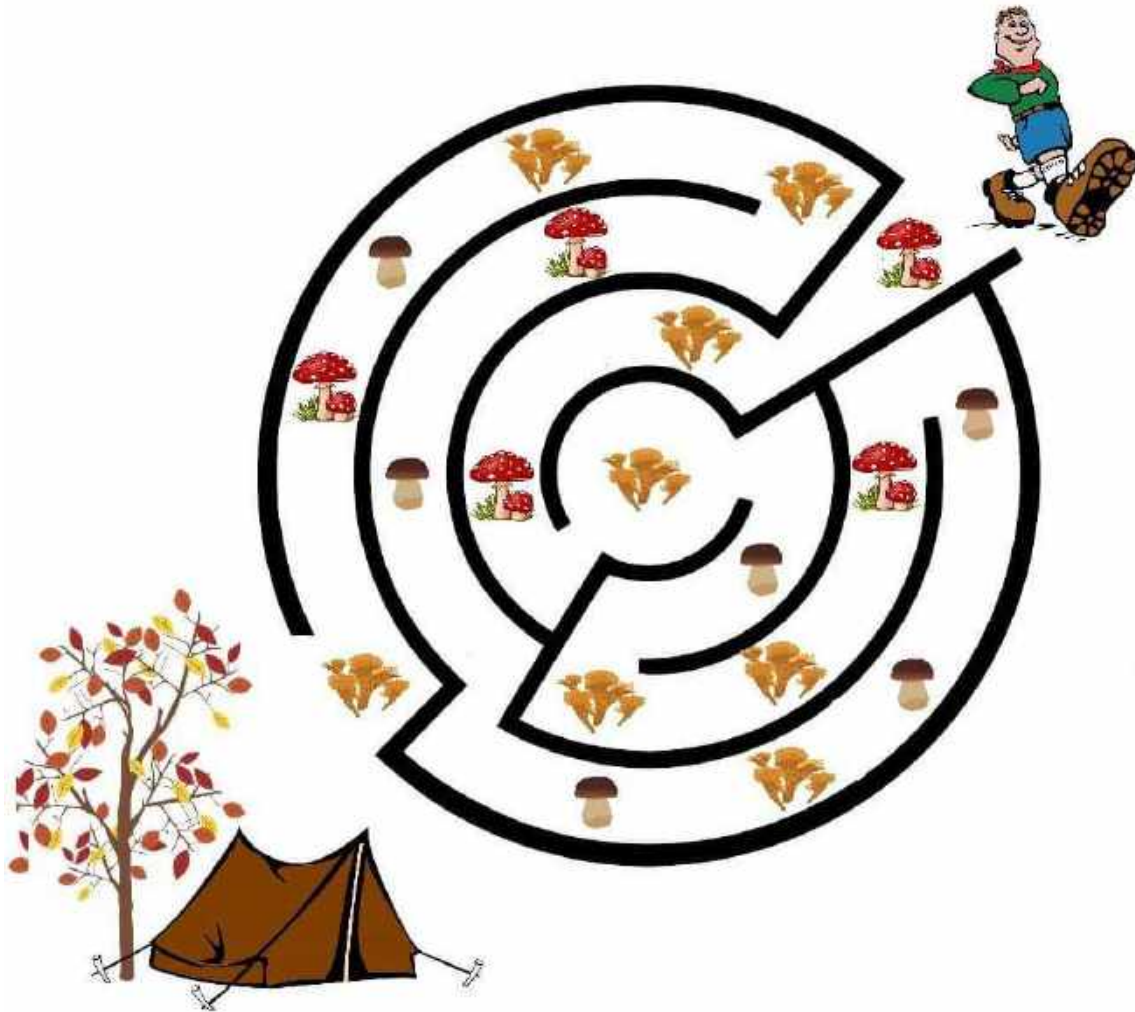
## BUDOWA GRZYBA

Grzyby kapeluszowe – pieczarka





Franek wybrał się na wycieczkę do lasu. Rozbił obóz pod drzewem i poszedł na spacer. Policz wszystkie grzyby, które mijał w drodze powrotnej i wpisz sumę w kwadraty pod spodem.







## Środa

1. „Robimy sok jabłkowy” - praca z historyjką obrazkową. Poniżej znajdują się ilustracje przedstawiające etapy powstawania soku. Dzieci układają historyjkę, mówią, co wydarzyło się najpierw, co było potem. Numerują ilustracje.



2. „Owoce” - łączenie owoców z ich nazwą. Wymień owoce, które możemy spotkać jesienią w sadzie.



**ananas**



**truskawka**



**jabłko**



**malina**



**gruszka**



**banan**



**czerwona  
porzeczka**

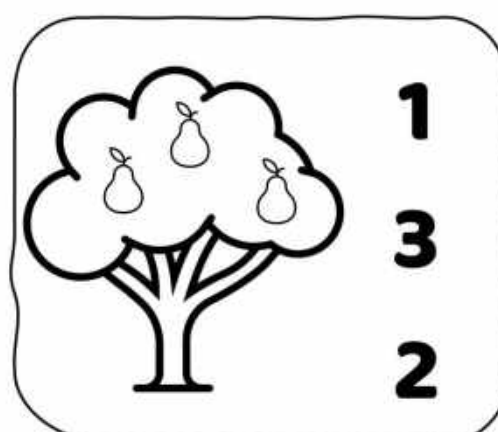
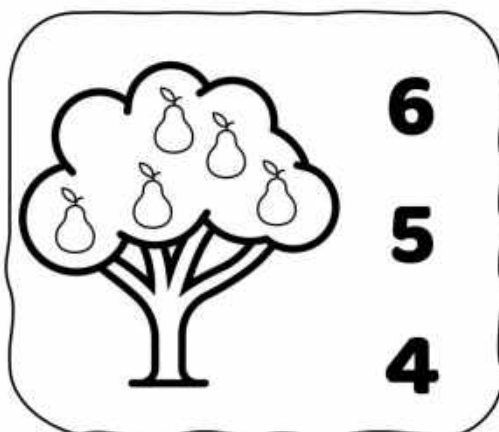
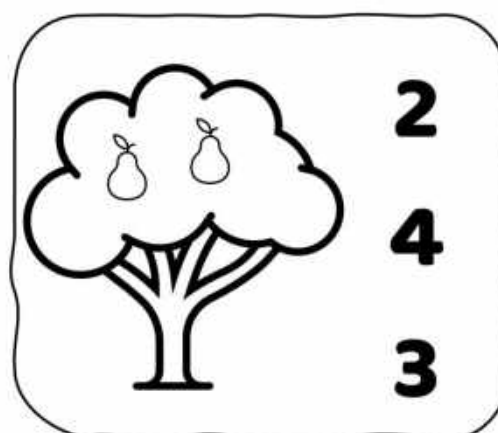
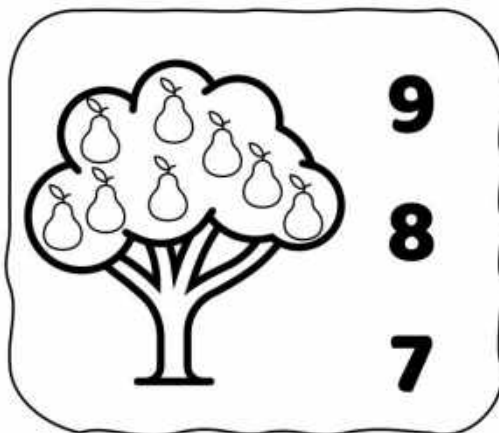
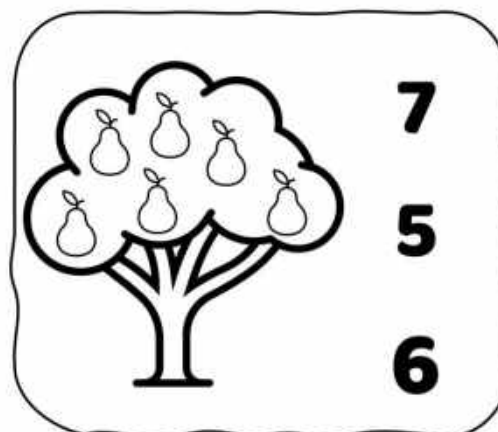
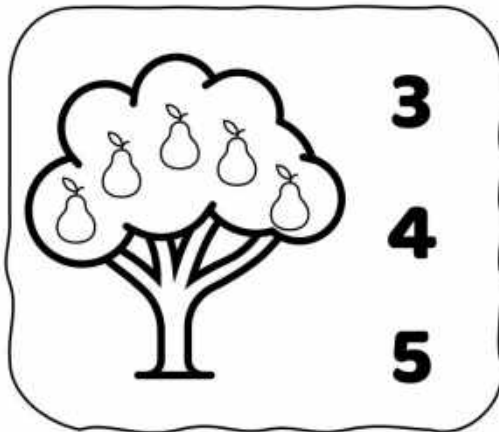


**śliwka**

3. „Idzie pajak”- zabawa rytmiczna do utworu „La Basque” metoda aktywnego słuchania wg. Batti Strauss. Zapraszamy do zabawy.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZhFOKaTm2WM>

**Policz gruszki i otocz pętelką właściwą cyfrę.**



**Czwartek**

1. „Muchomor w kropki”- zabawa matematyczna. Przygotujcie 10 przedmiotów, mogą to być kredki, klamerki, cukierki itd. Dzieci muszą mieć możliwość manipulowania nimi. Wykonajcie z pomocą tych przedmiotów poniższe działania.



$$5+1$$



$$3+3$$



$$2+2$$



$$4-3$$



$$8-3$$



$$5-2$$



$$4+5$$



$$7-5$$



$$1+1$$

2. „Jesienne kanapki”- zajęcia kulinarne. Dzisiaj za zadanie macie samodzielnie przygotować sobie kanapkę. Na początku przypomnijcie sobie zasady bezpieczeństwa, których należy przestrzegać podczas posługiwania się nożem. Po starannym umyciu rąk i przygotowaniu stanowisk pracy możecie zabrać się do pracy. Postarajcie się samodzielnie posmarować pieczywo masłem, a następnie ułóżcie na kromkach wybrane przez siebie produkty. Pamiętajcie o tym, aby nie zabrakło na nich warzyw i żeby Wasze kanapki były kolorowe. Smacznego!



3. Zamaluj tyle kółeczek, ile sylab mają poszczególne wyrazy.



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○



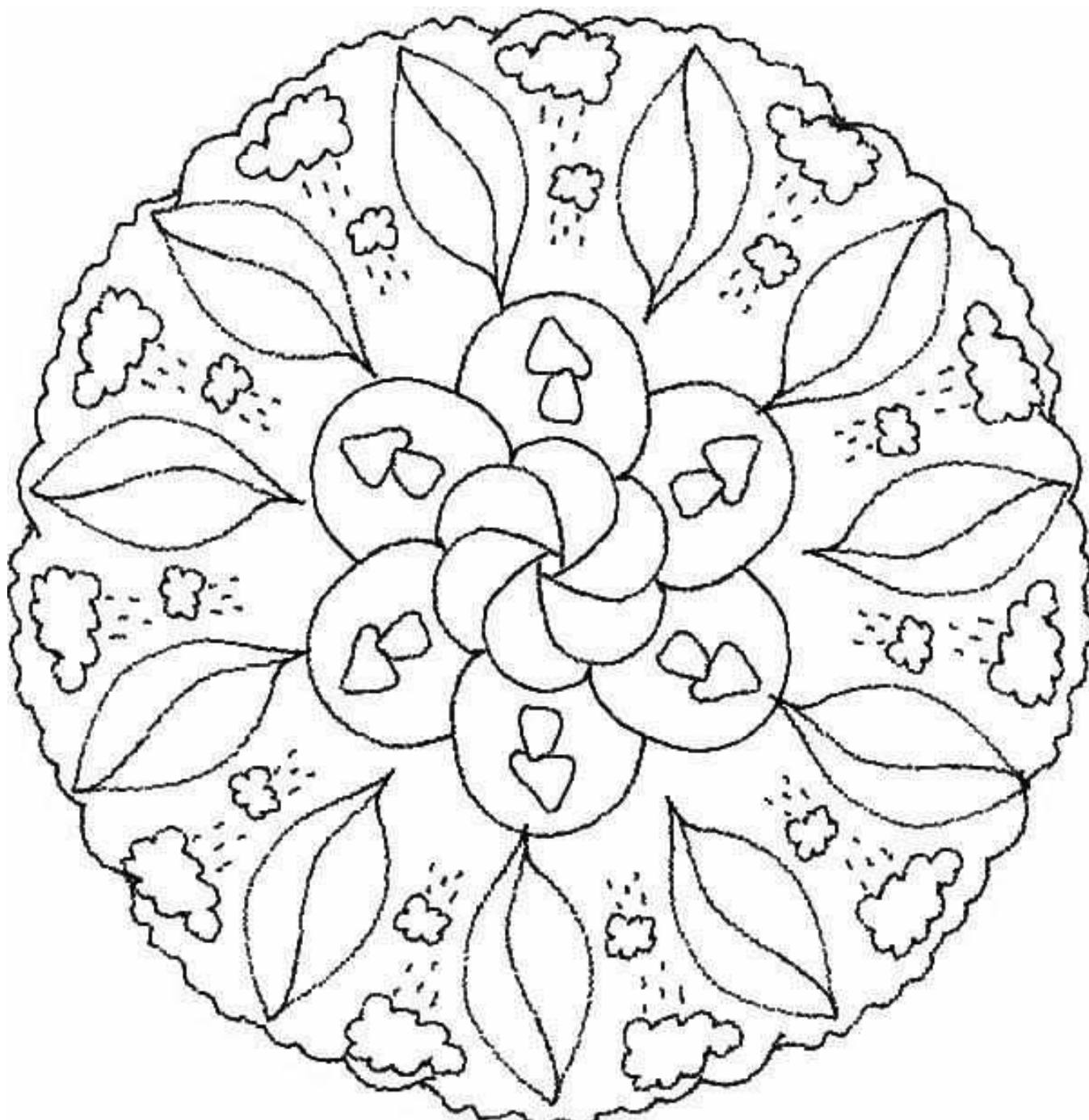
○ ○ ○ ○ ○



○ ○ ○ ○ ○

## Piątek

1. „**Jesienne mandale**”- praca plastyczna. Na początek trochę relaksu w postaci mandali. Kolorowanie według własnego pomysłu.





2. „Zumba”- zapraszamy do tanecznej zumbi. Trochę muzyki, trochę tańca a przede wszystkim dużo ruchu.

[https://www.youtube.com/watch?v=k2hBMkZuvP8&list=PLQBt82zcfRIKC1YS\\_lfK4LC7PUu-mcRKL](https://www.youtube.com/watch?v=k2hBMkZuvP8&list=PLQBt82zcfRIKC1YS_lfK4LC7PUu-mcRKL)

3. Ułóż za pomocą słomki wzory liści w lustrzanym odbiciu.



4. „Zgadnij kto schował się za liściem?”

Jakie zwierzątka ukryły się za liśćmi? Połącz nazwy zwierząt z odpowiednim obrazkiem.



SARNA

ZAJĄC

LIS

SOWA

JEŻ

WIEWIÓRKA



5. „Jesienny wiersz” - czytanie ze zrozumieniem. Uważnie słuchaj tekstu czytanego przez rodzica.

## Pani Jesień na spacerze!

Rozgościła się Jesień w naszym ogrodzie.  
 Zajada owoce, bo to zawsze w modzie.  
 Zjadła już jabłuszko, klepie się po brzuszku.  
 Jeżyny i gruszki schowała w fartuszk.  
 Spojrzała na dynię i jej zapragnęła,  
 Por, seler i ziemniaczki też do zupy wzięła.  
 Już miała wychodzić, jednak w górę patrzy,  
 A tam wiewióreczka swe zapasy taszczy.  
 Zamiast torby miała listki kolorowe,  
 A w nich szyszki, orzechy włoskie i laskowe.  
 Później nasza Jesień iść do lasu chciała,  
 A tam cały koszyk grzybków nazbierała.  
 Jednak nie wszystkie może dziś zjeść,  
 Bo jeden z nich ma kropeczek sześć!  
 W koszyku jeszcze trochę miejsca zostało.  
 Kasztany, żołądzie i jarzębinę pozbierać by się zdało.  
 Z kasztanów powstanie ludzik wesoły,  
 Z żołądzi konik wciąż do zabawy gotowy,  
 Na koniec Jesień zrobi korale z jarzębiny,  
 Będzie w nich stroić do lustra bardzo śmieszne miny!



Czy pamiętasz o czym był wiersz? Postaraj się odnaleźć wszystkie symbole jesieni o których mowa w wierszu. Wytnij je i przyklej w kolorowych kółeczkach.



Pozdrawiamy Panie z grupy 😊