

V . Tydzień

Propozycje tygodniowych zajęć dla dzieci z grupy 3 – latków „Smerfy” do pracy w domu.

Temat : „ W zdrowym ciele zdrowy duch” – dbamy o nasze zdrowie.

Cel : realizacja podstawy programowej poprzez pracę w domu.

Zrealizowane obszary podstawy programowej:

I -1, 2, 3, 4, 5

II- 6, 8

III- 5, 7

IV- 1, 2, 5, 7

I . Słuchanie wiersza „Dbajmy o zdrowie” B. Szelańskiej

Mama , tata, babcia, wujek..

Każdy ci to zgodnie powie:

Czy to zima, czy to lato ,

Zawsze trzeba dbać o zdrowie!

Jeść warzywa i owoce,

O higienę także dbać

Często się gimnastykować ,

Bo nie zdrowo w miejscu stać!

I ubrania też są ważne :

Źle się przegrzać , zmarznąć źle

Zimą nośmy rękawiczki, ale latem to już nie

Nikt z nas nie lubi chorować , więc nie dajmy się chorobie

Ruch, higiena, sen potrzebny i to właśnie da nam zdrowie.

*Rozmowa nt sposobów dbania o zdrowie

(zadajemy pytania, dziecko odpowiada)

- W jaki sposób należy dbać o zdrowie?
- Kiedy nosimy rękawiczki?
- Co powinniśmy jeść , aby być zdrowym?
- W jaki sposób trzeba dbać o higienę ciała?
- Dlaczego jest ważne abyśmy się dużo ruszali?

W jaki sposób powinniśmy dbać o nasze zęby?

II . Propozycje zabaw ruchowych z rodzicami

Zabawa „Moje- twoje”- rodzic i dziecko siedzą naprzeciwko siebie i wskazują części ciała . Rodzic wypowiada część ciała , a dziecko wskazuje ją u siebie i u rodzica.

Zabawa „Turlanie”- wszyscy leżą na podłodze i turlają się we wskazanym kierunku.

Zabawa „Wycieczka na kocu”. Rodzic przeciąga dziecko siedzące na kocu

III . Słuchanie piosenki „Dziecięce przeboje”- „Piosenka kąpielowa”

w.w.w.youtube. com.

[https://youtu.be/ j7qVZVkxTE](https://youtu.be/j7qVZVkxTE)

IV. Ćwiczenia oddechowe „ Bańki mydlane”

Pomoce: naczynie z wodą , płyn do mycia naczyń, można dodać kilka kropel gliceryny, żeby bańki były lśniące i trwałe, słomki.

VI. Praca plastyczna „Kolorowe ręczniki” - ozdabianie ręczników wg własnych pomysłów. (kolorowanie kredkami, malowanie, naklejanie różnych wzorów)

Ozdób wzorkami ręcznik.

