



16.04.2021

Dzień dobry Kotki

**To już piątek i ostatni dzień tematu „ Dbamy o zdrowie”
W dniu dzisiejszym edukacja społeczno- przyrodnicza**

Temat dnia: Co wiemy o zdrowiu?

Cele:

- Promowanie zdrowego stylu życia
- Stwarzanie okazji do dokonywania przez dziecko stosownych do wieku wyborów zdrowotnych i zdaniu sobie sprawy z ich konsekwencji.

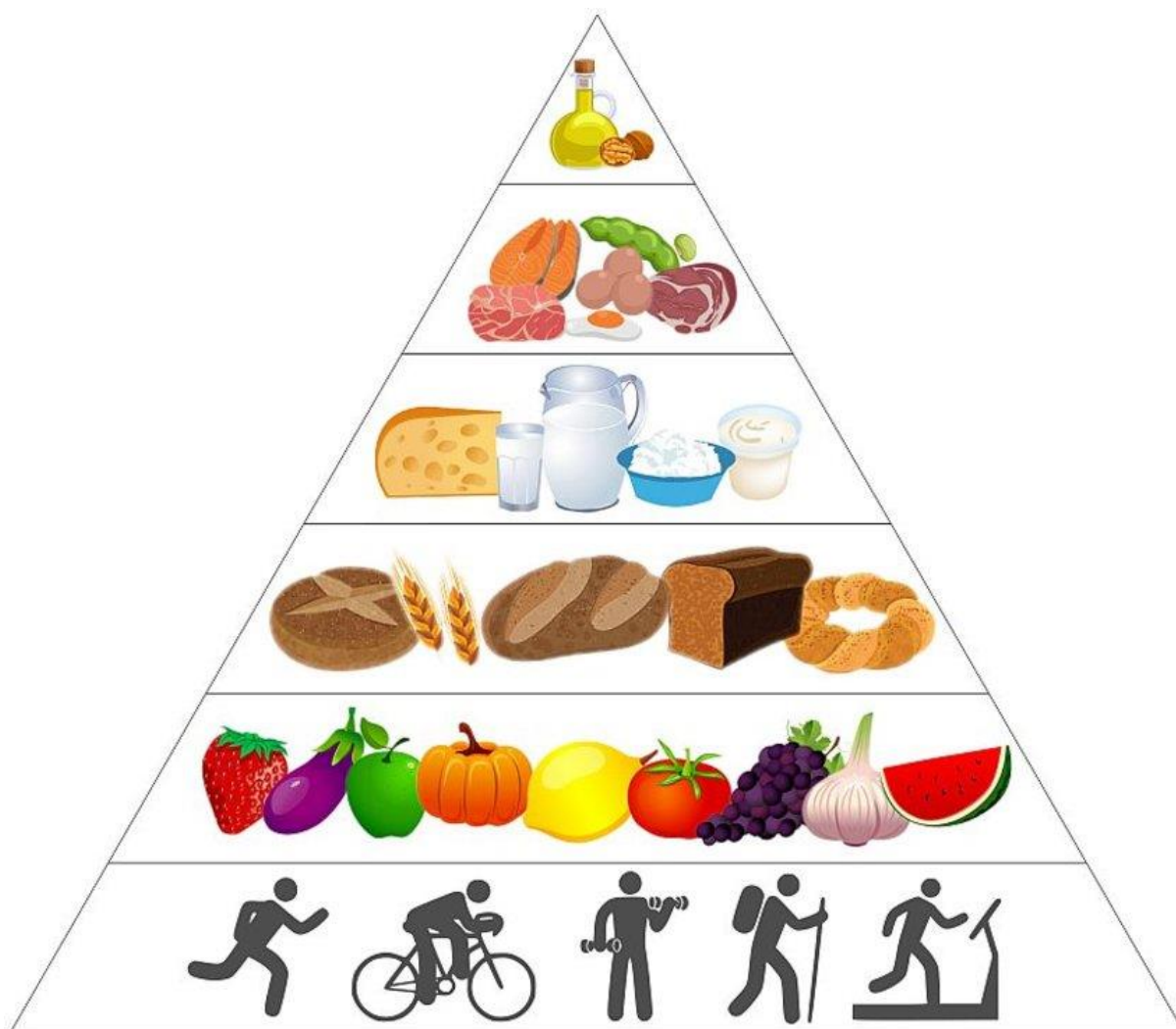
1. Zaczynamy zabawą ilustracyjną do piosenki „ Piramida żywienia”-
Gang Świeżaków 2 .
Ruszamy się i obserwujemy PIRAMIDĘ:

https://www.youtube.com/watch?v=7_Y8QekljEo

2. Burza mózgów „Co jest zdrowe, a co nie?”

Dzieci podają propozycje pokarmów zdrowych i szkodliwych dla zdrowia, Wypowiadając się uzasadniają swój wybór, np. Słodycze są niezdrowe, bo psują zęby. Owoce i warzywa są zdrowe, bo mają witaminy itp.

Rodzic prezentuje Piramidę Zdrowego Żywienia. Dzieci wymieniają produkty znajdujące się na kolejnych jej piętrach i stwierdzają, że jedno piętro Piramidy to owoce i warzywa. Brak witamin prowadzi do osłabienia organizmu i różnych chorób.



3. Poznanie mieszkańca „Krainy Zdrowia”-sprawdzenie zdobytych wiadomości na temat „Dbamy o zdrowie”:

Posłuchajcie kogo dzisiaj spotkałyśmy pod naszym przedszkolem:

To jest Zdrowiś, mieszkaniec Krainy Zdrowia.

Zapomniał w jaki sposób dba się o własne zdrowie i zgubił się. Nie pamięta drogi powrotnej do domu, do swojej „Krainy Zdrowia”. Po drodze spotkał nieprzyjemne stworki, które go przestraszyły, uciekał od nich, a potem zmęczony zasnął pod drzewem. Przyśniła mu się Wróżka Niewidka, która pokazała mu nasze przedszkole i powiedziała, że tylko tu znajdzie pomoc. Do jego domu droga daleka i trudna, bo prowadzi przez „Krainę Zdrowia”. Tylko dzieci z grupy „Kotki” potrafią ją przebyć. Droga składa się z 5 zadań. Jeśli im podołacie, pomożecie wrócić Zdrowisiowi do domu. **Czy chcecie mu pomóc?”**



Zgaduj – zgadula:

Zadanie nr 1 Rozwiąż zagadki.

Zagadka 1.

Gdy chcesz zmierzyć gorączkę,
To wkładasz pod rączkę. (termometr)

Zagadka 2.

Co lekarz weźmie w ręce,
By słyszeć, jak bije Ci serce? (stetoskop, słuchawki)

Zagadka 3.

Leczy ludzi, odwiedza chore dzieci.
Chodzi w białym fartuchu.
Kto to jest, wiecie? (lekarz)

Zagadka 4.

Nosi czepek z czarnym paskiem i biały fartuszek,
Czasem byś był zdrowy, ukłuć Ciebie musi. (pielęgniarka)

Pierwsze zadanie wykonane, więc zapraszamy do drugiego.

Zadanie nr 2: „Wesoła Gimnastyka” – zabawa ruchowa do piosenki.

Ruch to zdrowie, każdy przedszkolak to powie. Zapraszamy was do wspólnej gimnastyki.

https://www.youtube.com/watch?v=rGT_bHtPsI8

Zadanie nr 3: „ Quiz na wesoło”:

- Co należy zrobić przed jedzeniem?

1. Zatańczyć 2. Umyć ręce 3. Przeczytać książkę

- Gdzie mieszkają witaminy?

1. W słodyczach 2. W balonie 3. W owocach i warzywach

- Najwięcej witamin mają jarzyny:

1. Surowe 2. Zaduszone 3. Gotowane

- Co należy zrobić przed snem?

1. Zatańczyć walca 2. Umyć się 3. Zobaczyć księżyc na niebie

Co jest szkodliwe dla zębów:

1. Owoce 2. Mleko 3. Słodyczne

- **Co jest potrzebne do mycia zębów?**

1. Woda, szczoteczka, pasta 2. Mydło, szczoteczka 3. Szczoteczka, kubek

- **Nasze zęby leczy:**

1. Chirurg 2. Stomatolog 3. Zębowiec

- **Do wykonania opatrunku potrzebny jest:**

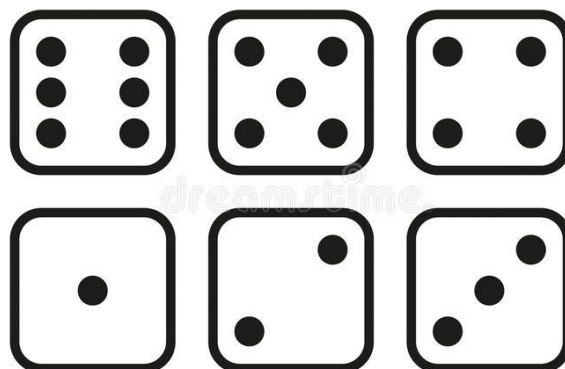
1. Balonik 2. Strzykawka 3. Bandaż

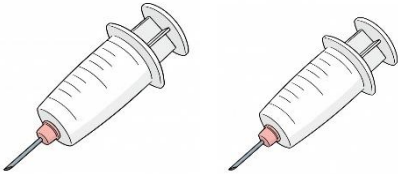
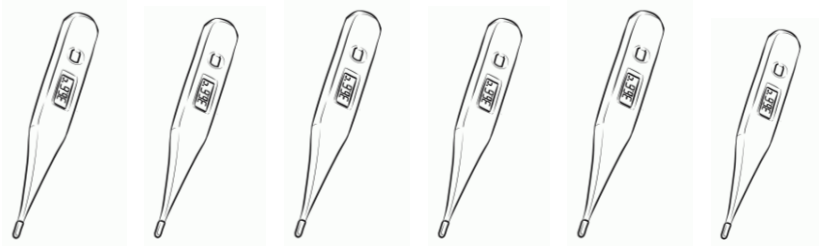
- **Żeby być zdrowym trzeba:**

1. Siedzieć przed telewizorem 2. Jeść chipsy 3. Uprawiać sport

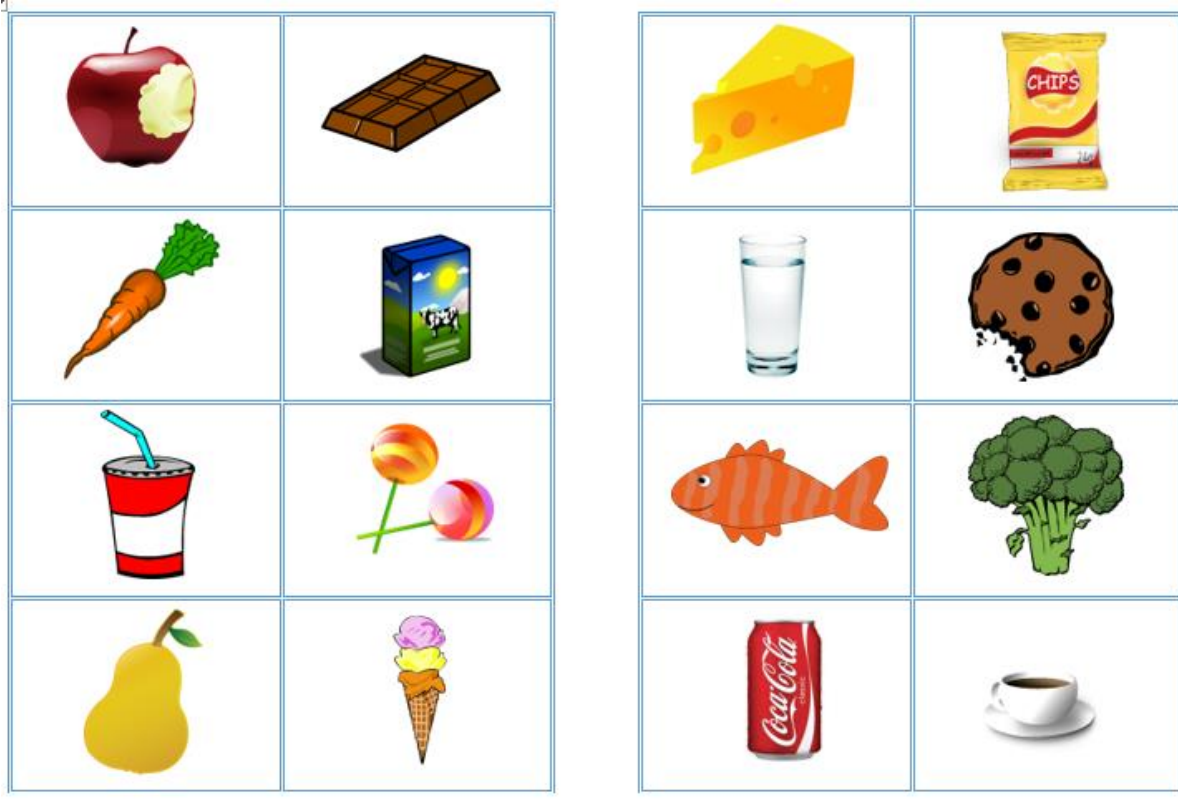
Zadanie nr 4: Zabawa matematyczna. „Policz i wskaż”

Wskazówki dla rodziców: Drogi Rodzicu do zabawy przygotuj kostkę do gry planszówek, pokaż dziecku obrazki przedmiotów niezbędnych do pracy lekarza, poproś, aby je nazwał, a następnie policzyło i wskazało taką samą liczbę oczek na kostce





Zadanie nr 5: „Witaminkowo” - segregacja artykułów spożywczych na te, które służą naszemu zdrowiu i te, które mu szkodzą. *Dzieci wskazują palcem*



I z tym zadaniem świetnie sobie poradziliście. Dzięki waszej pomocy Zdrowiś wrócił do domu. Pozostawił Wam list:

„Drogie Dzieci!

Przepraszam, że zniknąłem tak nagle bez pożegnania, ale wrota „Krainy Zdrowia” otworzyły się, gdy rozwiązaście wszystkie zadania.

Nie chciałem Wam przeszkadzać, a czekać nie mogłem. Teraz jestem już w domu. O spotkaniu z Wami opowiedziałem moim kolegom oraz o sposobach jak należy dbać o własne zdrowie.

Bardzo dziękuję Wam za pomoc. Będę o Was pamiętał.

Zdrowiś.

Życzymy miłego weekendu. Do poniedziałku.

Wasze Ciocie; Barbara Stachura Beata Mika