

Propozycja zajęć na piątek 27.11.2020

Witamy Was drogie Biedroneczki i zapraszamy do wspólnej zabawy.



DZIŚ ZAPRASZAMY DO WSPÓLNEGO PRZYGOTOWANIA ZDROWYCH KANAPEK

Temat: Wykonanie zdrowych kanapek.

Ćwiczenia i zabawy ruchowe

Cele: -zachęcanie do wykonywania prostych potraw;

- przestrzeganie zasad higieny podczas wykonywania kanapek.
- rozwijanie sprawności fizycznej

Aktywność: społeczno- przyrodnicza, ruchowo-zdrowotna, artystyczna

1. Powitamy się znaną zabawą do piosenki „Ręce do góry”

Zaczynamy!!!

<https://www.youtube.com/watch?v=OmAZquWgp9A>

2. Zapraszamy teraz do przygotowania wspólnie z rodzicami zdrowych kanapek.

Nie zapomnijcie umyć rąk !



3. Rodzic pyta dziecko:

- Czego potrzebujemy, żeby zrobić kanapki?
- Kiedy jemy kanapki?
- Jak zaczynamy robić kanapki?
- Co powinniśmy zrobić po skończeniu robienia kanapek?

4. Przygotowanie kanapek z dostępnych w domu produktów spożywczych np.

Ciemne pieczywo, masło, ser żółty, szynka, jajka ugotowane na twardo, rzodkiewka, pomidory, ogórki, szczypiorek, sałata, ser biały, sól.

5. Dzieci oglądają produkty, nazywają je.

6. Wykonanie kanapek-(poniżej kilka propozycji)

Rodzic rozkłada deski do krojenia

- Dziecko smaruje masłem kromki za pomocą plastikowych nożyków. Komponuje kanapki według własnego uznania, pamiętając o tym, żeby było na nich jak najwięcej składników.
- Porządkowanie miejsca pracy
- Degustowanie przygotowanych kanapek.

SMACZNEGO!



**7. Wicie, że ruch to zdrowie więc teraz zapraszamy do ćwiczeń i zabaw ruchowych.
Ćwiczenia logarytmiczne.**

Dzieci poruszają się zgodnie z rymowanką i wykonują ćwiczenia

Zrób do przodu cztery kroki

i rozejrzyj się na boki.

Teraz przysiad, wyskok w górę,

jakbyś chciał dotrzeć chmury.

Już na prawej nodze skaczesz,

lewą trzymasz, nie inaczej.



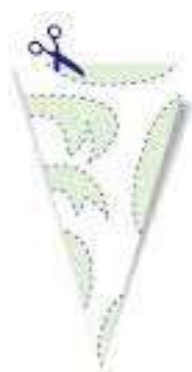
<https://www.youtube.com/watch?v=2BQCCiJudZ8> – Ćwiczenia dla dzieci- prawidłowa postawa

8. Mamy jeszcze zadanie dla chętnych dzieci - Wycinanie serwetek z papieru.

Potrzebne będą: papier, nożyczki;

Oto przykłady:





Powodzenia!

Dziękujemy. Miłego dnia i całego weekendu.

Halinka Bieniek i Ula Kaszuba