

15.04.2021r.

Temat: „Kolorowe witaminy”

Cele:

- Poznanie produktów, które zawierają witaminy
- Ćwiczy prawidłowy oddech
- Doskonali słuch fonematyczny



- „Zdrowie” – wysłuchanie wiersza I. Salach, wprowadzenie do rozmowy na temat witamin i produktów, w których są one zawarte.

*Wszystkie dzieci chcą być zdrowe,
wiosną, latem czy jesienią
i dlatego o tej porze
witaminy sobie cenią.
Tomek zjada liść sałaty,
jabłko chrupie mała Ania,
a rzodkiewki i ogórki
na surówkę potnie Hania.
Grześ surówkę palcem trąca,
wcale miska go nie nęci.
Zjadaj Grzesiu, będziesz zdrowy,
trzeba tylko trochę chęci.
Zjesz surówkę, to urośniesz,
ale Grzesio robi miny
i nie wierzy, że w tej misce
siedzą same witaminy.*

Rozmowa z dzieckiem na temat zdrowego odżywiania, można pokazać świeże warzywa i owoce (warzywa umyte, w miarę potrzeby obrane ze skóry), może dać dziecku do skosztowania. Dzieci określają smak, zapach i kolor spożywanych warzyw. Wspólnie zastanawiają się, w jakich produktach, oprócz warzyw i owoców, są zawarte witaminy

Plansza ze zdrowymi produktami:

<https://1.bp.blogspot.com/-Ah-7Ex5MxUs/VwP1oZ3mPNI/AAAAAAAAAH9Y/q-sUCWgTspA1QVqcnTik-R26-IE0K3GQ/s1600/-plansza%2B2.png>

Zabawa matematyczna – segregowanie owoców i warzyw ze względu na ich kształt. Rodzic rozkłada przed dziećmi szablony owoców i warzyw albo prawdziwe owoce i warzywa, które aktualnie ma w domu. Zadaniem dzieci jest je pogrupować zgodnie z poleceniami:

Połóż z jednej strony te owoce i warzywa, które są okrągłe (jabłko, mandarynka, pomidor, seler), a z drugiej te, które są podłużne (ogórek, por, cukinia, pietruszka, marchew). Których warzyw jest więcej?

Zabawa matematyczna – segregowanie owoców i warzyw ze względu na ich kolor.

Rodzic rozkłada kartki w kolorze: czerwonym, żółtym i zielonym. Dzieci wykonują polecenia :

ułóż na każdej kartce owoce i warzywa, które mają taki sam kolor jak one. (pomidor, jabłko, papryka, cytryna, cebula, jabłko, kiwi, ogórek).

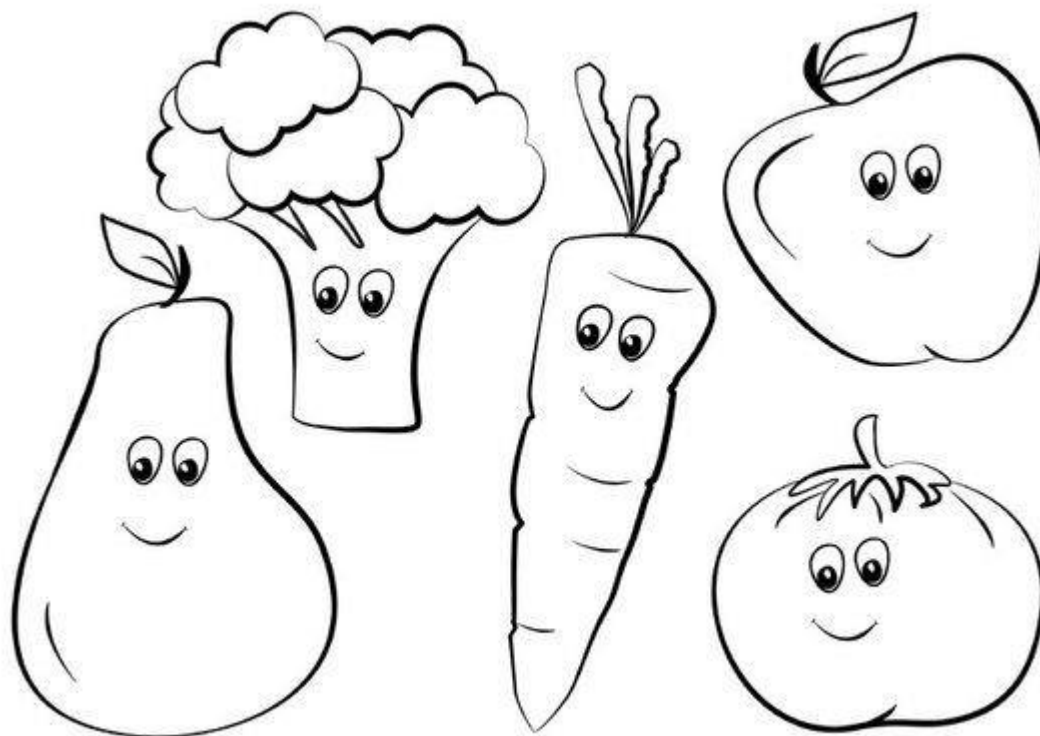
Na której kartce jest najwięcej (najmniej) elementów?

Który owoc pojawił się na dwóch kartkach?

Zabawa z piosenką „ Witaminki, witaminki”

<https://www.youtube.com/watch?v=nYg5TJhjOEs>

Pokoloruj mnie, abym wyglądał zdrowo:



https://cdn.arena.pl/c04aabdbc6ef9e77dce63e31feedb947-product_lightbox.jpg

„Dmuchamy na choroby” – ćwiczenia oddechowe, dmuchanie przez słomki na konfetti (małe skrawki papieru, watę czy bibuły). Na rozgrzewkę dzieci wykonują po kilka oddechów w różnych pozycjach: – w pozycji stojącej; – w pozycji leżącej – głęboki wdech z uniesieniem klatki piersiowej i długi wydech zakończony rozluźnieniem całego ciała; – w pozycji siedzącej i klęczącej – dziecko siedzi ze skrzyżowanymi nogami: wdech z uniesieniem ramion, wydech z opuszczeniem ramion. Następnie dajmy dziecku pojemnik w którym umieszczone będzie nasze konfetti czy wata. Na sygnał każde dziecko zaczyna dmuchać na swoje konfetti, tak by je „przedmuchać” np. na drugi koniec stołu.

„Dokończ słowo” – dzielenie wyrazów na sylaby, dopowiadanie słów rozpoczętych przez inną osobę. Rodzic wypowiada wyraźnie słowa (związane z omawianą tematyką: nazwy chorób, medykamentów, ziół itp.). Dzieli te wyrazy na sylaby, np. gry-pa, ter-mo-metr, sy-ro-py, wi-ta-mi-ny, ru-mia-nek, mię-ta, czos-nek, an-gi-na, ka-tar. Następnie dzieli słowa na sylaby wspólnie z dzieckiem, które je powtarza oraz prawidłowo dzieli je na sylaby. Dla ułatwienia i wzmocnienia klaszczą w dłonie.

Zabawa słowna **„Dokończ zdanie”**.

Dzieci kończą zdania rozpoczęte przez rodzica. (żeby ułatwić im zadanie, rodzic może podać pierwsze sylaby brakujących wyrazów).

Przykłady zdań: *Witaminy są w owocach i... (warzywach).*

Gdy jesteśmy chorzy, idziemy do... (lekarza).

Pomidor jest okrągły i ma kolor... (czerwony).

Przed jedzeniem musimy umyć... (ręce).

Ziemniak jest warzywem, a jabłko... (owocem).