

ZDROWO JEMY I ROŚNIEMY !

Witamy wszystkie „Jeżyki” i ich rodziców.

Zapraszamy Was do zabawy.

1.Słuchając piosenki poruszajcie się tak, jak pokazują to bohaterowie filmu:

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

2.Aby zdrowym i silnym być, trzeba się prawidłowo odżywiać. Dużo witaminek potrzebnych dzieciom i dorosłym ukrytych jest w owocach i warzywach, które bardzo często kupujemy w sklepie.



Spróbuj nazwać przedstawione poniżej **owoce** i powiedzieć jaki mają kolor.



Maliny



Truskawka



Arbuz



Pomarańcza



Banany



Winogrona



Jabłko



Gruszka

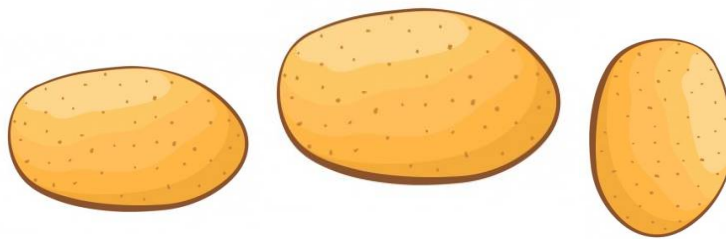


Kiwi



Śliwka

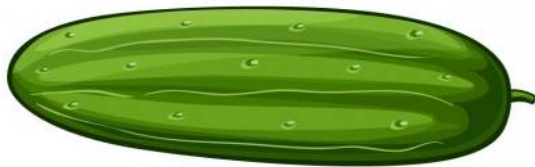
Spróbuj nazwać przedstawione poniżej **warzywa** i powiedzieć jaki mają kolor.



Ziemniaki



Marchew



Ogórek



Cebula



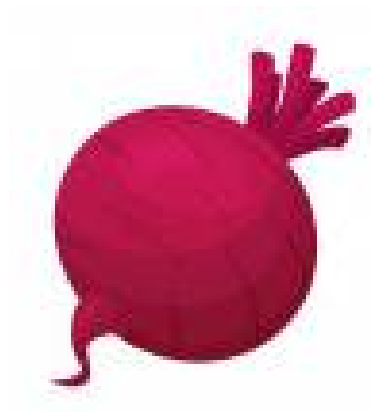
Pomidor



Brokuł



Kukurydza

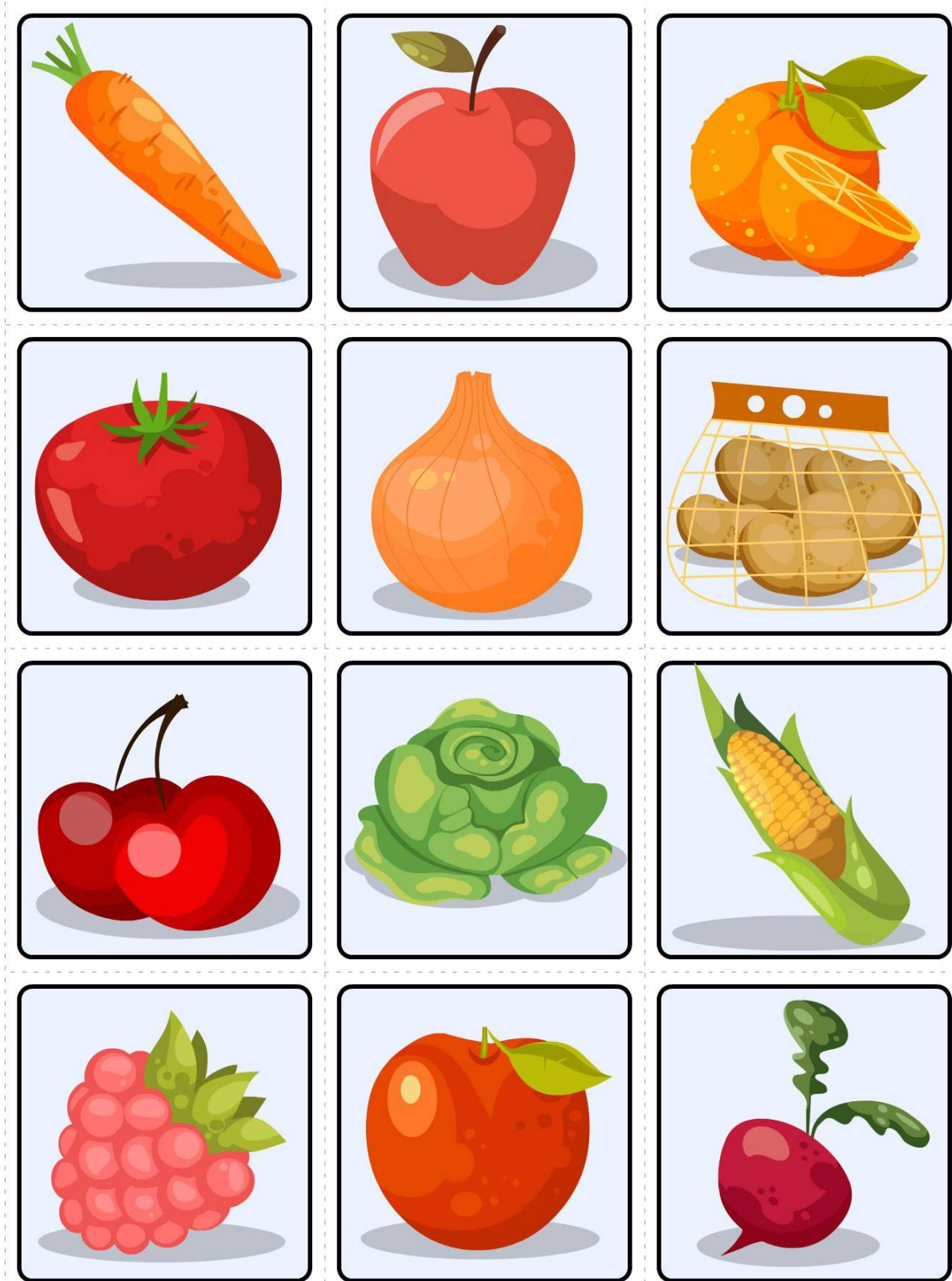


Burak



Rzodkiewka

3. Rodziców prosimy o wydrukowanie planszy z owocami i warzywami, oraz wycięcie elementów po wyznaczonych liniach. Potrzebne będą dwa talerze papierowe (mogą być narysowane na kartce).
Zadaniem dzieci będzie ułożenie na jednym talerzu samych owoców, na drugim talerzu samych warzyw.



4. A oto kolejna zabawa.

Wyklej brakujące miejsca plasteliną lub zamaluj białe kropki kredką w odpowiednim kolorze.



5. Odpowiedz na pytania:

Co należy zrobić z owocami zanim będziemy je jeść? (*umyć owoce*)

Czy owoce możemy jeść surowe? Czy możemy je chrupać? (*tak*)

Co możemy zrobić z owoców? (*sałatki, soki, koktajle, kompoty itp*)

Dzieciom i rodzicom proponujemy przygotowanie pysznego soku owocowego.

<https://www.youtube.com/watch?v=01-sjfKMdHU>

Wesołej zabawy!

Pani Gosia i Pani Kinga