

GRUPA PSZCZÓŁKI

Maj 2026



I BLOK TEMATYCZNY „KSIĄŻKA MÓJ- PRZYJACIEL”

II BLOK TEMATYCZNY „ŚWIĘTO MAMY I TATY”



KALENDARZ ŚWIĄT NIETYPOWYCH maj

	3 maja – Dzień Słońca	
	3 maja – Dzień bez Komputera	
	4 maja – Dzień Strażaka	
	8 maja – Dzień Bibliotekarza i Bibliotek	
	9 maja – Święto Unii Europejskiej	
	11 maja – Światowy Dzień Bez Śmiecenia	
	15 maja – Międzynarodowy Dzień Rodzin	
	15 maja – Dzień Polskiej Niezapominajki	
	18 maja – Międzynarodowy Dzień Muzeów	
	20 maja – Światowy Dzień Pszczół	
	21 maja – Światowy Dzień Kosmosu	
	22 maja – Dzień Praw Zwierząt	
	24 maja – Dzień Ślimaka	
	25 maja – Dzień Królowej	
	26 maja – Dzień Matki	
	31 maja – Światowy Dzień Papugi	
	31 maja – Dzień Bociana Białego	

www.dzieckiembadz.pl

TEGO SIĘ UCZYMY:



Mamo i Tato dziś Wam dziękuję”

Zwrotka 1:

Kto mnie przytula, bajki mi czyta?
Kto mnie z uśmiechem rano przywita?
Dba o mnie zawsze każdego dnia,
To moja Mama, co serce mi da!

Refren:

Mamo i Tato, dziś Wam dziękuję!
Moje serduszko Wam podaruję!
Bardzo Was kocham, czy o tym wiecie?
Jesteście najlepsi na całym świecie!

Zwrotka 2:

Kto na wycieczkę ciekawą zabierze?
Kto mnie nauczył jazdy na rowerze?
Tata mnie wspiera, daje mi siły,
By moje dni radosne były!

Zwrotka 3:

Gdy jest mi smutno, Mama wysłucha,
Dobre słowo szepcze do ucha.
Tata za rękę dzielnie prowadzi,
W każdym kłopotcie zawsze doradzi!

„To dla Mamy i dla Taty”

To dla Mamy i dla Taty
Mamy dzisiaj kwiaty
Obrót w lewo oraz skok
Śpiewam cały rok
To dla Taty i dla Mamy
Bardzo Was Kochamy
Obrót w prawo oraz skok
I do przodu krok



WARTO WIEDZIEĆ:

„Zdrowy Przedszkolak”

Kiedy dziecko zaczyna chodzić do przedszkola jego odporność znacznie spada. Jest to ważny czas do pobudzenia układu immunologicznego. Jak więc pomóc dziecku przejść przez pierwsze miesiące przedszkola w zdrowiu? Oto kilka rad:

1. Pełnowartościowa dieta – powinna być urozmaicona, zawierać produkty mleczne, chude mięso, ryby a także witaminy i minerały. Codziennie należy spożywać porcję warzyw i owoców. W diecie dziecka można również wykorzystać produkty naturalne wpływające na odporność, czyli miód, maliny, cebula. Ważna jest regularność posiłków, 4-5 razy dziennie. Należy unikać sztucznie przetworzonej żywności. Starajmy się pokazać dziecku nietypowe zastosowania dla produktów, np.: szpinak nie musi być zieloną papką lecz nadzieniem do pierogów, które dziecko samo przyprawi lub dodatkiem do „ufoludkowych naleśników”.

Ryba może być zdobyczą pirata, pokrojona na niewielkie kawałki i wbita w wykałaczki.

2. Dobrze dobrana odzież – temperatura powietrza w okresie jesiennym w ciągu doby jest zmienna. Zły dobór ubioru jest o tyle szkodliwy, że może dojść do przegrzania z powodu zbyt grubej odzieży i odwrotnie, do wychłodzenia w przypadku zbyt cienkiego ubranka. Lepiej więc założyć kilka warstw odzieży które dziecko będzie w stanie samodzielnie zdjąć. Ważny jest również dobór materiałów naturalnych, przepuszczających powietrze.

3. Ruch to zdrowie – jeżeli go brakuje bariery obronne organizmu ulegają osłabieniu, czego przyczyną są częste infekcje. Dlatego minimum godzinny spacer powinien być stałym elementem dnia. Można wybrać się na plac zabaw, pograć w piłkę lub zachęcić do jazdy na rowerze. Można poszukać wspólnie oznak jesieni, nazbierać jesiennych skarbów, podziwiać piękno otaczającej przyrody. Można wspólnie pospacerować brzegiem morza i poszukać muszelek i kamyków.

4. Hartowanie – poza codziennymi spacerami ważne jest wietrzenie pomieszczeń. Temperatura nie powinna przekraczać 20 stopni Celsjusza. Jeśli istnieje taka możliwość korzystna jest raz na jakiś czas zmiana klimatu. Należy również izolować dziecko od dymu papierosowego, który wpływa na choroby układu oddechowego.

5. Mycie rąk – częste mycie rąk zmniejsza ryzyko przenoszenia infekcji. Aby ta czynność nie tylko kojarzyła się z obowiązkiem warto wprowadzić zabawy w „mycie rąk” i nauczyć dziecko kilka rymowanek, które będą sygnałem do mycia rąk:

„Mam dwie małe rączki i 10 paluszków
Przed obiadem nie może być na nich żadnych brudów i okruszków”
„Każde grzeczne dziecko wie,
że po zabawie rączki myje się”
„Lewa rączka pod wodę, a w prawą mydło
Zrobię dużo piany i kilka bąbelków.
Kiedy już pobawię się w pachnącej pianie,
Czystymi rączkami pochwalę się mamie”.

6. Odpooczynek – dziecko powinno spać ok. 9-10 godzin na dobę. Często mnogość wrażeń w ciągu całego dnia sprawiają, że dziecko nie może zasnąć lub nie chce się położyć z powodu dużego pobudzenia. Ważne są codzienne rytuały:

- stałe i niezmiennie godziny jedzenia kolacji i kąpieli,
- słuchanie wybranej kołysanki,
- oglądanie lub czytanie bajki.

Dzieci uwielbiają jeśli zdarzenia w ciągu dnia następują po sobie, są im znane, wiedzą, co wydarzy się dalej. Wprowadzają bowiem w rytm dnia spokój, porządek a w konsekwencji dają dziecku poczucie bezpieczeństwa, które jest nieodzowne dla prawidłowego Jego rozwoju.

POCZYTAJ MI MAMO, POCZYTAJ MI TATO

Strach, który uratował przyjaciół

W Lesie Mądrości dzień budził się ze snu, przeciągając się leniwie wśród śpiewu ptaków i zapachu leśnych owoców.

Lisek Dobrusek siedział na tarasie swojego domku. Popijał jagodową herbatkę i zapisywał w pamiętniku ostatni sen o fruującym kocyku. Zielona chustka zwisała mu z szyi, a rude futerko mieniło się w słońcu.

Nagle, jak strzała z bagienka, przybiegła Żabka Fajtłapka. Jej różowa czapeczka powiewała jak chorągiewka, a koszula w hawajskie kwiaty tańczyła razem z wiatrem.

– Lisku! – zawołała. – Chodź szybko! Na Wietrznym Wzgórzu leży taki niezwykły kamień!

– Kamień? – zapytał Dobrusek, odkładając pamiętnik.

– Ma kształt serca i wygląda jak stworzony do mojego nowego tańca. Już widzę, jak skacze i wiruje na jego powierzchni!

Lisek poczuł dziwne ściśnięcie w brzuszku. – Na kamieniu? Brzmi to niebezpiecznie! – szepnął cichutko, czując lekkie drżenie w łapkach.

– Dobrze, chodźmy – skinął głową i ruszył za Żabką.

Ścieżka kręciła się to w lewo, to w prawo, raz w górę, raz w dół... Wiatr bawił się w chowanego z gałązkami, a chmurki na niebie zmieniały kształty, jakby ciągle chciały coś nowego opowiedzieć.

Gdy dotarli na szczyt, kamień błyszczał w słońcu i miał brzegi gładkie, jakby ktoś starannie je wyszlifował. Leżał jednak niepokojąco blisko przepaści.

– Patrz! – zapiszczała Żabka i jednym skokiem wskoczyła na kamień. – Tu zatańczę mój walc z trzema podskokami!

Lisek nagle się zatrzymał. Serce biło mu mocno, a na karku poczuł dreszcz.

– Fajtłapko, nie! – zawołał. – Zejdź! To zbyt blisko krawędzi... to naprawdę niebezpieczne!

– Oj tam, to tylko strach! – roześmiała się Żabka. – Przecież on nie zna się na tańcu!

I wtedy... kamień drgnął. Najpierw lekko. Potem mocniej.

– Uważaj! – krzyknął Lisek i chwycił przyjaciółkę za łapkę. Pociągnął ją do siebie z całej siły.

Miękka trawka złagodziła ich upadek. Przez chwilę cały las wstrzymał oddech.

W tej samej chwili kamień osunął się z hukiem i potoczył w dół przepaści, aż słychać było głośnie uderzenia o skały.

Żabka patrzyła szeroko otwartymi oczami na miejsce, gdzie jeszcze przed chwilą stała.

– Ojej... – szepnęła. – Gdybyś mnie nie powstrzymał... mogłam spaść razem z nim.

Lisek otarł pot z czoła.

– Nie ja cię uratowałem, tylko mój strach – powiedział spokojnie. – To on pierwszy mnie ostrzegł.

Żabka zmarszczyła nosek.

– Ale ja zawsze myślałam, że strach jest zły i tylko przeszkadza w zabawie...

Lisek pokręcił głową.

– Ja też tak sądziłem. Ale dziś poczułem go w łapkach, w szyi, w całym brzuszku. I zrozumiałem, że strach nie jest wrogiem. To przyjaciel, który mówi: „Uważaj, bo może cię spotkać coś niebezpiecznego”.

Żabka spojrzała na swoje drżące łapki.

– Czyli strach to taki przyjaciel, którego trzeba posłuchać, kiedy nas ostrzega?

– Dokładnie tak – uśmiechnął się Lisek. – On nie zabiera nam radości. Po prostu przypomina, żebyśmy byli ostrożni.

Żabka zeskoczyła kilka kroków niżej i zaczęła tańczyć na bezpiecznej trawie. Jej czapeczka wirowała jak karuzela, a słońce roztańczyło się razem z nią.

Lisek usiadł na miękkim mchu, patrząc, jak jego przyjaciółka kręci piruety w promieniach popołudnia. Serce miał spokojne, a w brzuszku cieplej niż po herbatce.

Wyciągnął z plecaka żółty pamiętnik i zapisał:

„Dziś nauczyłem się, że strach to przyjaciel, który pilnuje, aby nic złego mi się nie stało.”

Później wrócili powoli do domku, rozmawiając cicho o różnych rodzajach strachu – tym, co ostrzega, i tym, co tylko udaje, że jest groźny.

Wieczorem, gdy gwiazdy świeciły jasno nad Lasem Mądrości, Lisek położył się wygodnie, otulił kocykiem i wyszeptał:

– A teraz już czas na spokojny sen.

POKOLORUJ:



Wych.Beata Królak

