**WITAM WAS MOI DRODZY!**

**Jak co dzień, mam dla Was zadania do pracy.**

Dzisiaj na powitanie spróbujcie przy słowach piosenki;

**„ Gimnastykuj się codziennie”**

troszkę się poruszać, a potem przypominając sobie niektóre z naszych ćwiczeń i zabaw ruchowych wykonajcie je samodzielnie w domu.

Możecie poprosić kogoś starszego lub swoje rodzeństwo o wspólna zabawę z Wami.

Później, kiedy już wygodnie usiądziecie, dokończcie zdanie :

**LUBIĘ ĆWICZYĆ, BO…..**

Ćwiczenia wprowadzają nas w dobry nastrój- jesteśmy zmęczeni, ale zadowoleni, uśmiechnięci, krew krąży nam szybciej w żyłach . A serce ?

Czujecie jego pracę? Ono lubi to! :)

A czy pamiętacie, co jeszcze pomaga nam być zdrowym? (burza mózgów: sen zdrowe odżywianie, higiena)

Czy wiecie, co znaczy słowo**” HIGIENA?** Spróbujcie wyjaśnić.

Na pewno udało się wam odpowiedzieć na to pytanie. Higiena to dbanie o czystość. Ale czego? ( odpowiedzi- ciała: włosów, jamy ustnej, snu…)

**Znajdźcie w domu przedmioty, służące do higieny.**

**Czy wiesz, jak się nazywają?**

**Wykonaj zadanie w KARTACH PRACY na str. 71 i 72.**

**W dzisiejszym dniu, chciałabym, abyście wykonali SUPER ZADANIE!**

**Czy myliście sobie kiedy samodzielnie głowę?**

**Myślę, że tak ale komuś… to już nie lada wyzwanie.**

**Poproś dorosłego, aby wydrukował dla ciebie kartę z sylwetką.**

**Następnie włóż ją do przezroczystej koszulki.**

**Potem nalej na głowę kilka kropli mydła lub szamponu i kolistymi ruchami umyj głowę.**

**Potem wyjmij kartkę z koszulki i doklej włosy z włóczki .**

**Potem możesz uformować fryzurę za pomocą nożyczek.**



**Jeśli będzie ci się nudziło, poproś kogoś dorosłego o przeczytanie opowiadania.**

KUKURYKU NA RĘCZNIKU

Mama woła przed  każdym jedzeniem:

— Zosiu! Tadziku!  Umyjcie ręce!

l co dzień mama musi to powtarzać, a te ręce zawsze zapomną się umyć i potem trzeba wstawać od stołu i biec do umywalni. Czasami są goście, wstyd przypominać.

Mamie bardzo się to sprzykrzyło, więc wreszcie wymyśliła sobie pomocnika.

A ten pomocnik nie byle jaki!

Posłuchajcie:

Wzięła mama długi kawał szarego płótna, wzięła dużo bawełnianych nitek: czerwonych, zielonych, szafirowych, pomarańczowych, żółtych... szyła... szyła... igiełką migała, do siebie się uśmiechała.

Najpierw wyskoczył z szarego płótna żółty dziobek, potem czerwony grzebień, potem piórka: czerwone, zielone, szafirowe, pomarańczowe. Oj! We wszystkich kolorach! A na końcu... na końcu... złote butki, jak to mają kogutki!

l  Kogutek-Złotobutek  był gotów!

A potem mama powiedziała do  Kogutka-Złotobutka:

- Mój  Kogutku-Złotobutku,

wieszam cię tu  na gwoździku,

piejże głośno:  Kukuryku!

Kukurykaj z całej siły,

żeby dzieci ręce myły!

Dzieci wracają ze szkoły, zaglądają do umywalni, a kogutek tam woła:

- Kukuryku!  Kukuryku!  Myj się, Zosiu  i Tadziku!

l od tej pory mama już nie potrzebuje mówić nic o myciu rąk przed jedzeniem, bo kogutek o tym przypomina.

Czasami... czasami... jeżeli są goście i dzieci nie usłyszą, jak kogutek w umywalni pieje, to mama uśmiecha się i mówi za niego cichutko:

— Kukuryku!

A dzieci już dobrze wiedzą, co to znaczy!

 …………………………………………………………………………………….

**Porozmawiaj z mamą na temat opowiadania. Powiedz, co zrobiła mama, żeby dzieci pamiętały o myciu rąk? A czy ty pamiętasz?**

**Wykonaj taki ręcznik według własnego pomysłu! ☺. POWODZENIA**

**Drodzy Rodzice,**

Czas kwarantanny to czas, w którym mamy ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusa, ale nie oznacza, że nie możemy wychodzić z domów. Korzystając z ładnej pogody zachęcamy do rozważnych spacerów z dziećmi, w trakcie których będziecie Państwo unikać dużych skupisk ludzi, np. na placach zabaw. Podczas spacerów zwracajcie Państwo uwagę na to, aby dzieci nie dotykały niepotrzebnych przedmiotów, np. barierek czy poręczy. Dzieci muszą się dotleniać - to jedyny sposób, aby nabrały odporności.  Od wczoraj mamy dodatkowy obowiązek- dotyczy on noszenia maseczek.

**PROSZĘ, PAMIĘTAJCIE O DOKŁADNY UMYCIU RĄK PO POWROCIE DO DOMU!**

****

Dbajcie Państwo o siebie i osoby Wam najbliższe.

**Życzę wszystkim dużo zdrowia i wytrwałości**

**w tej trudnej dla wszystkich sytuacji.**

**Jeżeli Wasze pociechy potrzebują usystematyzować wiadomości na temat obecnej sytuacji, możecie im je przekazać w formie opowiadania dla nich przeznaczonego Oto link : Bajka o złym królu Wirusie i dobrej kwarantannie**

[**https://www.youtube.com/watch?v=6Nrb9XjP1Iw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1ve3GlsXCJv5iIxeBrouz6LnY238W9-ZH8FSVYPZ1Lebl0jguI9aa2wYM**](https://www.youtube.com/watch?v=6Nrb9XjP1Iw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1ve3GlsXCJv5iIxeBrouz6LnY238W9-ZH8FSVYPZ1Lebl0jguI9aa2wYM)

