**Czwartek 23.04.2020r.**

**Zdrowy tryb życia.**

1.Wysłuchanie i nauka wiersza Iwony Rup: ,,Dbamy o zdrowie”.

Zdrowie to jest ważna sprawa,

a więc o nie wszyscy dbamy.

Wiele warzyw i owoców

z apetytem zajadamy.

Jemy sery i jogurty,

sportem też się zajmujemy...

Uśmiechamy się do wszystkich,

no bo zdrowi być pragniemy.

Omówienie tekstu i podsumowanie wiadomości na temat zdrowia. Następnie rodzic pyta: Wiemy już, jak dbać o zdrowie. A co należy zrobić, kiedy jednak zachorujemy? Dziecko podaje swoje propozycje.

- „Kto to taki?” – rozwiązywanie zagadek.

Wyciągnie stetoskop i z uśmiechem obsłucha.

Zajrzy do gardła, zajrzy do ucha.

Stanąć na nogi zawsze ci pomoże.

O kim mówimy? O panu… (doktor)

Sprawdzi stan twojego uzębienia.

Sprawi, by uśmiech na buzi promieniał. (stomatolog)

Kiedy oko boli cię lub zaczynasz widzieć źle,

wtedy idź do specjalisty, czyli do... (okulista)

Pogadanka na temat specyfiki wyżej wymienionych zawodów: doktor (lekarz) pediatra, okulista, stomatolog. Zwrócenie uwagi na ważną rolę osób wykonujących tę pracę i konieczność korzystania z ich usług ze względu na zdrowie.

2. „Co jest dobre dla naszego zdrowia?” – zabawa z rysowaniem.

Rodzic ilustruje na kartce w prosty sposób przedmioty lub czynności. Dziecko próbuje odgadnąć, co przedstawia rysunek. Ocenia, czy jest to dobre dla zdrowia, czy nie. Np.: jabłko (TAK) marchewka ( TAK), cukierek (NIE), osoba kopiąca piłkę – sport (TAK) , woda (TAK). Rodzic zwraca uwagę na różne czynniki przyczyniające się do zachowania zdrowia, takie jak: ruch, zdrowe odżywianie, odpowiednie ubieranie się do pogody.

**Dzieci starsze**

**,,Nowa Trampolina pięciolatka” część 4, strona 12, ćwiczenie 1**