**Piątek 24.04.2020r.**

**Przepis na zdrowie.**

1.Utrwalenie piosenki ,,Przepis na zdrowie”.

 A ja przepis znam na zdrowie,

 jak stosować go opowiem.

 Kilka dobrych rad się przyda,

 żeby zdrowym być jak ryba.

 Nie grymaszę, gdy mleko na stole,

 nie odmawiam zjedzenia śniadania,

 zawsze chętnie wychodzę na spacer,

 odpowiednie zakładam ubrania.

 Myję ręce przed każdym posiłkiem,

 jem owoce i świeże warzywa.

 Zęby co dzień szoruję dokładnie,

 każda ze mną bakteria przegrywa.

 Są dla dzieci także zdrowe,

 gimnastyka, piłka, rower.

 Dobry humor, uśmiech mamy

 I zabawy z kolegami.

 Nie grymaszę…………

2.Zabawa matematyczna „Jaka cyfra?”. Rodzic układa po swojej prawej stronie wycięte kartoniki przedstawiające cyfry od 1 do 8. W pudełku obok leżą patyczki( kredki). Dziecko zamyka oczy i losuje jeden kartonik. Jego zadaniem jest wyjęcie tylu patyczków, ile wskazuje cyfra, i ułożenie z nich dowolnego kształtu.

3. Zabawa ćwicząca dużą motorykę „Na łące”. Dziecko zamienia się w zwierzęta żyjące na łące. Naśladuje je ustalonymi ruchami, np.: biedronka – biega, wymachując rękami, zając – podskakuje obunóż z rękami uniesionymi do góry na kształt uszu, żaba – podskakuje obunóż, owca – chodzi na czworakach.

**4.**Praca plastyczna „Aktywny czas z rodzicami” – przedstawienie przy użyciu kredek lub farb rodziny podczas aktywnego wypoczynku.

**Dzieci starsze**

**,,Nowa Trampolina pięciolatka” część 4, strona 13, ćwiczenie 2**

 **Książka ,,Emocje” - ,,Kwiecień plecień” str. 18-19**