**DBAMY O ZDROWIE**

*( opr. Hanna Dąbrowska)*

**PONIEDZIAŁAEK ( 9.11.20 )**

**Temat dnia: KIEDY MAMY KATAR**

**I. RANEK**

1.Zabawa ruchowa z elementem rzutu i celowania **„Witaminki**”- rodzic ustawia na środku pokoju pudełko a dziecko wrzuca do niego małe piłeczki lub drobne zabawki, – czyli witaminki,które są potrzebne dziecku do wzmocnienia organizmu np. po przebytej chorobie

2.Bajka o korona wirusie Covid 19 dla dzieci i jak przeciwdziałać wirusowi. [www.youtube.com/watch?v=vgOjaF\_ZZgg](http://www.youtube.com/watch?v=vgOjaF_ZZgg)

3.Śpiewające Brzdące - Przegoń wirusa - Piosenki dla dzieci

[www.youtube.com/watch?v=QT-2bnINDx4](http://www.youtube.com/watch?v=QT-2bnINDx4)



**II. Temat: „Katar”- ćwiczenia słownikowe w oparciu o tekst Jadwigi Kaczanowskiej**

Rozmawiamy z dzieckiem na temat chusteczek higienicznych.

Czym są? Do czego służą chusteczki higieniczne? Dlaczego są mile w dotyku i delikatne?

Dlaczego powinniśmy wycierać nos chusteczka? Czy wszyscy tak robią?

Masaż twarzy chusteczkami higienicznymi ( czoło, broda, policzki, nos, brwi, usta, itd.)

**Słuchanie wiersza.**

Złapał katar Katarzynę

I nas także dopaść może.

Trzeba sprytnie go unikać,

Bo z katarem żyć niedobrze.

A psik! A psik!- Nos czerwony.

A psik! A psik!- Głowa boli,

A psik! A psik!- Precz z katarem,

Zmykaj od nas jak najdalej.

Złapał katar Katarzynę,

A my złapać się nie damy.

Niech sam sobie kicha, prycha,

My ważniejsze sprawy mamy.

Rozmowa na temat wiersza:

Kiedy mówimy, że mamy katar? Kiedy możemy mieć katar ?

Jaki głos wydajemy, kiedy kręci nas w nosie i kichamy?

Co, zrobić, żeby nie dopadł nas katar?

* Zabawa ruchowa „Katar”- dziecko biega na hasło„ katar”, zatrzymuje się i mówi „A psik”, „A psik” dalej biega.
* MIX - KARETKA POGOTOWIA - ŚPIEWAJĄCE BRZDĄCE 100 MINUT PIOSENEK DLA DZIECI <https://www.youtube.com/watch?v=gCWc8CFLzAg>
* Zabawa tematyczna "U lekarza"- dziecko bawi sie w lekarza, odzwierciedla w zabawie swoje wiadomości o pracy służby zdrowia; gromadzi przybory do kącika lekarskiego i nazywa je.

**Zabawy ruchowe na świeżym powietrzu**.

1.Masujemy plecy: „Świeci słonko świeci, a chmurka się skrada, zasłoniła słonko, deszczyk będzie padał’( masujemy plecy naprzemiennie, raz rodzic, raz dziecko).

2.Taniec w liściach, bukiet z liści.

3.Pokonujemy naturalne przeszkody w ogrodzie.



**Zabawy dodatkowe .**

**„ O zdrowiu” - zabawy przy piosence (muz. sł. Danuta i Karol Jagiełło)**

1.Czyste ręce mam, bo je myję sam,

Mydłem, szczotką, ciepłą wodą,

Tryskam zdrowiem i urodą.

Czyste ręce mam, bo je myję sam,

Bo je myję zawsze sam.

2.Czyste zęby mam, bo je myję sam,

Pastą, szczotką, ciepłą wodą,

Tryskam zdrowiem i urodą.

Czyste zęby mam, bo je myję sam.

3.Czysta buzię mam boja myję sam

Mydłem, gąbka, ciepłą wodą,

Tryskam zdrowiem i urodą.

Czystą buzię mam,

Bo ją myję zawsze sam

Bo je myję zawsze sam.

Rozmowa na temat piosenki.

- Dlaczego dziecko tryska zdrowiem i urodą?

- Co mu w tym pomaga?

# Powiedz, dlaczego mycie rąk jest takie ważne i jakie są etapy prawidłowego mycia rąk. Pokoloruj obrazek.

