



W zdrowym ciele - zdrowy duch!

W dniach 15.11.2021r - 19.11.2021r. w grupie III „Bąbelki” tydzień upłynął pod hasłem „W zdrowym ciele – zdrowy duch!”. Każdego dnia dzieci wykonywały różnorodne zadania promujące działania prozdrowotne.

Podczas naszego tygodnia poznaliśmy zawód dentysty. Nie lada atrakcją dla przedszkolaków była, po uprzednim instruktażu, możliwość mycia zębów na pokazowym modelu szczęki. Wszystkie dzieci doskonale poradziły sobie również z wyczyszczeniem ząbków, na których "zagościły" bakterie.



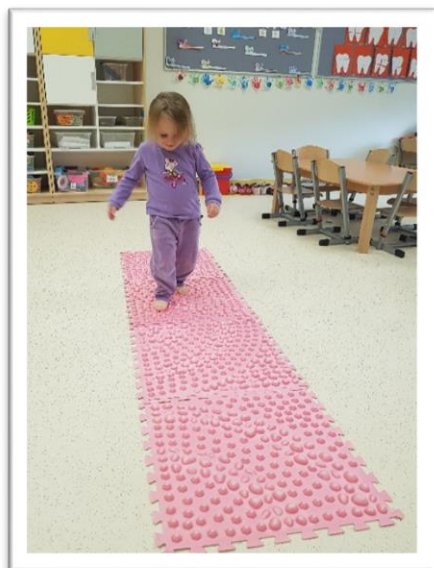
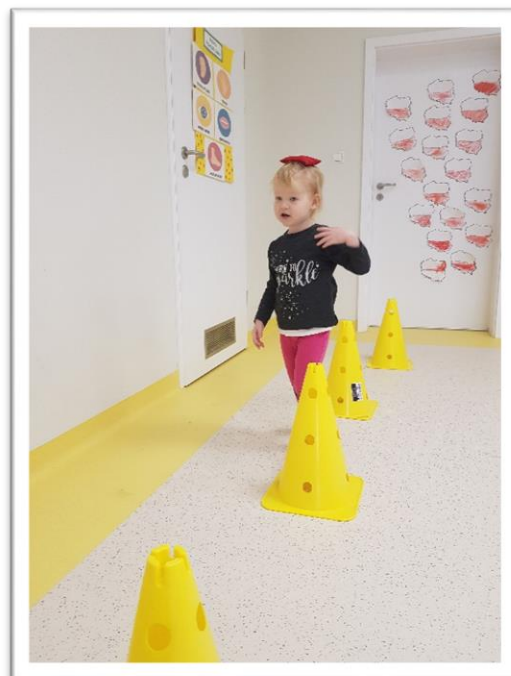
Następnie zajęliśmy się budowaniem odporności poprzez odpowiednią higienę. Wspólnie omówiliśmy czynności, które wzmacniają odporność i związane są z utrzymaniem właściwej

higieny. A także wykonaliśmy eksperyment „Uciekający pieprz”, który w prosty sposób tłumaczy dlaczego warto myć ręce.

Po tych zajęciach dzieci wspólnie ćwiczyły prawidłowe mycie rąk...



Zabawy ruchowe to najlepszy sposób na wzmocnienie sprawności fizycznej i odporności dziecka. Dlatego też wspólnie pokonywaliśmy tor przeszkód. Dzieci z dużym entuzjazmem i zaangażowaniem podeszły do pokonywania toru przeszkód, przestrzegały obowiązujących zasad i kibicowały sobie wzajemnie.



„Bąbelki” poznały też „Piramidę zdrowia” i zasady zdrowego odżywiania. W trakcie zabawy dydaktycznej omówione zostały poszczególne piętra piramidy żywieniowej, zwrócono uwagę dzieci, iż warzywa i owoce stanowią podstawę zdrowych nawyków żywieniowych, ważne jest także spożywanie różnego rodzaju kasz, makaronów i pieczywa oraz przetworów mlecznych.



A na zakończenie tygodnia wspólnie wykonaliśmy sok owocowo – warzywny.

