**Szanowni Rodzice!**

Za nami 2 tygodnie, w których w kręgu naszych zainteresowań była sprawność fizyczna.

Wiemy, że jest ona niezbędna dla zachowania zdrowia każdego człowieka. Sprawność fizyczna przyczynia się również do naszego dobrego samopoczucia. Dzieci zachęcają wszystkich do zabaw ruchowych, szczególnie tych związanych z zimową porą.

Dzieci wiedzą, gdzie można bezpiecznie bawić się na śniegu i lodzie.

Naszą uwagę i działania edukacyjne skierowaliśmy też na poznawanie zasad racjonalnego żywienia i

prowadzenia zdrowego stylu życia.

Poznaliśmy nieco historię igrzysk olimpijskich oraz gatunki dyscyplin sportowych charakterystycznych dla aktualnej pory roku – zimy. Przypomnieliśmy sobie, jak należy dbać o swoje zdrowie zimą. Pamiętaliśmy o ciepłych strojach oraz ubraniach dla ludzi aktywnych. Dużo czasu poświęciliśmy piramidzie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej.

Rozpoznawaliśmy, co jest zdrowe, a co niekorzystnie wpływa na nasze organizmy.

Dobieraliśmy przedmioty według kształtu, liczyliśmy w zakresie 5, porównywaliśmy liczebność

zbiorów. Nasze zmysły pobudziła piosenka „Zimowa poleczka”.

Sami robiliśmy prace plastyczno-techniczne o tematyce zimowej.

W minionych dniach poznawaliśmy tradycje związane z Tłustym Czwartkiem oraz obchodziliśmy Walentynki w grupie.

W przyszłym tygodniu zajmiemy się wartością jaką jest szacunek do przyrody. Poznamy jej siły.

Propozycje zabaw i form spędzania czasu w gronie rodzinnym:

- Rozmowy o tym, co wydarzyło się w przedszkolu, o prowadzeniu zdrowego stylu życia i aktywnym

sposobie spędzania wolnego czasu nawet wtedy, kiedy aura nie sprzyja aktywności fizycznej,

sposobach dbania o zdrowie w czasie zimy.

- Przeliczanie przedmiotów według określonych cech, koloru, wielkości itp., ustawianie obiektów po

kolei i numerowanie ich, mierzenie długości krokami, stopami.

- Utrwalanie liczebników (zgodnie z możliwościami rozwojowymi dziecka) np. w trakcie zabaw, pobytu na świeżym powietrzu z wykorzystaniem materiału przyrodniczego.

- Kontynuowanie zabaw z rytmami, układanie rytmów, przekładanie ich na ruch itp.

- Zabawy w dzielenie wyrazów na sylaby, głoski, składanie sylab i głosek w wyraz (analiza i synteza) i

wyklaskiwanie rytmu.

- Czytanie opowiadań i wierszy, wspólne śpiewanie piosenek i recytowanie rymowanek.

- Aktywny wypoczynek – spacery, zabawy na świeżym powietrzu, zabawy na śniegu.