

Witamy kochane dzieciaki dziś będziemy zachęcać Was do zdrowego odżywiania się poprzez przygotowanie kanapek „Pływające żaglówki” na liściach sałaty - proponujemy aby zachęcać dzieci do włączania się w różne czynności składające się na życie rodzinne;

Zaczniemy o zabawy „Samochody”

Dzieci udają samochody - wyciągają ręce jakby „trzymały” kierownicę. Rodzic jest policjantem, który mówi kolor światła: czerwony - stój, zielony - jedź. Zabawę powtarzamy kilkakrotnie.

Zapraszamy Was do wiersza:

Moja rodzina

Autor: Bożena Forma

*Moja rodzina
to ja, mama, tata.
Mam też siostrę Alę
i młodszego brata.
Siostra jest wysoka,
czarne włosy ma,
a braciszek mały
skończył latka dwa.*

*Wspólne zabawy,
wspólne spacery.
Zimą na narty
latem rowery.
Czas wolny zawsze
razem spędzamy,
bardzo się mocno
wszyscy kochamy.*

Rozmowa na temat wiersza.

- o czym był utwór?

- co to znaczy "rodzina"?
- z ilu osób składa się twoja rodzina?
- jakie imiona noszą twoi rodzice, dziadkowie?

Wypowiedzi dzieci na temat; W jaki sposób pomagają w domu?, Kto z ich pomocy jest zadowolony?, Czy czuje się z tego powodu szczęśliwy?, W jaki sposób sprawia przyjemność swoim bliskim?, Co robi tata i mama w domu".

Mamy do odczytania list:

OD SKRZATA

Drogie dzieci!

Znam wasze mamusie. Bardzo ją lubię. Martwi mnie jednak ich ciężka praca. Chętnie bym im pomógł, ale jestem już stary i słaby. Wy natomiast możecie wykonać pewne prace w domu, aby waszym mamusiom było lżej. Proponuję, abyście wykonali taką pomocną dłoń, która będzie przypominała wam o waszych obowiązkach domowych. Liczę na was dzieciaki. Skrzacik

Taką pomocną dłonią będzie np. pomoc przy posiłkach. Zachęcamy do wykonania pysznej kolacji:

Regaty na łódkach:

Składniki:

- nieduże jajka kurze (z jednego powstaną 2 koreczki)
- kilka cienkich plasterków sera żółtego twardego
- kawałek sera (plaster grubości 5-10 mm)
- do smaku: sól
- do przybrania: kilka liści sałaty, kilka gałązek cienkiego szczypiorku
- wykałaczki
- sos:
- 3-4 łyżki majonezu
- 1-2 łyżki gęstego jogurtu naturalnego
- 1-2 łyżki ketchupu

Kroki wykonania:

Jajka myjemy, gotujemy na twardo a gdy dobrze wystygną obieramy ze skorupki i przekrawamy wzdłuż na pół. Gruby plaster sera kroimy na kawałki ok. 2x2 cm. Z cienkich plasterków wycinamy trójkąty. Każdą połówkę jajka układamy na kostce sera, oprószamy solą i papryką. Na wykałaczkę nakładamy żagiel (trójkątny plasterek sera) i wbijamy ją aż do podstawy czyli poprzez jajko do kostki sera pod spodem. Żaglówki ustawiamy na półmisku wyłożonym liśćmi sałaty, posypujemy posiekanym szczypiorkiem. W miseczce obok podajemy sos. Do tych koreczków wybierajmy jajka małe aby łatwo było je jeść.

Sos: majonez mieszamy z jogurtem i ketchupem, doprawiamy ew. solą i mieloną papryką w/g własnego smaku, mieszamy dokładnie.



fot. Ika

Smacznego😊

Miłego weekendu życzą ciocie Ewa i Ewelina.