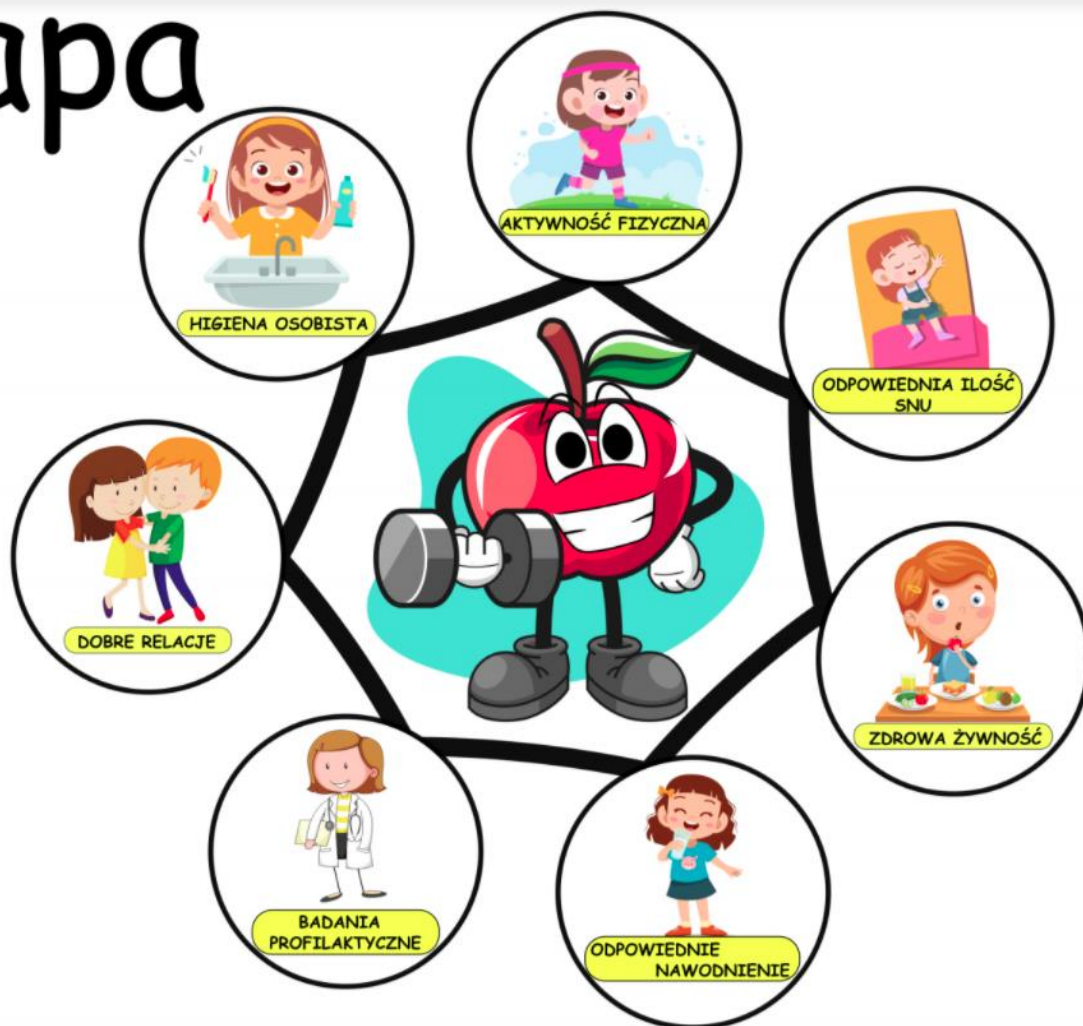




Drogie Żabki, w związku z tym, że w kwietniu obchodzimy „Dzień zdrowia” chciałabym Was zachęcić do propagowania zdrowego stylu życia. Nie możemy się spotkać na warsztatach zdrowego żywienia, więc przesyłam Wam krótką informację i propozycję zabawy.

Oto mapa obrazująca 7 zasad zdrowego stylu życia, powiedz co widzisz na obrazkach.

mapa



Na mapie pojawiła się zdrowa żywność, poproś mamusię albo tatusia o przeczytanie, co oznacza hasło zdrowe odżywianie.

1. Zdrowe odżywianie

1. Jedz regularnie
2. Spożywaj dużo warzyw
3. Często pij wodę
4. Unikaj nadmiaru soli
5. Spożywaj dużo owoców
6. Dbaj o różnorodność posiłków
7. Dokładnie gryź i przeżuвай
8. Unikaj słodczy
9. Pij mleko



© Owca Balbinka

Na koniec zapraszam Was do zabawy w wykreślankę wyrazową, którą znajdziesz poniżej. Wydrukuj, przyjrzyj się i zakreśl pętlą warzywa ukryte w literkach, następnie przeczytaj z pomocą rodzica warzywa z listy i połącz je z odpowiednimi obrazkami- powodzenia!

Dziękuję za współpracę, mam nadzieję,

że skorzystaliście z materiałów! Pozdrawiam Pani Ania Szpakowska

Pamiętajcie: „**W** zdrowym ciele zdrowy duch!”

Kierunki odczytywania wyrazów w poniższych wykreślankach:

Pionowo „z góry na dół”



Poziomo „z lewej do prawej”



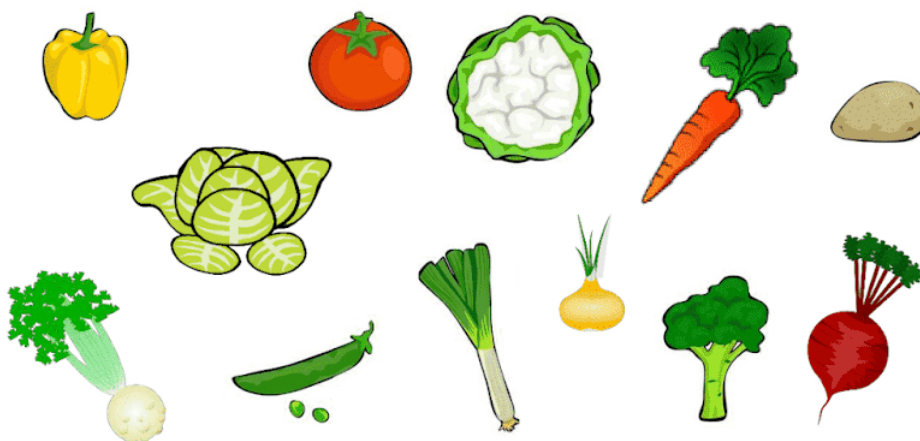
Skośnie „z góry na dół w prawą stronę”



Polecenie: Znajdź nazwy warzyw – otocz je pętlą.

M	A	R	C	H	E	W	I	S	Z
U	P	K	G	E	T	A	L	E	I
B	K	A	L	U	B	B	H	L	E
R	P	L	P	J	D	U	T	E	M
O	O	A	S	R	C	R	L	R	N
K	M	F	A	P	Y	A	R	A	I
U	I	I	Ł	R	R	K	W	B	A
Ł	D	O	A	N	P	T	A	Z	K
P	O	R	T	O	G	Ó	R	E	K
I	R	C	A	F	A	S	O	L	A

1. MARCHEW
2. KALAFIOR
3. PAPRYKA
4. CEBULA
5. BROKUŁ
6. POR
7. ZIEMNIAK
8. BURAK
9. POMIDOR
10. SELER
11. SAŁATA
12. FASOLA



Połącz nazwy warzyw z listy z odpowiednimi obrazkami.

Autor: Agnieszka Kozak

www.terapiapl.blogspot.com