

# „Butelkowe szaleństwo”



Wykonały:

mgr Agnieszka Sztochman

mgr Anna Zapała

Posłuchajcie piosenki  
a następnie spróbuj przedstawić  
ją gestem.

[https://www.youtube.com/watch?v=pRNtFXew\\_VE](https://www.youtube.com/watch?v=pRNtFXew_VE)

# Zamiast ćwiczeń porannych – trochę moich autorskich zabaw z butelką

- ręce wyprostowane i skierowane do przodu, dziecko podaje butelkę z jednej ręki do drugiej, nie może uginać rąk; ćwiczenie wykonuje się w miejscu i w ruchu;

- podawanie butelki z ręki do ręki pod kolanami;
- podrzucanie butelki i chwytanie;
- podrzucanie butelki, klaśnięcie w dłonie i chwytanie;
- podrzucanie butelki, obrót wokół własnej osi i próba złapania;
- trzymanie butelki oburącz i skłony się do jednej i drugiej nogi, na przemian;

- butelka trzymana jest nad głową, ręce wyprostowane - wykonanie krążenia biodrami;
- butelka jest trzymana dwoma rękami, wyprostowanymi, ustawionymi pod kątem prostym do ciała – wykonanie 10 przysiadów;
- przekładanie butelki z ręki do ręki za plecami;

# Po tak wspaniałych ćwiczeniach – czas na zagadki

- „Bardzo proszę wszystkie dzieci, niech wrzucają do nas śmieci.”

Kosze



„Sosnowy, dębowy, stary lub młody. Rosną w  
nim grzyby, rosną jagody.”

Las

„Używamy jej do gotowania, mycia. Potrzebna  
jest ludziom, zwierzętom, roślinom do życia.”

Woda



# A teraz troszkę ciekawostek na temat ekologii

Czy wiesz ile czasu potrzeba , aby pozbyć się całego plastiku z miejsc gdzie on

leży pozostawiony np. w lesie?

Jeśli nie – zobacz ☺



- szklana butelka – nigdy;
- papier - pół roku;
- plastikowa butelka - około 500 lat;
- papieros - 5 lat
- metalowa puszka - 1000 lat;
- owoce, warzywa - do 1 roku;
- guma do żucia - 5 lat.



Na sam koniec naszej dzisiejszej  
przygody – mały quiz  
Odpowiedz : *tak* lub *nie*

- Czy w lesie można śmiecić? (nie)
- Czy śmieci wyrzucamy do kubłów na śmieci? (tak)
- Czy wodę trzeba oszczędzać? (tak)
- Czy można deptać kwiaty w lesie? (nie)

- Czy można wyrzucać śmieci na trawniki? (nie)
- Czy hałas jest szkodliwy? (tak)
- Czy można łamać gałęzie drzew? (nie)
- Czy można w lesie krzyczeć? (nie)

Gratuluje

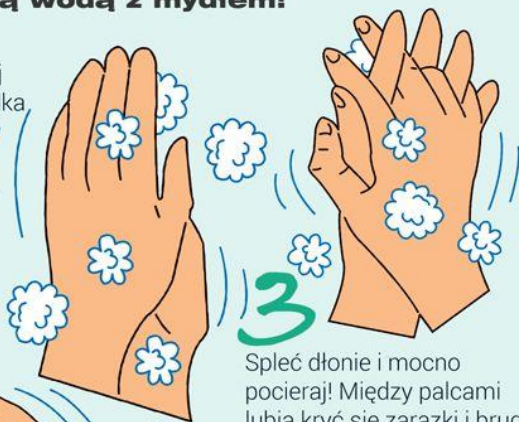


# Chyba już wiecie, co teraz zrobimy. Zapraszam do toalety i myjemy ręce.

## Ściągawka z mycia rąk

**Żeby mycie rąk było skuteczne musi trwać przez pół minuty. Zawsze myjemy ręce ciepłą wodą z mydłem!**

**1** Najpierw umyj dłonie od środka z wierzchu. Mydl, póki nie powstanie piana z mydła. Licz głośno albo w myślach: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10!



**3**

Spleć dłonie i mocno pocieraj! Między palcami lubią kryć się zarazki i brud.



**2**

Potem myj dokładnie palce: jeden po drugim. Teraz też możesz liczyć – każdy palec.

**4**

Na samym końcu umyj nadgarstki – nie zapomnij o tym!

**5**

Opłucz dokładnie ręce i wytrzyj je w swój ręcznik. Gotowe! Oficjalnie zostałeś Mistrzem Czystych Rąk!

Dziękujemy za spędzony razem tydzień.  
Życzymy dużo zdrowia i miłego odpoczynku

