

TEMAT TYGODNIA: „Lato”.

**1 dzień – poniedziałek – „Rośliny mogą leczyć”.**

1. „Spacer” – zabawa dramowa.

Dzieci powtarzają za rodzicem zdania: *Idziemy do mamy przez las.* T zdanie wypowiadają cztery razy na różne sposoby:

- jak dziecko przestraszone

- szczęśliwe

- smutne

- zdziwione.

Dzieci naśladują rodzica, który mówi: *Idziemy pod górę. Tu spotykamy kota (robimy koci grzbiet) i bociana (stajemy na jednej nodze, ręce w bok). Schodzimy ze stromej góry na plażę z rozgrzanym piaskiem. Przechodzimy po kamieniach przez rzekę. Tu spotykamy mamę i przytulamy ją.*

2. „Jaki to kolor?” – zagadki słowne.

Gdy spojrzysz w górę na niebo  
lub chabry zobaczysz w życie,  
już będziesz wiedział na pewno  
o jakim kolorze myślę. (niebieski)

Jakim kolorem pytam wszystkich  
Maluje się fiołki lub śliwki. (fioletowy)

Tego koloru szukajcie w makach  
lub w muchomorze, co rośnie w krzakach. (czerwony)

Marchewka zawsze ten kolor kryje,  
Ale też takie bywają dynie. (pomarańczowy)

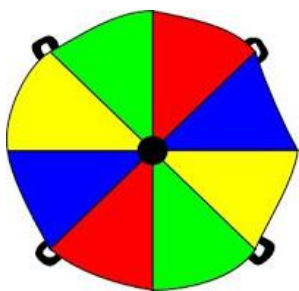
Liście są takie i trawa też.  
Jaki to kolor? Pewnie już wiesz. (zielony)

Słonecznik swą nazwę zawdzięcza słońcu.  
Powiedzcie, jaki kolor je łączy? (żółty)

3. „Kolory lata” – zabawa dydaktyczna

Rodzic pyta dziecka: *Jakie są kolory lata? Dlaczego?*

Następnie pokazuje dziecku chustę animacyjną



Dziecko podaje nazwy kolorów i mówi, z czym im się ten kolor kojarzy.

Następnie rodzic pokazuje dziecku obrazki różnych roślin. Zadaniem dziecka jest przyporządkować obrazek do koloru na chuście animacyjnej.

- kwiat i liść lipy



- liść brzozy brodawkowatej



- kwiat mi liść akacji



- liść maliny z owocem



- liść aronii z owocem



- liść mięty



- liść babki lancetowatej



- liść mniszka lekarskiego



Rodzic pyta dziecko: *jakiego koloru jest najwięcej zdjęć?*

5. „Malowanie kolorów lata” – praca z KP2. 47.

Rodzic czyta dziecku polecenie, dziecko wykonuje zadanie.

6. „Rośliny mogą leczyć” – pogadanka na temat popularnych roślin na podstawie opowiadania M. Szczęśnej „Letnie opowieści – rośliny na mojej działce”.

Rodzic czyta dziecku opowiadanie, dziecko uważnie słucha.

*Gdy rozpoczyna się lato, wszyscy jedziemy na działkę: rodzice, siostra, brat, babcia Asia, pies, żółw, papugi i ja. Mieszkamy wtedy w pięknym miejscu – z jednej strony las, z drugiej łąka, blisko wieś i rzeczka. Na naszej działce rośnie dużo brzoź, sosen, jałowców, krzewów aronii i ziół. Żółw ma tu swoją zagrodę, aby mógł swobodnie poruszać się i jeść, co chce. Papugi przeprowadzają się z ciasnej klatki do przestronnej woliery, którą zrobił tatuś. Piesek biega*

*jak szalony, sprawdza wszystkie swoje miejsca i zaznacza teren. Mati i Karinka, czyli moje rodzeństwo, wożą z górki świeży piasek do piaskownicy, a ja myję zabawki i pomagam ustawić zjeżdżalnię. Rano budzi mnie śpiew ptaków i cudowny zapach kwiatów i innych roślin. Wszyscy śpią, tylko łóżko babci jest puste. Wybiegam przed dom i widzę babcię przytuloną do drzewa.*

*- Dzień dobry babciu, co robisz? – podbiegam, by dać całusa swojej kochanej babci.*

*- Cześć Adasiu! Przytulam się do brzozy. Nie wiesz, że rośliny leczą?*

*- Wiem, że czasem piję ziółka z apteki. Ale przytulanie się do drzewa?!*

*- Czytałam o tym, i wierzę, że brzoza da mi dużo siły, radości i zdrowia. Nie będą mnie bolały nogi. Po całym roku w mieście muszę się odnowić.*

*- Mamo, nie przytulaj się tak długo, bo wysiesz z brzozy wszystkie soki i drzewa nam powysychają – żartuje tata przeciągając się na progu domu.*

*- Babciu a czy to tylko brzoza tak leczy?*

*- Najlepiej działa na człowieka brzoza, lipa i sosna. – Babcia zamyka oczy, policzkiem dotyka kory, rękami oplata pień drzewa.*

*- Adasiu przynieś mi parę listków mięty i dziesięć jagód jałowca, tych starych, pomarszczonych! – woła mama przygotowując śniadanie.*

*Prędko zrywam jasnozielone listki mięty, płuczę i wrzucam do dzbanka z wodą i cytryną. Ranek jest bardzo ciepły i taki napój nas orzeźwi. Ale po co mamie te kulki jałowca? Niosę je do kuchni i patrzę, jak mama rozgniata je, dodaje do innych przypraw i posypuje mięso.*

*- Mamo po co dajesz jałowiec do jedzenia?*

*- Roztarte jagody jałowca i inne przyprawy poleżą z mięsem kilka godzin. Potrawa będzie pyszna, pachnąca i lekkostrawna, czyli po zjedzeniu jej nasz brzuszek będzie lekki.*

*Po śniadaniu idziemy nad rzekę. Bierzymy koc, napoje, ciasteczka i ręczniki. Idziemy przez las sosnowy. Jak tu pachnie. Mama karze nam stanąć i wymienić powietrze w płucach. Ale to jest przyjemne! Rozkładamy miękki koc na trawie nad rzeczka. Mati schodzi na brzeg i wkłada jedną nogę do wody.*

*- Brr! Nie wchodzę, za zimna!*

*Karinka bierze mnie za rękę. Wbiegamy do wody rozbryzgując ją.*

*- Może zrobimy skocznnię i poskaczemy z niej do wody!*

*Bierzemy się do pracy. Mateuszowi spodobała się ta zabawa i dołączył do nas. Oczywiście!. On skacze najdalej. Po pikniku na kocu wracamy na działkę. Biegnę przodem, by jak*

*najszybciej opowiedzieć o wszystkim babci. Nagle potykam się o korzeń i upadam na rozbita butelkę.*

*- Ała, ała!- krzyczę rozpaczliwie, widząc ciekącą krew po kolanie. Tata podniósł mnie, czyści ranę, polewa wodą z butelki*

*- Musimy cię nieść. Ale co zrobić, by zatamować krew?*

*Mama zrywa liście rosnące przy drodze. Przeciera je, przemywa wodą rozgniata, aż puszczają sok i przykłada mi do rany.*

*- Co.... To.... Jest? Nie..... będzie..... szczypać? – tkam.*

*- Adasiu, uspokój się, to liście babki. Zaraz przestanie ci krew lecieć. Rana się oczyści i szybko zagoi.*

*Na działkę niosę mnie na zmianę. Mateusz całą drogę żartuje:*

*- Gdyby kózka nie skakała, toby nóżki nie złamała!*

*Naprzeciw nas wybiega zaniepokojona babcia.*

*- Co się stało?*

*- Skaleczyłem się babciu!*

*- Dobrze, że przyłożyli ci liście babki. Jutro noga będzie jak nowa. A teraz napij się soku z aronii, który zrobiłam w tamtym roku. Zaraz uspokoisz się i wzmocnisz!*

*Wypijam soczek, choć jest trochę cierpki. Kładę się na hamaku i patrząc na poruszające się listki zasypiam.*

*Pierwszy dzień tego lata na działce był pełen wrażeń. Postanowiłem, że codziennie będziemy zbierać śmieci, które wyrzucają ludzie do lasu. Wtedy będzie bezpiecznie.*

*Rodzic zadaje dziecku pytania: Gdzie Adaś spędził początek lata? Kto tam z nim pojechał? Jakie prace wykonywali po przyjeździe na działkę? Co robiła babcia? Dlaczego? Dokąd rodzina poszła po śniadaniu? Co tam robili? Co się stało, gdy wracali na działkę? Co robiła rodzina, by pomóc Adasiowi?*

*Rodzic znowu pokazuje dziecku zdjęcia roślin, o których była mowa w opowiadaniu.*

**7. „Rośliny z mojego podwórka” – zajęcia terenowe z KP2.46**

*Rodzic mówi dziecku, jakie rośliny przedstawione są na karcie. Tłumaczy, jak należy wykonać zadanie. (zaznaczyć X rośliny, które spotka na spacerze)*

*Rodzic opowiada dziecku, w jaki sposób stosuje się dane rośliny.*

Przypomina, że liść akacji jest trujący (dziecko może go skreślić).

Rodzic tłumaczy dziecku, że żadnych roślin, owoców, liści nie wkładać do ust bez wiedzy rodzica.

1. Mniszek lekarki - działa przeciwcukrzycowo, moczopędnie, pomaga w dolegliwościach skórnych, żołądkowych, poprawia odporność, a jego zwolennicy dowodzą nawet, że wykazuje pewne działanie antynowotworowe.
2. Mięta - główną zaletą **mięty** jest jej zbawienny wpływ na podrażnienia układu pokarmowego. Wykazuje **działanie** rozkurczające mięśnie gładkie przewodu pokarmowego, a tym samym – zmniejszające ból. Według badań, **mięta** ma również **właściwości** antybakteryjne i antywirusowe.
3. Liść brzozy brodawkowatej - preparaty zawierające liście brzozy brodawkowatej mają działanie napotne, odtruwające i odkażające. Szczególne polecane są w leczeniu chorób nerek, przy zapaleniu pęcherza oraz przy kamicy nerkowej. Związki biologicznie czynne zawarte w soku z liści brzozy neutralizują i wydalają niektóre toksyny z organizmu człowieka.
4. Liść maliny z owocem - podstawowym zastosowaniem **naparu z liści malin** jest jego działanie przeciwgorączkowe i napotne. Dodatkowo działa on przeciwzapalnie, a także przypisywane są mu **właściwości** przeciwbakteryjne. Dlatego nie ma się co dziwić, iż **herbatka z liści malin**, podobnie jak z **owoców**, świetnie sprawdza się jako środek wspomagający obniżenie temperatury przy różnego rodzaju infekcjach oraz walkę organizmu z chorobą. Ponadto zawartość witaminy C i soli mineralnych wzmacnia organizm i wpływa pozytywnie na działanie [układu odpornościowego](#).
5. Jałowiec - suszone owoce trzeba przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku. Żując je kilka razy dziennie, zmniejszymy **dolegliwości trawienne**, ale też odświeżymy oddech. Jałowiec pobudza perystaltykę jelit i ułatwią trawienie tłustych potraw.
6. Babka lancetowata - działa przeciwzapalnie na śluzówkę jamy ustnej i gardła oraz przewodu pokarmowego, wzmacnia krzepliwość krwi i uszczelnia naczynia krwionośne. Przyspiesza gojenie ran i podrażnień skóry, łagodzi [kaszel](#), gdyż ma działanie wykrztuśne, a także pomaga w leczeniu schorzeń górnych dróg oddechowych, wrzodów żołądka i dwunastnicy.
7. Kwita i liść lipy – mają **właściwości** moczopędne, działają lekko rozkurczowo, pobudzając wydzielanie soków żołądkowych i zwiększając przepływ żółci do dwunastnicy. Jednak najczęściej wykorzystywana jest jako domowe lekarstwo na [przeziębienie](#).
8. Liść i owoc aronii - leczą nadciśnienie, chronią przed zawałem serca, miażdżycą, udarem mózgu, chorobą Alzheimera, a nawet przed zwykłym przeziębieniem, czy alergią. Przy okazji aronia odżywia cały ustrój, wzmacnia odporność i regeneruje skórę chroniąc ją przed zbyt szybkim starzeniem się.
9. Kwiat i liść akacji – liście są trujące, natomiast kwiaty działają odtruwająco na organizm, odświeżają oddech.

pozdrawiam Elżbieta Pierożak

kontakt – [elaela4@vp.pl](mailto:elaela4@vp.pl)