Drodzy Rodzice 6-latków!
(8.10-12.10.2018r.)

W minionym tygodniu rozmawialiśmy o zasadach zdrowego odżywiania się. Dzieci zapoznały się z Piramidą Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej. Wspólnie zastanawialiśmy się, w jaki sposób warto spędzać wolny czas, by zachować zdrowie i sprawność. Rozmawialiśmy o sposobach ubierania się w poszczególnych porach roku, dzieci rozwijały umiejętność klasyfikowania ubrań zgodnie z podanymi cechami, przeliczały elementy w zbiorach. Poznały liczbę 2.

W tym tygodniu dzieci utrwalały także nawyk dbania o higienę jamy ustnej. Zapoznały się z prawidłowym sposobem szczotkowania zębów.

Jak mogą Państwo w codziennych aktywnościach wesprzeć swoje dziecko?

Aby utrwalić wiadomości o zdrowym odżywianiu się, możecie Państwo stworzyć z dzieckiem własną piramidę zdrowego żywienia i ułożyć dietę na najbliższy tydzień. Podczas zakupów warto omawiać z dzieckiem produkty, które znalazły się w koszyku. Warto zastanowić się nad aktywnościami fizycznymi, które możecie Państwo uprawiać wspólnie z dzieckiem.