

**ZDALNA ŚWIETLICA W SZKOLE
W KSIĄŻENICACH**

Witamy!

Witamy!

- **WŁĄCZ UŚMIECH** - uśmiech online? Oczywiście tak! Wystarczy „wykonać” SŁONECZKO (technika i rozmiar dowolny) i zawiesić na Naszych Domach, Mieszkaniach w widocznym dla Wszystkich miejscu (zarażajmy Wszystkich UŚMIECHEM). My proponujemy przy numerze domu, mieszkania. Co Wy na to? Od razu lepiej?
- spotkanie online (temat MASECZKI) ODBĘDZIE SIĘ W CZWARTEK 23.KWIETNIA o godz.16

Spis treści

Witamy! - 1 -

Spis treści..... - 2 -

Aktualności - 3 -


Robimy maseczki – Teams online  - 3 -

Krzyżówki - 4 -

3w1 czyli zdrowo – kolorowo, plastycznie, muzycznie..... - 6 -


Zespół redakcyjny - 7 -

Aktualności

Robimy maseczki – Teams online 

My już się stęskniliśmy... a Wy?

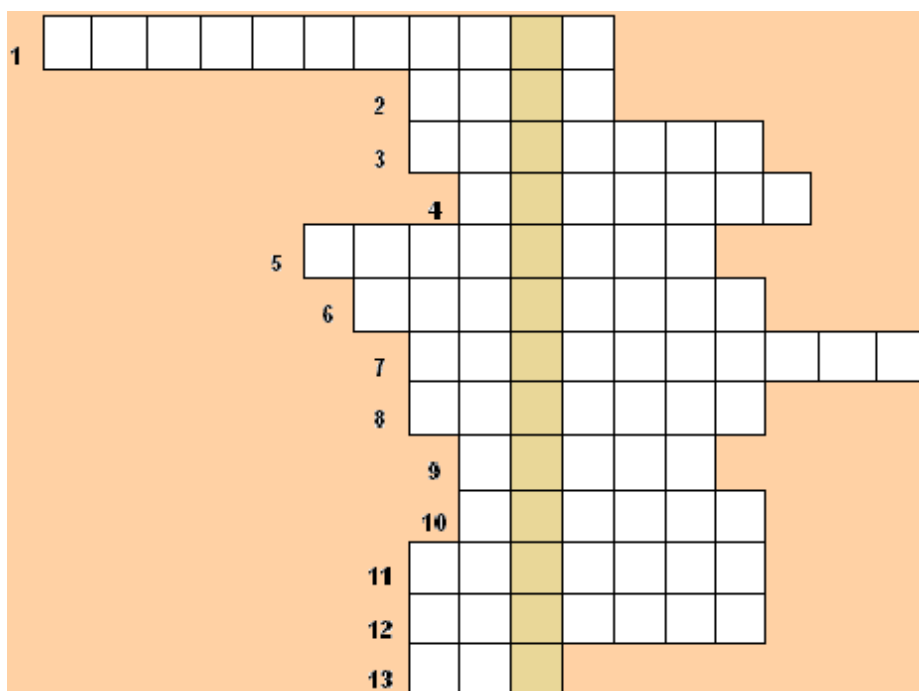
Jeśli chcielibyście się spotkać, zrobić maseczkę lub po prostu porozmawiać to zapraszamy chętnych **w czwartek 23 kwietnia o 16-ej** do świetlicy... wirtualnej 😊. Zaprojektujemy i uszyjemy maseczkę (potrzebne: igła i nitka... już nawleczona z supełkiem na końcu, materiał 20x20cm, dwie szpilki i nożyczki) albo zrobimy papierową... nie wszyscy przecież lubią szyc 😊 (potrzebna kartka, 2 gumki recepturki, zszywacz, nożyczki i flamastry). Już nie możemy się doczekać... wychowawcy świetlicy

A jak się tam dostać... rodzice pomóżcie :) – należy zalogować się na office 365 kliknąć znaczek Teams  a potem po lewej stronie na kalendarz... Tu jest nasze spotkanie...wystarczy dołączyć... 😊

Szczegółowa instrukcja jest na stronie szkoły.

Krzyżówki

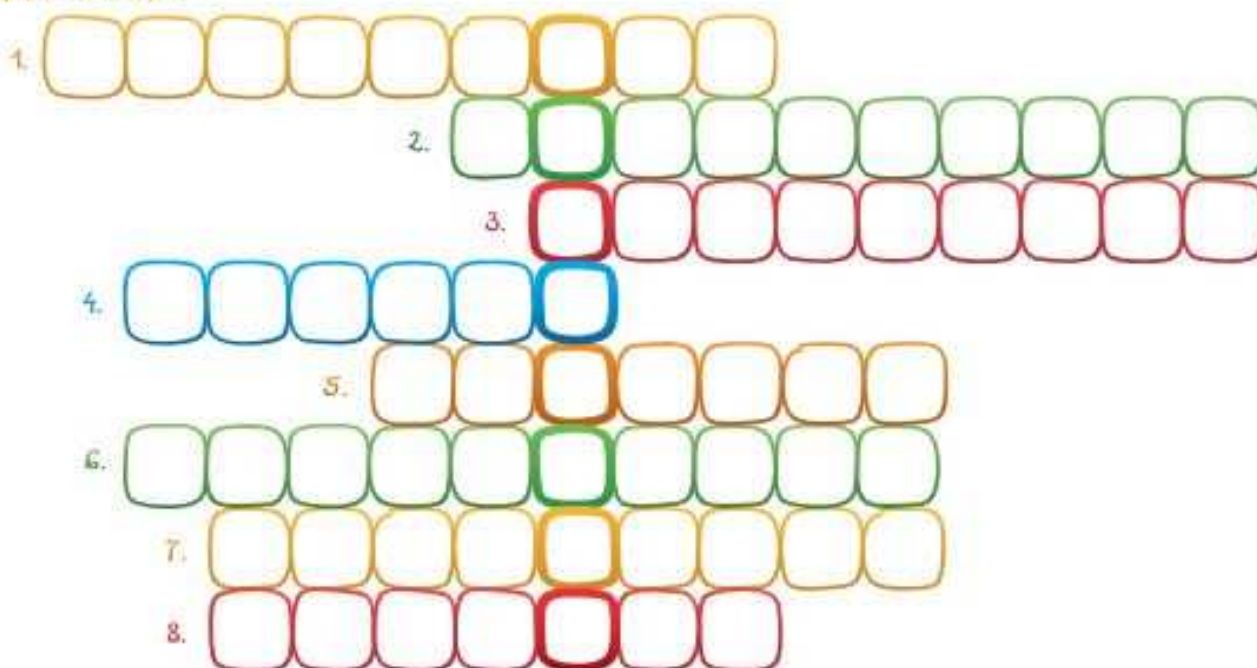
KRZYŻÓWKA „ZDROWA ŻYWNOŚĆ”



PYTAŃA:

1. Brak witamin w organizmie powoduje...
2. Niezbędna do życia?
3. Zawiera dużo witamin?
4. Najmniej obfity posiłek?
5. Choroba dzieci spowodowana niedoborem witaminy D?
6. Np. A, B, C, D
7. Zdrowe i prawidłowe...
8. Do jakiej choroby doprowadza jedzenie fast – foodów?
9. Między innymi ryby i orzechy zawierają nienasycone... tłuszczowe Omega-3?
10. Brak żelaza w organizmie powoduje...
11. Zawiera pieczywo np. żytnie?
12. Są zielone, produkują tlen?
13. Co powinniśmy robić latem, aby się nie odwodnić?

KRZYŻÓWKA*



1. Pomarańczowe warzywo, smaczne ugotowane i smaczne surowe; przysmak zajęczków i dzieci (źródło witaminy A, B, K)
2. Ma biały korzeń i zieloną natkę (zawiera witaminy A, B, E)
3. Podobna do poziomki, ale większa, rośnie w ogrodzie (bogata w witaminę C)
4. Warzywo do płaczu (źródło witamin A, B, C)
5. Z niego robi się ketchup (zawiera witaminy C, H, K)
6. Czerwona kuleczka, która rośnie na grządkach, przy jedzeniu może lekko szczypać w język (kryje w sobie witaminy C, K)
7. Z nich zrobisz m.in. frytki i placki (znajdziesz w nich witaminy C, H, PP)
8. Bardzo kwaśny owoc (bogaty w witaminę C)

3w1 czyli zdrowo – kolorowo, plastycznie, muzycznie

ZDROWO, KOLOROWO - pomysł na kolorową sałatkę (wykonajcie ją wspólnie z Rodzinką). Sałatka pod nazwą RAZ, DWA, TRZY...

Przygotuj potrzebne składniki:

1 (raz) świeży ogórek, 2(dwa) jajka ugotowane na twardo, 3(trzy) pomidory i... rzodkiewki (np.) Wszystkie składniki należy pokroić, wymieszać, delikatnie posolić i dodać odrobinę świeżo zmielonego pieprzu, 2 łyżki majonezu lub można skropić delikatnie oliwą z oliwek. Do dekoracji można dodać (w zależności od upodobań) koperek, natkę pietruszki lub szczypiorek. GOTOWE! Musicie przyznać że taki zestaw to prawdziwa BOMBA WITAMINOWA.

A może wolicie sałatkę owocową? Z niecierpliwością czekamy na Wasze PYSZNE I ZDROWE propozycje.

Smacznego.

Jest uśmiech, dobre jedzonko a zatem siadamy wspólnie do stołu (w domu, na tarasie, a może na balkonie ?). No właśnie, może warto udekorować wspólnie stół?

Nasza propozycja. Wystarczy ozdobić kilka szklanych słoików (pomalować farbą plakatową, obwiązać kolorową wstążeczką, udekorować gałązką ostrokrzewu (np.) a potem już tylko, pod opieką Rodziców, umieścić w słoiku małą świeczkę, albo jeśli macie pod ręką mini lampki choinkowe na baterię. Prawda, że miło?

KOCHANI, starajcie się dokumentować Waszą pracę i przysyłać na adres zdalnaswietlica@gmail.com (efekty Waszej pracy z opisem umieszczając będziemy na Facebooku Szkoły).

Jak zauważyliście w tym tygodniu tematem przewodnim jest ZDROWIE. Proponujemy nie tylko zdrowo się odżywiać ale ćwiczyć (w miarę możliwości) i SŁUCHĆ MUZYKI. NASZA PROPOZYCJA do posłuchania i do wspólnej zabawy a może nawet do wspólnego śpiewania ? ZDROWY RAP - 10 ZASAD ZDROWEGO ODŻYWIANIA MIŁEJ ZABAWY !

POZDRAWIAMY WSZYSTKICH Z NASZYCH DOMÓW
Wychowawcy Świetlicy

Zespół redakcyjny

Piotr Pierzak

Barbara Walkiewicz

Ewa Augusciuk

Justyna Kot

Agnieszka Rafalska

Paulina Badura

Materialy graficzne – źródła: Internet, Google Graphics