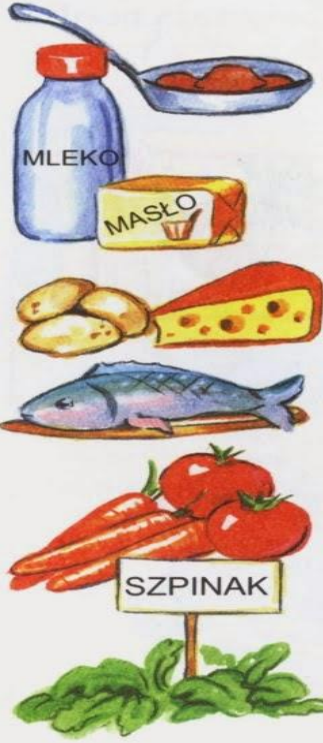
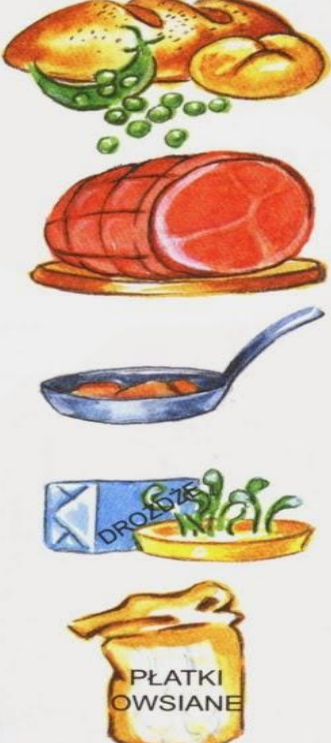




Karta pracy nr 1

Funkcjonowanie osobiste i społeczne

Klasa III SSPdP 25- 03 – 2020r

Temat : Witaminy na talerzu

Witamina A	Witamina B	Witamina C	Witamina D
— wzmacnia wzrok i wpływa na wzrost kości i zębów.	— ułatwia myślenie, poprawia pamięć oraz zwiększa apetyt i daje energię.	— zapobiega przeziębieniom, ułatwia gojenie się ran.	— jest potrzebna dzieciom, które rosną, wzmacnia zęby i kości.
 <p>MLEKO MASŁO SZPINAK</p>	 <p>DROżdżKI PŁATKI OWSIANE</p>	 <p>SZPINAK</p>	 <p>MLEKO MASŁO MLEKO</p>

Uzupełnij tabelę wpisując nazwy produktów, które widzisz na ilustracji.

Witamina D	Witamina A	Witamina B	Witamina C

Przeczytaj tekst samodzielnie lub z mamą, pokreśl warzywa i owoce znajdujące się w wierszu.

Wiśnie i śliwki, ruda marchewka,
Gruszka, pietruszka i kalarepka,
Kwaśne porzeczki, słodkie maliny,
To wszystko właśnie są witaminy.

Kto chce być silny i zdrowy jak ryba,
Musi owoce jeść i warzywa!

Karta nr 2

Klasa II SSPdP Funkcjonowanie osobiste i społeczne 25-03-2020r.

W jakich potrawach znajdziemy warzywa i owoce przedstawione na ilustracji. Połącz potrawę z warzywem lub owocem.



Napisz po śladzie

WITAMINY NA TALERZU

Napisz samodzielnie

.....

L

.....

.....

T

.....

Karta nr 2

Zajęcia kształtujące kreatywność

Klasa II i III SSPdP 25-03-2020 r.

Temat Papierowe jabłko

Przygotuj

- czerwoną i zieloną kartkę
- klej
- nożyczki
- rolkę po papierze



Wykonanie

- odmierz linijką paski o szerokości 2 cm , jeżeli będziesz miał/ miała problemy poproś mamę o pomoc
- tnij nożyczkami wzdłuż narysowanych linii
- przyklej czerwone paski na rolce tworząc kształt piłki.
- następnie doklej ogonek i stwórz niepowtarzalną dekorację

Karta pracy nr 3

Przysposobienie do pracy klasa II i III A SSPdP 25-03-2020 r

HODOWLA KIEŁKÓW W DOMU.



Metoda jest bardzo łatwa i ma kilka plusów:

- możemy przygotować niewielkie ilości bardzo różnych rodzajów kiełków
- jest bardzo tania, potrzebne rzeczy do niej pewnie każdy ma w domu więc hodowlę możemy zacząć od zaraz
- niektóre kiełki trzeba płukać częściej, bo ziarna puszczają więcej śluzu – czasami sprzyja to pleśni – gdy problem pleśni pojawia się nagle kiełkownicy – musimy wyrzucić całą jej zawartość – tutaj tylko zainfekowany słoiczek
- możemy codziennie lub co dwa dni nastawiać coraz to nowe kiełki i w ten sposób codziennie dostarczać sobie świeżych

Co jest potrzebne:

1 nasiona na kielki – najlepiej kupować te specjalnie przeznaczone do kiełkowania lub ziarna w sklepie spożywczym, ogrodniczym.

Na początku spróbuj wykiełkować ziarna rzodkiewki, lucerny, fasolki – schodzą szybko i bezboleśnie 😊

2 słoik – wielkość w zależności od tego ile chcesz wykiełkować

3 gaza lub bandaż oraz gumka recepturka (to będzie zabezpieczenie by ziarna nie uciekały podczas płukania)

Wykonanie:

Metoda jest banalnie prosta:

1. Wsypujemy suche nasiona do słoików – ja daję ok łyżeczki nasion na mały słoik 200ml.
2. Słoik z ziarnami zalewamy wodą z kranu do połowy jego wysokości – tak przygotowane ziarno zostawiamy do namoczenia na ok 6-10 godzin (w zależności od wielkości ziaren) – ja zwykle zostawiam na noc.
3. Po tym czasie wierzch słoika zakrywamy gazą i zabezpieczamy gumką – wylewamy wodę przez gazę – nalewamy świeżej, płuczemy ziarna i wodę wylewamy.
4. Słoik z opłukanymi ziarnami (bez wody) stawiamy najlepiej pochyło na innym naczyniu (kubku, słoiku, filiżance), tak by resztki wody swobodnie obciekały (i nie wytwarzało się środowisko przyjazne pleśni) jednak tak, by do ziarenek był stały dopływ świeżego powietrza.
5. Takie słoiki stawiamy w półcieniu – ziarna płuczemy wodą 2 razy dziennie.
6. W zależności od rodzaju ziaren – kiełki będą dobre już po ok 3 dniach.