

Pyszny i zdrowy podwieczorek

Koktajl owocowy

- mango 1szt
- kiwi 2szt
- jabłko 1szt
- płatki migdałów 1 płaska łyżka
- wiórki kokosowe 1 płaska łyżka

Owoce umyć i obrać. Wszystko razem zmiksować.

Krem czekoladowy

- banan 1szt
- awokado 0,5szt
- masło orzechowe 1 łyżka
- kakao 1 płaska łyżka
- miód 1 łyżeczka
- twaróg 1/4 kostki
- jęczmień ekspandowany garść

Owoce umyć i obrać. Banana, awokado, masło orzechowe, kakao, miód i twaróg z zblendować. Wyłożyć do szklanek. Posypać jęczmieniem ekspandowanym.

Smacznego!

Redaktorki: Elżbieta Żulińska i Ewelina Owczarek

KWARTALNIK PRZEDSZKOLNY

4 PORY ROKU

NR 3

„Wiosna w przedszkolu”

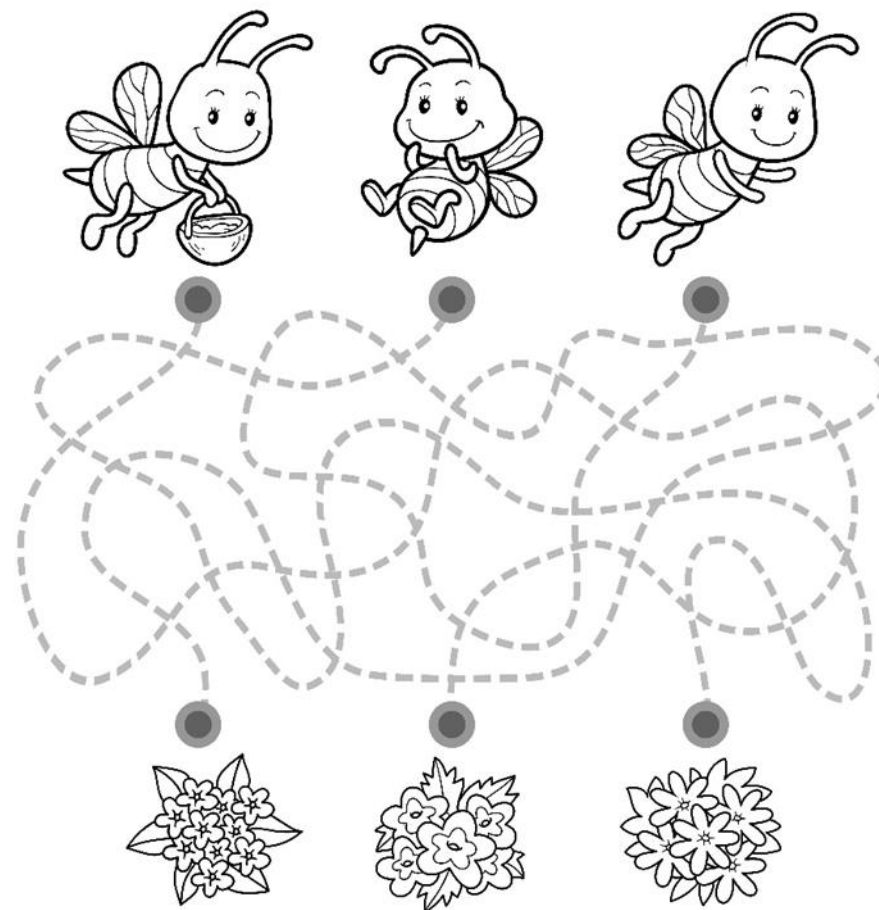


***Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkanocnych,
przepętnionych wiarą, nadzieją i miłością.
Radosnego, wiosennego nastroju, serdecznych
spotkań w gronie rodziny i wśród przyjaciół oraz
wesołego „Alleluja”!***

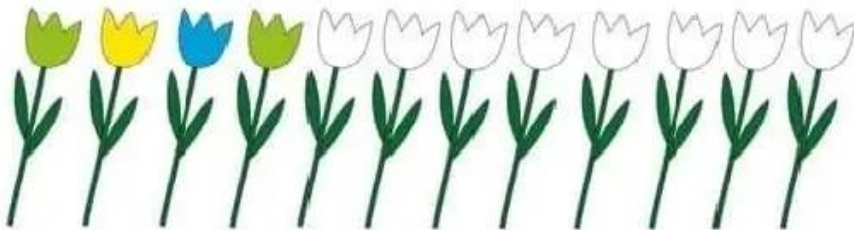
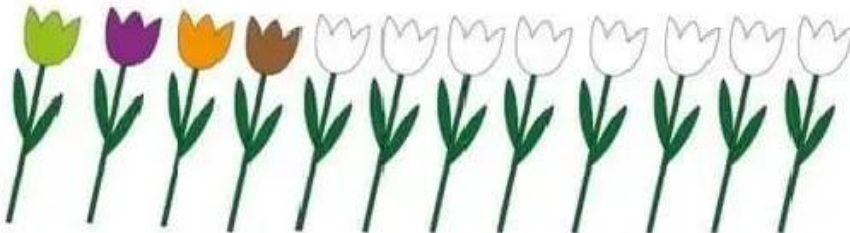
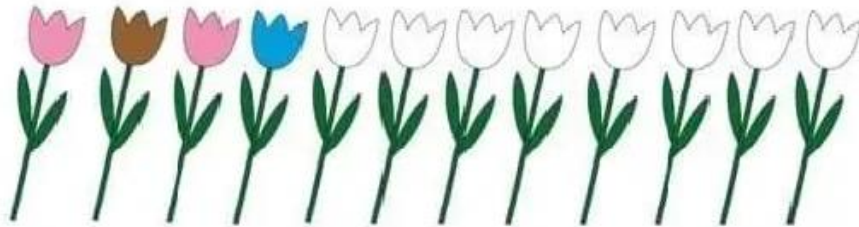
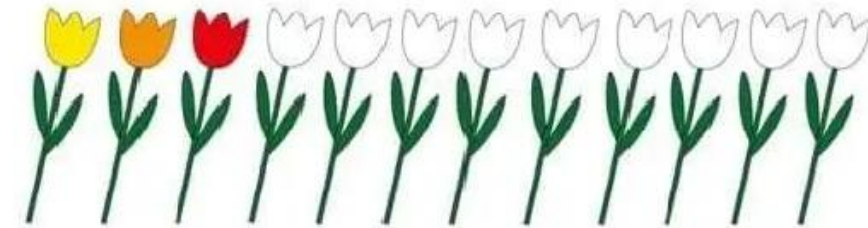
Ciekawostki o wiosnie

- ❖ Początkiem wiosny jest równonoc wiosenna, czyli moment, w którym dzień i noc trwają dokładnie tyle samo. Od tej chwili każdy kolejny dzień trwa coraz dłużej, a noce stają się krótsze.
- ❖ Na północnej półkuli Ziemi trwa od ok. 21 III do ok. 22 VI, co ciekawe: na półkuli południowej w tym czasie jest jesień. W meteorologii wiosna obejmuje 3 miesiące: marzec, kwiecień, maj.
- ❖ Wiosna jest symbolem odrodzenia i nowego życia.
- ❖ Drzewa pokrywają się zielonymi listkami. Widać pierwsze pączki, a także szare bazie, nazywane też kotkami. Nowe, młode listki mają także świeży zapach, który wyczuwalny jest tylko wiosną.
- ❖ Zwierzęta zaczynają wybieranie partnerów i rozpoczyna się faza okresu rozmnażania, aby doczekać się potomstwa i zdążyć je przygotować do samodzielnego życia przed zimą. Powracają też ptaki, które odleciały na zimę do ciepłych krajów.
- ❖ Wśród kwiatów, które najszybciej zaczynają kwitnąć po marcowych roztopach w Polsce możemy spotkać przede wszystkim przebiśniegi, przyłaszczki, krokusy, hiacynty, tulipany, żonkile, bzy i mlecze.

Pomóż pszczołom znaleźć drogę do kwiatów.



Pokoloruj wg rytmu



Wiosenne zagadki

1. Jak ten wiosenny kwiat się nazywa, co słowo "pan" w nazwie ukrywa? – **TULIPAN**
2. Nie miauczą, nie drapią i nie piją mleka. Na drzewie rosną, gdy zima ucieka. – **WIERZBOWE KOTKI**
3. Ten kwiatek pod śniegiem się rodzi. Daje ludziom znak, że wiosna nadchodzi. – **PRZEBIŚNIEG**
4. Brodzi po łące czerwonymi nóżkami. Nigdy się nie przyjaźni z zielonymi żabkami. – **BOCIAN**
5. Nadchodzi po zimie, znasz dobrze jej imię. Kroczy w kwiatów pąkach i w promieniach słońka. – **WIOSNA**

Wiosenne wiadomości z życia przedszkola

- Konkurs Piosenki wiosennej
- Konkurs recytatorski o ekologii
 - Quiz o zdrowiu

Opowiadanie S. Karaszewskiego „Oznaki wiosny”

– Wstawajcie, śpiochy! – budził dziadek Olka i Adę. – Mamy już wiosnę! Od

dzisiaj mamy tyle samo dnia co nocy, a od jutra dzień będzie coraz dłuższy, a noc coraz krótsza... Aż do wakacji!

– Wiosna, a spać się chce! Jestem senny – wiosenny!

– Nie marudź, wstawaj szybko, a nie pożałujesz! I ty Ada, też!

– A mogę dośnić do końca moją bajeczkę?

– Dobrze, daję wam piętnaście minut na obudzenie i wyjście z łóżka!

Po piętnastu minutach dzieci były na nogach, myły buzie i ręce w umywalce, czyściły zęby.

– Ubierajcie się, wychodzimy!

– A co będziemy robić? – spytała Ada.

– Wyruszamy na poszukiwanie wiosny!

– A jak wygląda wiosna? – spytała Ada.

– Za chwilę ją zobaczysz!

Ada wyobraziła sobie wiosnę jako panią w zielonej sukni, z wiankiem na głowie, niosącą koszyk pełen kwiatów. Olek rozglądał się, szukając zwiastunów wiosny.

– Ja tu widzę tylko zimę! Wszędzie śnieg, drzewa są gołe, bez liści, gdzie tu wiosna?

– Tak myślisz? Rozejrzyj się, patrz uważnie, to zobaczysz wiosnę!

Nagle Ada się zatrzymała.

– O, jakie ładne, białe kwiatki! Wyrastają ze śniegu!

– To przebiśniegi! Widzisz, Olku, Ada pierwsza zauważyła wiosnę!

– O, a tam takie fioletowe kwitną! Ale ich dużo!

– To są przylaszczki! Dwa punkty dla Ady!

Ada, dumna, rozglądała się wszędzie.

– O, jeż wyłazi spod gałęzi!

– Obudził się ze snu zimowego!

– O, bazie rosną na wierzbie!

– Brawo, Olku, to też oznaki wiosny!

Na polu, między płatami topniejącego śniegu, zieleń się coś jak trawa.

– O zielone rośliny! – zawołał Olek.

– To wschodzi ozimina – zboże zasiane jesienią, które przezimowało na polu!

– O, lecą jaskółki!

– Brawo! Jedna jaskółka nie czyni wiosny, ale całe stadko – tak! – powiedział dziadek.

– Jedna jaskółka mogła przezimować w norce u krety, razem z Calineczką! – stwierdziła Ada.

– Wiosną niedźwiedzie budzą się z zimowego snu, wychodzą głodne ze swojej gawry i szukają tłustych małych dziewczynek do jedzenia! – zażartował Olek.

– Ale mnie nie zje, bo powiem, że jestem niesmaczna! – powiedziała Ada, ale na wszelki wypadek rozglądała się dookoła.

– Ada, nie słuchaj go, tu nie ma niedźwiedzi! Co najwyżej mogły się obudzić borsuki i chomiki!

– Ale one nie jedzą dzieci? – upewniła się Ada.

– Z tego co wiem, to nie! – uśmiechnął się dziadek.

Dzieci usłyszały głośny dźwięk dochodzący z nad podmokłych łąk.

– Co tak hałasuje? – zdziwił się Olek.

– To żuraw! Jego klangor niesie się na wiele kilometrów!

– Żurawie przyleciały?

– Już miesiąc temu! Zawsze przylatują, zanim zacznie się wiosna!

– O, bociany, bociany, bociany – zawołała Ada.

Wysoko na niebie krążyły bociany. Wracaly do swoich gniazd.

– No, to już możemy być pewni, że wiosna nadeszła! – powiedział dziadek.