**Propozycje na 12 kwietnia 2021r. – poniedziałek**

**Temat dnia: „ Mój wzrok”**

 W tym tygodniu będziemy doskonalić umiejętność spostrzegania świata za pomocą zmysłów: wzroku, smaku, węchu, słuchu i dotyku. To właśnie zmysły pozwalają nam poznawać otaczającą nas rzeczywistość. Każdy z nich jest bardzo ważny i nie da się go zastąpić.



**Zmysł wzroku –** jest elementem układu nerwowego, który odbiera bodźce świetlne i przetwarza je w mózgu w postać wrażeń wzrokowych.



**Zmysł smaku –** odpowiada za odczuwanie smaków. 

**Zmysł węchu –** odpowiada za odczuwanie zapachów i jest silnie związany ze smakiem.



**Zmysł dotyku –** pozwala m.in. na odbieranie wrażeń dotykowych takich jak kształt, faktura i temperatura przedmiotów.



**Zmysł słuchu –** umożliwia odbieranie fał dźwiękowych, jest niezbędny w procesach porozumiewania się między ludźmi.



**Piosenka – prezentacja -** [**https://www.youtube.com/watch?v=rTgtsZ\_Z4HQ&ab\_channel=TrampolinadoSukcesu**](https://www.youtube.com/watch?v=rTgtsZ_Z4HQ&ab_channel=TrampolinadoSukcesu)

**„Zabawa logorytmiczna**” – Dziecko wypowiada rytmicznie rymowankę. Na słowa: „dotyk, węchy wzrok, słuch, smak” – pokazuje część ciała odpowiadającą konkretnemu zmysłowi.

Pięć zmysłów mamy i dobrze je znamy.

Dotyk, węch, wzrok, słuch, smak.

Każde dziecko mówi tak:

Pięć zmysłów mamy i dobrze je znamy:

Dotyk…

Dzisiaj skupimy się na wzroku – królu zmysłów:)



Co to jest wzrok? Do czego jest nam potrzebny? Co możemy zobaczyć w najbliższym otoczeniu?

Wzrok dostarcza człowiekowi najwięcej informacji o otaczającym nas świecie.

Pamiętajmy, że wzrok można poprawić. Dzięki czemu możemy polepszyć widoczność.

Okulary korekcyjne – to przyrząd optyczny, który zmniejsza skutki wrodzonej lub nabytej wady wzroku, takiej jak nadwzroczność, krótkowzroczność i inne.



Lupa – to przyrząd optyczny, który służy do bezpośredniej obserwacji drobnych, blisko położonych przedmiotów.



Teleskop – to narzędzie, które służy do obserwacji odległych obiektów poprzez zbieranie promieniowania elektromagnetycznego (np. światła widzialnego).



Na wzrok wpływa także to, co jemy. Wzbogaćmy dietę o odpowiednie składniki pokarmowe – ukłon w stronę jagód, borówek i wszystkich pomarańczowych, zielonych i czerwonych warzyw i owoców.

Wykorzystajmy hojność natury i zajadajmy się jarmużem, szpinakiem, sałatami. Wprowadźmy do naszej diety lekkie zupy-krem z marchwi, dyni, pomidorów. Pamiętajmy – beta-karoten zawsze w obecności oliwy, bo wtedy znacznie wzrasta jego wchłanianie.

Do czego służą okulary? Jakie znacie rodzaje okularów?

(korekcyjne, przeciwsłoneczne, gogle, do pływania, chroniące oczy podczas wykonywania różnych prac np. piłowanie drzewa).

**Co szkodzi naszym oczom?**

Długa praca przed komputerem, oglądanie telewizji, czytanie na leżąco, czytanie lub nauka w słabo oświetlonym miejscu, brak ochrony przed promieniami UV, zanieczyszczone powietrze, pełne alergenów, klimatyzacja oraz nieodpowiednia dieta. Te czynniki pogarszają nasz wzrok, więc warto zadbać o ich ograniczenie i o dobrze zbilansowaną dietę.

**A jak myślicie, co to znaczy: widzieć świat przez różowe okulary?**

Może wykonacie takie okulary, dzięki którym świat będzie piękniejszy? Możecie wykorzystać zamieszczone poniżej szablony, albo narysować samodzielnie. Pokolorujcie oprawki okularów, a w miejscu szkieł narysujcie obrazki przedstawiające miejsca lub przedmioty, które kojarzą się Wam ze szczęściem, pięknem. Co można zobaczyć przez Wasze okulary?

**„Magiczne oczy”** – ćwiczenia oczu. Dzieci wykonują polecenia Rodzica dotyczące ruchów oczu, np. nie ruszając głową, patrz w górę, patrz w dół, patrz w prawo, patrzy w lewo.

**„Zwierciadło**” – zabawa naśladowcza – wykonywanie ruchów i min Rodzica – Dziecka

Rymowanka: Gdy w lusterko się patrzymy

 Śmieszne miny tam widzimy

 Gdy spojrzymy jeszcze raz

 Dostrzegamy swoją twarz.

**„Kolejność zabawek” – ćwiczenie spostrzegawczości.**

Rodzic na dywanie ustawia w rzędzie zabawki. Dziecko zapamiętuje ich kolejność. Zamyka oczy, a Rodzic zmienia kolejność ustawienia. Dziecko odgaduje, która zabawka zmieniła miejsce.

**Zadania online** [**https://pisupisu.pl/przedszkole/odkrywanka-8**](https://pisupisu.pl/przedszkole/odkrywanka-8)

[**https://pisupisu.pl/przedszkole/brakujacy-fragment-11**](https://pisupisu.pl/przedszkole/brakujacy-fragment-11)

**To poćwiczmy nasze oczy – znajdźcie różnice między obrazkami**

Materiały opracowały – Dorota Pisarska i Iwona Kruk





