

Kedves Szülők!

Az alábbi tevékenységeket, mondókákat, mesét, ételeket az adott napirendhez ajánljuk szíves figyelmükbe. Amiből ötleteket meríthetnek, ha megtetszett alkalmazzák bátran.

Mondókák a napirendhez:

Csukás István: Makk Marci (részlet)

Nyisd ki reggel az ablakot,
lélegezz jó mélyet, nagyot!
Jöhet hideg víz, a szappan,
fogkefe jár fogkrémhabban!
Jól kezdődik így a nap,
olyan lesz, mint a makk!



Étkezéshez:

Ébéd után, délutáni alvás előtt mondjuk, és imitáljuk a kezünkkel

Éhes voltam megettem

Szomjas voltam megittam

Fáradt voltam elfeküdtem, Álmos voltam elaludtam

Megsimítjuk a gyermek szemöldökét gyengéden, ahogy lecsukja, és mi is lecsukjuk a szemünket

Dű-dű-dű, hegedű, Csabi arca gömbölyű

Arcát simítjuk

Simogatom a hajam, hogy ne álljon kócosan.

Haját simítjuk

Fürdéshez:

Gyere Nóri megfürdetlek

Hívogató mozdulattal hívjuk a gyermeket, nevét mondjuk.

Szép tisztára moslak

Langyos vízbe ültetlek

Kezünkkel hullámzó mozdulatot teszünk, ezután beleültetjük a gyermeket a vízbe.

Jól beszappanozlak

Megmosom a fejedet

Sorban megmossuk az arcát, fejét, nyakát, vállát.

A lábadat, kezedet

Testrészeket megmossuk, sorban végig , ahogyan a mondókát mondjuk.

A hátadat, a hasadat

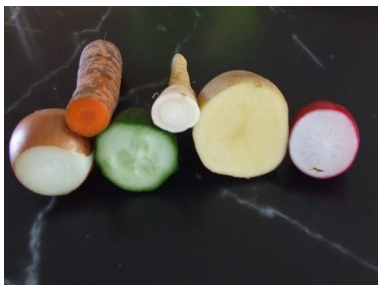
Máris tiszta vagy!

Addig ismételjük, amíg nem végzünk a fürdéssel, vagy a kisgyermek meg nem unja.

Zöldség nyomda

Mivel nyomdázzunk?

Nemcsak a krumplit érdemes kipróbálni, nagyon jól lehet nyomdázni a répával, zöldséggel, retekkel, uborkával is (bár ez utóbbiról festés előtt fel kell itatni a nedvességet). Nagyon érdekes nyomot hagy a félbevágott hagyma is a papíron. Különböző mintát kaptok, ha a zöldségek peremét gurítjátok végig a lapon, vagy ha az egész felületükkel pecsételtek.



Festékek közül legjobb a tempera, gyerekekkel való festegetésre alkalmas, mert sokkal sűrűbb állagú, mint a vízfesték, ezért sokkal teltebb, szebb színeket ad. A gyerekek számára is egyszerűbb, mert nem kell megvárni, amíg a vízfesték feloldódik, hanem azonnal használható. Természetesen a hobbi-, vagy akrilfesték is gyönyörű szép végeredményt ad.

Ha kiválasztottátok a zöldségeket, vágjátok őket félbe úgy, hogy jól meg lehessen fogni és először csak próbálgassátok a papíron különböző színekkel, hogy melyik milyen nyomot hagy.

Fontos, hogy a vágás felülete a lehető legsimább és minél egyenesebb legyen – így fog szépen ráfeküdni a lapra a zöldség felülete.



Ugye, milyen érdekesek? (reték, hagyma, zöldség, uborka, répa)

Forrás: <https://jatsszunk-egyutt.hu/>

Ölbéli játékok

Szita, szita, sűrű szita,
ma szitalok, holnap sütök,
neked egy kis cipót sütök.

Ölbe ültetve, két kezét keziünkbe fogva, jobbra-balra lóbáljuk a kezét, mintha szitalnánk.

Megzsírozom,

Egyik tenyerét kinyitjuk és megsimítjuk,

megvajazom,

megfordítjuk a tenyerét és azt is megsimítjuk.

mégis, mégis, neked adom!

Ökölbe szorítva “meggyúrjuk” a kezét,

Hamm, hamm, hamm!

Hinta palinta

Régi dunna kis katona
Ugorj a Dunába
Zsupsz

Hintáztatjuk, a zsupszra egy nagyot lendítünk rajta.

Zsip – zsup kender zsup
Ha megázik kidobjuk ,
Zsupsz

Hintáztatjuk, a zsupszra egy nagyot lendítünk rajta.

Tóth Marianna

Szappanozó

Jobb tenyerem, bal tenyerem
Egymás után felemelem,
Itt a vízcsap, ott a szappan,
Ezt a vírust el ne kapjam!

Kicsi (gyermek nevét mondjuk), gyere velem,
Mindkét kezed tiszta legyen,
Ujjainkat szappanozzuk,
Eztán mindig együtt mossuk!

Ez a szabály nem is rémes,
Így leszel csak egészséges,
Addig kell a kezed mosnod,
Amíg ezt a verset mondod!



Mese

Devecsery László: Ki segít a nyuszinak

Közeleg a húsvét, s én éppen most törtem el a kezemet! – sóhajtott a nyuszi – Hogyan fogok én így hímes tojásokat festeni... Ebben a pillanatban kopogtattak.

– Tessék belépni!

Egy kisfiú és egy kislány volt a látogató. Julcsi és Máté: mindketten óvodások, s már napokkal ezelőtt elhatározták, hogy meglátogatják a húsvéti nyuszt.

Kedvesen köszöntötték egymást. Nagy volt az öröm. A gyerekek csodálkozva nézték a nagy-nagy kötést a nyuszkó kezén.

– Hogy’ tudsz bekötött kézzel hímes tojást készíteni?

– Törött kézzel hogyan tudnék... Keseregek is eleget miatta...

– Ne keseregj, majd mi segítünk!

Nyuszi könyvtárából előkereste a Húsvéti hímes című könyvet. Sok-sok mintát találtak benne. Hamarosan munkához is láttak. Nyuszi irányításával készültek a szebbnél szebb hímes tojások.

– Örülnek majd a gyerekek! – lelkesedtek mindannyian.

Ettől a naptól kezdve Julcsi és Máté minden délután meglátogatta a nyuszt. Mire elérkezett a húsvét, a tojások is elkészültek, s nyuszi kezéről is lekerült a kötés.

– Köszönöm a segítséget! Most már magam is boldogulok... Vidám kedvvel köszöntek el egymástól. Jó érzéssel, könnyű szívvvel várták húsvét vasárnapját. Kiszaladtak az udvarra. A fák és a bokrok alatt mindenütt hímes tojások... Az egyik fa tövében két óriási csokoládé nyuszi üldögélt. Mellettük két hatalmas csokitojás. Julcsi és Máté titokzatosan egymásra mosolygott. Az udvar kerítése mögül mintha nyuszi-nevetést lehetett volna hallani.

Étlap ajánló

Reggelire:

Graham teljes kiőrlésű kenyér vajjal, kígyó uborkával (ha nincs otthon akkor bármilyen zöldség megfelel, amit a gyermek szeret)

Karamellás tej

Tízóráira:

100%-os rostos ivólé

Ebédre:

20 hónapos kor felett

Párolt csirkeragu

Tökfőzelék

Félbarna kenyér

Alma

20 hónapos kor alatt

Darált, párolt csirkehús

Tökfőzelék

Reszelt alma

Uzsonnára:

PAPÍRSÁRKÁNYOS GYEREKSZENDVICS



HOZZÁVALÓK

- 8 szelet bagett
- 4 dkg vaj (vagy sajtkrém)

- 15 dkg trappista (1 körcikk)
- A díszítéshez:
- 4 levél saláta
- 1 szál újhagyma
- 4 karika sárgarépa
- 4 szem olajbogyó

ELKÉSZÍTÉS

Előkészítés: A salátaleveleket megmossuk, leszárítjuk. Az újhagymát megtisztítjuk, karikákra vágjuk. A sárgarépából levágjuk a karikákat.

Elkészítés: A kenyérszeleteket megvajazzuk, rátesszük a salátaleveleket. A [sajtcikket](#) 8 részre szeleteljük, és a szeleteket ráfektetjük a salátalevelekre. Az olajbogyóból orrot, a répából a száját alakítjuk ki. Az újhagyma fehér része lesz a szem, zöld része a szemöldök. Tetszőleges zöldségeket adhatunk még mellé.