

## Kedves Szülők!

A mai nap folyamán egy kis kirándulásra invitálunk benneteket és gyermekeiteket. A kirándulásra készítünk magunknak egy kis finomságot, valamint énekekkel, mondókákkal kis mozgásos játékkal és egy rövidke mesével tesszük még élvezetesebbé.

### Útravaló készítése a kirándulásra:

#### Mosolygós süti

##### Hozzávalók:

- 30 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- csipet só
- 1 tojás
- 17,5 dkg lágy vaj
- 20 dkg cukor
- 1 teáskanál vaníliakivonat
- 5 dkg csokoládé
- márknyi színes cukorka, cukorgyöngy



**Elkészítés:** A lágy vaját egy keverőtálba tesszük, hozzáadjuk a cukrot, és jó habosra keverjük, majd a tojást és a vaníliát is hozzáadjuk, simára keverjük. A lisztet, a szódabikarbónát és a csipet sót elvegyítjük, majd a vajas keverékkel összedolgozzuk, épp csak addig, amíg a lisztet felveszi. Hozzáadjuk a felaprított csokoládét is, majd a hűtőbe tesszük legalább 1 órára.

A pihentetett masszából diónyi darabokat szaggatunk, gombócokká formázzuk, majd sütőpapírral fedett tepsire rakosgatjuk egymástól távolabb, tenyérrel vagy egy pohár talpával kicsit lenyomjuk, a színes cukorkákkal kirakjuk.

180 fokra sütőbe toljuk, és 10-12 perc alatt megsütjük, a tepsit kivéve az omlós kekszeket hagyjuk teljesen kihűlni. Jól záródó dobozban hosszan omlósak maradnak.

##### Tipp:

- Hagyjuk, hogy a gyerekek hozzák meg a döntéseket, mi pedig élvezzük, hogy nem nekünk kell gondolkodni rajta.

- Mutassunk meg nekik, hogy a tésztából – akárcsak a gyurmából – mennyi formát és alakot tudnak készíteni
- Ismertessük meg velük jobban a különböző hozzávalókat, élelmiszereket
- Olyan sok mindennel tudjuk a kis kezüket munkában tartani, ne fogjuk vissza magunkat, ha a feladatok kiosztásáról van szó. Nyugodtan válasszák szét a tojásokat, „fessék” át az olajos kenőecsettel a sütőtálat vagy zúzzák össze a hozzávalókat egy edényben

Ha elkészült a sütinck, akkor el is indulhatnak a kis kirándulásunkra:

### Énekes, mondókás mozgásos kirándulás:

- Elsőként halk és hangos éneklés váltakozásával csalogassuk elő a napocskát, hogy jó időnk legyen:

Süss fel nap,  
Fényes nap,  
Kertek alatt a ludaim  
megfagynak

### **Süss fel Nap!**

Magyar népdal



<http://dalok.theisz.hu/?page=song&id=SussFelNap>

- Ha már jó időnk lett akkor el is indulhatunk a kirándulásra, a sétánk során mehetünk magasra tett kézzel, mint az óriások, vagy akár kis törpék is lehetünk, hogy a lehajló faágak alatt átférjünk.

Ilyen nagy az óriás ( magasra nyújtott karokkal lábujjhegyen sétálunk)  
Nyújtózkodjunk kis pajtás  
Ilyen kicsi a törpe (törpejárásba sétálunk)  
Guggoljunk le a földre.

- A sétánk során katonákká is változhatunk, és így folytathatjuk tovább utunkat:

Aki nem lép egyszerre

Nem megyünk mi messzire,

Aki nem lép egyszerre,

Csak a világ végire,

Nem kap rétest estére,

Ott sem leszünk sokáig,

Pedig a rétes nagyon jó,

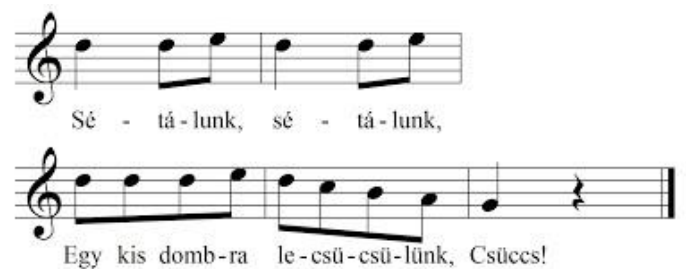
Csak tizenkét óráig.

Katonának az való.

A sétánk során menetelhetünk, mint a katonák, ilyenkor jó magasra emelhetjük a lábainkat. A mondókák közben ütemre a térdüket/combunkat is veregethetjük, sőt tapsolhatunk is. A mozgást kísérhetjük jó nagy karlendítésekkel is, valamint dobbanthatunk a lábunkal.

A mondókákat 3-szor ismétljük el a gyermekekkel, hiszen ez egy nagy örömforrást jelent számukra, megismerkednek a tempóval, hangerővel, hangszínnel és a ritmussal is.

- Sétálunk, sétálunk,  
egy kis dombra lecsücsülünk,  
csücs!



A kis kirándulásunkat, hogy még hangulatosabbá tegyünk készíthetünk házilag kis ösvényeket, melyekhez nincs másra szükség, mint pár vágódeszkára vagy kartonpapírra esetleg kisebb tálak is megfelelőek, amikre/amikbe különböző állagú, formájú anyagokat ragaszthatunk fel a háztartásunkból (pl: szivacs, kavics, rongy, különböző anyagú papírok, esetleg homok, liszt..stb)

A mezítlásos járás segíti a helyes testtartást, fejleszti az egyensúlyérzékét, stimulálja a láb izomzatát, valamint a gyerekek nagyon élvezik a felületek sokféleségét.



A kirándulásunkat kisebb alagutakkal, dombokkal is izgalmasabbá varázsolhatjuk ezáltal a gyermekek nagymozgása is előtérbe kerül. Ezeket az alagutakat, dombokat párnákból, asztal és szék felhasználásával is könnyedén elkészíthetjük.



A sétánk során kicsit elfáradtunk, ezért egy kicsit le is pihenhetünk, ahol elfogyaszthatjuk a magunkkal hozott finomságot. a kis házi piknikünket megtarthatjuk a kertben, a teraszon vagy az erkélyen is. Ehhez nincs másra szükségünk csak egy kis pokrócra, esetleg párnákra és a közösen elkészített süteményre.





### Alkotó tevékenység:

Papírsárkány készítése, melyet a kis kirándulásunkra is magunkkal vihetünk.

#### Amire szükséged lesz:

- Hurkapálcika, vagy egyenes fa darab
- zsinór, madzag
- színes papír
- olló/szike
- ragasztó
- krepp papír, színes szalag
- ragasztószalag

#### Elkészítés menete:

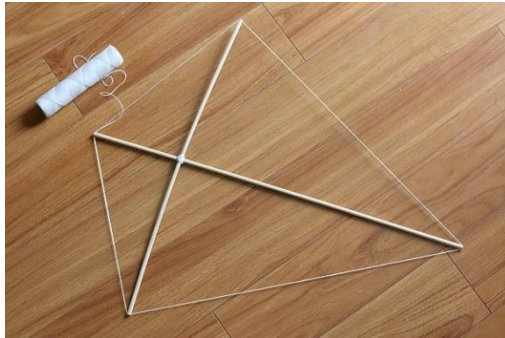
- Papírsárkányonként vegyünk 2 db hurkapálcikát (ennek hiányában fadarab is megteszi) majd anya és apa segítségével a végét keresztbe bemetsszük egy szike vagy kés segítségével.



- Fektessük keresztbe a két hurkapálcikát, majd középen jó erősen rögzítsük egy madzag, zsinór segítségével. a pálcák kereszteződését ragasztóval is megerősíthetjük.



- Feszítsük ki anyával és apával közösen a zsineget a hurkapálcikák körül ügyelve arra, hogy belecsúszanak a metszésekbe.



- Vágjunk ki színes papírból, kartonpapírból 1-1,5 cm-rel nagyobb deltoid alakzatot, ahogy a képen látod. A kivágott sárkányt a gyerekek kedvük szerint díszíthetik, dekorálhatják.



- Miután a zsinórra fektettük a kivágott sárkányunkat ragasztó segítségével rögzítsük.



- És végül ne maradjon el a papírsárkány díszített, színes farka sem. Rögzítsünk egy zsinórt a sárkány alsó végéhez ragasztóval, vagy átfűzéssel és tegyünk rá színes szalagokat, krepp papír csíkokat. Minél vidámabb színesebb annál jobb.



A kirándulós nap végére egy kis mesével kedveskedünk nektek:

**Bartos Erika: A szivárvány**

Egy borús nyári napon bánatosan üldögélt a lapulevél alatt Babóca, a katicakislány és Bogyó, a csigafiú.

Hirtelen kisütött a napocska, és újra kék lett az ég. A nyári zápor azonban nem állt el.

Csakhamar csodaszép szivárvány jelent meg az égen. Bogyó és Babóca ugrándoztak örömeikben.

- Jaj, de gyönyörű! - kiáltottak.

Bogyó elhatározta, hogy felmászik a szivárványra, és lecsúszik róla.

- Ugyan, Bogyó - mondta Babóca - a szivárványra nem lehet felmászni!

- Én akkor is megpróbálom! - válaszolta eltökélten a kis csiga.

Első próbálkozása azonban nem járt sikerrel.

- Se baj - mondta Babócának -, biztosan a másik oldalról kell próbálkoznom! - és már szaladt is a szivárvány másik végéhez.

De a szivárványra innen sem sikerült felmásznia. Babóca megpróbálta lebeszélni Bogyót a tervéről.

- Bogyó, hidd el, a szivárványra nem lehet felmászni! - gyözködte az izgatott csigafiút.

Ám Bogyó új tervet eszelt ki.

- Létrán fogok felmászni! - mondta büszkén.

- Jaj, Bogyó, nem lesz ennek jó vége! - aggodalmaskodott Babóca.

Babócának igaza lett. Amint Bogyó megpróbált átugrani a létráról a szivárványra, a létra feldőlt, a kis csiga pedig a földre pottyant. Bogyó egyre bosszúsabb lett. Babóca kérlelni kezdte:

- Gyere, játszunk inkább valami mást!

Bogyó azonban nem adta fel. Nagy köteg lufit hozott, és a lufikba kapaszkodva felrepült a magasba, a szivárvány fölé.

- Figyelj, Babóca, innen biztosan sikerül ráugranom a tetejére!

De ez a terve sem sikerült. Amint elengedte a lufikat, nyomban a földre zuhant, a lufik pedig elszálltak a felhők közé. Babóca kétségbeesve szaladt Bogyóhoz.

- Jól vagy? - kérdezte.

- Kutya bajom - duzzogott Bogyó.

Bogyó annyira elkeseredett, hogy Babóca alig győzte vigasztalni.

- Nézd, szedtem neked virágot! - kedveskedett.

De Bogyót semmi sem tudta felvidítani. Közben elállt az eső, és a szivárvány is eltűnt.



Kézen fogva baktattak hazafelé. Babóca kitartóan vigasztalta Bogyót. - Ne lógasd már az orrod! Holnapután lesz a harmadik születésnapod! Biztosan sok szép ajándékot kapsz majd! Hazaérve Babócának remek ötlete támadt.

- Készíték Bogyónak egy szivárványcsúszdát! - gondolta magában.

- Akkor valóra válhat az álma, lecsúszhat egy szivárványon!

A csúszda elkészítésében Baltazár, a méhecske és Pihe, a lepkekislány is segített.

Babóca, Baltazár és Pihe a szivárvány színeire festették a csúszdát.

Sárga papírba csomagolták, kék szalaggal átkötötték.

A három barát csokitortát is süített Bogyónak. A tortára három gyertyát tettek.

Ezután Pihe és Baltazár átkísérték Bogyót Babóca házához, minden készen állt a születésnapi zsúrhoz.

- Akkor most mutassuk meg az ajándékot! - kiáltotta Baltazár, és lehúzta a csúszdáról a csomagolópapírt. Bogyó hatalmasat ugrott örömeiben.

\_ Egy igazi szivárvány! Egy szivárványcsúszda! - ujjongott.

Babóca pedig átnyújtotta Bogyónak a csokitortát.

- Kipróbálhatom a csúszdát? - kérdezte Bogyó.

- Persze! - válaszolta Babóca.



Bogyónak nagyon tetszett a szivárványcsúszda, újra és újra lecsúszott rajta. Pihe és Baltazár táncra perdültek örömeikben.

- Nahát, Babóca! - szólt végül Bogyó a katicakislányhoz.

- Ez nagyon jó ajándék, köszönöm!

Aznap még sok barát eljött, hogy felköszöntse Bogyót. Eljött Ugri, a szöcskekislány, Döme, a krumplibogár. Szellő, a szitakötő-kislány, sőt még Vendel, a szarvasbogár is. A csigafiú mindenkinek megengedte, hogy kipróbálja új csúszdáját.

Bogyó, Babóca és barátaik késő estig csúszdáztak. Aznap Bogyó különösen jókedvűen feküdt le aludni.

- Micsoda születésnap volt ez! - sóhajtott fel boldogan.

*Kellemes időtöltést kívánunk!*