

## I Dzień pierwszy w kolorach cytrynowych (16.07)

### MUZYKOWANIE 1h

#### 30 min. keyboardu

- zapoznanie z klawiaturą instrumentu CASIO
- 5 dźwięków
- pierwsza melodia na 5 nutkach (c,d,e,f,g) - „Jedzie pociąg”

#### 30 min. gitary

- zapoznanie z instrumentem
- 6 strun
- 3 dźwięki (e,h,g)
- pierwsza melodia na 3 strunach - „Jedzie pociąg”

15 min. przerwy

### PLASTYKA 1h

#### 60 minut super zabawy z wycinaniem

W pierwszym dniu zajęć obowiązuje kolor żółty i pomarańczowy.

Każde dziecko będzie mogło wyczarować z papieru sympatyczne zwierzątka, piękne kwiaty i inne oryginalne ozdoby.

Zajęcia zapewnią dziecku twórcze spędzanie wolnego czasu, ale także dadzą poczucie satysfakcji z własnoręcznie wykonanej pracy.

Dowiemy się jak zrobić rybę, ważkę lub kwiat.

15 min. przerwy

### KULINARIA w kolorze cytrynowym

#### 60 min – cytryna, grejfrut, pomelo, pomarańcza, mandarynka

Bawiąc się w wesołego kucharza pomożemy dzieciom zgłębić wiedzę o jedzeniu i pokazać z jakiego bogactwa produktów zbożowych, mlecznych, owoców i warzyw można układać menu.

Pomożemy dzieciom polubić owoce i warzywa, naturalny jogurt i kefir.

Przekażemy, dlaczego należy pić wodę zamiast słodkich napojów.

Podpowiemy, czego należy jeść najwięcej, czego mniej, a jakich produktów unikać, aby być silnym i zdrowym.

#### MENU na dziś:

Owoce żółte – cytryna i pomarańcz

- lemoniada cytrynowa z miętą i pomarańczą
- tosty z serkiem białym, żółtym z dodatkiem rukoli, ogórka zielonego
- owocowe lizaki (pomarańcz, mandarynka) – owoce maczane w czekoladzie

15 min przerwy



## II Dzień drugi w kolorach czerwonych (17.07)

### MUZYKOWANIE 1h

#### 30 min. keyboardu

- dziś szukamy dźwięków dla lewej ręki
- poznajemy akordy C-dur i G-dur
- prawa ręka czyta nowy utworek „Kukułka”

#### 30 min. gitary

- dziś lewa ręka gra akord e-moll, E-dur
- prawa ręka poznaje melodię na 2. strunie „h” - „My jesteśmy krasnoludki”

15 min. przerwy

### PLASTYKA 1h

#### 60 minut super zabawy z malowaniem piaskiem z brokatem

Kreatywna i oryginalna zabawa.

Jest to wyjątkowy sposób, który pozytywnie wpływa na rozwój i pracę mózgu, rozwój pamięci, koncentracji oraz wyobraźni.

Praca z piaskiem uczy wychodzić poza ramy i myśleć swobodnie, rozwija małą motorykę i koordynację.

Zajęcia pozwalają wyciszyć, zrelaksować i poczuć się szczęśliwym.

Pomalujemy kolorowym piaskiem swoje ulubione postacie z bajek lub postacie zwierząt.

15 min. przerwy

### KULINARIA w kolorze czerwonym

#### 60 min. – arbuz, czereśnie, maliny, wiśnie, truskawki, żurawina, granat

Warto zapamiętać, że czerwone owoce pozytywnie wpływają na pracę serca. Dzięki różnym witaminom – A i C oraz tym z grupy B poprawiają także odporność organizmu i pozwalają zwalczyć przeziębienie jeśli już zachorujemy.

### MENU na dziś:

- lemoniada – arbuzowo – truskawkowa z miętą
- tosty z pastą jajeczną z pomidorkiem i papryką
- deser malinowy (pokruszone ciastka, jogurt lub śmietanka, maliny)



## III Dzień trzeci w kolorach żółtych (18.07)

### MUZYKOWANIE 1h

#### 30 min. keyboardu

- w trzecim dniu bawimy się grą na dwie ręce
- dwa utwory „Kukułka” i „Jedzie pociąg”
- wybieramy się pociągiem w podróż nad morze
- spróbujemy odszukać w instrumentach CASIO dźwięki wakacyjne (śpiew ptaków, szum morza itp.)

#### 30 min gitara

- prawa ręka poznaje kolejną melodię na strunie „e” - „Na moście Avignon”
- lewa ręka spaceruje po akordzie e-moll i E-dur
- pierwsze próby gry z nauczycielem

15 min. przerwy

### PLASTYKA 1h

#### 60 minut super zabawy z modeliną lub z przyrodą (muszle, pióra, liście, piasek)

Zaprojektujemy ramkę o swojego zdjęcia z wakacji ([należy przynieść dowolne zdjęcie z wakacji](#))

15 min. przerwy

### KULINARIA w kolorze żółtym

#### 60 min. – ananas, brzoskwinia, banan

- lemoniada z cytryny i ananasa z melisą
- sałatka warzywna – (ziemniak, marchew, ogórek, groszek, kalafior, sos majonezowy)
- gofry z bitą śmietaną i owocami (brzoskwinie, banan, ananas) polane sosem czekoladowym

15 min. przerwa

