

Witam Was Kochani uczniowie po raz ostatni w tym roku szkolnym. Pozdrawiam serdecznie waszych rodziców. To właśnie Wam drodzy Rodzice chcę podziękować za ciężką pracę z dziećmi w tym trudnym dla Nas czasie. Mam nadzieję, że we wrześniu spotkamy się w szkole w dużo lepszych dla wszystkich warunkach. Wam moi Kochani uczniowie również dziękuję za ciężką pracę jaką włożyliście przez cały rok szkolny. Życzę Wam i Waszym rodzicom spokojnych WAKACJI. Samych słonecznych dni, dużo odpoczynku i do zobaczenia w nowym roku szkolnym.

Dołączam kilka prac abyście się nie nudziły w tym tygodniu. Są tam również wskazówki jak spędzić BEZPIECZNIE WAKACJE.

Pozdrawiam Katarzyna Kopka. Życzę miłej pracy i czekam na zdjęcia.



WAKACJE

## BEZPIECZNE WAKACJE



Wakacje to czas zabawy i nowych wrażeń.

Korzystając z wakacyjnych przyjemności, nie zapominaj jednak o bezpieczeństwie własnym i bliskich!

Zanim oddasz się wakacyjnej beztrosce, przyswój sobie kilka podstawowych zasad.

**PAMIĘTAJ! WYPOCZYNEK PODCZAS WAKACJI MUSI BYĆ PRZEDE WSZYSTKIM BEZPIECZNY!**

# ZAPAMIĘTAJ!



**Chroń głowę**  
przed słońcem

W górach zawsze spaceruj  
**po wyznaczonych trasach**



**Używaj kremów**  
ochronnych z filtrem

**Nie śmieć**



Pływaj w miejscach dozwolonych  
tylko **pod opieką** osoby dorosłej

**Nie rozpalaj**  
ogniska w lesie



Gdy jedziesz autem zawsze  
**zapinaj pasy** bezpieczeństwa

Nigdy **nie rozmawiaj**  
z nieznajomymi



W upalny dzień  
**pij dużo wody**

Podczas wycieczek rowerowych  
**załóż kask** na głowę



## BEZPIECZNE WAKACJE



# 8 ZASAD BEZPIECZNYCH WAKACJI



**ZAPAMIĘTAJ  
NUMERY ALARMOWE**



**UŻYWAJ FILTRÓW  
DO OPALANIA**



**KĄP SIĘ TYLKO  
POD OPIEKĄ DOROSŁYCH**



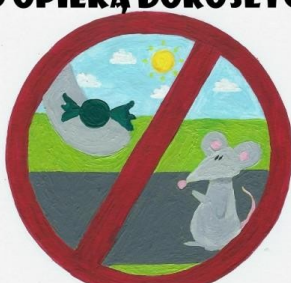
**NIE ROZPALAJ  
OGNISKA W LESIE**



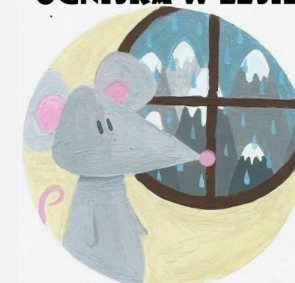
**NIE BĄW SIĘ  
W POBLIŻU JEZDNI**



**PRZECHODŹ PRZEZ  
JEZDNIĘ NA ZIELONYM**



**NIE JEDZ SŁODYCZY  
OD NIEZNAJOYCH**



**PRZY BRZYDKIEJ POGODZIE  
NIE WYCHODŹ W GÓRY**

10 – zielony

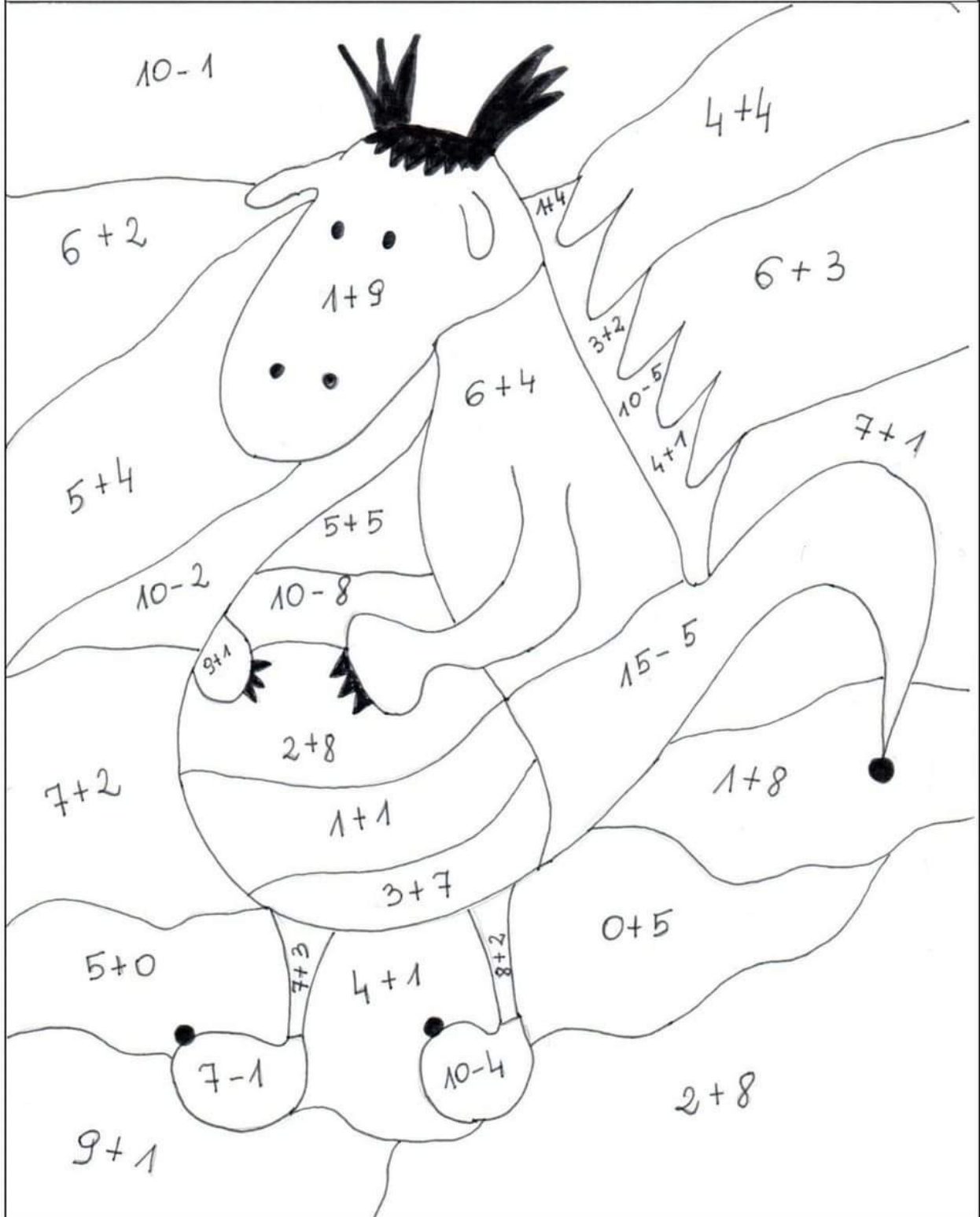
6 – czerwony

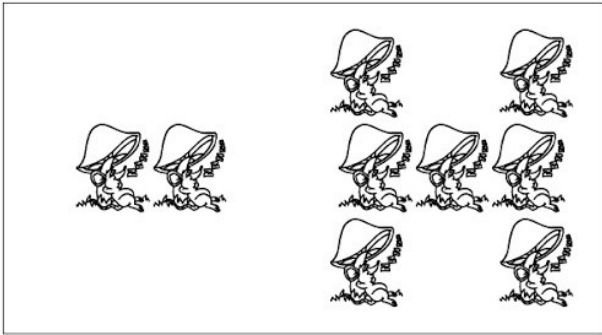
9 – niebieski

2 – żółty

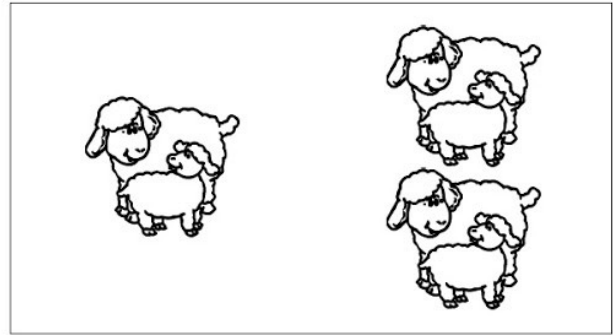
5 – szary

8 – fioletowy

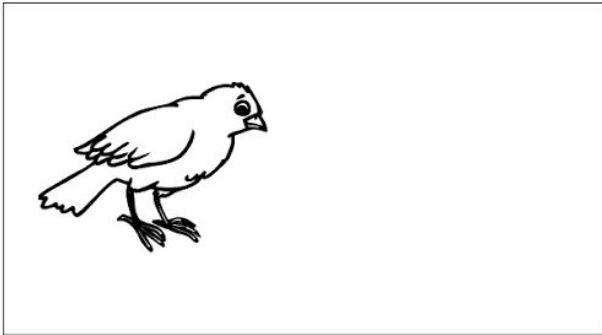




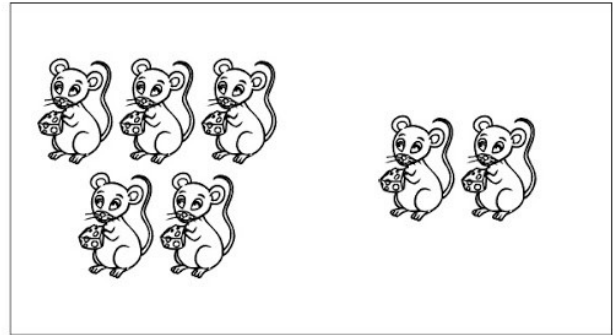
$$2 + 7 = \underline{\quad}$$



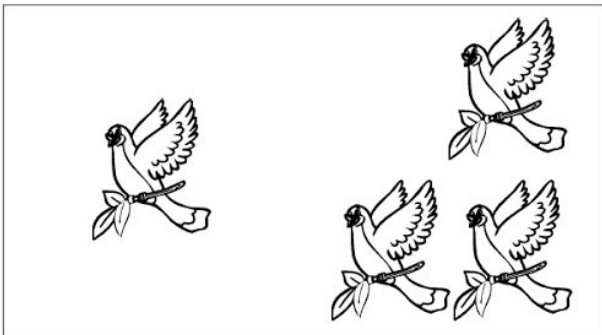
$$2 + 4 = \underline{\quad}$$



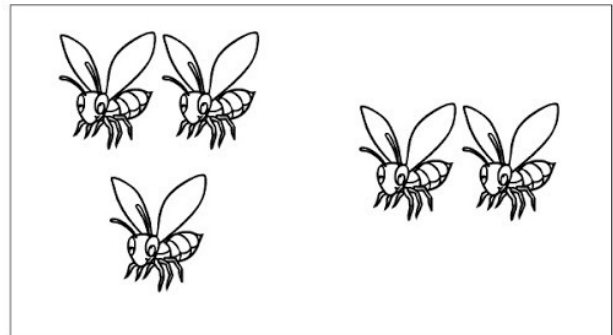
$$1 + 0 = \underline{\quad}$$



$$5 + 2 = \underline{\quad}$$



$$1 + 3 = \underline{\quad}$$



$$3 + 2 = \underline{\quad}$$

5

7

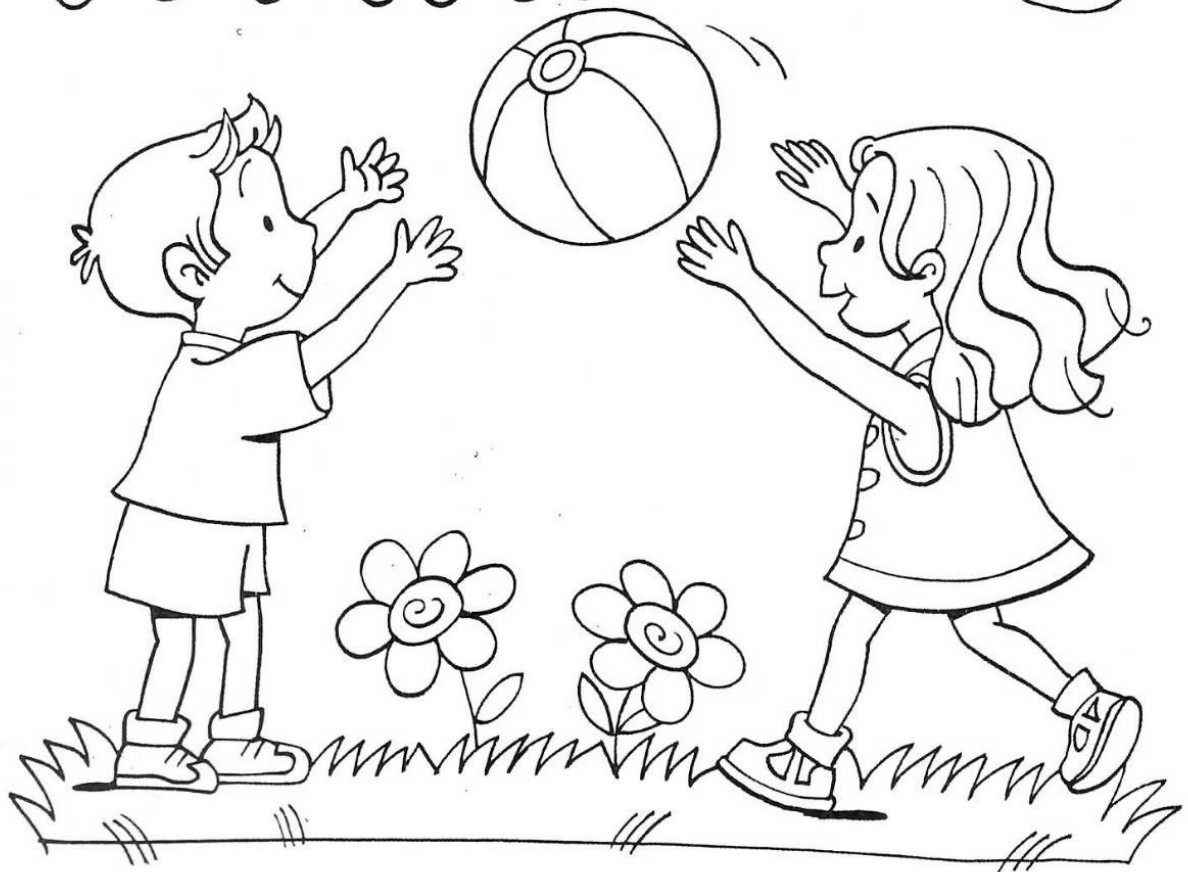
9

4

6

1

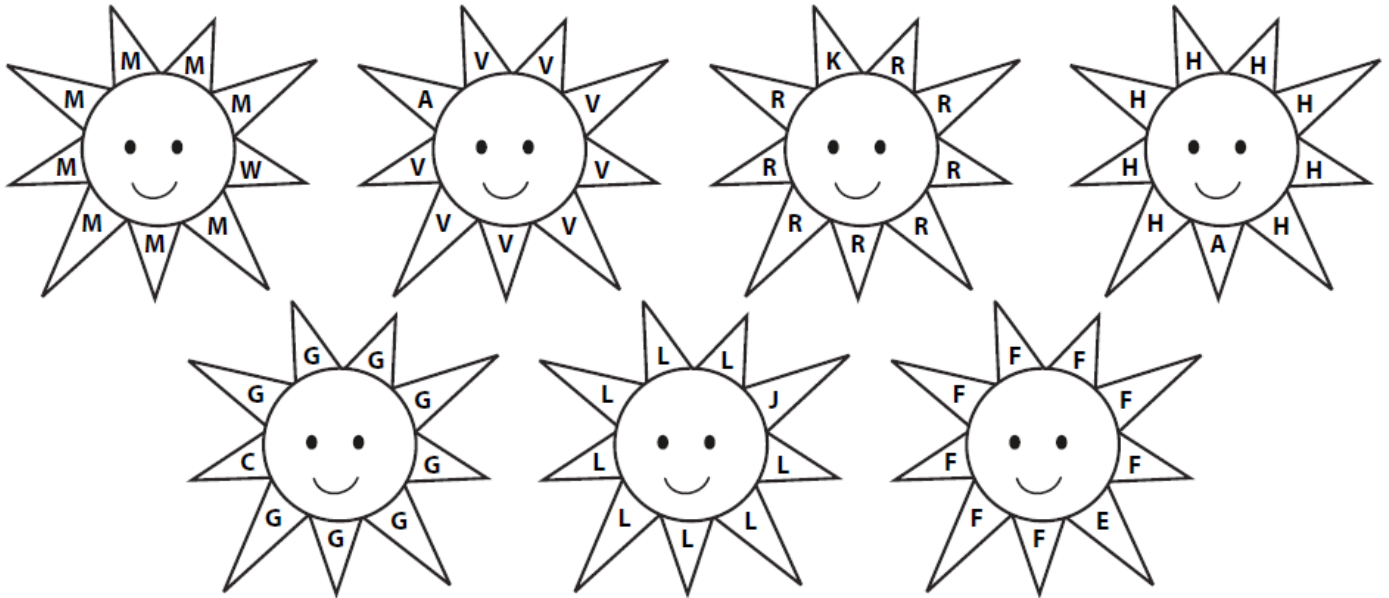
# MAMM WAKACJE





# Lato

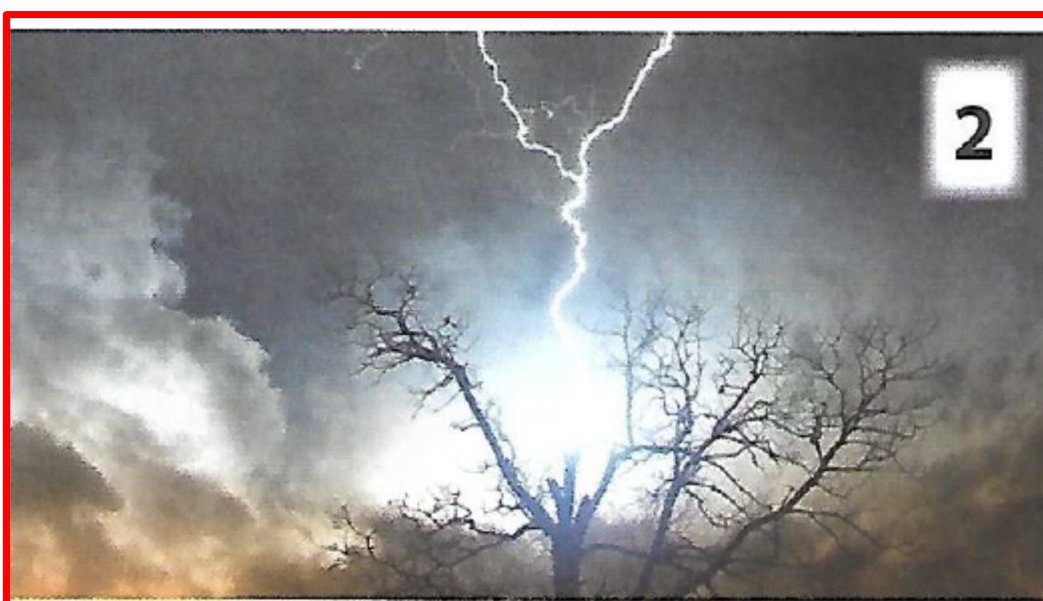
Na każdym słończku odszukaj literkę różniącą się od reszty.  
Wpisz odnalezione literki w puste pola, aby powstało hasło.



□ □ □ □ □ □ □

## **BEZPIECZNE WAKACJE**

Obejrzyj obrazki. Co na nich widzisz? Wytnij etykiety. Poproś rodzica, aby je przeczytał, a Ty dobierz do odpowiedniego obrazka. Patrz na cyfry, żeby pasowały do siebie:









**1. KĄP SIĘ TYLKO W MIEJSCACH WYZNACZONYCH.**

**2. UNIKAJ DRZEW W CZASIE BURZY.**

**3. UŻYWAJ KREMÓW OCHRONNYCH.**

**4. W GÓRACH WĘDRUJ PO WYZNACZONYCH SZLAKACH.**

**5. CHROŃ GŁOWĘ PRZED SŁOŃCEM.**



## Koktajl truskawkowy

Poznaj najpyszniejszy sposób na **koktajl truskawkowy**. Mój przepis na ten orzeźwiający i nieziemsko apetyczny koktajl z truskawek to tylko kilka znanych Ci składników. To nasz ulubiony napój truskawkowy na lato!



## Składniki:

- 500 g truskawek
- 2 średnie i dojrzałe banany
- sok z połówki cytryny
- pół szklanka jogurtu naturalnego
- pół szklanki mleka

Do zrobienia koktajlu z truskawek i bananów potrzebujesz użyć blendera ręcznego typu żyrafa lub blendera kielichowego. Z podanych składników wychodzą cztery spore porcje koktajlu. Łącznie jest to minimum litr koktajlu truskawkowego.

Owoce umieść w jednym naczyniu, w którym będziesz je miksować przy pomocy blendera ręcznego typu żyrafa lub blendera kielichowego. Truskawki dojrzewające w słońcu oraz dojrzałe banany są tak słodkie, że nie zalecam dosładzania koktajlu. Jeśli jednak lubisz słodsze napoje lub Twoje truskawki nie są wyjątkowo słodkie, to możesz dodać łyżkę miodu płynnego lub też cukru trzcinowego czy też delikatnego syropu.

Do podanych przeze mnie ilości owoców zalecam dodać jedną szklankę płynu, by otrzymać idealny koktajl truskawkowy. Taki napój nie jest ani za gęsty, ani za rzadki. Ja wlewam do zmiksowanych owoców pół szklanki prawdziwego mleka pełnotłustego oraz pół szklanki jogurtu naturalnego.

Zamiast mleka i jogurtu możesz dodać szklankę maślanki lub kefiru.

Całość możesz wymieszać łyżką lub zmiksować raz jeszcze blenderem. Aby otrzymać rzadszy koktajl z truskawek wystarczy, że dodasz więcej mleka.

Aby otrzymać smoothie truskawkowe zmiksuj mrożone truskawki z bananami, lub mrożone banany z truskawkami albo też do owoców dodaj zmiksowane kostki lodu.

## Zajęcia muzyczne – Wakacje tuż, tuż...

### 1. Piosenki o wakacjach.

Majka Jeżowska – *Idą wakacje*

<https://www.youtube.com/watch?v=BmbPAd4P93E>

Majka Jeżowska – *Na plaży*

[https://www.youtube.com/watch?v=k-AOW\\_76luU](https://www.youtube.com/watch?v=k-AOW_76luU)

*Lato, lato, lato czeka*

<https://www.youtube.com/watch?v=hPfiOB70WC0>

### 2. Bezpieczne wakacje.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ui-ndYWcThA&t=107s>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y0sBekIWkL4>

### 3. Odgłosy lata.

<https://www.youtube.com/watch?v=OpILSUaVNTc>

<https://www.youtube.com/watch?v=cXDrSQJfMqo>

<https://www.youtube.com/watch?v=II5dg-1Ynz4>

## **Zajęcia sportowe**

### *Zabawy na świeżym powietrzu*

#### **Ciuciubabka**

Ta zabawa to niezła frajda dla małych i dużych, zwłaszcza tych lubiących zabawy na dworze. Nie wymaga specjalnego przygotowania, ani akcesoriów. Polega na tym, że jednemu z graczy zawiązuje się na oczach chustkę (przez którą nie powinien nic widzieć) i próbuje złapać innych. Chodzi oczywiście o to, by dobrze uciekać przed osobą w chustce i by dobrze łapać uciekających.

#### **Piłka parzy!**

Do tej zabawy potrzebna będzie piłka. Najlepiej duża, lekka, plażowa. Jedna z osób turla piłkę po ziemi, a pozostali uczestnicy starają się przed nią uciec. Jeśli piłka kogoś dogoni, przejmuje ją i zaczyna turlać. To gra, która podoba się zarówno młodszym, jak i starszym dzieciom.

#### **Zabawa w szczura**

Zasady tej gry nie są skomplikowane, ale potrzebna jest do niej skakanka. Jeden z graczy trzyma jeden koniec skakanki i kręci nią dookoła siebie, jak najbliżej ziemi. Reszta uczestników zabawy otacza osobę trzymającą skakankę i przeskakuje nad liną (tak zwanym szczurem). Kto pierwszy dotknie skakanki w wyniku nieudanego podskoku, zajmuje miejsce kręcącego.

#### **Raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy!**

Równie fajna zabawa, choć dla trochę starszych dzieci. Polega na tym, że jedna osoba - tak zwana Baba Jaga - odwraca się tyłem do reszty i krzyczy: "Raz, dwa trzy, Baba Jaga patrzy". W czasie, gdy Baba Jaga stoi tyłem, pozostałe osoby biegną w jej stronę. Na hasło "patrzy" Baba Jaga odwraca się przodem. Komu nie udało się na słowo "patrzy" zatrzymać w bezruchu, ląduje na starcie, zaś kto pierwszy dotknie Baby Jagi, ten zamienia się z nią miejscem.

#### **Rysowanie kredą**

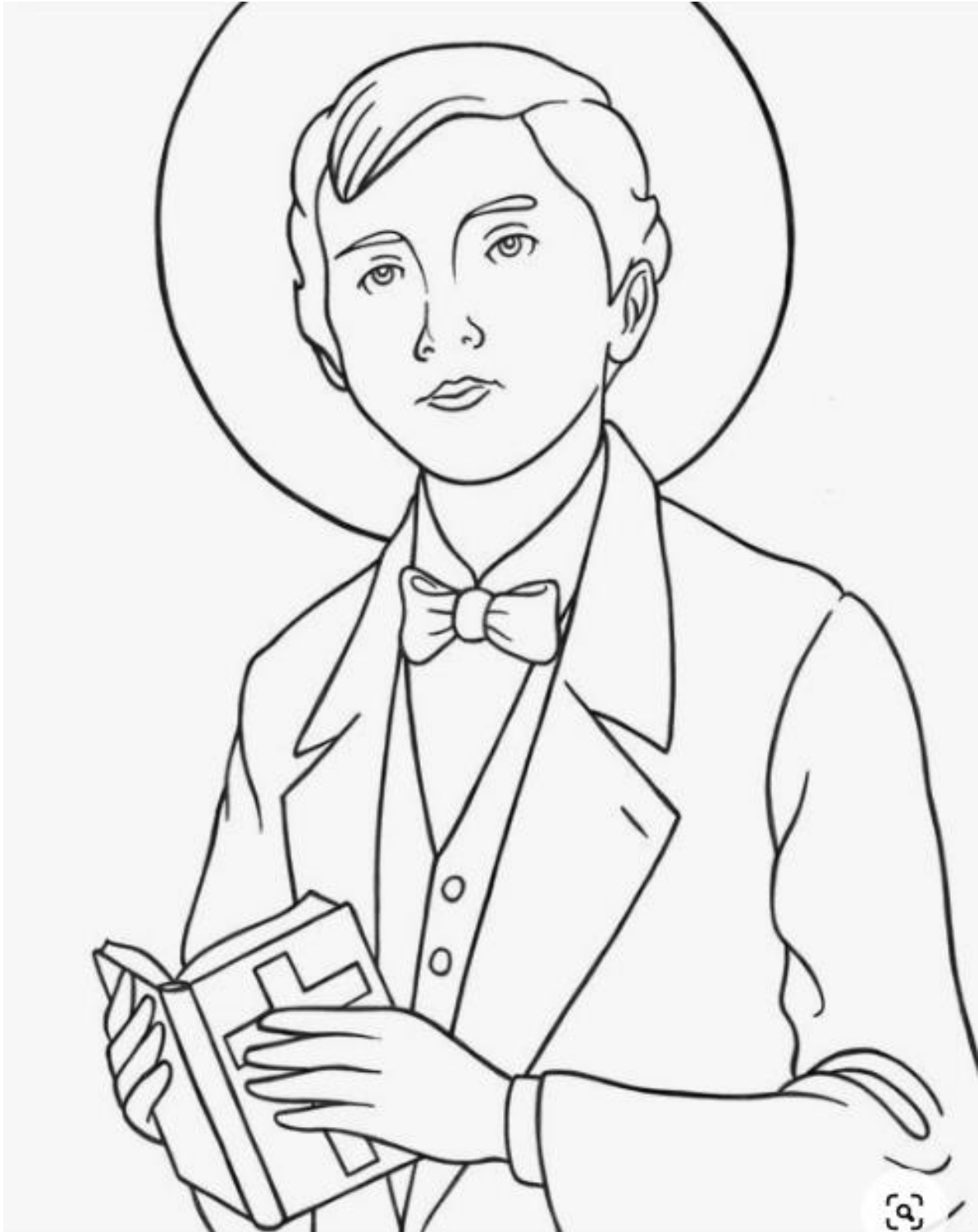
Rysowanie kredą na chodniku ma swój niepowtarzalny urok. Nieważne, jak bardzo utalentowane plastycznie są dzieci, ważne, by mogły wyrazić siebie przez kredowe malunki.

**Pamiętajcie o przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa podczas wakacji !**



Świętych kocham i szanuję ich uczynki naśladowuję

Święty Dominik Sawio gdy na ziemi żył, to Bogu służył, teraz jest z Nim w niebie i modli się za Ciebie.



## Wakacje z Panem Bogiem

Zbliżają się wakacje - czas odpoczynku. Przeżywamy je razem z Bogiem. Zajrzyj do zakładki – Religia i posłuchaj piosenki zespołu Arka Noego pt. „Wakacje cały rok”.



## **Szanowni Rodzice,**

Dziękujemy za trud i zaangażowanie jakie wkładaliście w zdalną terapię logopedyczną Waszych dzieci. Doceniamy Wasze wsparcie i poświęcony czas. Dziękujemy za wyrozumiałość i cierpliwość. Życzymy Państwu oraz Waszym dzieciom udanego odpoczynku podczas zbliżających się wakacji.

Logopedki

Izabela Koziół i Dorota Litych - Herudzińska

Na nudę podczas wakacji mamy propozycję ćwiczeń 😊.

### **Nauka Rozumienia i Wymowy Pierwszych Słów dla Dzieci cz.1**

[https://www.youtube.com/watch?v=xmmh\\_tFZDYI](https://www.youtube.com/watch?v=xmmh_tFZDYI)

### **Nauka wymowy pierwszych słów dla dzieci część 2 - Pierwsze słowa dziecka**

<https://www.youtube.com/watch?v=9EI8LcQF80s>

### **Zwierzęta dla dzieci na wsi - Odgłosy zwierząt**

<https://www.youtube.com/watch?v=qQtJP40a1lw>

### **Ćwiczenia i zabawy dla dzieci autystycznych.**

<http://www.mamswojswiat.pl/>

### **Gimnastyka buzi i języka :**

<https://wordwall.net/pl/resource/910284/logopedia/%c4%87wiczenia-buzi-i-j%c4%99zyka1>

<https://wordwall.net/resource/1052423/gimnastyka-buzi>

<https://wordwall.net/pl/resource/910284/logopedia/%c4%87wiczenia-buzi-i-j%c4%99zyka1>

### **Ćwiczenia pionizacji języka – jedne z najważniejszych ćwiczeń artykulacyjnych.**

Ćwiczymy najlepiej codziennie, po ćwiczeniach oddechowych ok.5-10 minut

[http://www.logotorpeda.pl/pionizacja-jezyka/?fbclid=IwAR37ASSV4phI8h5aTZv6Z\\_-Mnmd5Jnk7n5Eldf9QeTJ3HsNueTiuKAk1-xw](http://www.logotorpeda.pl/pionizacja-jezyka/?fbclid=IwAR37ASSV4phI8h5aTZv6Z_-Mnmd5Jnk7n5Eldf9QeTJ3HsNueTiuKAk1-xw)

<https://www.youtube.com/watch?v=Lod1r88h61I>

### **Ćwiczenia oddechowe:**

<https://www.nebule.pl/logopedia-w-domu/?fbclid=IwAR2ETrdlrCA3AcetNNeWnBi3JPJ4DoA6ecqxbHiGYrvbki1vPOY-4dmUQw>

### **GRA „ZNAJDŹ PARĘ”**

<https://wordwall.net/pl/resource/1094650/logopedia/samog%C5%82oski-znajd%C5%BA-par%C4%99>

### **GRA „POŁĄCZ W PARY”**

<https://wordwall.net/pl/resource/928661/po%C5%82%C4%85cz-w-pary-samog%C5%82oski>

### **GRA „O RETY KRETY”**

<https://wordwall.net/pl/resource/556744/samog%C5%82oski>

### **Ćwiczenia głoski sz**

<https://wordwall.net/pl/resource/1060274/szumi%C4%85cy-labirynt>

<https://www.youtube.com/watch?v=yfCB8APoeBo>

### **Ćwiczenia głoski ż**

<https://www.youtube.com/watch?v=CvyPzzg-NUA>

### **Ćwiczenia głoski cz**

[https://www.youtube.com/watch?v=gCyXm4WpE\\_w](https://www.youtube.com/watch?v=gCyXm4WpE_w)

### **Ćwiczenia głoski s**

[https://www.youtube.com/watch?v=JK98N3n\\_Yjo](https://www.youtube.com/watch?v=JK98N3n_Yjo)

### **Ćwiczenia głoski r**

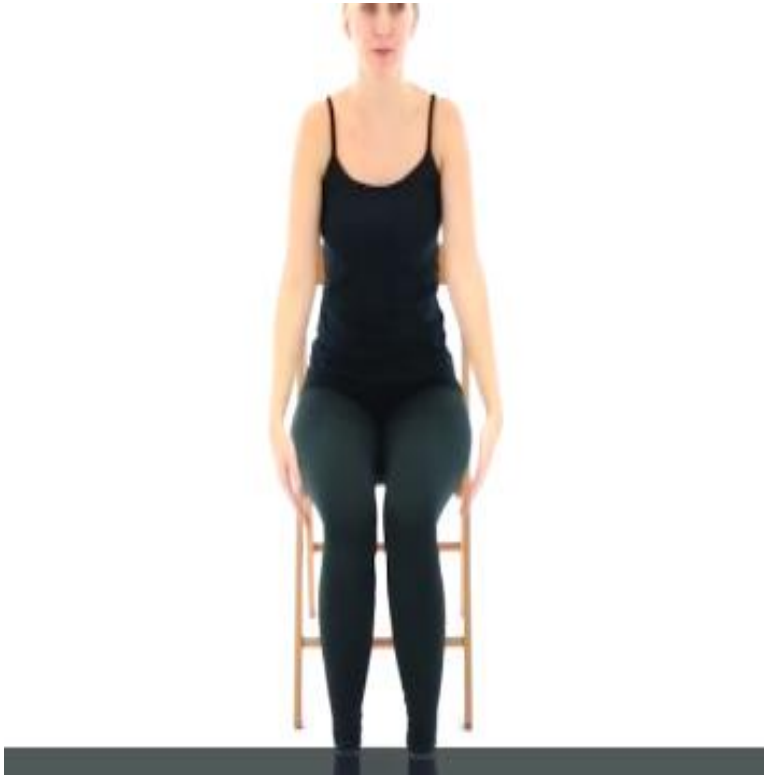
<https://www.youtube.com/watch?v=aR75YM-nQgU>



# Ćwiczenia oddechowe wspomagane pracą ramion

Terapia ruchem

Usiądź wygodnie na krześle. Ramiona opuść wzdłuż tułowia. Wykonaj ruch ramion skosem w bok, jednocześnie uwypuklając klatkę piersiową – wdech. Przyciągnij ramiona do siebie z jednoczesnym skłonem tułowia w przód – wydech.



Usiądź wygodnie na krześle. Wyprostuj plecy, ramiona opuść swobodnie wzdłuż tułowia. Wykonaj ruch ramion w bok z jednoczesnym wypchnięciem klatki piersiowej w przód – wdech nosem, z wydechem powrót do pozycji początkowej.



Usiądź wygodnie na krześle. Ręce opuść swobodnie wzdłuż tułowia. Przenieś ramiona bokiem w górę (nad głowę)- wdech nosem, na końcu ruchu zegnij ręce w łokciach, skrzyżuj dłonie za głową. Powrót wydech z przymkniętymi ustami.



Usiądź wygodnie na krześle. Ramiona opuść wzdłuż tułowia. Przenieś ręce przodem w górę nad głowę – wdech nosem, wstrząśnij rękami, wydech ustami – powrót.





Usiądź na krześle, ramię z jednej strony zegnij, dłoń oprzyj o biodro.  
Przenieś ramię z drugiej strony bokiem nad głowę z jednoczesnym  
skłonem tułowia w bok – wdech nosem, powrót wydech ustami.  
Powtórz po drugiej stronie



WF

<https://www.youtube.com/watch?v=qDF1syL5VJA>

<https://www.youtube.com/watch?v=CzG09ZIMkeA>

<https://www.youtube.com/watch?v=NO1VviPHWl4>