

Gimnastyką, zabawy ruchowe, rytmiczne dla dzieci



<https://www.youtube.com/watch?v=2BQCcljudZ8>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=Tc82wV1jV-4>

<https://www.youtube.com/watch?v=Zg7pCZOtMXo>

<https://www.youtube.com/watch?v=Vq4LxW6QX7I>

<https://www.youtube.com/watch?v=hBFLp08y33Y>

ZABAWY MUZYCZNE



<https://www.youtube.com/watch?v=iQTxHif7Gzg>

<https://www.youtube.com/watch?v=mx4Da-ri1ag>

<https://www.youtube.com/watch?v=plug6OlrRM>

<https://www.youtube.com/watch?v=5IQBQBvgjrg>



Rytmika

https://www.youtube.com/watch?v=x9F1oqntz_o

<https://www.youtube.com/watch?v=LUctGfVyKC4>

<https://www.youtube.com/watch?v=4YFmTNqTfsU>

ZAJĘCIA KULINARNE



Warsztaty kulinarne mają wiele zalet – przede wszystkim wpływają na rozwój dziecka, które:

- **poznaje i rozróżnia owoce, warzywa i inne składniki potrzebne w kuchni;**
- **rozwija swoją kreatywność** – szczególnie dobrze widać to podczas przygotowywania deserów z owocami i/lub galaretką. Każda przekąska na pewno będzie nieco inna;
- **rozwija zdolności manualne** – przelewa, przesypuje, miesza różne składniki ze sobą;
- **uczy się czerpania przyjemności z gotowania** – zabiegani rodzice nie zawsze mają czas przekazać dzieciom, że wspólne spędzanie czasu w kuchni naprawdę może sprawiać mnóstwo frajdy;
- **uczy się planowania sobie pracy i współpracy z innymi;**
- **doskonali matematykę** – np. poprzez odliczanie liczby potrzebnych owoców

LODY



Skorzystaj z naszego ekspresowego przepisu na ciepłe lody.

Potrzebne będą: mleko, śmietanka w proszku „Śnieżka”, kolorowe galaretki, wafelki, kolorowe posypki.

Sposób wykonania: mleko zmiksuj ze „Śnieżką”. Dodaj zastygniętą galaretkę i ponownie zmiksuj, przełóż do wafelków. Udekoruj posypkami.

OWOCOWE SZASZŁYKI



wykonanie smakowitych, owocowych szaszłyków zajmuje dosłownie chwilę. Proponujemy szaszłyki po czekoladowym tuningu!

Potrzebne będą: owoce (mango, jabłka, banany, truskawki itd.); czekolada deserowa, oliwa, długie wykałaczki.

Sposób wykonania: czekoladę rozpuść w kąpieli wodnej. Dokładnie wymieszaj z niewielką ilością oliwy. Pokrojone na kawałki owoce nadziewaj na wykałaczki i maczaj je w płynnej czekoladzie. UWAGA! Decydując się na ten przepis ryzykujesz czystość ubrań i przedszkolnego wyposażenia 😊 Pamiętaj zatem o odpowiednim „zabezpieczeniu terenu”, bo taką atrakcję dzieci na pewno zapamiętają na długo.

KOKTAJLE



Jeśli szukasz alternatywy dla tradycyjnych słodkości to zdecydowanie opcja dla Ciebie. Przygotowanie koktajlu jest dziecinnie proste, jeśli posiadasz specjalny dzbanek lub mikser z końcówką blendującą. Wystarczy zmiksować wszystkie składniki i w kilka chwil pyszny koktajl jest już gotowy!

Potrzebne będą: owoce (maliny, truskawki, jagody, banany itp.), woda lub jogurt naturalny/maślanka

LEMONIADA



Wspólne wykonanie lemoniady z dziećmi to doskonały sposób na zaciekawienie maluchów i zastąpienie zdrowym pićem popularnych słodkich, gazowanych napojów.

Potrzebne będą: litr wody, 2 cytryny, kilka łyżek miodu.

Sposób wykonania: Sparzoną cytrynę pokrój w plasterki, z drugiej wyciśnij sok. Wszystko wymieszaj z wodą i miodem. Schłodź w lodówce. Opcjonalnie do lemoniady możesz dodać dekoracyjnie kilka innych owoców.

KOLOROWE KANAPKI



Tu jest potrzebna tylko kolorowa wyobraźnia 😊

Życzymy udanych eksperymentów kulinarnych z dziećmi i przede wszystkim – smacznego! 😊