

Неделна Тема	Јас сум чист, јас сум здрав
Содржина на денот	„Во здраво тело, здрав дух“
Возраст	3-4 години
Воспитувач	Александра Дедес Трајковски
Дневни активности	
Здрави и безбедни навики	Разговор со детето за благодетите од користење и конзумирање на здрава храна (овошје и зеленчук). Создавање позитивни навики кај детето и потсетување дека овошјето и зеленчукот секогаш треба да биде свежо и убаво измиено.
Активности	„Здрава храна за детство без мана“ Физичката активност кај децата е основен двигател за нивниот раст и развој. Заради нејзината важност секое утро започнато со физички вежби предизвикува среќа и радост кај детето. Ова утро со детето започнете го со утрински вежби за раздвижување и расонување на детското тело (слика 1 и 2). Откако убаво ќе го разбудите детското тело ,може да си најдете пријатно место да седнете со детето и во релаксирана атмосфера да поразговарате на тема: “Што треба да јадеме за да бидеме здрави?”. На детето треба да му се посочи дека треба да се храниме здраво, да јадеме овошје и зеленчук, да внесуваме витамини, да пиеме многу вода ,за да можеме да ги победиме секогаш лошите вируси (слика 3,4 и 5). Потоа со детето може да ја преслушате детската песничка „Здрава храна за детство без мана“ од Пет+ фамилија и поиграте на истата (слика 6). https://www.youtube.com/watch?v=pnFi2HOles0&ab_channel=5%D0%BF%D0%BB%D1%83%D1%81%D0%A4%D0%B0%D0%BC%D0%B8%D0%BB%D0%B8%D1%98%D0%B0 Детето треба секојдневно да го поттикнувате за користење на здрава храна. Сигурно ќе му биде интересно на детето да одите до блискиот пазар и заедно одберете и купите овошје и зеленчук. Кога ќе се вратите дома заедно убаво да го измиете и направите вкусна и здрава овошна салата (слика 7). На здравје !