

Kochane Dzwoneczki,











Czy wiecie jakie smaki ma wiosna? Na pewno macie w domku niektóre z tych pyszności: chrupiące rzodkiewki, marchewki i młode ziemniaki, sałatę jędrne pomidorki oraz mnóstwo aromatycznych sałat i ziół, takich jak szczypiorek czy natka pietruszki. Sezon na takie warzywa trwa od marca do czerwca, a więc na wiosnę. Są one nie tylko kolorowe ale i baaaardzo zdrowe. Warto je jeść 😊

Może przygotujecie wspólnie z rodzicami takie kanapki?



Smacznego 😊

Po kanapkach czas na trochę ruchu ☺ spróbujcie kochani wykonać te ćwiczenia

<p>Krocz jak bocian, wysoko podnosząc kolana.</p> 	<p>Biegaj machając rękami jak jaskółka skrzydłami.</p> 	<p>Zrób 10 małych skoków jak żabka.</p> 
<p>Chodź na palcach jak padający deszczyk.</p> 	<p>Zrób 10 dużych skoków jak zajączek.</p>  <small>eladzieciki.com</small>	<p>Zrób 10 pajacyków wesołych jak słoneczko.</p> 
<p>Zerwij na niby 10 tulipanów.</p> 	<p>Udawaj, że łapiesz motylka.</p> 	<p>Biegaj machając rękami, na kłasnęcie zakręć kuperkiem.</p> 
<p>Pełzaj jak gąsieniczka wśród trawy.</p> 	<p>Czołgaj się jak ślimak po podłodze.</p> 	<p>Chodź na rączkach i nóżkach jak pajak.</p> 