

„W Słonecznej Krainie”



Drodzy Rodzice!!!

Witamy Was i oddajemy w Wasze ręce trzeci w tym roku szkolnym numer naszej comiesięcznej gazetki. Mamy listopad - jesień. Początek słońca. Zapomnieliśmy już o wakacjach, dzieci mają pierwsze miesiące nauki za sobą. Spadają liście, odlatują ptaki, pogoda staje się bardziej kapryśna, dni są coraz krótsze. Staramy się nie myśleć o pandemii i żyć spokojnie, normalnie, mimo, że w reżimie sanitarnym. Wiele rzeczy nam nie wolno, np. urządzać pikników, przynosić różnych ulubionych zabawek do przedszkola, musimy zachowywać dystans...

Ale nasze przedszkolaki – jak zawsze chętnie się uczą i wesoło bawią.

Jesień to niestety również czas wzmożonych zachorowań wśród dzieci, dlatego przypominamy, aby nie przyprowadzać dzieci chorych do przedszkola – jest to w szeroko rozumianym interesie nas wszystkich. Dzieci w dużych skupiskach łatwo się zarażają i padają ofiarą najróżniejszych zarazków i chorób.

DO RODZICÓW!

Proszę, zostaw mnie w domu, jeśli...

PROSZĘ! ZOSTAW MNIE W DOMU, JEŚLI:



KIEDY TWOJE DZIECKO JEST CHORE:

1. Postaraj się zmienić plany i zostań z dzieckiem w domu.
2. Poinformuj nas co się dzieje z dzieckiem, nawet jeśli zostało z Tobą w domu.

Rodzicu dbaj o swoje dziecko, pamiętaj też o innych przedszkolakach np. o tych, którzy wrócili po długiej chorobie osłabieni.

Jak wzmocnić więc układ immunologiczny dziecka?

Efekt można uzyskać zarówno dzięki zdrowej diecie, ale również poprzez odpowiedni styl życia. Oto w jaki sposób możesz wzmocnić odporność swojej pociechy:

- Odpowiednia temperatura w domu – rodzice, szczególnie małych dzieci, bardzo często utrzymują w domu wysoką temperaturę. Tymczasem nie powinna ona przekraczać 23 stopni Celsjusza, a najlepiej, żeby wynosiła około 21 stopni w ciągu dnia i 1–2 stopnie mniej w nocy.
- Odpowiednia ilość snu – dzieci powinny spać dłużej niż dorośli. W przypadku maluchów do 5. roku życia powinno to być nawet 13 godzin na dobę. Dzieci do 12 lat powinny spać do 12 godzin, a starsze do 10 godzin.
- Spacer – warto, żeby dziecko przebywało jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu. Nie rezygnuj ze spacerów nawet jeśli temperatura spada poniżej 0 stopni Celsjusza. Pamiętaj jedynie o odpowiednim dopasowaniu ubioru, tak, aby dziecku nie było za ciepło ani za zimno. Nie muszą to być długie wyprawy – wystarczy nawet kilkanaście minut spaceru dziennie.
- Aktywność fizyczna – organizm dziecka wzmocni systematyczne uprawianie sportu. Na odporność znakomicie może wpłynąć pływanie, ale również i inne dyscypliny, jak taniec czy piłka nożna.
- Hartowanie dziecka – sposobem na to mogą być kąpiele w letniej, a nie w gorącej wodzie. Natomiast ciepłą kąpiel można zakończyć chłodniejszym

prysznicem, ale należy pamiętać o dokładnym wytarciu skóry maluszka ręcznikiem.

- Ograniczenie stresu – negatywne emocje powodują, że łatwiej zapadamy na infekcje. Być może wydaje ci się, że kilkulatkom nie towarzyszy stres, ale nie jest to prawdą. Dzieci różnie reagują na sytuacje, które ich spotykają. Dla jednego stresem może być sprawdzian w szkole, dla innego przeprowadzka czy posiłek, przy którym rodzic się denerwuje, że pociecha nie ma na niego ochoty. Warto rozmawiać z dzieckiem, wspierać je i pomagać tak, żeby eliminować niepożądane napięcie.
- Odpowiednia dieta – w przypadku niemowlaków bardzo duże znaczenie ma karmienie dziecka piersią. Starsze dzieci powinny mieć ograniczoną ilość cukru i produktów przetworzonych w diecie na rzecz warzyw, owoców, kasz czy ryb. Spożywane produkty powinny być bogate w miedź, selen, cynk czy żelazo. Warto, żeby dzieci jadły 3 ciepłe posiłki dziennie – szczególnie w okresie jesienno-zimowym. W ich menu powinien znajdować się również czosnek i miód. Co ciekawe, odporność obniża głód, więc staraj się, żeby twoje dziecko jadło regularnie. W okresie od października do marca suplementuj dietę witaminą D.

Listopad to miesiąc dosyć ponury, dlatego właśnie ten miesiąc urozmaicają nam święta, które tradycyjnie są obecne w społeczności przedszkolnej.

1. 11 listopada – Święto Niepodległości

Co to jest niepodległość?

*Kiedyś Rosja, Austria i Prusy
na Polskę mieli chytre zakusy.
Niestety w końcu im się udało
i zagrabili Polskę całą.*

*Przez długie 123 lata
nie było nas na mapie świata.
I jak to czasem mówią dorośli
wtedy nie było niepodległości.*

*Ref. Co to jest niepodległość
teraz wiem już na pewno.
Każde dziecko dziś woła
to polską dom, polską szkoła.
Co to jest niepodległość*



teraz wiem już na pewno.

*Zaraz po I wojnie światowej
powstały piękne mapy już nowe.
Tak właśnie nasza historia biegła
że Polska dzisiaj jest niepodległa.*

Ref. Co to jest niepodległość...

*Jedenasty listopada 1918
Zapamiętamy już na zawsze.*

Ref. Co to jest niepodległość...

Drogi rodzicu – posłuchaj wraz z dzieckiem tych piosenek:

<https://www.youtube.com/watch?v=-ml645aCTgo>

<https://www.youtube.com/watch?v=PYd5i93h1Ls>

Wszyscy jesteśmy odpowiedzialni za ducha patriotyzmu u dzieci, a przede wszystkim rodzina, przedszkole, szkoła. Patriotyzm trzeba w narodzie pielęgnować i to jest zadanie dla nas wszystkich. Dlatego z dumą współuczestniczymy w pielęgnowaniu tych wartości wśród naszych najmłodszych. Wychowanie patriotyczne jest w pełni realizowane w naszym przedszkolu poprzez poznanie historii rodziny, naszego miasta oraz Polski, poznanie legend, symboli narodowych, piękna polskich tradycji, obyczajów, krajobrazów. Przedszkolaki wykonują zwykle kotyliony lub chorągiewki w barwach narodowych, uczą się wierszy oraz piosenek patriotycznych i opiewających piękno naszego kraju. Uświadamiamy dzieciom w ten sposób, kim jesteśmy, skąd się wywodzimy, jaka jest nasza przeszłość, uczymy je bycia Polakami i miłości do kraju ojczystego.



2. 25.XI - Dzień Pluszowego Misia - moc zabawy wraz z misiami!



Trudno wyobrazić sobie dzisiejszy świat bez pluszowego misia. Miś jest najlepszym przyjacielem dziecka, niezastąpioną przytulanką przy zasypianiu. Skąd się wziął miś? Oto krótka historia. Wszystko zaczęło się w 1902r, gdy Prezydent Stanów Zjednoczonych Teodor Roosevelt wybrał się na polowanie. Po kilku godzinach bezskutecznych łowów jeden z towarzyszy prezydenta postrzelił małego niedźwiadka i zaprowadził go do Roosevelta. Prezydent, gdy ujrzał przerażone zwierzątko, natychmiast kazał go uwolnić. Jeden ze świadków tego zdarzenia uwiecznił historię niedźwiadka na rysunku w waszyngtońskiej gazecie. Obrazek natknął sklepikarza z Brooklynu do produkcji pluszowych niedźwiadków o nazwie Teddy. Miś stał się bohaterem utworów dla dzieci, z których najbardziej znanym jest Kubuś Puchatek. W Polsce popularne były dobranocki przedstawiające misia, np.: Miś Uszatek czy Colargol. Miś jest towarzyszem dzieci i dorosłych w świecie bez trosk zabawy oraz przyjacielem, powiernikiem największych sekretów i tajemnic.

Dnia Pluszowego Misia przedszkolaki oczekują z ogromną radością i mogą w tym dniu przynieść do przedszkola swoje pluszowe misie!!!



3. **Andrzejki** to stara tradycja ludowa przekazywana z pokolenia na pokolenie. Według dawnych wierzeń ten dzień miał magiczną moc, gdyż uchylał wrota do nieznanej przyszłości. Dziś tradycyjne Andrzejki to ciekawy pomysł na zabawy z dziećmi w przedszkolu. W zaczarowany świat magii i wróżb.



*Komu bliski czarów świat
Kto u Andrzeja szuka rad
Ten zostanie zaproszony
Na zabawę wymarzoną
Unieś głowę, spójrz do góry
Czarodziejską proszek z chmury
Spada, tańczy i wiruje
Wszystkie dzieci zaczaruje
Radość jest, a smutek znikną
Wnet rozbawi nas muzyką!*



Dziś dziewczęta, jak i chłopcy, dzieci i dorośli bawią się żartobliwymi wróżbami, najczęściej wspólnie, na zorganizowanych imprezach lub kameralnych, domowych spotkaniach.

29 listopada, to dzień wesoły i magiczny dla naszych przedszkolaków. Już od rana będzie słyhać śpiew i muzykę, wszystko wskazywać będzie, że nadchodzi czas wróżb i czarów.

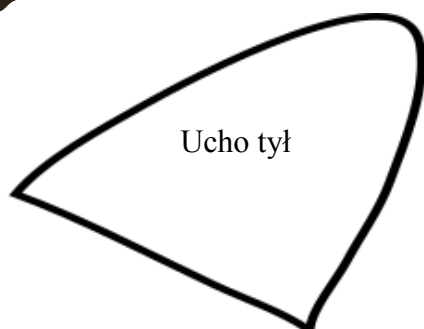
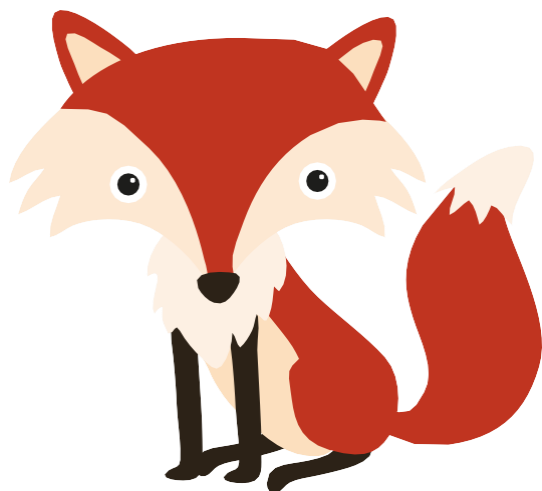
Dzieci będą poznawać andrzejkowe tradycje. Za pomocą monet rzucanych do wody, wędrujących bucików, serduszek z imionami i innych tajemniczych przedmiotów dowiedzą się, czy spełnią się ich marzenia.



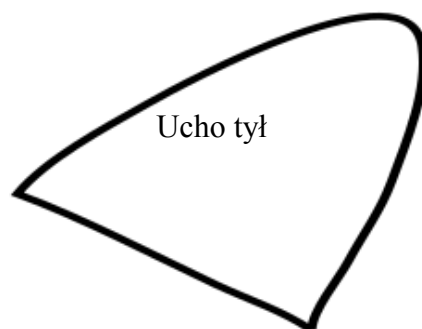
Jak co roku jesień wita nas pogodą „w kratkę”- były słoneczne, ciepłe, piękne dni, były dni deszczowe i ponure, a także temperatury iście zimowe. Obojętnie jednak, z jaką pogodą musimy się zmierzyć, warto każdego dnia kreatywnie i mądrze pobawić się z dzieckiem. Taka zabawa ma same korzyści - oprócz realnego czasu spędzonego z własnym dzieckiem, co wzmacnia więzi i czyni rodzinę po prostu szczęśliwą, pomaga też w rozwoju dziecka. Zapraszamy do skorzystania z zabaw, które łatwo przygotować i przeprowadzić w domu.

*„Małe co nieco dla naszych przedszkolaków” – czyli
pobaw się ze mną mamo i tato...*

Szablon liska



Ucho tył



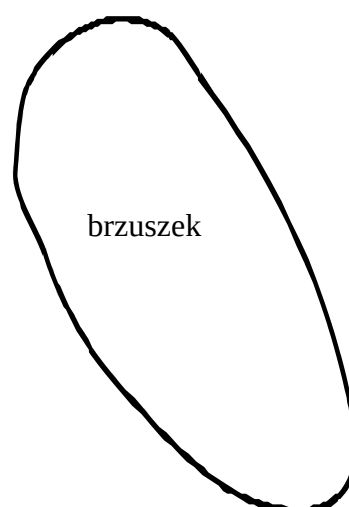
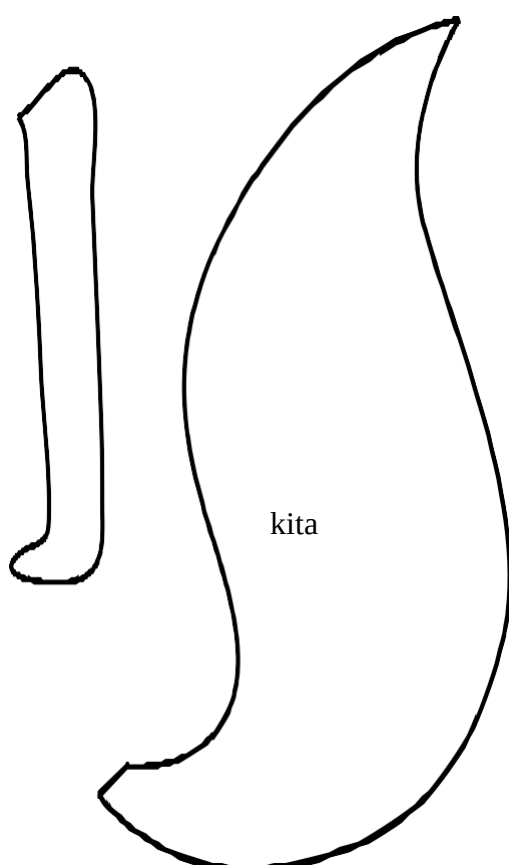
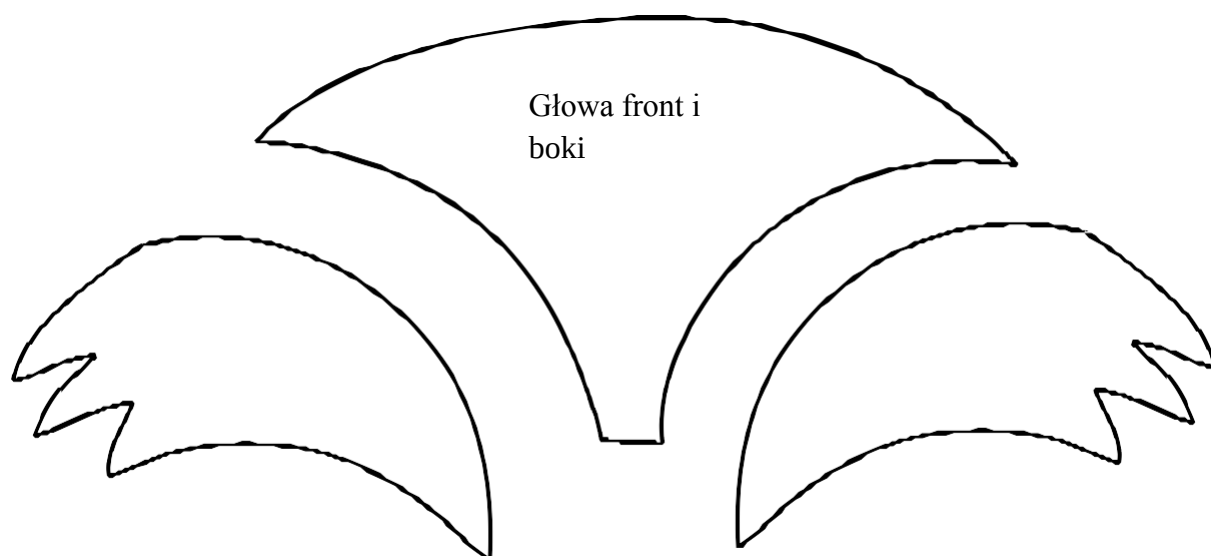
Ucho tył



Ucho przód

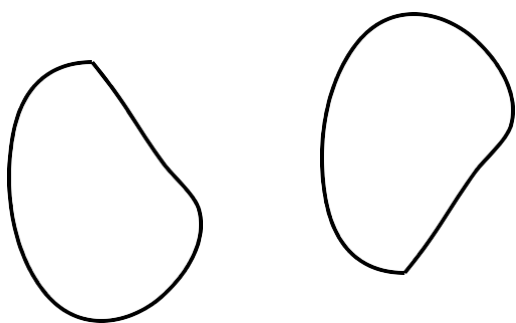
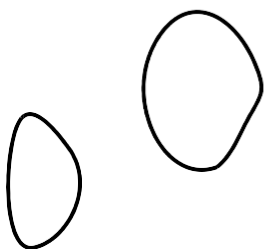
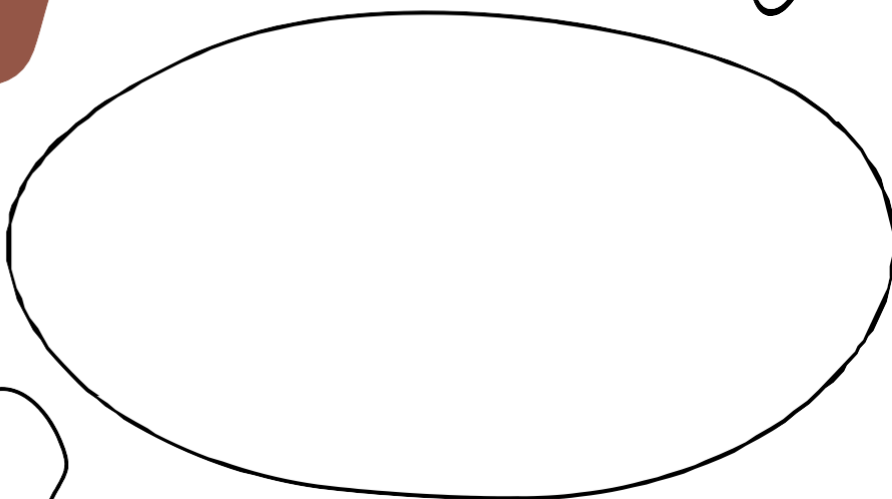
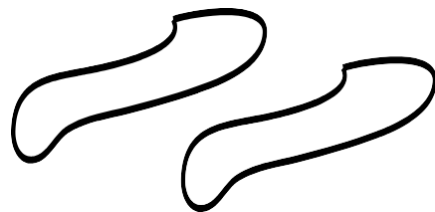


Ucho przód



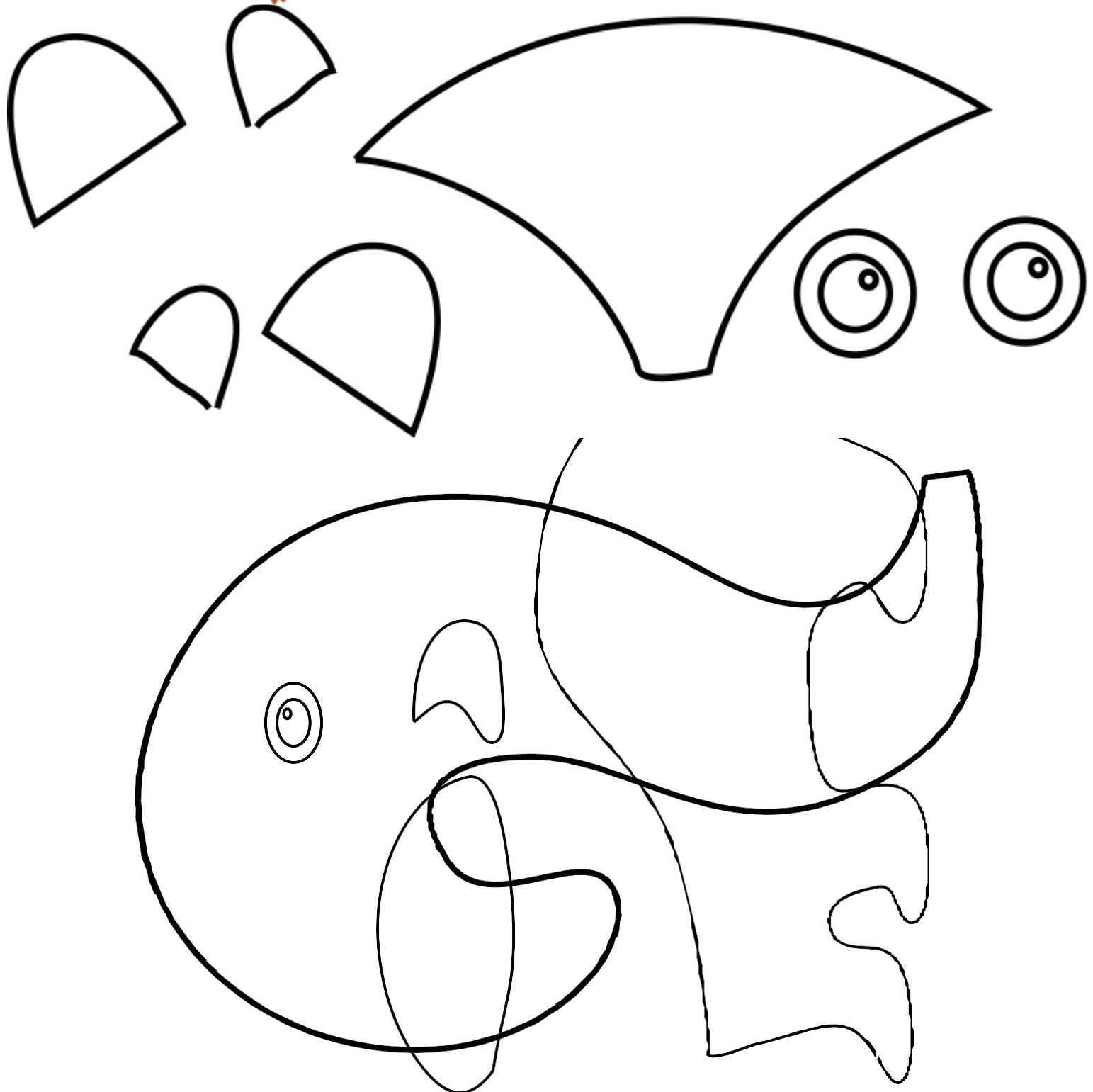


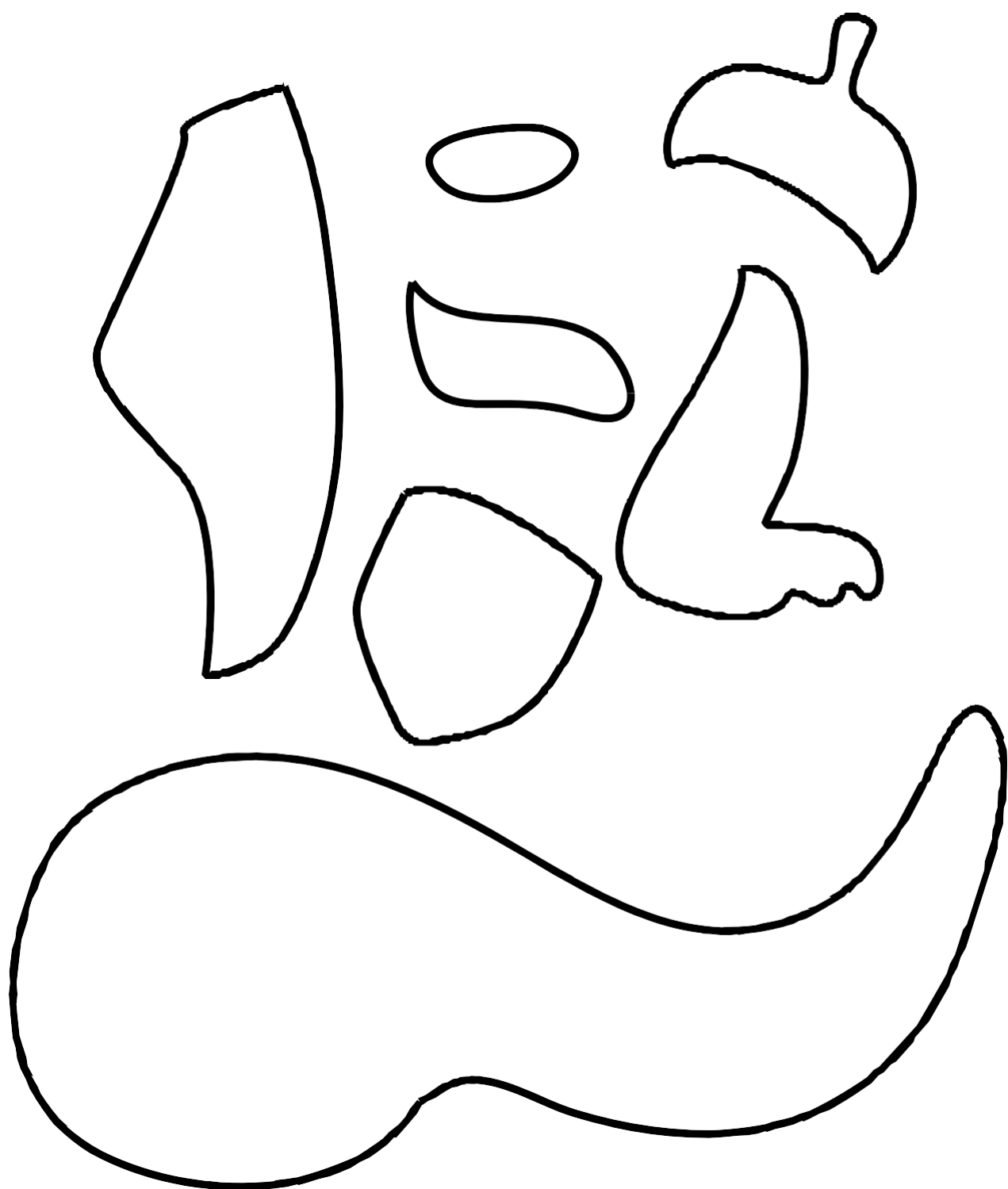
Szablon niedźwiadka - mały

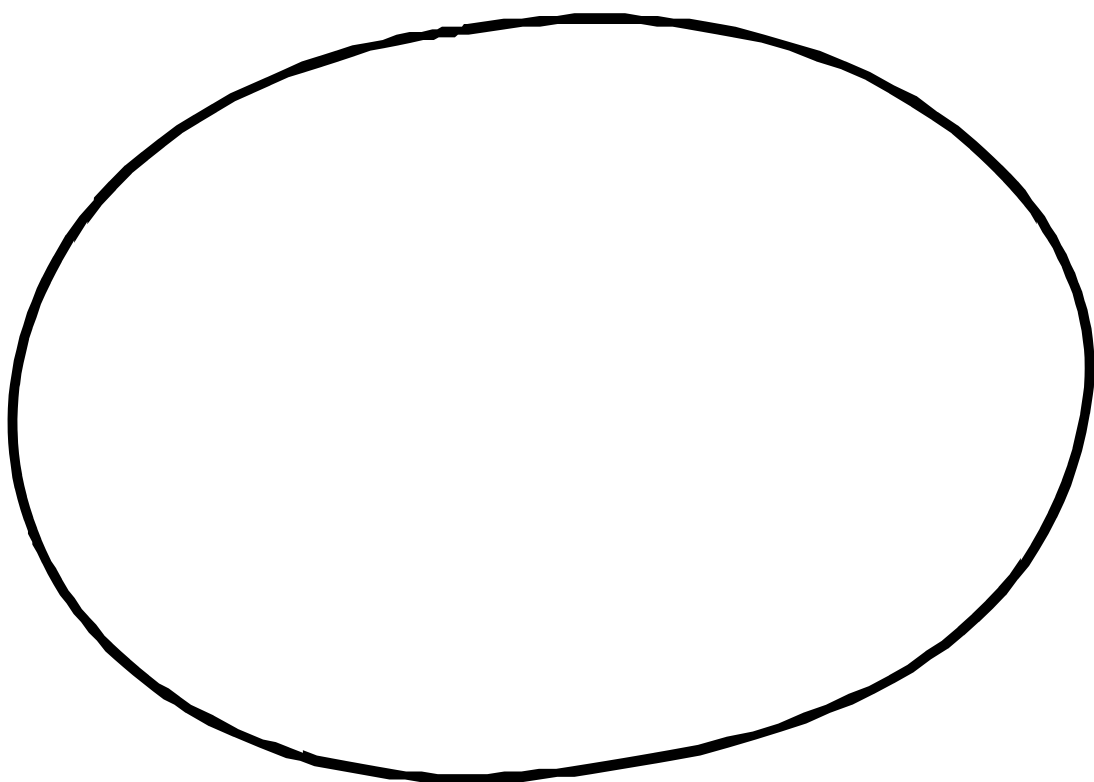
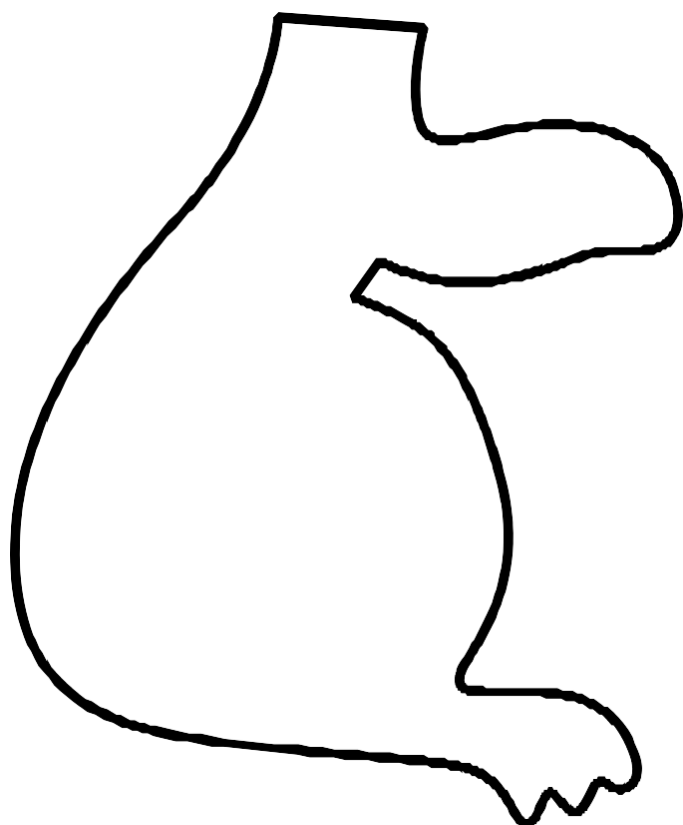




Szablon wiewiórki







Karty są odpowiednie do codziennej gimnastyki albo
jako ruchowy przerywnik zajęć domowych ☺



NADYMAJ SIĘ JAK
DYNIA.



STUKAJ PALCAMI JAK
DESZCZ.



WIRUJ JAK LIŚCIE NA
WIETRZE.



STAŃ NA JEDNEJ NODZE
JAK MUCHOMOR.

DZIECKIEMBADZ.BLOGSPOT.COM



SKACZ JAK WIEWIÓRKA
PO ORZESZKI.



DMUCHAJ JAK JESIENNY
WIATR.



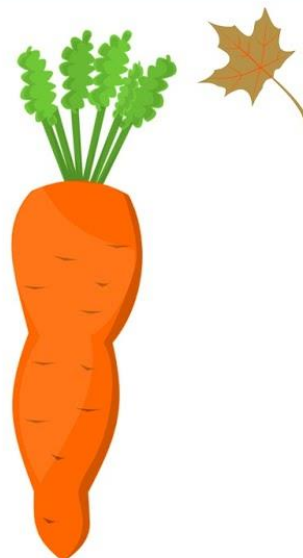
ZRÓB STRASZNĄ MINĘ
JAK NIETOPERZ.



SPACERUJ JAK Z
PARASOLEM.



SCHYLAJ SIĘ JAKBYŚ
ZBIERAŁ ŻOŁĘDZIE.



WYPROSTUJ SIĘ JAK
MARCHEWKA.

DZIECKIEMBADZ.BLOGSPOT.COM

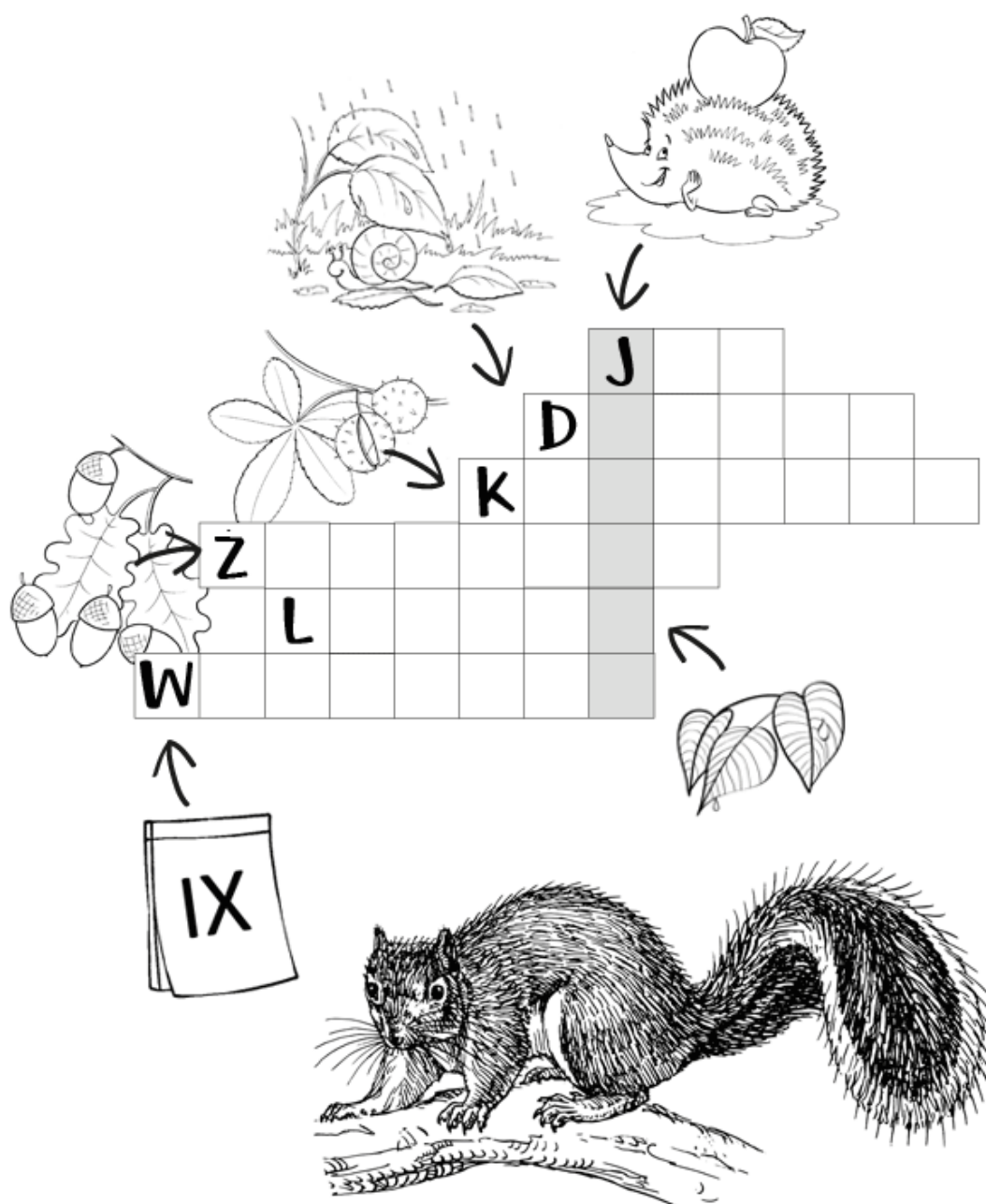


BIEGNIJ JAKBY GONIŁ
CIĘ WILK.



ZWIŃ SIĘ W KULKĘ JAK
JEŻ.

Jesienna - szumiąca krzyżówka



Małe co nie co dla młodszych przedszkolaków. Dopasuj cień:









Coloring & Activity Pages by: HonkingDonkey.com

„W Słonecznej Krainie czas wesoło płynie” – czyli najważniejsze wydarzenia października

Kotki:



W październiku poznaliśmy czym są dary jesieni i jak wygląda jesień w ogrodzie i w parku. Na naszym pierwszym spacerze do Parku Miejskiego szukaliśmy jesiennych skarbów – zbieraliśmy kasztany i przepiękne, kolorowe liście. Wiemy także jak zadbać o zdrowie, aby nie chorować i znamy rozmaite zabawy na długie jesienne wieczory.

Poznaliśmy pojęcie „piramidy żywieniowej” i całą grupą stworzyliśmy własny plakat pt: „Piramida zdrowia Kotków”. Bardzo lubimy zajęcia z elementami kodowania zarówno na macie do kodowania jak i zabawy kolorowymi kubeczkami. Uczymy się przeliczać, kontynuować rytmy i układać szeregi, utrwalamy kolory i kształty. Największą radość sprawia nam budowanie piramid z kolorowych kubeczków. Październik był również miesiącem urodzin wielu z nas – niemalże codziennie w naszej sali rozbrzmiewało „Sto lat”. Już spora większość Kotków może powiedzieć „Mam 3 latka” 😊







Misie:



Przez cały październik gościliśmy Panią Jesień. Najpierw szukaliśmy jej darów w parku i lesie, potem w ogrodzie i sadzie. Malowaliśmy piękne wrzosey, bawiliśmy się kasztanami. Poznaliśmy warzywa i owoce. Rozmawialiśmy o zdrowiu, wiemy co robić aby o nie dbać, co jeść, jak się ubierać.

Rozmawialiśmy też o zwierzętach i ich jesiennych zwyczajach (robienie zapasów, zapadanie w sen zimowy). Uczyliśmy się empatii do zwierząt. Bawiliśmy się wykorzystując i poznając metodę kodowania (szukaliśmy drogi do norki języka). Metoda kodowania bardzo się dzieciom spodobała.



Małgorzata Grabowska

Sowy:



W październiku grupa Sowy baczenie przyglądała się jak pięknie wygląda Pani Jesień. Korzystając z pięknej pogody rozkoszowaliśmy się ciepłym jesiennym słońcem. Wybraliśmy się do Parku Miejskiego podziwiać kolory w naturalnym środowisku. Ze spaceru przynieśliśmy cały koszyk jesiennych skarbów. Mieliśmy też czas na wesołe zabawy liśćmi, wyścigi i ciekawe odkrycia przyrodnicze



W czasie zajęć poznawaliśmy bogactwo smacznych darów jesiennych. Dzieci bardzo dobrze wiedzą, że owoce i warzywa mają bardzo dużo witamin i dają nam dużo zdrowia. Bardzo chętnie zjadają wszystkie owocowe i warzywne przekąski, które przygotowują codziennie panie kucharki.



W czasie wolnym dzieci bardzo chętnie bawią się wspólnie. Pochłania je konstruowanie budowli z patyczków. Ileż jest różnych pomysłów, koncepcji i planów. Serce się raduje jak zgodnie przedszkolaki ze sobą współpracują i pomagają sobie nawzajem. Odkryły też jak bardzo pasjonująca jest gra w Pchełki



Wróbelki



Miesiąc październik troszkę nas zasmucił swoim deszczowym wejściem. Ale jak wiadomo, w czasie deszczu dzieci się nie nudzą. Dowiedzieliśmy się skąd się bierze deszcz, kolorowaliśmy kropelki deszczowe, a potem je wycinaliśmy. Ćwiczyliśmy umiejętność liczenia oraz porównywaliśmy wielkości kropelek.

Wśród deszczowej aury znaleźliśmy chwile ze słońcem i mogliśmy przyjrzeć się barwom jesieni.

Obecna sytuacja nie pozwala na dłuższe spacer, jednak na terenie przedszkolnym możemy się cieszyć szeroką gamą barw, dzięki bogatej roślinności. Dzieci chętnie bawiły się liśćmi, tworzyły bukiety, grały. Poszukiwały również wśród liści ukrytych skarbów. Tworzyły jesienne prace plastyczne, podczas których ćwiczyły paluszki i dłonie. Samodzielnie wykonywane dzieła artystyczne sprawiały dzieciom dużo radości.

Bardzo atrakcyjne dla dzieci były zajęcia, podczas których robiły grzechotki. Najpierw ozdabiały według własnego pomysłu pojemniki, następnie wsypywały kaszę, korzystając z lejka. Oczywiście później graliśmy na tych grzechotkach do znanych nam piosenek.

„Wróbelki” rozmawiały też o owocach z sadu i warzywach z ogrodu. Śpiewały tematyczne piosenki i aktywnie uczestniczyły w zabawach ruchowych.

Jak wiadomo jesienią każdy z nas robi zapasy na zimę. My dowiedzieliśmy się o przygotowaniach jeża i wiewiórki do tej trudnej, do przetrwania pory roku. Zebraliśmy wiele ciekawych informacji o ich przysmakach i sposobie życia.

Żegnaj Październiku!





Tygryski



Październik był dla Tygrysków miesiącem, w którym przypomnieli sobie wiadomości o Jesieni.

Rozmawialiśmy o jesieni w parku, lesie, ogrodzie. Dzieci doskonale wiedzą jakie barwy Przynosi ze sobą „Pani Jesień” Chętnie śpiewają jesienne piosenki „Malowała jesień” czy „w deszczu”. Dary jakie przynosi jesień wykorzystaliśmy podczas układania rytmów czy budowania ludzików z kasztanów, żołędzi i szyszek. Każdy starszak już wie, że jesień jest też czasem przygotowania się zwierząt do zimy, robienia zapasów oraz szykowania sobie mieszkania na zimę. Dzieci poznały również budowę grzybów, wiedzą, że niektóre z nich są trujące i nie wolno ich zbierać. Często bawiliśmy się kubeczkami, oraz korzystaliśmy z ładnej pogody na dworze. Gdy padał deszcz bawiliśmy się w Sali z wykorzystaniem chusty animacyjnej oraz wiatraka matematycznego.







Motyłki



W październiku „Motylki” zajmowały się warzywami i owocami zarówno typowo jesiennymi, jak i dojrzewającymi podczas innych pór roku i rosnącymi w innych strefach klimatycznych.

Usystematyzowaliśmy wiedzę na temat jadalnych części warzyw i ich systemów korzeniowych. Poznaliśmy cykl rozwojowy roślin – od ziarenka do owocu. Nauczyliśmy się także kolejnej literki: M m, L l, T t. W tym miesiącu nie zabrakło także zajęć doskonalących umiejętności matematyczne – porównywanie liczebności, przeliczanie, układanie zbiorów, klasyfikowanie czy układanie rytmów matematycznych.

W październiku udaliśmy się z dziećmi w magiczną podróż do jesiennego parku i lasu. Przedszkolaki oglądały zdjęcia zwierząt żyjących w lesie, utrwaliły sobie ich nazwy, które następnie odczytywały globalnie. Odgadywały zagadki słowne, obrazkowe i dźwiękowe dotyczące tej tematyki.





Słoneczka:



W październiku swoje święto obchodziły nasze koleżanki z grupy z tej okazji uczciliśmy ich urodziny tańcami i głośnym odśpiewaniem STO LAT!

Właśnie zakończyliśmy pierwsze jesienne tematy w naszej grupie. Zajmowaliśmy się warzywami i owocami zarówno typowo jesiennymi, jak i dojrzewającymi podczas innych pór roku i rosnącymi w innych strefach klimatycznych.

W październiku nie zabrakło także zajęć doskonalących umiejętności matematyczne. Tego rodzaju zabawy urozmaiciliśmy jesiennymi liczmanami, naszymi ulubionymi kubkami lub korkami. Liczyć można wszystko!

W minionych tygodniach udaliśmy się z w magiczną podróż do jesiennego parku i lasu. Oglądaliśmy zdjęcia zwierząt żyjących w lesie, utrwaliliśmy sobie ich nazwy, Odgadywaliśmy zagadki słowne, obrazkowe i dźwiękowe dotyczące tej tematyki. Niektórzy z nas są już ekspertami w rozpoznawaniu liści i owoców polskich drzew.

W tym miesiącu wykonywaliśmy bardzo dużo różnych prac plastycznych, które nie tylko kształtują motorykę małą, ale przede wszystkim rozbudzają dziecięcą kreatywność.







Żabki:



Zajęcia plastyczne to ulubiona forma działalności dzieci już od najmłodszych lat. Umożliwiają one odreagowanie napięć, rozwijają twórcze myślenie oraz wyobraźnię, kształtują pamięć wzrokową i zręczność manualną. Przede wszystkim dostarczają dziecku wiele satysfakcji i zadowolenia z własnego działania. Jesień to pora roku, która daje możliwość stosowania różnych technik plastycznych.

Żabki w czasie zajęć dydaktycznych poznały życie jeży i wykonały pracę plastyczną (praca z całą grupą) "Jeże na jesiennym spacerze" - malowanie palcem, widelcem na dużym arkuszu papieru.



Jesienne zabawy na dworze



Kolorowa jesień przeniosła się do naszej sali. Układanie z figur geometrycznych.



29.10.2020r. w naszej grupie miała miejsce uroczystość ważna dla trzylatków "Pasowanie na przedszkolaka". Dzieci śpiewały, tańczyły, recytowały wierszyki, a na koniec złożyły przyrzeczenie "Będę wesołym przedszkolakiem". Dzieci dostały dyplomy, upominki i smaczny torcik na którym były słodkie żabki.



„Każdy niejadek zjada obiadek” – czyli specjały Słonecznej Kuchni

Pulpeciki rybne w sosie koperkowym

1kg filet dorsza

2 kajzerki

1 całe jajko

Sól, pieprz

1 cebula

koper

marchew

pietruszka

Włoszczyznę zetrzeć na tarce, dodać wodę, ziele angielskie, liść laurowy i zagotować.

Rybę zmielić, dodać namoczona bułkę, jajko, doprawić pieprzem i solą.

Dodać połowę posiekanego koperku. Formować kulki, obtoczyć w mące i dodać do gotującego się wywaru warzywnego.

Gotować na małym ogniu ok 30min, następnie wyjąć z wywaru, a wywar lekko zagęścić masłem lub łyżką maki. Dodać resztę koperku i połać klopsiki.

Smacznego ☺

Grafika wykorzystana z następujących stron:

<http://przedszkole22lodz.przedszkolowo.pl/publikacja/108137/konkurs-ogolnopolski-polska-oczami-dziecka-https://slideplayer.pl/slide/830267/>
https://www.123rf.com/photo_31728506_kids-birthday-party-with-a-big-cake.html
<http://dartfordcakes.blogspot.com/2013/03/teddy-bear-cake-dartford.html>
<http://samequizy.pl/15-pytan-z-serii-co-wolisz-temat-slodycze/>
<https://favim.com/image/829516/>
<http://zetkaziomkom.blogspot.com/2013/12/tygrysek.html>
<https://zszywka.pl/p/motytki-motytki-motytki-mniami-6951367.html>
<http://artciacho.blogspot.com/2013/10/>
<https://etiudka.wordpress.com/tag/kolorowanka/page/2/>
<http://wesolyprzedszkolaczek2.blogg.pl/id,3957017,title,Kolorowanki-dla-malucha,index.html?smybtticaid=61a12b>
<http://www.honkingdonkey.com/holiday-coloring-pages/halloween-coloring-pages/halloween-witch-coloring/halloween-witch-coloring-122.htm>
<http://www.maluchy.pl/labirynty/labirynty-21-pluszowe-misie.html>
<https://eduzabawy.com/spostrzegawczosc/postacie-z-bajek1/>
<https://www.lazarski.pl/pl/aktualnosci/aktualnosc/tradycje-i-wrozby-andrzejkowe-zaproszenie-na-polskie-katarzynki-andrzejki-w-lazarskim/>
<http://edu.wsse.gorzow.pl/swiebodzin/index.php/item/460-dzien-niepodleglosci>
<http://szkola.pobiedna.org/dzien-pluszowego-misia-3/>
<http://tropicielezabawy.pl/wieczor-wrozb-i-czarow-andrzejki-dla-dzieci/>
http://przedszkole.szemud.pl/?page_id=8913
<https://polonijka.edu.pl/>
<https://pl.pinterest.com/pin/528469337526949139>
<https://panimonia.pl/2017/09/29/lesne-zwierzeta-kolorowanki-szablony-puzzle-innych/>
<https://www.dzieckiembadz.pl/2017/10/jesienne-karty-ruchowe-do-druku.html>
<https://miastodzieci.pl/kolorowanki/krzyzowka-wielkanocna-dla-dzieci/>