

# KOLOROWANKA



[www.badzmyzdrowi.pl](http://www.badzmyzdrowi.pl)

Druk dofinansowany przez Islandię, Liechtenstein i Norwegię ze środków Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego, w ramach realizacji na terenie województwa wielkopolskiego w latach 2009 - 2011 Projektu "Bądźmy zdrowi - wiemy, więc działamy".  
Wydawca: Wojewódzka Stacja Sanitarno - Epidemiologiczna w Poznaniu  
Nakład 90 000 egzemplarzy  
Poznań 2009

Opracowanie graficzne: Małgorzata Sufleta- Duszak



bądźmy zdrowi - wiemy, więc działamy

bądźmy zdrowi - wiemy, więc działamy



## Szanowni Państwo

Z przyjemnością informuję, że na terenie województwa wielkopolskiego, przez pracowników Państwowej Inspekcji Sanitarnej, realizowany jest

Projekt **“Bądźmy zdrowi - wiemy, więc działamy”**.

Jego celem jest zwiększenie świadomości dotyczącej wpływu żywienia i aktywności fizycznej na zdrowie oraz ukształtowanie właściwych nawyków prozdrowotnych wśród dzieci, młodzieży, ich rodziców i opiekunów.

Nauka przez zabawę jest najlepszym i najprzyjemniejszym sposobem przekazywania wiedzy dzieciom w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Wspólna zabawa z dzieckiem nie tylko uczy, ale również integruje i scala więzi rodzinne.

Przekazuję Państwu “Kolorowanke” życząc przyjemnej zabawy w gronie rodzinnym!

Promotor Projektu

dr n.med. Andrzej Trybusz



Wpisz w odpowiednie kratki imiona dzieci i pokoloruj obrazek.

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|

Mam na imię **Kacper**,  
a to moja siostra **Maja**.

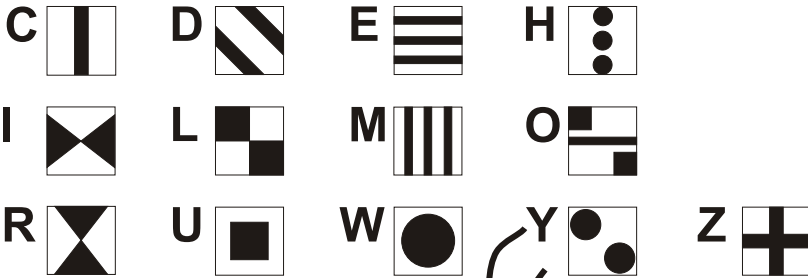


|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|



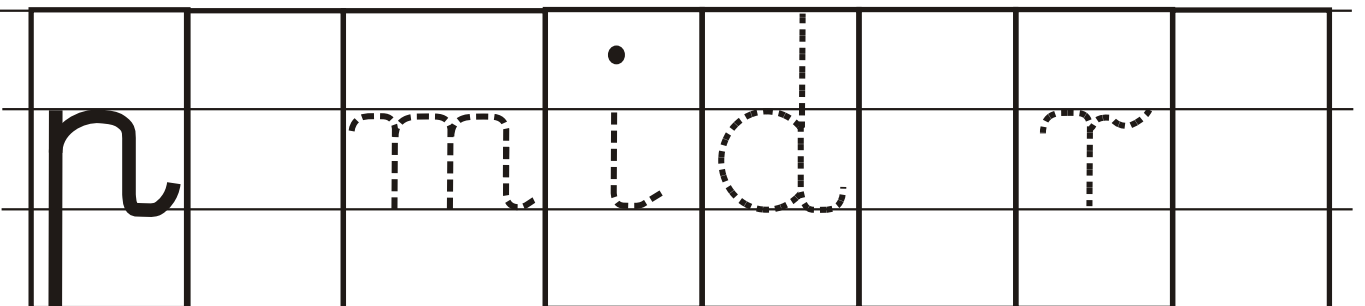
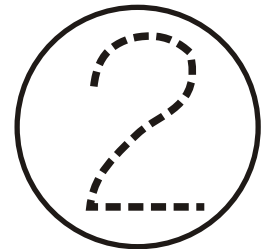
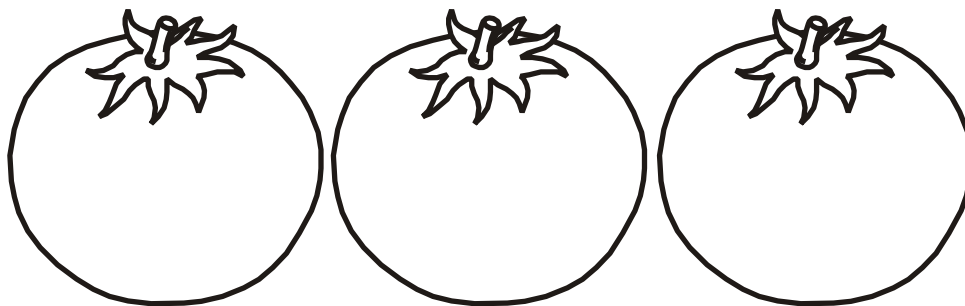
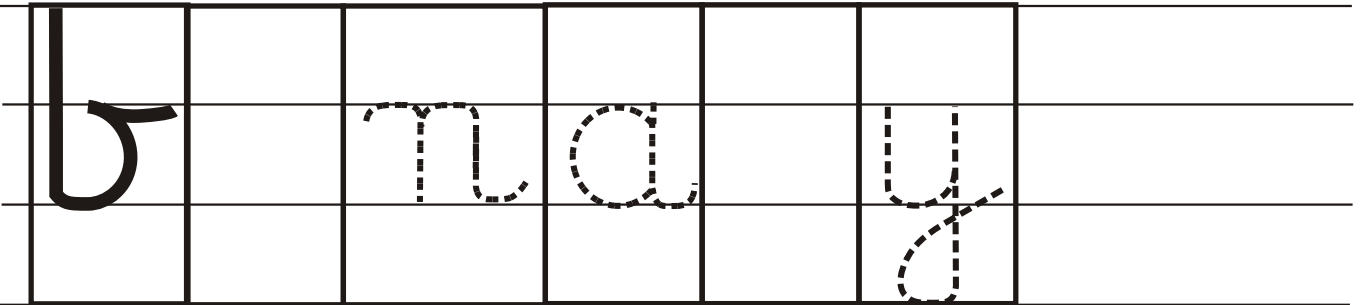
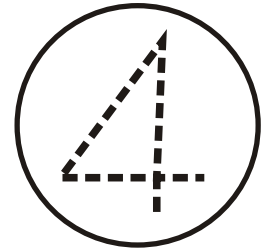
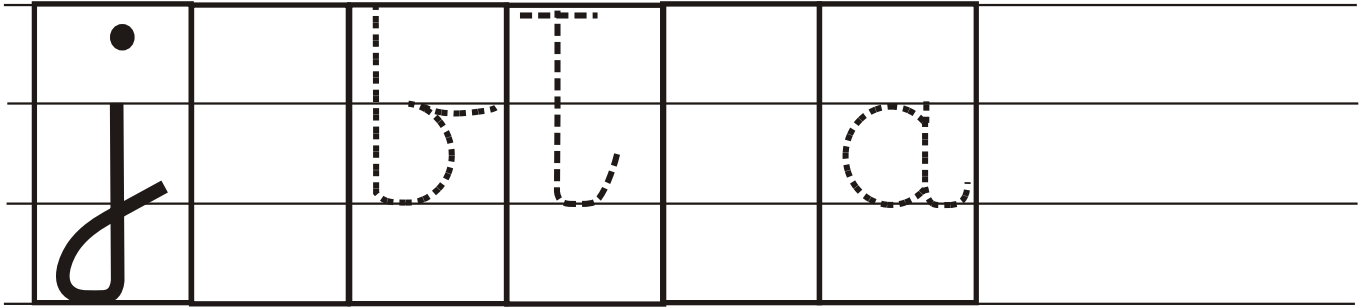
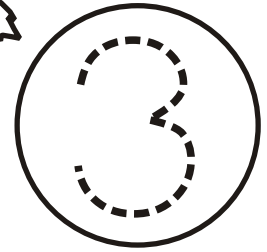
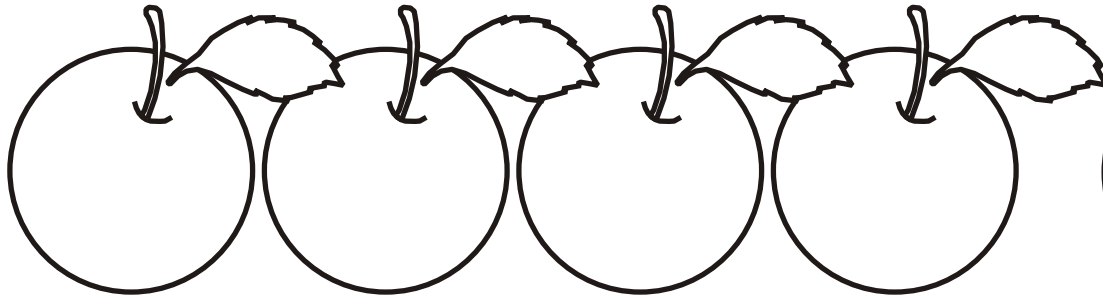
Podstaw właściwe litery w miejsce znaczków i odczytaj zaszyfrowane hasło. Pokoloruj rysunek.  
\* W razie problemów poproś o pomoc kogoś z rodziny.

## SZYFR





Pokoloruj odpowiednią liczbę warzyw i owoców.  
Wpisz ich nazwy w wyznaczonych kratkach.





Wskaż drogę do mety.  
Z rozsypanych literek ułóż hasło.  
Pokoloruj rysunek.

Start  
↓

1 R

2 U

3 C

4 H

5 T

6 O

7 Z

8 D

9 R

10 O

11 W

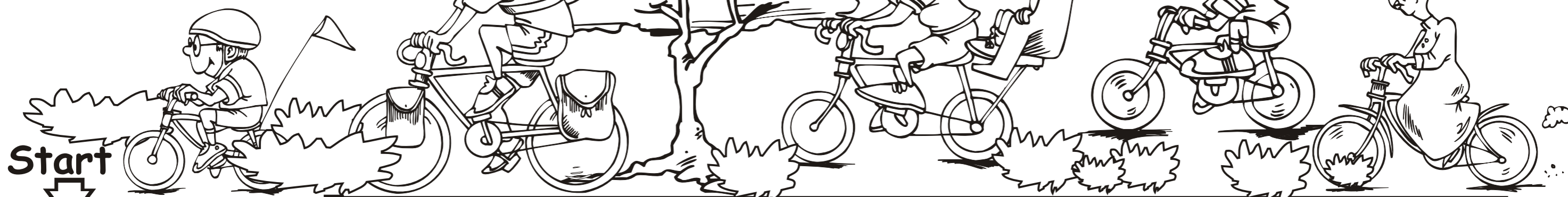
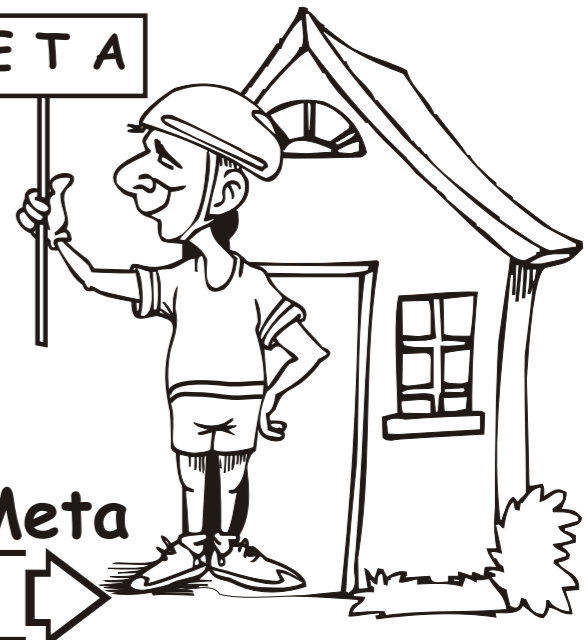
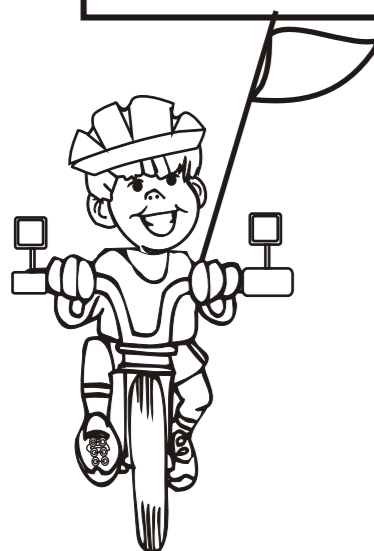
12 I

13 E

META

Meta

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13





Kierowca zawoził warzywa na targ, zgubił kilka z nich.  
Jakie warzywa zgubił kierowca? Wpisz ich nazwy i pokoloruj rysunek.



1. **Z**



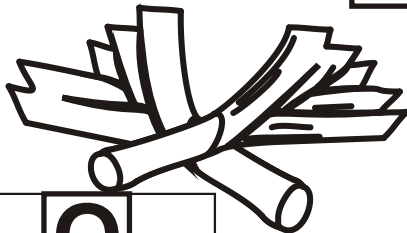
2. **R Z**



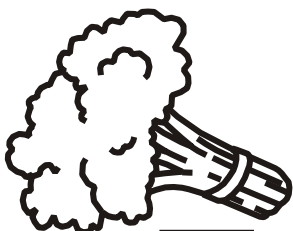
3. **G**



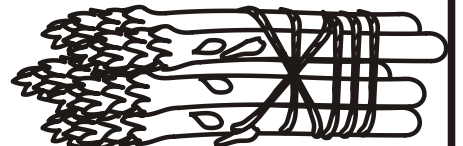
4.  **O**



5.   **O**

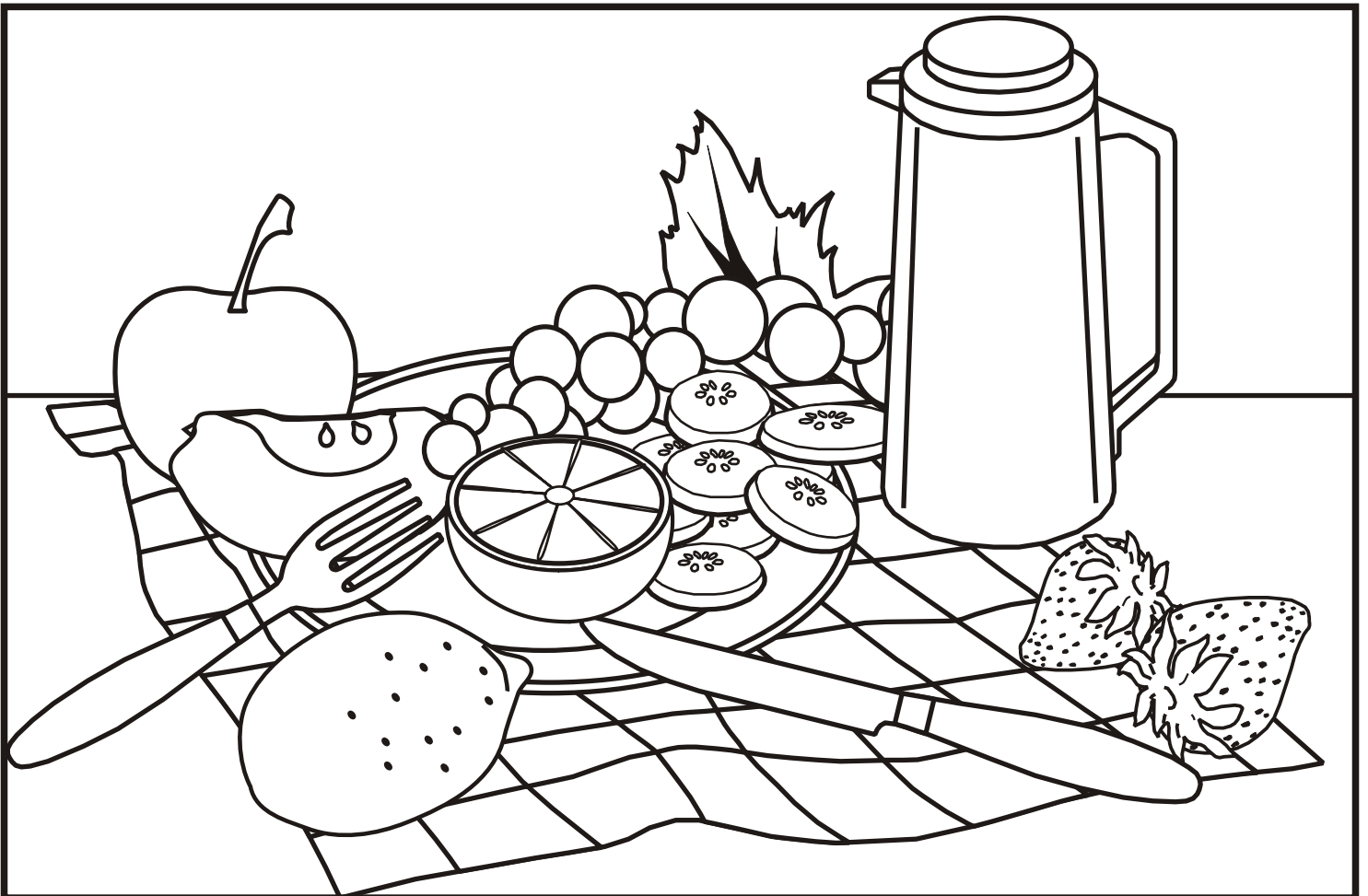
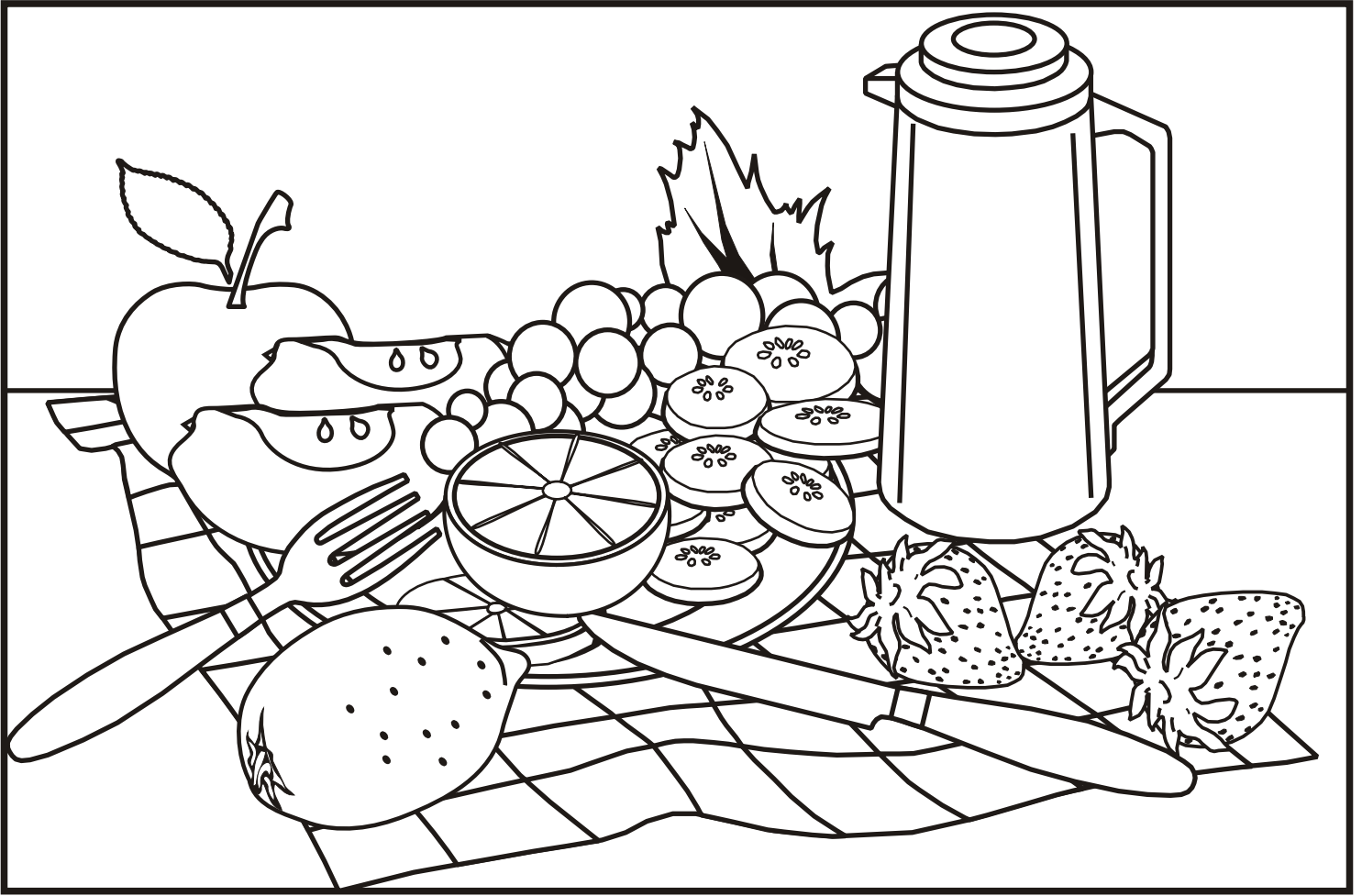


6.  **Z**





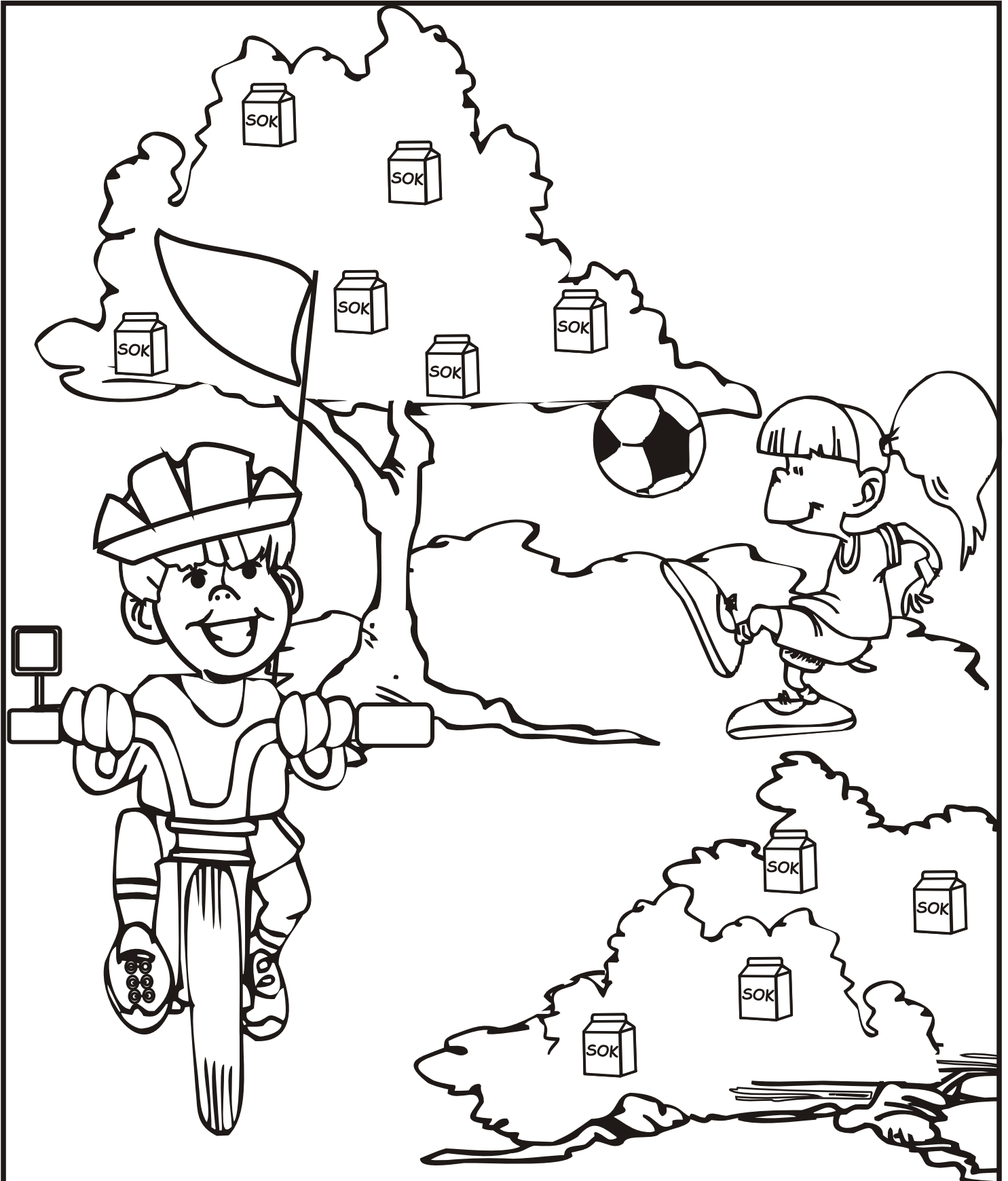
Znajdź 7 różnic między rysunkami i pokoloruj je.







Policz, ile kartoników soku ukryło się na drzewie, a ile na krzaczku.  
Wykonaj działanie i wpisz wynik, a dowiesz się, ile jest wszystkich  
kartoników soku. Pokoloruj rysunek.



+

=



Ćwiczę pisanie.

Zdrowe odżywianie to  
ważna sprawa, a tuż  
codziennie to zabawa.

Jem owoce i warzywa,  
w nich mieszkają  
witaminy.

Mama, tata też to nowie,  
że należy dbać o zdrowie.