

## TEMAT KOMPLEKSOWY: LATO W SADZIE I OGRODZIE

### Poniedziałek: Idzie do nas lato.

#### 1. Zabawa orientacyjno-porządkowa *Nadchodzi lato.*

Dziecko porusza się zgodnie z rytmem, a na przerwę w grze słucha rodzica, który podaje różne zadania dotyczące oznak lata. Jeśli są one prawdziwe, dziecko wyciąga ręce w górę, jeśli fałszywe - przykuca i zwija się w kuleczkę.

#### 2. Zabawa dydaktyczna z kalendarzem *Kiedy przyjdzie do nas lato?*

Dziecko dzieli się refleksją na temat tego, za co lubi lato. Rodzic prezentuje kartkę z kalendarza (na cały miesiąc czerwiec). Dziecko liczy, którym z kolei miesiącem jest czerwiec, zastanawia się, jaki miesiąc jest przed czerwcem, a jaki po nim. Następnie szuka daty 21 czerwca - pierwszego dnia kalendarzowego lata. Oznacza ją żółtym słoneczkiem. Dziecko sprawdza aktualną datę i liczy, ile dni dzieli je do 21 czerwca.

#### 3. Zabawa rytmiczna *Czerwiec idzie w parze z latem* - M. Ledwoń.

*Stąpa lato zagubione*

*po lasach, po łąkach.*

*Nie wie, w którą ma pójść stronę,*

*bez przerwy się błąka.*

*Wtem je spotkał czerwiec krasny*

*I woła do niego:*

*- „Razem pójdźmy, w ten dzień jasny*

*lato, mój kolego!”*

*Trala la, trala la- idziesz ty, idę ja!*

*Trala la, trala la-idziesz ty, idę ja!*

#### 4. Wiersz *Przyjście lata* - J. Brzechwy.

<https://youtu.be/zFh6BVu1eWg>

lub ilustracje **Załącznik nr1**

I cóż powiecie na to,

że już zbliża się lato?

Kret skrzywił się ponuro:

przyjedzie pewno furą,

jeż się najeżył srodze:  
-raczej na hulajnodze.  
Wąż syknął: – ja nie wierzę.  
Przyjedzie na rowerze.  
Kos gwizdnął: - wiem coś o tym-  
przyleci samolotem.  
-Skąd znowu- rzekła sroka-  
nie spuszcza z niego oka  
i w zeszłym roku, w maju,  
widziałam je w tramwaju.  
-Nieprawda! - lato zwykle  
przyjeżdża motocyklem!  
A ja wam to dowiodę,  
że właśnie samochodem.  
Nieprawda, - bo w karecie!  
W karecie? Cóż pan plecie?  
Oświadczyć mogę krótko,  
przyplynie właśnie łódką.  
A lato przyszło pieszo-  
już łąki nim się cieszą.  
I stoją całe w kwiatkach  
na powitanie lata.

5. Rozmowa na temat wiersza. Dziecko wymienia tyle nazw pojazdów, ile udało mu się zapamiętać. (fura, hulajnoga, rower, samolot, tramwaj, motocykl, kareta, łódka)

6. Zabawa ruchowa przy muzyce *Czym przyjedzie do nas lato?*

Rodzic umieszcza ilustracje pojazdów w różnych miejscach w pokoju i puszcza muzykę. Dziecko porusza się przy muzyce. Na przerwę w muzyce rodzic głoskuje nazwę wybranego pojazdu. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, co to za pojazd i ustawienie się dziecka obok odpowiedniego pojazdu. Rodzic weryfikuje poprawność wykonania zadania, a następnie ponownie odtwarza nagranie. Zabawę powtarzamy.

7. Zabawa naśladowcza *Idzie do nas lato*. Pomoce: emblemat zwierząt wymienione w wierszu: kret, jeż, wąż, kos, sroka, koszycek bądź chusta. (Postaci zwierząt mogą zastąpić ilustracje). Dziecko losuje zabawkę i zastanawia się, w jaki sposób może się poruszać i zachowywać. Wciela się w niego, odtwarzając gesty i ruchy ciała. Następnie losuje kolejne zwierzątko i odtwarza jego ruchy. Można jeszcze raz przeczytać wiersz i wspólnie podczas deklamacji pokazać gesty zwierząt.

8. Zabawa twórcza *Jak sprowadzić lato?*

Dziecko zastanawia się, czy lato zawsze przychodzi pierwszego dnia kalendarzowego lata, czy jego oznaki można zaobserwować wcześniej lub później i dlaczego tak się dzieje (od czego jest to zależne - pogody, temperatury). Wspólnie z rodzicem wymyślają, w jaki sposób można sprowadzić lato, jeśli się spóźnia (np. przedmuchać chmury, uśmiechać się do słońca, kiedy chowa się za chmurami, żeby mocniej grzało). Każdy może wymienić swój sposób na przywołanie lata i go zaprezentować.

### 9. Zabawa plastyczna *Pociąg do lata*.

Dziecko zastanawia się, jakie są oznaki zbliżającego się lata, np. słońce mocniej świeci, kwitną kwiaty, pojawiają się owoce na drzewach i krzewach. Wybiera jedną z nich i próbuje zilustrować na kartce za pomocą kredek, farbek lub pasteli. Następnie odrysowuje na papierze kolorowym dwa kółka, wycina je i nakleja w dowolnej części swojego obrazka (tworząc w ten sposób kółka w wagoniku pociągu). Rodzic może narysować, namalować lokomotywę i w ten sposób doczepić wagon lub wagoniki od dziecka.

### 10. Ćwiczenie matematyczne **Załącznik nr 3**

#### **Wtorek: Letnie smaki.**

1. Rozwiązywanie zagadek językowych *Ogrodowe zagadki*. Dziecko odgaduje nazwę owocu lub warzywa.

Ma piękny zielony mundurek,  
poznajecie go, to..(ogórek)

Okrągłe są i soczyste,  
mają czerwone kolory,  
można z niej zrobić zupę,  
pyszne są .....(pomidory).

Są słodkie, rosną na krzaczku,  
lubią je wszystkie dziewczyny.  
Na przeziębienie zdrowy z nich soczek  
więc biegnij zrywać....( maliny).

Małe czerwone kuleczki,  
o ich słodyczy można śpiewać pieśni.  
Dziewczyny robią z nich kolczyki,  
A ja uwielbiam smak... ( czereśnie).

Mała, soczysta, a jakże krzepka,  
na kanapce, pyszna to....( rzodkiewka).

Wie to mama, wie to tata,  
Bardzo zdrowa jest... (sałata).

Zrób z nich koktajl dla ochłody,  
pyszne są z nich także lody,  
bardzo zdrowe są... (jagody).

## 2. Zabawa dydaktyczna *Smaki lata*

W koszyczku są różne warzywa i owoce np. sałata, rzodkiewka, pomidor, ogórek, agrest, jagody, truskawki, czereśnie, porzeczki. Zawartość koszyczka zasłonięta. Rodzic recytuje wiersz z poniedziałku *Czerwiec idzie w parze z latem* - M. Ledwoń. Osoba prowadząca zawiązuje dziecku oczy. Za pomocą dotyku rozpoznaje dar lata. Jeżeli ma trudność z rozpoznaniem, można podpowiedzieć określając kolor lub zastosowanie danego owocu lub warzywa. Na koniec można zapytać czy wszystkie warzywa i owoce są dostępne w tym samym czasie. Dzielenie nazw owoców i warzyw na sylaby i głoski.

3. Zajęcie kulinarne: przygotowanie kanapek na podwieczorek bądź soku.

## 4. *Co z ogrodu czy sadu?* (fragment)

Teatryk (sylweta zajaczka i krasnala Hałabały, owoce i warzywa lub sylwety z liczmanów).

Hałabała: Witaj zajaczku! Co niesiesz w koszyku?

**Zajac:** Witaj krasnalu! Niosę same smakołyki: marchew, kapustę, kalafior a nawet ziemniaki.

H: A co tam można jeszcze znaleźć?

Z: Różne warzywa - pietruszkę, buraczki, pora, selera...

H: A jabłuszka?

**Z:** Oj krasnalu, krasnalu! Jabłuszka nie są warzywami i rosną w sadzie!

H: W sadzie? A co to takiego sad...?

**Z:** To takie miejsce, gdzie rosną grusze, jabłonie, wiśnie, śliwy, a na nich pyszne owoce, mniam, mniam.

H: A po co Ci tyle owoców w tym koszu?

**Z:** Dzieci! Pomóżcie! Zobaczcie, czy to są owoce (Dziecko odpowiada, że są to warzywa)

Krasnalu wracam ogrodu i niosę warzywa. Nawet dzieci wiedzą, że w ogrodzie rosną warzywa.

H: Już wiem, a w sadzie owoce!

**Z:** Tak, dobrze.



*Pytania:*

Kto występował w przedstawieniu?

Co niósł w koszyku zajaczek?

5. Przeliczenie: Ile miał w koszyku Zajaczek warzyw, owoców. Czego było więcej owoców, czy warzyw? O ile? Tworzenie zbiorów.

### **Środa: Owoce lata to samo zdrowie!**

1. Zabawa rzutna *Owocowe kolory*.

Rodzic rzuca do dziecka piłkę, podając nazwę koloru. Dziecko ma za zadanie podać nazwę owocu, który ma wymienioną barwę (może to być kolor skórki lub miąższu, a nawet pestek). Gdy dziecko poda prawidłową nazwę, a w razie wątpliwości będzie potrafiło ją logicznie uzasadnić, wtedy rzuca piłkę do rodzica, podając nazwę koloru. Zabawa trwa do wyczerpania. W trakcie zabawy możemy dzielić nazwę podanych owoców i warzyw na sylaby i głoski.

2. Zabawa dydaktyczna *Skąd się biorą owoce?*

Dziecko próbuje wyjaśnić co to znaczy wyrażenie „owoc ciężkiej pracy”. Wspólne zastanowienie się, czy owoce są efektem czyjejś pracy. Rodzic rysuje na kartce drzewo (bez

liści - jak po zimie) i snuje opowieść. Na zakończenie zastanawiają się wspólnie, to wykonał pracę, aby owoce się pojawiły i czy do innych dziedzin życia też można odnieść wyrażenie „owoc ciężkiej pracy”. Do opowiadania potrzebne pomoce: szablon drzewa, słońce, sylweta ogrodnika, kwiaty, liście i owoce, sylweta pszczoły)

### **Owoce - efekt ciężkiej pracy. M.Ledwoń.**

Przyszła wiosna. W sadzie stało sobie drzewo. Smutne było, nagie - bo zima ledwo co odeszła. Ale pewnego dnia zza chmurki wyrzało leniwe słońce.

Przywitało się z drzewem i stwierdziło, że pora zabrać się do ciężkiej pracy. Świeciło tak i świeciło, przygrzewało i przygrzewało, coraz mocniej i mocniej, aż we wnętrzu drzewa obudziły się soki. Zaczęły krążyć w pniu, od korzeni aż po czubki gałęzi. Najpierw robiły to bardzo powoli- bo praca ta wcale nie była łatwa, ale kiedy nabrały wprawy, robiły to coraz szybciej i szybciej...

Kiedy tylko słońce przygrzało, w sadzie pojawił się ogrodnik. Usunął z drzewa wszystkie chore i niepotrzebne gałęzie. Posmarował chore miejsca specjalną maścią, aby żadne szkodniki nie dostały się do wnętrza pnia. W końcu na drzewie zaczęły pojawiać się pierwsze listki i kwiaty. (dziecko układa na koronie drzewa listki i kwiaty). Drzewo bardzo ciężko pracowało, żeby wytworzyć zalążki listków i pączki z kwiatami. Niestety, nie może jeszcze odpocząć. Kwiatki muszą zwabić owady, więc drzewo stara się wyprodukować piękne zapachy. Te aromaty wabią owady, np. pszczoły (sylweta pszczoły). Pszczoły zbierają z kwiatów pyłek. Część chowają do specjalnych kieszonek na tylnych łapkach, ale drugą częścią zapylają kwiaty. Dzięki temu na drzewie będą mogły pojawiać się owoce. (zabieramy z drzewa kwiaty - dziecko układa owoce). Owoce są jak dzieci. Żeby urosły, drzewo musi dostarczyć im jedzenie. Codziennie ciężko pracuje, posyłając owocom składniki niezbędne do wzrostu. A owoce rosną i rosną. Orodnik codziennie obserwuje drzewo i jego owoce. Gdy jakiś owoc ma robaczka albo zaczyna się psuć, wtedy ogrodnik usuwa go z drzewa. A gdy przychodzi lato i owoce dojrzewają, wtedy ogrodnik zrywa owoce (zbieramy owoce z drzewa). A z owoców można zrobić dżemy, konfitury, soki i kompoty. Można je dodać do ciasta lub naleśników. Albo po prostu zjeść je na surowo.

A co z drzewem? W końcu może spokojnie odpocząć. Po wydaniu owoców drzewo powoli zrzuca listki (zbieramy z drzewa listki) i przygotowuje się do zimy. Jest czas na pracę i czas na odpoczynek. Przyroda dobrze o tym wie. Najlepiej odpoczywa się pod ciepłą pierzynką, więc zima zsyła na świat lekki biały puch, pokrywając świat grubą, białą kołderką.....i uśpione drzewa, i uśpione ule, i senne domki ogrodników.

A co potem? Potem znowu przychodzi wiosna. W sadzie stoi sobie drzewo. Smutne, nagie- bo zima ledwo co odeszła. Ale pewnego dnia zza chmurki wychodzi leniwe słońce. Wita się z drzewem i stwierdza, że pora zabrać się do ciężkiej pracy. I tak dalej, i tak dalej...

**Rozmowa.** Rodzic prosi, aby dziecko spróbowało opisać na podstawie opowiadania oraz własnych doświadczeń, w jaki sposób powstają owoce. Pytanie - czy owoce rosną wyłącznie na drzewach. Dziecko może spróbować wyjaśnić, dlaczego rośliny dają owoce, po co ludzie je zjadają i dlaczego są one takie ważne dla naszego zdrowia.

### 3. Zabawa rozwijająca spostrzegawczość *Owocowe kosze*.

Dziecko wymienia znane sobie owoce, zastanawia się, kiedy pojawiają się poszczególne owoce. Swoje wypowiedzi uzasadnia np. truskawki zbiera się na początku lata, a śliwki bliżej jesieni.

### 4. Zabawa rzutna *Niedaleko pada jabłko*.

Na podłodze ułożyć krążek bądź szarfę lub pojemnik. Z gazety zrobić jabłko (kulkę). Rzuty do celu.

5. Zabawa kulinarna *Zdrowie na patyku*. Dziecko myje owoce, próbują samodzielnie usunąć pestki z owoców. Dziecko za pomocą wykałaczki próbuje wykonać owocowy koreczek.

(Rodzic instruuje o zasadach bezpiecznego wykorzystania wykałaczek). Gotowe koreczki można umieścić w podstawce z przekrojonej na pół pomarańczy i po sprząnięciu stanowiska pracy – degustacja.

### 6. Zabawa utrwalająca wiedzę o owocach. *To łatwe, to pestka!*

Na kartce położyć kilka sztuk nasion owoców (np. nasiona brzoskwini, jabłek, śliwek, wiśni, orzechów, winogron). Dziecko próbuje odgadnąć, z jakiego owocu one pochodzą. Gdy wszystkie pestki uda się odgadnąć, dziecko może spróbować wyjaśnić, po co są pestki. Z pomocą rodzica dzieli pestki na te, które nadają się do zjedzenia, oraz te, których jeść się nie powinno.

## **Czwartek: Tajemnice świata owadów.**

### 1. Zabawa językowa *Owadzie rymowanki*. (Pomoce: ilustracje owadów - lub bez)

Zadaniem dziecka jest wskazanie ilustracji owada, którego nazwa rymuje się z wierszykiem. Wspólnie z rodzicem stara się dobrać nazwy owadów do odpowiedniego rysunku. Jeżeli nie ma ilustracji, można zgadywać. **Załącznik nr2**

Lata sobie koło nosa. (osa)

Lata sobie koło ucha (mucha).

Lata sobie wokół czoła. (pszczola).

Wypowiada śmieszne słówka (mrówka).

Cały dzień się tylko błąka. (biedronka).

Nikt go nigdy nie dogoni. (pasikonik)

Ciągle stuka: puk, puk, puk (żuk)

Czasem barwny, czasem złoty, to nad łąką fruwa. (motyl).

2. *Mój domek na łące* - zabawa z chustą animacyjna (może być chusta zwykła, apaszka bądź szeroki szal). *Wesoła Zabawa - Radosne Melodie Dla Dzieci* <https://youtu.be/4cNbggnMMpo>  
Dziecko wymienia nazwy owadów, które zamieszkują łąkę. Zastanawia się, gdzie mogą mieszkać poszczególne z nich (np. żuki, biedronki, pasikoniki, szukają schronienia w liściach, stertach patyków, małych norkach; osy, pszczoły, mrówki budują gniazda dla swoich kolonii; motyle ukrywają się na kwiatach). Dziecko nazywa budowane przez owady domki (mrowisko, ul, gniazdo). Odtwarzamy nagranie muzyki w tym czasie rodzic z dzieckiem wachlują chustą w rytm utworu. Na przerwę rodzic wymienia wybranego owada, a dziecko chowa się do jego domku: „pszczoły” - należy trzymać chustę na wysokości pasa i biegnie wspólnie w jedną stronę, jak pszczoły lecące do ula; „mrówki” - tworzy z chusty spadochron, a następnie wbiega pod niego; „motyle” siadają na kwiatach- chusta na podłodze i siada na niej.

3. Zabawa w skojarzenia. *Po co owady na łące?*

Pomoce: ilustracje lub rekwizyty - ptaka, miotłę i łopatkę, grudka ziemi, wentylator pokojowy, kwiat i sprej na owady.

Rozmowa z dzieckiem, że wszystkie te rekwizyty lub obrazki związane są z rolą owadów w przyrodzie. Dziecko próbuje doszukać się połączenia między poszczególnymi przedmiotami a owadami. Stara się uzasadnić swoje zdanie. Wyjaśnienie dziecku na czym polega rola owadów (ptak - owady są pożywieniem innych zwierząt, np. ptaków i gryzoni; miotła i łopaska - owady czyszczące łąkę ze szczątków roślin i zwierząt; grudka ziemi - owady zamieniają naturalne odpadki w ziemię; wentylator - tunele drążone poprzez owady sprzyjają napowietrzeniu ziemi, dzięki czemu rośliny lepiej rosną; sprej na owady - niektóre owady zjadają szkodniki i nie trzeba stosować środków chemicznych, żeby się ich pozbyć; kwiat - owady zapylają rośliny)

4. Opowieść ruchowa przy muzyce *Lato wybiera się na spacer* – nagranie dowolnej muzyki instrumentalnej o pogodnym charakterze lub nagranie. Dzieci starają się obrazować tekst ruchem. Muzyka klasyczna dla dzieci

<https://youtu.be/txv4-Lp9kTw>

**Rodzic: Lato wychodzi na spacer.**

Dziecko: kładzie ręce na biodrach, maszeruje.

**R: Kiedy dotyka ziemi pojawiają się kwiaty.**

Dz: wykonuje przysiady, dotykając dłońmi dywanu,

**R: Trochę się zmęczyła. Przysiadła na starym pniu drzewa i postanowiła odpocząć.**

Dz: przechodzi do leżenia na plecach,

**R: Głęboko oddycha, wciągając pachnące świeżą ziemią powietrze.**

Dz: wciąga powietrze nosem, wypuszcza ustami,



**R: – Jak przyjemnie. Szkoda, że muszę iść dalej. Zobaczę, co słychać w sadzie.**

Dz: wyciąga nogi przed siebie, rozsuwając lekko na boki; przeciąga się, unosząc ręce w górę, na boki,

**R: Wyczaruję liście i owoce na drzewach i zaproszę ptaki. Niech wypełnią swym śpiewem okolicę.**

Dz: wykonuje podskoki, obroty, wyciąga ręce w górę,

**R: Muszę przeskoczyć strumyk, nie mocząc sukni.**

Dz: wykonuje kilka podskoków obunóż w przód,

**R: Teraz posłucham jeszcze śpiewu ptaków.**

Dz: przechodzi do lekkiego rozkroku, nie odrywając nóg od podłogi; wykonuje skręty tułowia, nadstawiając raz jedno ucho, raz drugie ucho,

**R: Pora wracać do domu. Zanim to zrobię, porozmawiam z drzewami.**

Dz: pozostaje w pozycji stojącej, kołysze rękami w dowolnych kierunkach, równocześnie naśladując szum drzew (z różnym natężeniem).

5. Słuchanie krótkiego opowiadania *W szkole dla pszczołek*

-Pamiętacie ostatnią lekcję? - zapytała nauczycielka, Pani Pszczoła.

Pszczółka Mania uniosła łapkę.

-Ja słucham uważnie-zabyczała-i wiem, że my pszczoły, jesteśmy bardzo zdolne.

Zbieramy z kwiatów nektar i robimy z niego miód. Przenosimy też pyłek i zapylamy kwiaty!

-W ten sposób powstają owoce! - dokończyła inna pszczołka.

Pani Pszczoła była zadowolona.

-Brawo! Zaraz ruszamy. Zobaczymy, która z was przyniesie najwięcej nektaru.

Po chwili cała grupa pszczoł tańczyła radośnie w słońcu. W końcu mogły być pożyteczne!

**Rozmowa:**

- czego pszczoły dowiedziały się w szkole itp.

Słuchanie nagrania Pszczoły i rój. Natura to najpiękniejsza muzyka

<https://youtu.be/N4zc3hDgD5o>

6. Zabawa orientacyjno-porządkowa *Pszczółka na łące*. Nikołaj Rimsky-Korsakow - Lot Trzmiela

<https://youtu.be/ucrKUO9FVfY>

Na podłodze ułożone kwiaty. Podczas muzyki dziecko *Pszczółka* biega wokół kwiatów. Gdy muzyka cichnie dziecko wskakuje na kwiatka i zbiera nektar.

7. Pierwsza pomoc - rozmowa na temat sposobów udzielania pomocy w przypadku ukąszenia przez owady.

Rozmowa z dzieckiem, czy dziecko wie, jak udzielić pomocy osobom ugryzionym przez owady. Przypomina, że zawsze w takiej sytuacji należy poprosić o pomoc osobę dorosłą. W przypadku użądlenia przez pszczołę lub osę można usunąć pęsetą żądło i obłożyć miejsce lodem. Należy też obserwować, czy ukąszona osoba czuje się dobrze i nie zaczyna puchnąć. Gdy tak się dzieje, trzeba jak najszybciej skontaktować się z lekarzem. Aby uchronić się przed ugryzieniami, nie powinno się chodzić boso po trawie, trzeba uważać przy zbieraniu owoców leżących na trawie, pić napoje z przezroczystych naczyń, zachowywać się spokojnie, gdy wokół lata osa. Natomiast żeby zapobiec ukąszeniom kleszczy, należy ubierać się do lasu i na łąkę w jasnych kolorach i zakładać zakryte obuwie, a po powrocie do domu obejrzeć swoje ciało. Jeżeli jednak zdąży się ukąszenie, wtedy trzeba poprosić dorosłego o wyjęcie kleszcza i odkażenie miejsca ugryzienia. Nie wolno go usuwać samemu.

8. Słuchanie bajki wyciszającej. Dziecko leży na dywanie. Trening autogenny J. Schultza wg. A. Polender - Pszczoła Słoduszka <https://youtu.be/QlnLpkLfgaI>

9. Zabawa matematyczna *Poruszenie na łące*. Pomoce: sylwety kwiatów, owadów.

Rozwiązywanie zadań z tekstem w zakresie 10

np. - Na łące było 7 kwiatów, przyszła Ania, zebrała do bukietu 4. Ile kwiatów zostało?

-Na łące było 8 biedronek, przyleciały jeszcze 2. Ile jest ich teraz? Itp.

11. Rozwiązywanie rebusów. Czytanie.

# OBRAZKOWE REBUSY



## Piątek: Zakładamy zielnik

1. Film na temat charakterystycznych ziół.

<https://www.youtube.com/watch?v=d74T5tdh2X4>

2. Spacer na najbliższą łąkę w poszukiwaniu roślin.

3. Przygotowanie zielnika:

- przygotowanie gazet, w których zaszuszymy zebrane zioła;
- przygotowanie kartek, koszulek, klejącej taśmy bezbarwnej, segregatora i innych materiałów potrzebnych do opracowania zielnika;
- ozdobienie kartek do zielnika w wybrany i zaakceptowany przez dzieci sposób (np. małe rysunki ziół, które mają znaleźć się na kartce...);
- wklejenie zaszuszonych ziół i obłożenie ich w koszulki

#### 4. Przygotowanie naparu z mięty:

1. Gałązki mięty umyć. Zaparzyć wodą o temperaturze nie więcej niż 80 stopni. Przy większej temperaturze mięta traci swoje właściwości.
2. Zaparzać około 5-6 minut pod przykryciem.
3. Podawać na gorąco, bądź po ostudzeniu jako orzeźwiający napój z dodatkiem lodu.
4. Smacznego :)