

GRUPA IV - BIEDRONECZKI :„CHCIAŁBYM BYĆ SPORTOWCEM”

/ 6.04-9.04/.

TEMAT TYGODNIA : CHCIAŁBYM BYĆ SPORTOWCEM

WTOREK -/ 6.04.2021 / „ Gimnastyka to zabawa „

1. Zabawa ruchowa przy piosence : „ Fikający zuch „
<https://www.youtube.com/watch?v=SXpvsCdhIDc>
2. Karta pracy , cz. 3 , nr 62 - łączenie kropek znajdujących się na dole karty wg podanego wzoru.
3. Zabawy z wykorzystaniem wiersza M. Barańskiej. Dziecko stoi w parze z Rodzicem .
Wspólnie wykonują ruchy ,o których jest mowa w wierszu.

Mój kolego przybij ze mną , prawą dłonią piątkę

Teraz zrób to lewą dłonią – palców masz dziesiątkę.

Zabawy i ćwiczenia z literą **ł** , **Ł** na podstawie piosenki: „W naszym ogródeczku” .

https://www.youtube.com/watch?v=08_SORA3mac



4. Zabawa ruchowa : „**Przeczytaj i naśladowaj** „Dziecko lub Rodzic odczytuje nazwy narzędzi ogrodniczych , a dziecko naśladowuje czynności , jakie się nimi wykonuje:

WIDŁY , GRABIE , SEKATOR , MOTYKA , ŁOPATA , KONEWKA

5. Utrwalenie poznanej litery – praca z książką : Odkrywam siebie .Przygotowanie do czytania , pisania , liczenia. s.38- **5 latki**. Odkrywam siebie .Litery i liczby. S.72 – **6 latki**.

Zabawa ruchowa: „ **Zajęce na łące**”. Zachęcam do tej zabawy w miarę możliwości na świeżym powietrzu. Rodzic umieszcza ze skakanki rów – przeszkodę dla zajęcy. Dziecko jest zajęcem .Porusza się po wyznaczonym przez Rodzica miejscu do zabawy, nie może przejść przez rów . Na hasło Rodzica , „rów” zajęć podchodzi do rowu i przeskakuje przez niego obunóż na drugą stronę.

ŚRODA / 7.04.2021 /: „ RUCH TO ZDROWIE”.

1. Zabawa ruchowo – naśladowcza : „**Poruszamy się**” – dziecko na hasło Rodzica naśladuje jazdę na hulajnodze , rowerze , skakanie na skakance , pływanie , grę w piłkę itp.
2. Określanie co robią chłopcy , kolorowanie , nazywanie sportowców , rysowanie po śladach – karta pracy , cz.3. nr64.
3. Nauka na pamięć wiersza J.Koczanowskiej pt . „**Gimnastyka**” fragmentami , metodą ze słuchu , z wykorzystaniem rapowania. Rozmowa na temat wiersza.

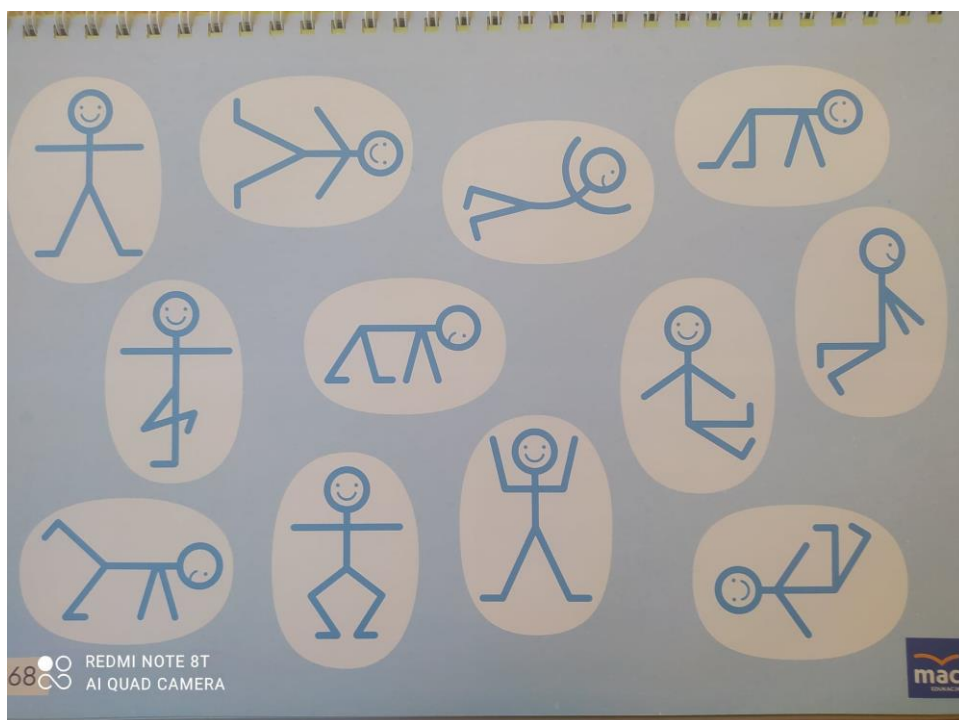
Gimnastyka to zabawa , ale także ważna sprawa,

bo to sposób jest jedyny żeby silnym być i zwinnym.

Skłony , skoki i przysiady trzeba ćwiczyć nie da rady!

To dla zdrowia i urody niezawodne są metody.

4. Naśladujcie postawy ludzików, które są na obrazkach.



1. Nazwijcie przedmioty ukryte na rysunkach , narysujcie je w pętlach – karta pracy : cz.3, s.63 . Odkrywam siebie . Litery i liczby s.77 -**6 latki**.

Czwartek / 8.04.2021 / : „ ĆWICZENIA SPORTOWO – SŁUCHOWE „

1. Zabawa : „**Jesteśmy zaczarowani** „ – dowolny taniec przy utworze muzycznym , w czasie przerwy w muzyce dziecko zastyga w bezruchu.
2. Policzcie przedmioty w każdej ramce , zaznaczcie ich liczbę w pustych okienkach , dokończcie ozdabiać ramki , rysujcie po śladach - karta pracy : cz. 3 , s.65 , 66 , 67 .

3. "W zdrowym ciele zdrowy duch" . Na początek polecam do wykonania kilka prostych ćwiczeń, które pozwolą zadbać o sprawność dzieci. Ćwiczenia dla dzieci mogą być świetną zabawą dla całej rodziny:

Skoki przez drabinkę. Wykonaj drabinkę, np. z gazety. Wystarczy pociąć ją na 5-centymetrowe paski, które ułożycie na ziemi na wzór drabinki. Zadanie dziecka polega na sprawnym przeskakiwaniu kolejnych szczebelków.

Skoki przez linkę. To ćwiczenie bardzo pomaga w **ćwiczeniu równowagi**. Do tej zabawy potrzebna jest linka, którą musisz zamocować – na wysokości 25–30 cm.

Kto sięgnie wyżej? Rodzic stoi z ołówkiem lub markerem przy futrynie, a dziecko podchodzi z wyciągniętą jedną rączką do góry ,w miejscu podskakuje najwyżej, jak umie. Wszystkie wyniki muszą być zaznaczone. Dziecko będzie zadziwione, dokąd umie dosięgnąć!

- ☑ Zapraszam teraz do tańca całą rodzinę – „**Taniec Zygzak** „
<https://www.youtube.com/watch?v=xm93WFJ7bNs>

5 .Po zabawach ruchowych zachęcam do eksperymentowania . Dla małych odkrywców jest to niezwykła przygoda . Przesyłam proste i ciekawe eksperymenty . Wykonane wspólnie z rodzicami wzbudzą w dziecku dużą radość.



PIĄTEK / 9.04.2021 / : „ JAK LUBIĘ CZYNNIE ODPOCZYWAĆ” .

1. Poruszanie się do słów rymowanki:

Zrób do przodu cztery kroki i wykonaj dwa podskoki

zrób do tyłu kroki trzy, potem krzyknij: raz , dwa , trzy!

Lewą ręką dotknij czoła , no i obróć się dokoła.

W prawą stronę kroków pięć zrób – jeśli masz chęć.

Potem kroki w lewą stronę : raz , dwa , trzy – no i zrobione.

1. Przyjrzenie się wyrazom umieszczonym na wzorze , odszukanie ich w innych wyrazach – Odkrywam siebie . Litery i liczby s. 84.
2. „ **Jak lubię czynnie wypoczywać ?**” – rozmowa z domownikami . Proponowane pytania : „**Jaki sposób odpoczynku podoba ci się najbardziej ?** „ , **Gdzie planujemy wakacje?**” , „**Czym pojedziemy na wakacje?**” itp.
3. Ćwiczenia ruchowo-naśladowcze : „ **Jedziemy na rowerkach** „. Dzieci kładą się na dywanie , pedałując , mówią:

Na wycieczkę wyruszamy raz i dwa , raz i dwa.

Tata jedzie obok mamy z tyłu -nas ma .

4. Posłuchajcie tekstu , rysujcie po śladach – karta pracy , cz.3 , s. 68 , 69.
5. Zabawa bieżna : „ **Figurki** „ – dzieci biegają, na hasło: **Stój** , zatrzymują się i wykonują wymyśloną figurę stojąc w bezruchu.
6. **Jak lubicie odpoczywać ? , Czy zdrowo jest się poruszać ? , Jakie zabawy ruchowe lubicie?**” , **Czy zdrowo jest bawić się na podwórku ?**” – wykonajcie pracę plastyczną dowolną techniką na temat : „**Moja ulubiona forma czynnego wypoczynku** „ .
7. Zabawa rozwijająca zmysł dotyku : „**Poznajemy za pomocą dotyku**”- w woreczku Rodzic chowa różne przedmioty dziecko z zakrytymi oczami wyciąga przedmioty rozpoznając je za pomocą dotyku.