

14.04.2021 Środa

Temat : „Na wystawie”

1. Zestaw ćwiczeń gimnastycznych

Pomoce: plastikowe butelki (1,5 l),

„Butelkowy slalom” – zabawa orientacyjno-porządkowa. Dzieci poruszają się swobodnym biegiem, omijają ustawione na podłodze butelki. Gdy rodzic powie hasło marsz, biorą po 1 butelce do ręki i maszerując, wystukują nią rytm o dłoń. Podczas kolejnej zmiany odstawiają butelki na podłogę, poruszają się biegiem, ostrożnie omijają przeszkody. Zabawę powtarzamy kilka razy.

„Góra – dół” – ćwiczenie uruchamiające duże grupy mięśni. Dzieci stoją w niewielkim rozkroku, chwytają butelki w dłonie i wykonują ćwiczenia zgodnie z poleceniem rodzica: góra – dół (wyprost z uniesieniem butelki w górę i skłon do przodu z dotknięciem do podłogi), w prawo – w lewo (skręt tułowia w prawo i w lewo bez odrywania stóp od podłogi), ósemki (w skłonie rysowanie butelką ósemki, okrążanie na przemian prawej i lewej stopy). Zadania wykonują naprzemiennie.

„Podrzucić – złapać” – zabawa zręcznościowa. Dzieci i rodzice spacerują po pokoju, podrzucają i łapią butelkę. Osoba która upuszcza butelkę, siadają na krześle. Wygrywa zawodnik, który będzie rzucał najdłużej i łapał najdokładniej, tzn. jego butelka nie upadnie na podłogę.

„Przestaw butelkę” – ćwiczenie kształtujące mięśnie tułowia (brzucha). Uczestnicy zabawy są w siadzie skulnym, przed nimi stoją butelki. Dzieci unoszą nogi nad podłogę, chwytają butelki stopami i przenoszą je z prawej strony na lewą i z powrotem. Mogą też wykonać obrót dookoła własnej osi, trzymając butelkę, a następnie odstawić ją na miejsce.

„Przekładanka” – ćwiczenie kształtujące mięśnie tułowia (grzbietu). Dzieci są w leżeniu przodem, przed nimi stoi butelka. Na hasło unoszą ramiona nad podłogę, chwytają butelkę i przekładają z ręki do ręki przed sobą nad podłogą.

„Wałek” – ćwiczenie wyprostne. Dzieci w siadzie płaskim z butelką nad głową. Wykonują ślizg butelką po nogach od ud aż do palców, robią głęboki skłon do przodu. Po chwili powoli podnoszą się i wracają do pozycji wyjściowej.

„Unieś butelkę” – ćwiczenie przeciw płaskostopiu. Ćwiczący w siadzie płaskim chwytają butelkę stopami, przetaczają się na plecy, podnoszą butelkę prostymi

nogami, a następnie przekazują do rąk. Ręce razem z przyborem przenoszą do tyłu nad głowę i układają na podłodze. Siadają z butelką i przekazują do stóp.

Na koniec ćwiczeń rodzic włącza muzykę relaksacyjną, dzieci leżą na dywanie 5 min odpoczywając.

2. „Wielcy malarze” – działanie dzieci.

Rodzic kładzie przed dziećmi 2 kartki z wydrukowanym nazwiskiem malarzy np. Jan Matejko, Julian Fałat, Tadeusz Makowski. Dzieci za pomocą tabletu lub telefonu wpisują najpierw jedno, potem drugie nazwisko do przeglądarki. Dziecko czytające lub rodzic odczytuje, kim były te osoby i czym zasłynęły. Wspólnie oglądają obrazy malarzy. Określają, co malowali, czym się różnią ich dzieła, które im się bardziej podobają i dlaczego. Drukują zdjęcia jednego obrazu każdego z malarzy i umieszczają w kąciku tematycznym. Z liter układają imiona i nazwiska obu malarzy i także umieszczają w kąciku tematycznym.





3. „Symetrické obrázky” – obserwacja efektów.

Rodzic daje dzieciom kilka symetrycznych obrazków przedstawiających np. serce, choinkę, stół, okno, balon, misia, postacie chłopca i dziewczynki, tulipan, stokrotkę. Dzieci

składają wycięte kształty i sprawdzają, czy lewa strona jest odbiciem prawej; upewniają się, przykładając do linii zgięcia lusterko. Następnie wśród przedmiotów w domu szukają takich, które są symetryczne, lub szukają w przedmiocie linii symetrii (rodzic może zapytać: W którym miejscu w samochodzie należy przyłożyć lusterko, by połowa samochodu wraz z odbiciem wyglądała tak samo jak cały samochód?). Na koniec szukają osi symetrii w figurach geometrycznych: kole, trójkącie, prostokącie, owalu, kwadracie (koło, owal, kwadrat, prostokąt jako figury z kilkoma osiami symetrii).

4. Praca z książką *Liczenie* str. 61 – rysowanie po śladzie i samodzielnie symetrycznego rysunku, przeliczanie, ćwiczenia w dodawaniu, pisanie liczb w kratkach.

5. „W drodze na wystawę” – zabawa ruchowa naśladowcza.

Dzieci ruchem ilustrują opowiadanie N.: Pewnego dnia dzieci z przedszkola wybrały się na wystawę rzeźb. Założyły buty (naśladują zakładanie butów), kurtki (naśladują zakładanie i zapinanie kurtek) i czapki (naśladują nakładanie czapki). Pomaszerowały na przystanek autobusowy (maszerują w rytmicznie). Zaczekały na autobus (stoją kilka sekund), a gdy podjechał, wsiadły do niego (trzy kroki z wysokim unoszeniem kolan). Autobus ruszył (szybki trucht), ale co jakiś czas zatrzymywał się na różnych przystankach (zatrzymują się na przerwę w rytmie). Gdy dojechały na miejsce, wysiadły z autobusu (trzy kroki z wysokim unoszeniem kolan) i weszły do muzeum (pięć kroków do przodu). Tam zdjęły czapki i kurtki i powiesiły na wieszakach (naśladują zdejmowanie i wieszanie). Spacerowały pośród eksponatów (kroki w bardzo wolnym tempie), z uwagą im się przyglądały (mocne skręty głowy w prawo i lewo) i podziwiałały (ruchy głową w kierunku ramienia w jedną i drugą stronę). Gdy już wszystko zobaczyły, założyły kurtki i czapki (naśladują ubieranie się), poszły na przystanek (marsz), wsiadły do autobusu (3 kroki z wysokim unoszeniem kolan) i szybko pojechały w drogę powrotną (bieg w szybkim tempie). Wysiadły (trzy kroki z wysokim unoszeniem kolan) i pomaszerowały do przedszkola/szkoły (marsz). Gdy zdjęły ubranie i buty (naśladują czynności), zmęczone położyły się na dywanie (leżenie na plecach i 4 głębokie wdechy i wydechy).

6. „Mój obraz”- praca plastyczna malowanie dowolnego pejzażu.