

## Witam wszystkich serdecznie!



### PROPOZYCJA ZAJĘĆ I ZABAW NA DZIS :)

1. TEMAT DNIA – „Wspólne zabawy”.
2. DATA – 03.06.2020
3. CELE – dziecko:
  - potrafi recytować rymowanąkę,
  - rozwija sprawność fizyczną,
  - odczuwa radość ze wspólnej zabawy,
  - potrafi rozwiązać zagadkę,
  - potrafi dzielić wyraz na sylaby, słyszy głoskę w nagłosie wyrazu (pierwsza głoska),
  - potrafi wykonać latawiec samodzielnie lub z pomocą rodzica.
4. Dzień dobry Biedroneczki i Misiaczki dziś przywitamy się krótką rymowanąką z pokazywaniem.

*Mam pięć paluszków u ręki lewej i pięć paluszków u ręki prawej.*

*Pięć to niedużo, ale wystarczy do każdej pracy i do zabawy.*

*Kciuk, wskazujący, potem środkowy, po nim serdeczny, na końcu mały.*

*Pierwszy i drugi, trzeci i czwarty, na końcu piąty – trochę nieśmiały.*

*/M. Bogdanowicz/*

5. Dziś zapraszam na ćwiczenia gimnastyczne z piłką. Przypominam ćwiczymy na bosy! Bądźcie ostrożni!

- 1) Dowolna zabawa z piłką- rzuty w górę, próba chwytu, odbijanie od podłoża i chwyt.
- 2) „Podrzucić i złapać”- zabawa orientacyjno-porządkowa.

Dziecko maszeruje, trzymając w ręku piłkę. Na hasło rodzica: *Podrzucić i złapać!* – zatrzymuje się, staje w lekkim rozkroku, oburącz podrzuci i złapie piłkę. Powtarzamy kilka razy.

- 3) „Zjeżdżalnia”- ćwiczenie dużych grup mięśniowych.

Dziecko w siadzie prostym z rękoma opartymi z tyłu o podłogę. Piłka ułożona na nogach powyżej stóp. Dziecko na zmianę unosi złączone, wyprostowane nogi i biodra (stopy oparte o podłogę). Piłka przesuwa się po nogach od stóp do bioder i od bioder do stóp.

4) „Podnieś kamień” - ćwiczenie mięśni brzucha.

Dziecko w siadzie skulonym z rękoma opartymi z tyłu o podłogę. Na hasło: *Podnieś kamień* – chwyta stopami piłkę i powoli unosi ją jak najwyżej. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

5) „Przeplatanka” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych.

Dziecko stoi w rozkroku, pochyla się do przodu i turla piłkę na zmianę wokół jednej i drugiej nogi.

6) „Kotki bawią się piłeczkami” – zabawa na czworakach.

Dziecko w przysiadzie podpartym, przed nim leży piłka. Dziecko (kotek) toczy piłkę przed sobą i idzie za nią na czworakach. Następnie siada skrzyżnię, podnosząc piłkę w górę, aby pokazać, że nie zgubił piłeczki.

7) „Od ręki do ręki” – ćwiczenie mięśni grzbietu.

Dziecku w leżeniu przodem unosi klatkę piersiową do góry i turla piłkę od ręki do ręki.

8) „Przełóż piłkę” – ćwiczenie równowagi.

Dziecko stoi na jednej nodze i przekłada piłkę z ręki do ręki pod kolanem nogi wzniesionej (po każdym przełożeniu przenieść ramiona w bok). Ćwiczyć stojąc na przemian na jednej i drugiej nodze.

9) „Podskocz tak jak piłka” – ćwiczenie podskoków.

Dziecko odbija piłkę oburącz mocno o podłogę i skacze razem z nią.

10) „Masaż stóp” – ćwiczenie stóp.

Dziecko w siadzie skulonym podpartym z kolanami rozchylonymi na zewnątrz, wkłada piłkę pod podeszwy stóp i stara się obracać nią jak najdłużej.

11) „Ukłon” – ćwiczenie oddechowe.

Dziecko w siadzie klęcznym, wykonuje głęboki wdech nosem, przechodzi do klęku prostego i rękoma unosi piłkę rękoma. Następnie opuszcza piłkę, wydychając powietrze ustami, powraca do siadu klęcznego. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

ODPOCZNIJCIE CHWILKĘ ☺ UMYJCIE DOKŁADNIE RĄCZKI! I USIĄDŹCIE WYGODNIE!

4. Mam dla Was kochane dzieci zagadkę, posłuchajcie:

*Gdy wiatr wieje – wtedy lata,*

*Może zrobić go i tata.*

*Dwa patyczki, papier, żyłka,*

*W niebo frunie w sekund kilka.*

MACIE RACJĘ! TO LATAWIEC ☺. Dziecko dzieli wyraz „latawiec” na sylaby, wyróżnia głoskę w nagłosie.

5. Dzieci na całym świecie te małe i te duże uwielbiają puszczać latawce, ale mało kto wie, kiedy i gdzie one powstały. Dziś przybliżę wam ich historię.

Jak się okazuje latawce są najstarszymi obiektami latającymi, cięższymi od powietrza. Powstały w Chinach już 2000 lat przed naszą erą, czyli bardzo dawno temu. Pierwszy latawiec miał prostą konstrukcję. Cztery listwy pokryte tkaniną oraz ogon z trzema wstążkami tworzyły płaski prostokątny przyrząd latający. Kolejnymi krajami, gdzie pojawił się latawiec były: Japonia, Korea, Archipelag Malajski, Indie i poprzez kraje arabskie trafił do Europy w XIV wieku. Latawiec jest ulubioną zabawką w Japonii, gdzie mianowano go symbolem Kraju. Japończycy świętują dzień latawca co roku w piątym dniu piątego miesiąca.



6. Teraz proponuję wykonanie latawca. Obejrzyjcie filmik, z którego dowiecie się jak go wykonać. Potrzebne będą: papier kolorowy, klej, nożyczki, flamaster, sznurek. Biedroneczki i Misiaczki poproście rodziców o pomoc. Wasze latawce mogą być oczywiście większe ☺

<https://www.youtube.com/watch?v=BsPq7AWQq7k>

KOCHANI POCHWALCIE SIĘ SWOIMI LATAWCAMI WYSYŁAJĄC ZDJĘCIA



7. Po południu proponuję zabawę dzieci afrykańskich pt. „Czarujemy deszcz”.

Rodzic wygrywa na instrumencie dowolny rytm lub (klaszcze, uderza o stół, itp.) według którego dziecko tańczy – czaruje deszcz. Następnie na przerwę w muzyce dziecko kładzie się

na podłodze i nasłuchuje, czy słycać już odgłosy deszczu. Gdy usłyszy deszcz – rodzic uderza palcami o stolik, wstaje i zabaw powtarza się.

DZIĘKUJĘ ZA UDZIAŁ W ZAJĘCIACH A SZCZEGÓLNIIE WAM RODZIECE ZA ZAANGAŻOWANIE 😊

**Pozdrawiam wszystkich**

**Pani Ala😊**