

Witajcie Kochani! Zaczynamy kolejny dzień zajęć!

Data: wtorek 5.05.2020

Temat: Rytmiczne figury.

Cele:

- kształtowanie poczucia rytmu,
- kształtowanie umiejętności dostrzegania powtarzalności,
- powtórzenie nazw figur geometrycznych
- rozwijanie wyobraźni, logicznego myślenia,
- ćwiczenie wyczucia przestrzeni,
- doskonalenie umiejętności współdziałania z partnerem.

Pomoce: wydruki rysunków z ciągami figur geometrycznych ułożonych naprzemiennie, farby, tacki, ziemniaki, nożyk, worek na śmieci.

1. Dziecko dostaje kartkę z takimi samymi sekwencjami figur geometrycznych.



2. Na początku dziecko przypomina sobie nazwy figur geometrycznych, powtarza samo głośno lub z rodzicem.

3. Następnie rodzic prosi dziecko o odczytanie ciągu figur. Dziecko może odczytywać figury w myślach, po cichu lub głośno.

4. Jako kontynuację tego ćwiczenia można zachęcić dziecko do tworzenia własnych ciągów figur i odczytywania ich na głos na różne sposoby.

Ciekawą formą zabawy z rytmem mogą być wykonane własnoręcznie pieczątki z ziemniaków.

Jeśli zdecydujecie się na taką zabawę musicie przygotować sobie kilka ziemniaków, następnie przetnij je na połowy i wytnij pozostały ziemniak, tak, by wypukła pozostała tylko figura np. koło, prostokąt, kwadrat, trójkąt. Następnie nalej na papierową tackę farby i zanurzaj w nich ziemniaki, odbijaj na kartce jak pieczątki. Pamiętaj o rytmach tzn. powtarzalności.

ZESTAW ĆWICZEŃ GIMNASTYCZNYCH Z NIETYPOWYM PRZYRZĄDEM worek na śmieci.

1. Zabawa orientacyjno-porządkowa „Silny, słaby wiatr”
Dziecko maszeruje po pokoju, przy dźwiękach wysokich uderzenia np. w słoik porusza delikatnie workiem, przy dźwiękach niskich np. w garnek porusza mocniej worek na śmieci.
2. Ćwiczenie dużych grup mięśniowych „Podaj dalej”
Dziecko z rodzicem stają tyłem do siebie, w rozkroku, w odległości małego kroku, wykonują skłony w przód i podają sobie zwinięty worek i między nogami, wyprost i podanie woreczka nad głową zwrócić uwagę, aby kolana nie ugięły się
3. Wzmacnianie mięśni grzbietu „Za workiem”
Podrzucacie worki, gdy opadną na ziemię nie odrywając stóp od podłogi wykonujecie skłony podnosząc je i ponownie podrzucając, po opadnięciu, podnosimy.
4. Skłony boczne „Zbieramy śmieci”
Rodzic rozrzuca po pokoju papierki, dziecko na polecenie „Sprzątamy” podnosi śmieci i wrzuca je do worka.
5. Ćwiczenie mięśni brzucha „Mucha na suficie”
Leżycie na plecach naprzeciwko siebie z ugiętymi nogami i stopami opartymi o stopy partnera, między stopy wkładamy worki; przebieramy nogami, tak, aby nie upuścić worków.
Ćwiczeniu może towarzyszyć tekst: Chodzi mucha po suficie, a czy wy tak potraficie?
6. Ćwiczenie równowagi „Do ręki”
Stanie na jednej nodze, łapanie worka palcami stóp unoszenie do góry, podanie worka w swoje dłonie, a potem powinna nastąpić zmiana nogi
7. Zabawa bieżna „Berek ogonek”

- Zaczeplacie worek z tyłu o gumkę od spodenek, na polecenie rozpoczynacie bieg, starając się złapać worek przeciwnika
8. Ćwiczenie tułowia „Taniec połamaniec”
Stajecie na worku ze złączonymi nogami i rękoma zgiętymi w łokciach. Wykonujecie szybkie skręty tułowia w prawo i lewo, przesuając się po podłodze w różnych kierunkach, wykonujecie taniec, ćwiczeniu może towarzyszyć wesoła muzyka
 9. Ćwiczenie z elementem rzutu „Podrzucić, złapać i rzucić”
Podrzucacie palcami stóp worek, łapiecie w dłonie i rzucacie w wyznaczonym kierunku, czynność powtórzyć kilka razy
 10. Ćwiczenie skoczne „Skaczące worki”
Wchodzicie do worka utrzymując go oburącz i skacząc w dowolnym kierunku
 11. Ćwiczenie przeciw płaskostopiu „Rowerek”
Leżycie na plecach z ugiętymi nogami, palcami jednej stopy trzymając jeden koniec worka, a palcami drugiej stopy – drugi koniec worka; podnosząc nogi i zataczając stopami kółka jak przy pedałowaniu, należy zwrócić uwagę, aby worek nie wypadł spod palców
 12. Ćwiczenie wyprostne „Puste worki-pełne worki”
Siadacie w siadzie skrzyżnym, trzymacie za końce worka, ręce wyprostowane; wdech „pełne worki” - podnosicie worek do góry, wydech „puste worki” - opuszczacie głowę i kładziecie worek na podłodze.

Przysyłacie piękne zdjęcia prac, może przyślecie zdjęcia jak ćwiczyacie, na pewno wzbogacą naszą przedszkolną stronę. Zachęcam!

Pozdrawiają Panie Bożenki!