

**W związku ze zmianami organizacyjnymi w przedszkolu, scenariusze zajęć dla grup „Słoneczka” i „Skrzaty” będzie opracowywać Pani Ala z grupy „Biedronki”.  
Serdecznie witam Rodziców i wszystkie dzieci!**



1. TEMAT DNIA – „Jesteśmy zwinni jak małpki”.

2. DATA – 18.06.2020

3. CELE- dziecko:

- wyrabia skoczność, zwinność i zręczność,
- rozpoznaje po dotyku kształt niektórych zwierząt,
- prawidłowo dzieli wyrazy na sylaby,
- potrafi głoskować,
- prawidłowo reaguje na umówione hasło,
- ćwiczy koordynację wzrokowo- ruchową,
- doskonali sprawność manualną,
- doskonali zmysł dotyku.

4. Witam Was kochani. Dziś przywitamy się króciutkim wierszykiem.

Powitania nadszedł czas, miło dzisiaj widzieć Was!  
Ręce w górę, mały skok, teraz w górę -hop, hop, hop!

5. Dziś zapraszam Was na ćwiczenia gimnastyczne. Rodzicu dopilnuj, aby dziecko założyło coś wygodnego najlepiej koszulkę i krótkie spodenki. Przypominam ściągamy papcie i skarpety, ćwiczymy na bosy. Do ćwiczeń potrzebna Wam będzie piłka. POWODZENIA!

CZĘŚĆ I: Każde ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

1) Ćwiczenie orientacyjno – porządkowe:

Dowolna zabawa piłką: podrzuty w miejscu, w biegu, odbijanie piłki od podłoża, chwyt, kozłowanie piłki prawą i lewą ręką.

CZĘŚĆ II:

2) Ćwiczenie tułowia:

Stojąc w rozkroku skłon tułowia w przód, rzut piłki oburącz między nogami w tył ponad siebie, szybki wyprost i chwyt piłki.

### 3) Ćwiczenie stóp:

W siadzie skulnym podpartym:

- toczenie piłki palcami stóp po podłożu w przód, w tył i ruchem okrężnym lewą i prawą stopą oraz obunóż,
- obracanie piłki stopami wzniesionymi nad podłoże.

### 4) Ćwiczenie zwinności:

Stojąc odbić piłkę od podłoża, przebiec pod nią i chwycić zanim upadnie.

### 5) Ćwiczenie mięśni brzucha:

W siadzie podpartym piłka włożona między stopy:

- podrzut piłki stopami w górę i chwyt rękami,
- wznos nóg z piłką nad podłoże, silnym rzutem odbicie piłki od podłoża i chwyt rękami.

### 6) Ćwiczenie mięśni grzbietu:

W leżeniu przodem:

- obracanie piłki brodą oraz popychanie do przodu,
- rzut piłki w górę i chwyt oburącz.

### 7) Ćwiczenie równowagi:

W staniu jednonóż rzut piłki pod kolanem nogi wzniesionej i chwyt oburącz.

### 8) Ćwiczenie siły:

W podporze przodem postępować do przodu na rękach i nogach i jednocześnie podbijając piłkę, aby toczyła się do przodu.

### 9) Skoki:

Piłka włożona między kolana – podskoki obunóż w miejscu i w różnych kierunkach. Po opanowaniu chwytu piłki kolanami- dziecko wykonuje skoki *zajęcze*, trzymając cały czas piłkę kolanami.

### 10) Rzuty:

W siadzie skrzyżnym rzuty i chwyt z klaskaniem, z uderzeniem dłońmi o podłogę, rzuty piłki w górę w siadzie, szybkie wstanie i chwyt w pozycji stojącej.

### 11) Ćwiczenie mięśni brzucha:

W siadzie prostym toczenie piłki po nogach w kierunku stóp, a następnie toczenie piłki w kierunku bioder przez wzniesienie nóg do siadu równoważnego (zjeżdżalnia dla piłki).

12) Kozłowanie piłki w miejscu i w biegu prawą i lewą ręką, a następnie podskoki w rytmie odbijającej się piłki.

Część III:

13) Ćwiczenie stóp:

W siadzie toczenie piłki prawą stopą do lewej.

14) Ćwiczenie wyprostne:

Piłka na głowie trzymana oburącz, łokcie lekko rozstawione na zewnątrz. Chód we wsparciu i dołożenie piłki na wyznaczone miejsce.

„Wychowanie fizyczne”- W. Gniewkowski, K. Właźnik

NA PEWNO JESTEŚCIE ZMĘCZENI- PRZEBIERZCIE SIĘ, UMYJCIE DOKŁADNIE RĘCZKI I ODPOCZNIJCIE CHWILKĘ ☺

6. Rozpoznawanie zwierząt po konturach za pomocą dotyku.

Potrzebne będą: koszyk lub pudełko, rysunki konturowe przedstawiające różne zwierzęta, książki przyrodnicze o zwierzętach, gruby papier (karton, blok techniczny), nożyczki, klej.

Rysunki konturowe zwierząt należy wydrukować ZAŁĄCZNIK 1. Następnie nakleić na grubszy papier i wyciąć. Proszę rodzica, aby pomogło dziecku w wycinaniu.

Figurki zwierząt wkładamy do koszyka lub pudełka. Dziecko wkłada ręce do koszyka, chwytając jedną figurkę, manipuluje nią i za pomocą dotyku rozpoznaje zwierzę i nazywa go.

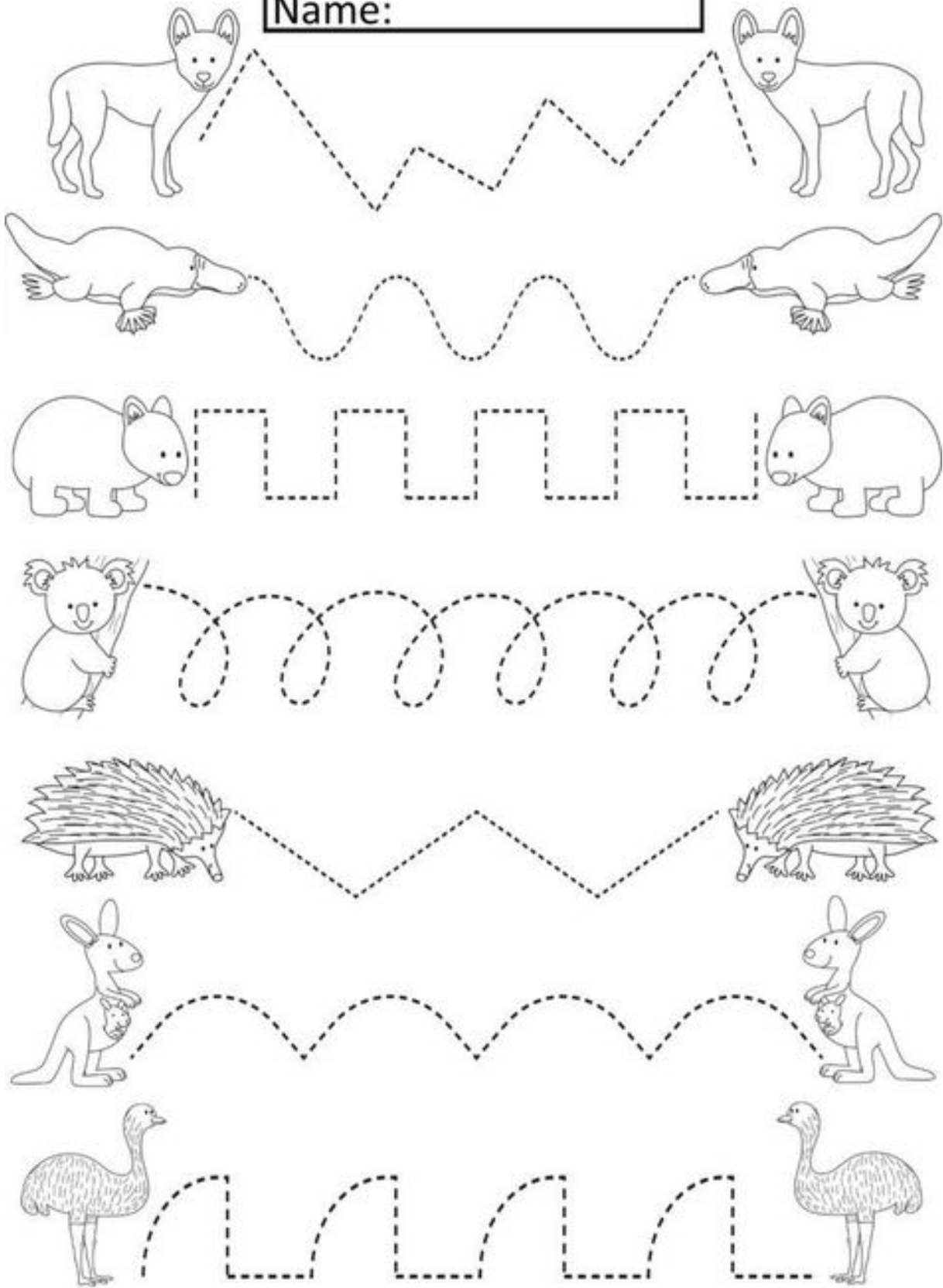
Następnie nazwę zwierzęcia dzieli na sylaby, wyróżnia głoskę w nagłosie, wyróżnia wszystkie głoski. Na końcu odnajduje to zwierzę w książkach przyrodniczych.

7. „Zwierzę na wybiegu”- zabawa ruchowa.

Rodzic rozkłada na podłodze obręcz, lub szarfę zrobioną ze sznurka lub wstążki. Dziecko zajmuje miejsce w obręczy. Na hasło rodzica: *Zwierzę na wybieg!* Dziecko biega, spaceruje, podskakuje, naśladuje wybrane przez siebie zwierzę. Na hasło rodzica: *Zwierzę do klatki!* Dziecko stara się jak najszybciej dobiec do swojej obręczy. Zabawę powtarzamy kilka razy.

8. Drogie dzieci spróbujcie wykonać poniższe zadanie. Kartę pracy można wydrukować i rysować drogi po śladzie. Rodzicu jeśli nie masz możliwości wydrukowania dziecko drogę można rysować paluszkami w powietrzu.

Name:



9. Na zakończenie dzisiejszych zajęć proponuję masażyk w parach pt. „ZOO”.

Dziecko kładzie się na brzuchu, rodzic siada obok i palcami wykonuje masażyk wg podanej instrukcji, można zamienić się rolami:

### **„ZOO” - B. Kołodziejski**

Tutaj w zoo jest wesoło, (dziecko leży na brzuchu)

tutaj małpki skaczą wkoło, (rodzic palcami po plecach naśladuje skoki po okręgu)

tutaj ciężko chodzą słonie, (naciskanie z wyczuciem na plecy wewnętrzną stroną dłoni)

biegną zebry niczym konie, (lekkie stukanie po plecach pięściami)

żółwie wolno ścieżką człapią, (lekkie przykładanie dłoni do pleców)

w wodzie złote rybki chlapią. (muskanie wewnętrzną i zewnętrzną stroną dłoni)

Szop pracz, takie czyste zwierzę, (pocieranie rękami, naśladowanie prania)

ciągle sobie coś tam pierze.

Struś dostojnie w koło chodzi, (kroczenie po plecach dwoma palcami)

śpieszyć mu się nie uchodzi.

A w najdalszej części zoo

dwa leniwce się gramolą, (wolne przesuwanie dłoni w górę i w dół, do boków ku środkowi)

wolno wchodząc na dwa drzewa,

gdzie się każdy z nich wygrzewa, (zatrzymanie dłoni)

i zapada w sen głęboki...

**TO NA DZIŚ WSZYSTKO**

**MYŚLĘ, ŻE MIŁO SPĘDZILIŚCIE CZAS ☺**

**Pozdrawiam wszystkie Słoneczka i Skrzaciki**

**Pani Ala☺**

ZAŁĄCZNIK 1.

