

Witamy serdecznie wszystkie dzieci z grup: I, III, VI i VII wraz z rodzicami. Zapraszamy do wykonania propozycji zadań przygotowanych na kolejny tydzień pracy z dzieckiem w domu.

Życzymy spokojnej i miłej zabawy.



Temat tygodnia: Chciałbym zostać sportowcem

Termin: 06.04. - 09.04.2021.

Cele:

- poszerzanie wiadomości dzieci na temat sportu;
- wzbogacenie słownictwa dzieci o pojęcia dotyczące wybranych ćwiczeń i dyscyplin sportowych;
- doskonalenie umiejętności uważnego słuchania i wypowiedzania się na określony temat;
- stymulowanie koordynacji wzrokowo-ruchowej;
- rozwijanie ekspresji ruchowej, muzycznej, plastycznej;
- zainteresowanie dzieci rozwijaniem sprawności ruchowej.



I. Poranne ćwiczenia i zabawy ruchowe.

1. Gimnastyka - *Inscenizacja ruchem treść piosenki.*

Prawa noga – *noga prawa wyprostowana i uniesiona w górę;*
wypad w przód – *wyciągnięta noga opada na podłogę;*
i rękoma zawiąż but – *skłon do wysuniętej nogi i naśladowanie zawiązywania buta;*
powrót – *powrót do pozycji zasadniczej;*
przysiad – *przysiad z wyciągniętymi w przód rękoma;*
dwa podskoki – *dwa podskoki w miejscu;*
w miejscu bieg – *bieg w miejscu;*
i skłon głęboki – *skłon z sięgnięciem rękoma palców nóg;*
wymach rąk w tył – *wysunięcie rąk w tył;*
do przodu – *wysunięcie rąk do przodu;*
już rannego nie czuć chłodu – *przybranie pozycji zasadniczej.*

2. Masażyk – do wykonania w parach – (rodzic siedzi za dzieckiem, a następnie zamiana miejsc i powtarzanie)

Kropi deszczyk : puk, puk, puk (delikatnie stukamy palcami)

Deszcz ze śniegiem : chlup, chlup, chlup (oklepywanie dłońmi pleców, dłonie zwinięte w „miseczki”)

A grad w szyby : łup, łup , łup (oklepywanie pleców, dłonie zwinięte w pięść)

Świeci słońko : (ruchem okrężnym gładzimy plecy dłonią)

Wieje wietrzyk : (dmuchamy we włosy)

Pada deszczyk : (stukamy palcami)

Czujesz dreszczyk?: (leciutko szczypiemy w kark)

3. Rączki (dzieci naśladowują ruchem treść wiersza)

Dwie małe rączki klaszczą,
a czasem się pogłaszczą,
w kolanka zastukają
i dzieciom pomachają.

4. Linki do wykorzystania z ćwiczeniami i zabawami ruchowymi.

- zrób tak jak ja
<http://www.youtube.com/watch?v=QLulnqyXCjs>
- muzyczna gimnastyka – ćwiczenia w podskokach
<https://youtu.be/n7OIPFcyZRU>
- domowa zabawa ruchowa – „pięta – kciuk”
<http://www.youtube.com/watch?v=Bwi8nn9dB1g>
- łapki hopki
<http://www.youtube.com/watch?v=LgWww5B5NAo>
- z poduszkami
<http://www.youtube.com/watch?v=j4EiXelSTkI>

- ćwiczenia w dwójkach
<http://www.youtube.com/watch?v=FacAJxiIzh4>
- ze skakanką
<http://www.youtube.com/watch?v=u3F0v0IO2eQ>
- ręce do góry hop sa sa
<http://www.youtube.com/watch?v=EuCip5y1464>
- WF w domu – z tatą
http://www.youtube.com/watch?v=1JE_-hP1omo
- ćwiczymy w domu – ćwiczenia rozciągające
http://www.youtube.com/watch?v=QhOmBWBS2_s
- gimnastyka na wesoło z wykorzystaniem pluszaków
<http://www.youtube.com/watch?v=F6zMZgnxfvI>

II. Aktywność słowna.

1. Obejrzyj film edukacyjny - aktywność fizyczna

<https://youtu.be/jgJOS26G1wY>

Postaraj się zapamiętać i odpowiedzieć na pytanie:

- Ile czasu dziennie dziecko powinno być aktywne fizycznie (biegać, skakać, jeździć rowerem) ?

(co najmniej 1 godzinę)

- Kilkakrotnie rytmicznie powtarzaj zdanie: (z wyklaskiwaniem)

„ Ruch – to – zdro – wie”

2. Obejrzyj pierwsze 3 minuty filmu animowanego dla dzieci - poznajemy dyscypliny sportowe

<https://youtu.be/7zodfY74anc>

Postaraj się wymienić nazwy dyscyplin sportowych, o których opowiadał film.

(gra w tenisa, jazda na nartach, bieganie, koszykówka, skok w dal, pływanie kajakiem, piłka nożna, podnoszenie ciężarów, pływanie, gra w szachy)

3. Słuchanie wiersza pt. „Słonko po deszczu” Marii Kownackiej (czyta rodzic)

Pada deszczyk! Pada deszczyk!

i po liściach tak szeleści...

Kap! Kap! Kap! (dzieci powtarzają i w przysiadzie bębnią rytmicznie palcami o podłogę)

Zatuliły kwiatki płatki,
główki chylą do rabatki!

Kap! Kap! Kap! (dzieci powtarzają i opuszczają nisko głowy)

Deszcz ustaje – płyną chmury –

Kwiaty wznoszą się do góry.

Ho! Ho! Ho! (dzieci powtarzają i wznoszą stopniowo głowy i ramiona)

Wiatr tu pędzi na wyścigi,

Wiatr kołysze nam łodygi!

Wiu! Wiuu! Wiuuu! (dzieci powtarzają i w rozkroku kołyszą się na boki)

Biegną dzieci tu z ochotą:
Uważajcie – takie błoto!
Chlapu!, chlap! (dzieci powtarzają i biegną na palcach)
Byle słońko nam nie zaszło –
róbmy prędko z błota – masło!
Chlap! Ciap! Ciap!(dzieci powtarzają i przebierają nogami w miejscu)
Teraz – baczność – kroki duże –
przeskoczmy przez kałużę!
Hop! Hop! Hop! (dzieci powtarzają i podskakują)
Już pogoda – słońko świeci,
maszerują w pole dzieci –
Raaz – dwa – trzy! (dzieci powtarzają, klaszczą 3x i maszerują)

4. Prezentacja edukacyjna: „Letnie sporty i zabawy” - oglądaj i wykonuj polecenia.
<https://youtu.be/y1QWCQaDhbw>

5. Film edukacyjny: Hibbi - „Sport to zdrowie” – do obejrzenia.
<https://youtu.be/sZZKiGbu40w>
Postarajcie się zapamiętać i odpowiedzcie na pytanie: O Jakich konkurencjach sportowych opowiadał film?
(bieganie, bieg przez płotki, strzelanie z łuku, pływanie)

6. Słuchanie wiersza pt. „Gimnastyka – (czyta rodzic)

Gimnastyka to zabawa
Sport dla dzieci - ważna sprawa,
bo to sposób jest jedyny
żeby silnym być i zwinnym

Skłony, skoki i przysiady
trzeba ćwiczyć - nie ma rady!
To dla zdrowia i urody
niezawodne są metody.

Postaraj się podzielić na sylaby wyrazy (z wyklaskiwaniem):

Gim-na-sty-ka, za-ba-wa, skło-ny, sko-ki, przy-sia-dy, ćwi-cze-nia, zdro-wie, u-ro-da.

7. Wymień dyscypliny sportowe przedstawione na obrazku.



(piłka nożna, siatkówka, koszykówka, badminton, tenis)

III. Aktywność muzyczna.

Możecie uczyć się śpiewać i tańczyć przy muzyce.

- Taniec Mai

<https://youtu.be/UG-WU0ZbgK8>

- Piosenka o sporcie

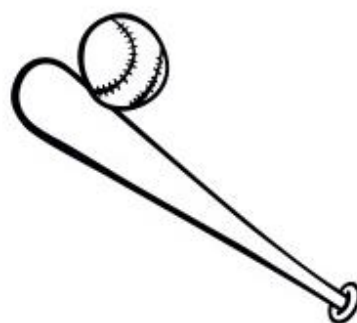
<https://youtu.be/V1Sua6hBAEs>

- Piosenka „skaczemy, biegniemy”

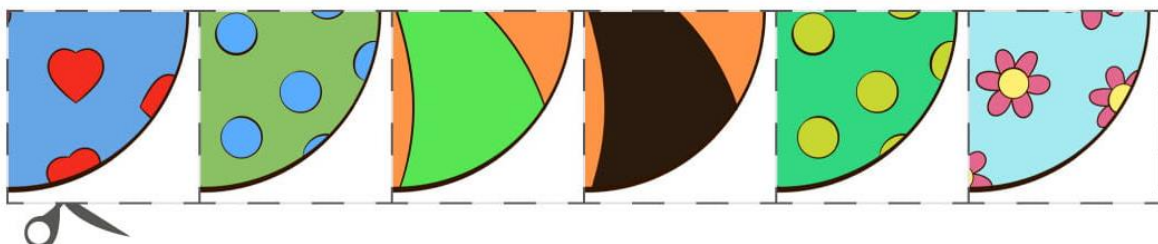
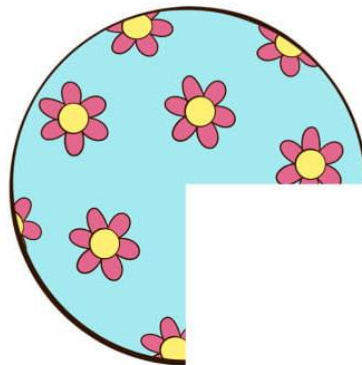
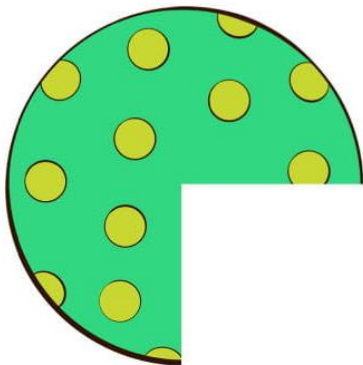
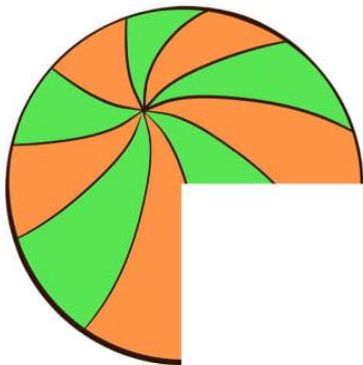
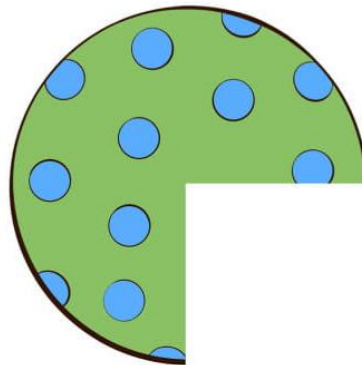
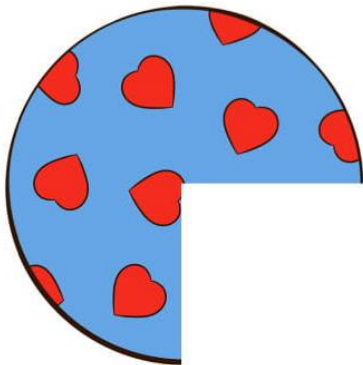
<https://youtu.be/OZTYeTEZ2wA>

IV. Grafomotoryka i logiczne myślenie.

1. Dopasuj piłkę do dziecka:



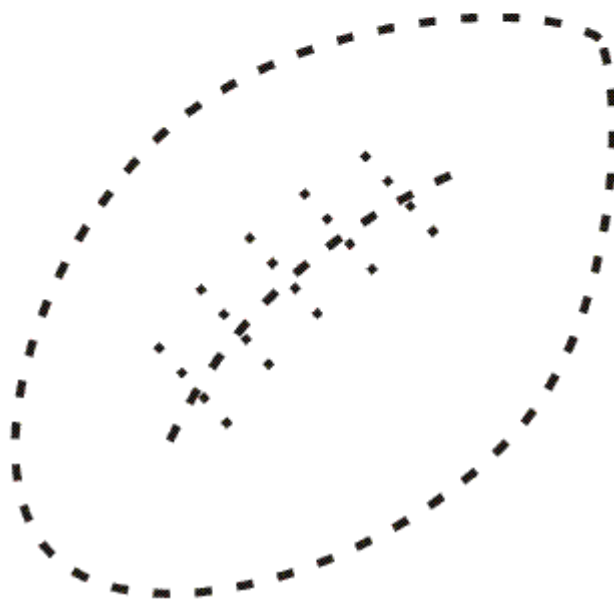
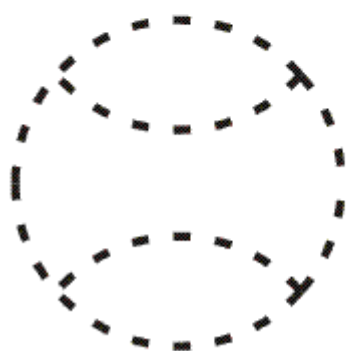
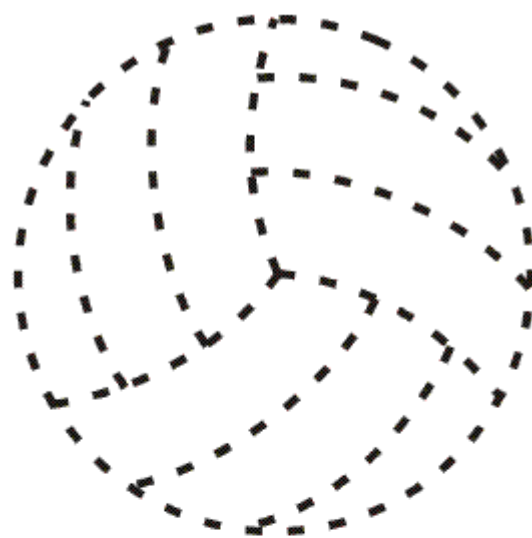
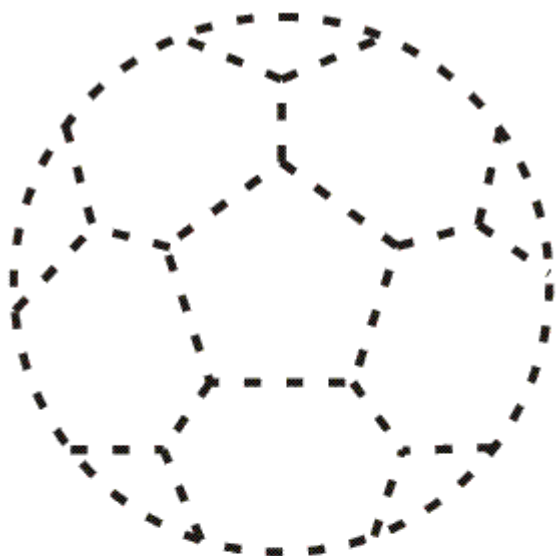
2. Połącz kreską brakujący kawałek do właściwej piłki lub wytnij z pomocą rodzica i doklej we właściwym miejscu.









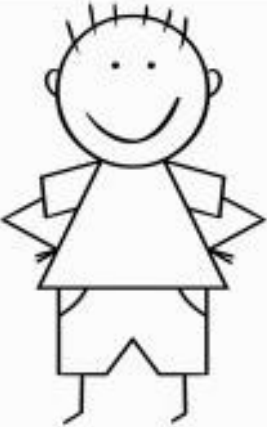
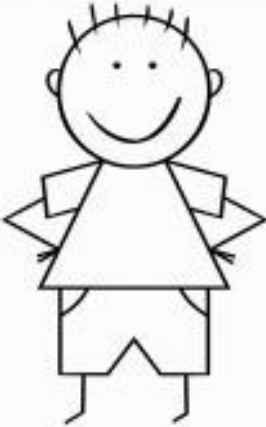
3. Połącz kreską w pary takie same piłki.



4. Rysuj po śladzie, pokoloruj wybraną piłkę.

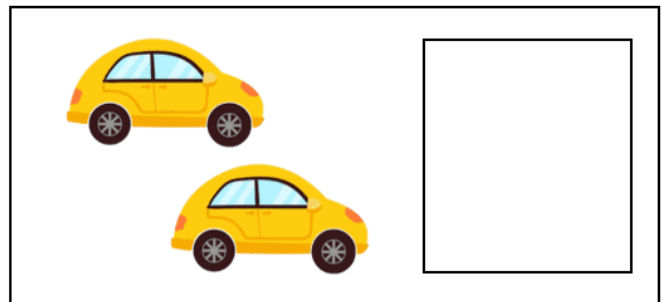
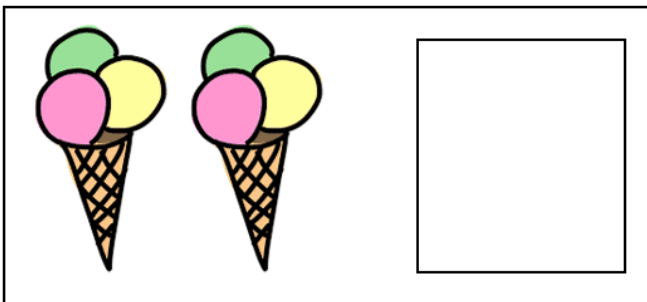
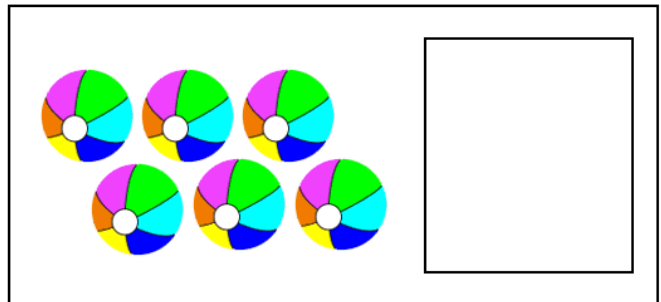
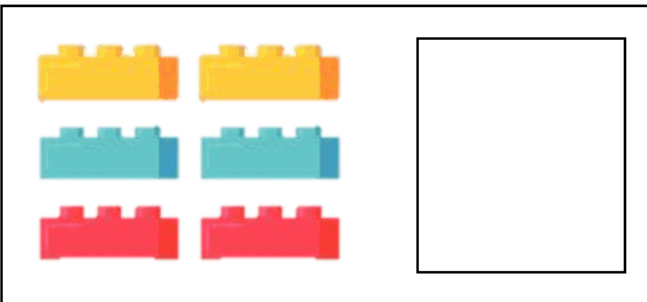
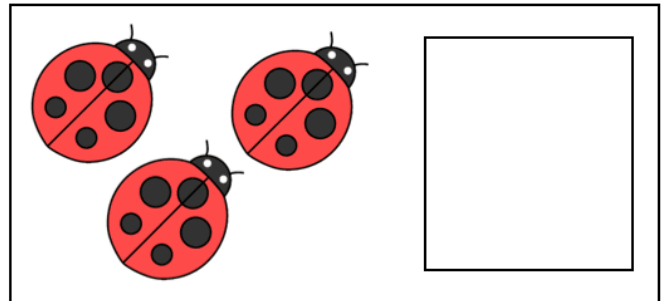
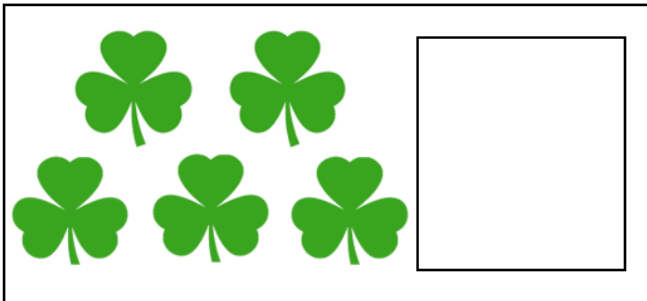
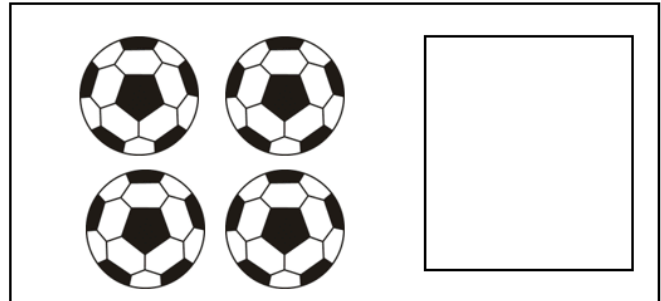
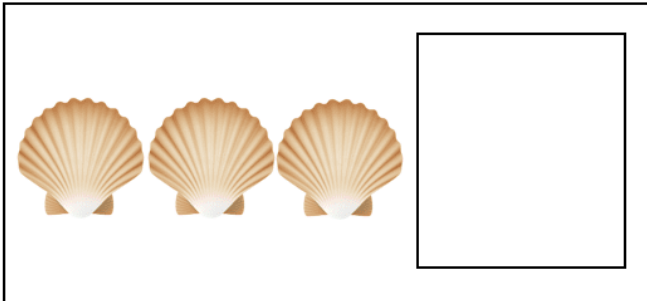


5. Wykonaj zadanie po uprzednim ustaleniu z rodzicem właściwych kolorów spodenek i bluzek w każdym z trzech kwadratów.

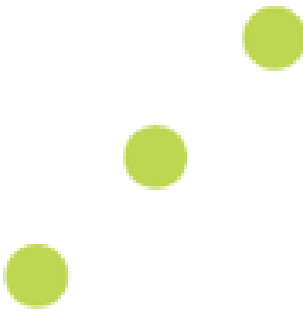

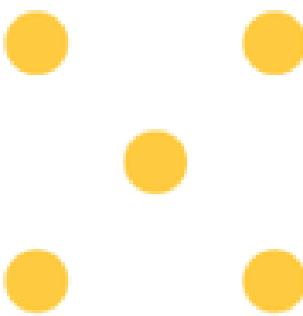
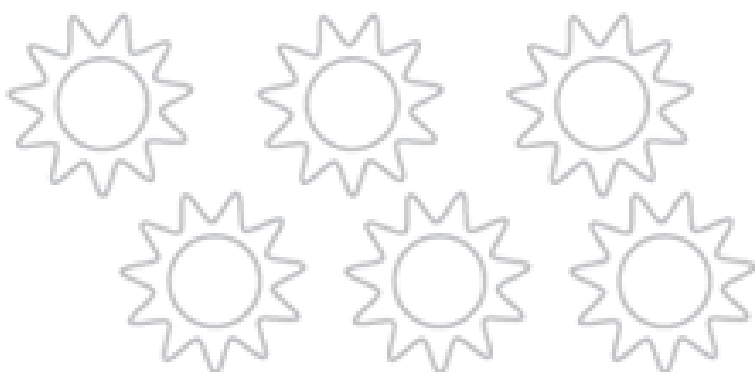
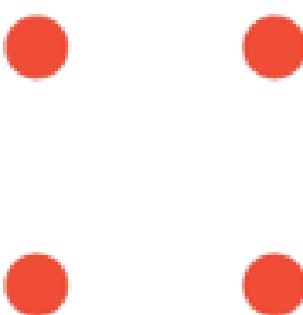

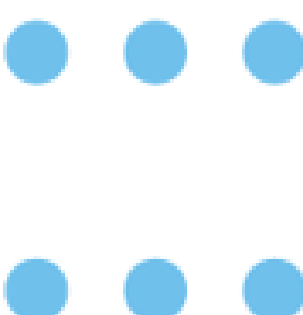
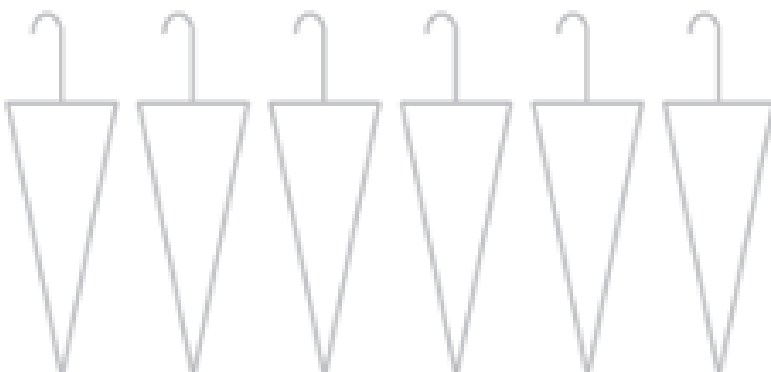
<p>Pokoloruj ubranie każdego chłopca zgodnie z podanym przykładem.</p>		
		
		

V. Aktywność matematyczna.

1. Policz elementy na każdym z poniższych obrazków, w małym prostokącie obok danego obrazka narysuj tyle kropek, ile jest elementów na tym obrazku.



2. Policz kropki i nazwij kolory. Pokoloruj właściwą liczbę chmurek, słończek, kropli i parasoli na właściwe kolory.

VI. Aktywność plastyczna.

1. Przykłady prac plastycznych:

- Wyklejanie kulkami z kolorowej bibuły:



- Odbijanie



- Wyklejanie plasteliną:



- Malowanie farbami:



- Obrazki do kolorowania:



