

Temat tygodnia: Dbamy o zdrowie

Temat dnia: LEKARSKIE PRZYBORY

16.04.2021

Aktywność ruchowa

Cele: ćwiczenia kształtujące z przyborem nietypowym (woreczek śniadaniowy)

Co to jest „zdrowie”?

„Do kogo idziemy, gdy zachorujemy?” – burza mózgów

- pomyślmy chwilę i powiedzcie drogie dzieci – co to jest zdrowie. Ciekawe jesteśmy waszych przemyśleń.



Powitanka

O zdrowie dbamy, rączkami się witamy (powitalne machanie ręką)
Tak o zdrowie dbamy, że nóżkami się witamy (lekkie tupanie w miejscu).
I kończąc powitanie, siadamy na dywanie. (klaskanie w dłonie i siadanie w kręgu).

Ściśnij i porównaj – zabawa badawcza - ćwiczenie motoryki małej.

Drodzy Rodzice jeśli macie w domu piłeczki, lub małe maskotki lub gąbkę to poproście swoją pociechę by ścisnąć to przedmioty w ręce oraz porównać włożony wysiłek w stosunku do efektu: „mocno ściskam i serwetka zgnieciona, a jeszcze mocniej ściskam i piłeczka nie zgniatą się tak jak serwetka”. Należy wyjaśnić, zależności efektu od włożonej siły i rodzaju materiału. Dzieci mogą podjąć próby zgniatania,

ściskania innych materiałów np. kartki papieru o różnej grubości, różne tkaniny tekstylne, masy plastyczne, przedmioty z drewna, ziemniak, marchewka, papryka itp.

ZABAWY i ĆWICZENIA GIMNASTYCZNE

Dzieci ćwiczą na bosy. Ćwiczenia z woreczkiem śniadaniowym (każde ćwiczenie powtarzamy 6 razy).

Zabawa ożywiająca „Schowaj woreczek”.

Dziecko przemieszcza się po sali na hasło „schowaj woreczek” zatrzymuje się i kładzie woreczek na podłodze i starają się stopami zakryć woreczek.

Powtarzamy kilkakrotnie.

- dziecko ustawia się: ramiona w bok i robimy wiatraczki.
- dziecko trzymając woreczek w prawej ręce wykonują krążenia prawego ramienia w przód i w tył, zmiana ręki ćwiczącej,
- przekładanie woreczka z ręki do ręki raz pod uniesionym prawym kolaniem, raz pod lewym kolaniem,
- w postawie jednonoż na prawej nodze lewa ugięta i uniesiona woreczek leży na kolanie utrzymujemy 3 sekundy, zmiana nogi ćwiczącej,
- w siadzie rozkrocznym woreczek trzymany między palcami prawej stopy skłon tułowia do prawej nogi z jednoczesnym dmuchnięciem w woreczek, zmiana nogi,
- w siadzie o nogach ugiętych raz palcami lewej stopy raz prawej stopy dzieci starają się podnieść woreczek z podłogi.

Kółko graniaste – zabawa tradycyjna przy piosence

<https://www.youtube.com/watch?v=VMG-TPbitZw>

Kółko graniaste,

Czworokanciaste,

Kółko nam się połamało,

Cztery grosze kosztowało,

A my wszyscy bęc! (dzieci kucają, upadają na dywan).

Na zakończenie zapraszam na ćwiczenia oddechowe:

<https://wordwall.net/pl/resource/1713280/logopedia-%C4%87w-oddechowo-artykulacyjne>

A jeśli macie jeszcze siłę to można wydrukować panią doktor, pomalować, rozciąć na kawałki ułożyć i nazwać cyferki© miłej zabawy! Dziękujemy Wam serdecznie za udział w zdalnym nauczaniu. Cieszymy się, że już niedługo się z Wami zobaczymy. Ściskamy mocno – Wasze ciotki: Ewa Ratusznik i Ewelina Wojnarowska.



1

2

3

4

5