

# Hej, Rodzinko!

Dziś w doskonałym nastroju, witamy Was w majowy czwartek.

Czy Wam też humor dopisuje?

Po ćwiczeniach gimnastycznych oraz muzyce humory będą na pewno wyśmienite 😊

**Temat:** Zabawy i ćwiczenia gimnastyczne.

**Cele:**

- Rozwijanie ogólnej sprawności fizycznej. Zachowanie bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych.
- Kształtowanie umiejętności wykorzystania przyborów w trakcie ćwiczeń.
- Kształtowanie orientacji przestrzennej oraz poczucia rytmu.

**1. Na dobry początek dnia powitamy się rymowanką:**

Każde dziecko flagę ma (ręka prawa do góry)  
Każde z nas je dobrze zna (machamy ręką)  
Jeden, dwa, trzy (klaszcze w dłonie)  
Jaką flagę trzymasz ty? (dziecko odpowiada białą-czerwoną)

**2. Teraz wspólnie z rodzicami zaśpiewajcie naszą piosenkę tygodnia „Jestem Polakiem”.**  
<https://youtu.be/plug6OlrRM>

**3. Ćwiczenia gimnastyczne** - z wykorzystaniem woreczków śniadaniowych nadmuchanych, związanych mocno gumką lub tasiemką. STARTUJEMY!!! 😊😊😊

- 1) **Ćwiczenie oddechowe.** Usiądźcie na dywanie naprzeciwko rodzica. Trzymamy worek na otwartych dłoniach, wciągnijcie powietrze nosem i wypuszczajcie ustami tak, aby worek doleciał do rodzica.
- 2) **Zabawa ruchowa „Wędrujący woreczek”.** Przekładanie woreczka z ręki do ręki, z przodu i z tyłu.
- 3) **Zabawa „Równowaga”.** Kładziemy woreczek na głowie, poruszamy się wolno po pokoju.
- 4) **Zabawa ruchowa „Przełóż woreczek”** - ćw. równowagi. Przekładamy woreczek pod prawym kolaniem i pod lewym.
- 5) **Zabawa ruchowa „Podnieś do góry”.** Siedzimy nogi wyciągnięte, dziecko chwyta woreczek obiema stopami, unosi do góry.
- 6) **Zabawa ruchowa „Dzieci do domu”.** Dziecko biega po pokoju w różnych kierunkach na sygnał: do domu, chowa się pod stół. Rodzicu zwróć uwagę na bezpieczeństwo!!!

4. **Teraz zapraszamy na zajęcia muzyczne.** Postłuchajcie naszej piosenki miesiąca „Moja wesola rodzinka”

<https://youtu.be/dxKA0073O34>



1. My rodzinę dobrą mamy,  
zawsze razem się trzymamy!  
I choć czasem czas nas goni,  
my - jak palce jednej dłoni!

**Ref. Mama, tata, siostra, brat  
i ja - to mój cały świat!  
Dużo słońca, czasem wiatr -  
to wesoly jest mój świat!**

2. Mama zawsze kocha czule,  
ja do mamy się przytulę.  
Tata kocha lecz inaczej,  
uspokaja, kiedy płaczę.

**Ref. Mama, tata, siostra, brat  
i ja - to mój cały świat!  
Dużo słońca, czasem wiatr -  
to wesoly jest mój świat!**

3. Gdy napsocę i nabroję,  
siedzę w kącie, bo się boję!  
Tata skarci, pożałuje,  
a mamusia pocałuje!

**Ref. Mama, tata, siostra, brat  
i ja - to mój cały świat!  
Dużo słońca, czasem wiatr -  
to wesoly jest mój świat!**

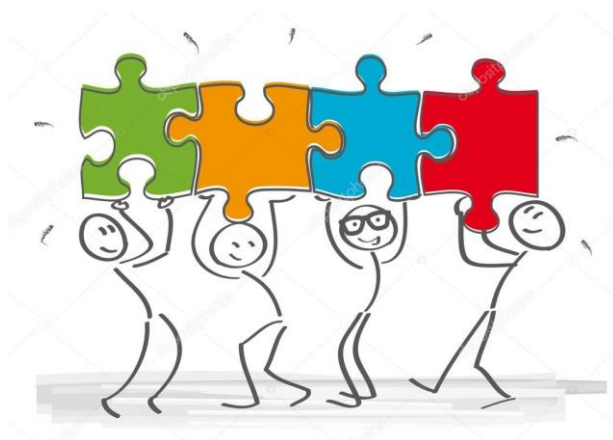
4. Kiedy nie ma taty, mamy,  
wszyscy sobie pomagamy!  
I choć sprzątać nie ma komu,  
jest wesoło w naszym domu!

Po wysłuchaniu i omówieniu treści dzieci uczą się piosenki fragmentami. Śpiewajcie piosenkę w wolnej chwili w ciągu dnia, tygodnia i miesiąca ☺

A teraz mały GRATISIK puzzelki do wyboru „Piękny jest nasz kraj”.

<https://puzzlefactory.pl/pl/puzzle/graj/dla-dzieci/228773-jeste%C5%9Bmy-polakami>

<https://puzzlefactory.pl/pl/puzzle/graj/dla-dzieci/228737-jeste%C5%9Bmy-polk%C4%85-i-polakiem>



Smerfiki i Kotki, nauka piosenki to trudna sprawa, więc dziś już Wam nic nie zadajemy, odpoczywajcie i układajcie puzzle.

A co jutro?

Bądźcie z nami to się przekonacie co przygotowaliśmy dla Was!

Paaaaa....

**CIOTECZKI**