

Propozycja zabaw na piątek 22.05.2020r.

## **Hej, hej Pszczółki:)**

**Wiemy, że słońeczko świeci i wiele z Was zajęcia ruchowe ma na podwórku, spróbujcie jednak wykorzystać naszą propozycje ćwiczeń gimnastycznych w wolnej chwili.**



Będzie Wam potrzebne wygodne ubranko, dobry humor i ktoś kto pomoże wykonać ćwiczenia.

**Edukacje na dziś to aktywność ruchowa i aktywność artystyczna**

**Temat: „Idziemy na zakupy”**

**Cele:**

**-rozwijanie aktywności fizycznej,**

**-motywowanie do sprawiania radości swoim bliskim.**

**1. Wczoraj rozmawialiśmy o sklepie, zakupach tak więc dziś proponujemy ćwiczenia gimnastyczne w formie naśladowczej pt. „W centrum handlowym”.**

**Ćwiczenie 1: „Idziemy na zakupy”- marsz w miejscu(ciekawe do jakiego sklepu się wybieracie☺)**

**Ćwiczenie 2: „Kupujemy misia”**- ręce unosimy nad głowę, staramy się sięgnąć jak najwyżej, jakbyśmy próbowali dosięgnąć misia z najwyższej półki. Udało się swobodnie opuszczamy rączki, próbujemy dosięgnąć misia jeszcze dwa razy.

**Ćwiczenie 3: „Do koszyka”** - Swobodnie chodzimy (biegamy) po dywanie, na hasło „do koszyka” wykonujemy skłon do przodu, starając się dotknąć podłogi bez uginania kolan.

**Ćwiczenie 4. „Ważymy towary”**: w dalszym ciągu wykonujemy ćwiczenia w staniu, stajemy w lekkim rozkroku, rączki prostujemy w poziomie, jesteśmy wagą, kołyszemy się raz w jedną, raz w drugą stronę.

**Ćwiczenie 6: „Przymierzamy buty”**- W siadzie, staramy się nie zginać nóg w kolanach, „przymierzamy buty”- dotykamy raz prawej, wyprost, raz lewej nogi.

**Ćwiczenie 7:** Sprawdzamy czy nasze buty są wygodne, kładziemy się na plecach, wykonujemy rowerek nogami.

**Ćwiczenie 8:** Wracamy do ćwiczeń w staniu. Swobodnie spacerujemy po podłodze, na hasło „Kolejka” stajemy w miejscu „nieruchomo”.

**Ćwiczenie 9:** Wracamy do domu -marsz w miejscu.

**2.Kochane Dzieci, w następnym tygodniu będziemy rozmawiać o rodzinie, tydzień ten nie jest przypadkowy, bo dnia 26 maja obchodzimy Dzień Mamy.**



## Zatem bardzo prosimy tatusiów o pomoc w wykonaniu niespodzianki dla Mamy.

Już dziś przygotowaliśmy dla Was szablon laurki. Wystarczy ją wydrukować (załącznik 1). W środku laurki narysujcie Waszą Mamusię i siebie, ozdóbcie ją według własnego pomysłu, możecie użyć brokatu lub innych kolorowych ozdób. Włóżcie dużo serca w wykonywaną pracę ponieważ jest ona dla najważniejszej osoby na świecie czyli Waszej Mamy. Poproście tatę o pomoc w wycięciu życzeń (załącznik 2). Pamiętajcie aby tę czynność wykonywać ostrożnie, ponieważ można się skaleczyć nożyczkami. Życzenia wklejcie z tyłu laurki. Możecie podpisać swoim imieniem powstałe prezenty.

3. Przez weekend poproście rodziców, żebyście mogli posłuchać i uczyć się piosenki o rodzinie, tak by w następnym tygodniu znaleźć chwilkę by zaśpiewać rodzicom. *Zozi – „Dziękuje mamu, dziękuje tato”*



<https://www.youtube.com/watch?v=j09kDRPi3tE>

1. Uczyliście mnie chodzić, uczyliście mnie mówić,  
jak się zachowywać  
jak zwracać się do ludzi.  
Ja mogę na Was liczyć,  
wiem że mi pomożecie  
najlepszych mam rodziców  
na całym wielkim świecie.

Ref:

Dziękuję mamó, dziękuję tato  
za każdą zimę, za każde lato  
dziękuję mamó, dziękuję tato  
za to że macie dla mnie czas  
bardzo kocham Was!

2. A najpiękniejsze chwilę  
są kiedy mnie tulicie  
dajecie mi buziaki  
idziemy tak przez życie  
co mogę dla Was zrobić?  
jak mogę się odwdzińczyć?  
jesteście w moim sercu  
będziecie w mej pamięci

Ref: Dziękuję mamó, dziękuję tato....

**To już wszystko na dziś, życzymy Wam drogie dzieci i Waszym rodzicom  
przyjemnego weekendowego odpoczynku.**

**Będzie nam bardzo miło jeśli będziemy mogły obejrzeć Wasze prace.**

**Ciocia Ania i Ciocia Kasia 😊**

Załącznik 1. Szablon laurki.

***moja mama i ja***



## Załącznik 2. Życzenia dla Mamy:

*Droga mamo,  
znam już bardzo dużo słów,  
bardzo dużo też rozumie,  
czuje się już prawie dorosły,  
wiele już sam(a) zrobić umie.  
Wiem mamusiu ,że to wszystko  
to nie tylko moja zasługa,  
w każdej ważnej dla mnie chwili  
Ty przecież przy mnie byłaś.  
Więc przyjmij moje życzenia,  
Mamusiu ukochana,  
dziękuje Ci ,że jesteś dla mnie  
zawsze taka wspaniała.*