

19.05.2020.



## Dzień dobry Motylki!

Dzisiejsze aktywności: matematyczna i ćwiczenia gimnastyczne.

Temat: Jak nasi rodzice.

Cele:

- określanie wzrostu dzieci,
- ćwiczenia w porównywaniu wzrostu z użyciem słów: niższy, wyższy, najwyższy, najniższy,
- rozwijanie sprawności fizycznej.

### I.

#### 1. **Zabawa ruchowa Wysoki – niski.**

Swobodnie biegacie po pokoju, na hasło *wysoko* – we wspięciu na palcach chodźcie po pokoju w rytm tamburynu. Na hasło *nisko* – w przygarbieniu chodźcie ociężałe po pokoju w rytm tamburynu.

2. Spójrzcie na obrazki i odpowiedzcie na pytania.



gerbera



róża



frezja

- Ile kwiatów widzicie?

- Wskażcie kwiat, który jest pierwszy z lewej strony. Jakiego jest koloru? Jak się ten kwiat nazywa?

- Wskażcie kwiat, który jest pierwszy z prawej strony. Jakiego jest koloru? Jak się ten kwiat nazywa?

- Wskażcie kwiat, który jest w środku. Jakiego jest koloru? Jak się ten kwiat nazywa?

Otwórzcie karty pracy cz. 4 na stronie 46. Nazwijcie kwiaty.



Przeczytajcie zdania z Rodzicami lub samodzielnie. Narysujcie swoją mamę i swojego tatę.

<b>To jest mama.</b>	<b>To jest tata.</b>

3. Teraz zajmiemy się ćwiczeniami w porównywaniu wzrostu. Spójrzcie na ilustrację. Wzrost możemy zmierzyć na pomocą miarki wzrostu.



Jeżeli nie macie takiej miarki w domu to do pomiaru możecie wykorzystać:



centymetr

lub



metrówkę.

Teraz zmierzcie wzrost każdego członka Waszej rodziny. Kto w Waszej rodzinie jest najwyższy? Kto w Waszej rodzinie jest najniższy?

Ustawcie się w szeregu od najniższej osoby w rodzinie do najwyższej.



Otwórzcie karty pracy cz. 4 na str. 47.

Która z tych osób jest wyższa? Pokolorujcie na każdym obrazku ubrania wyższych osób.

Naklejcie zdjęcia odpowiedniego kwiatu.

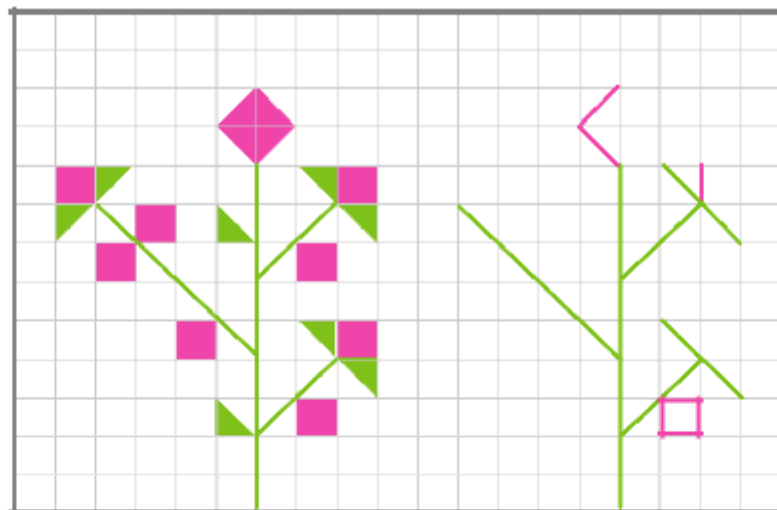
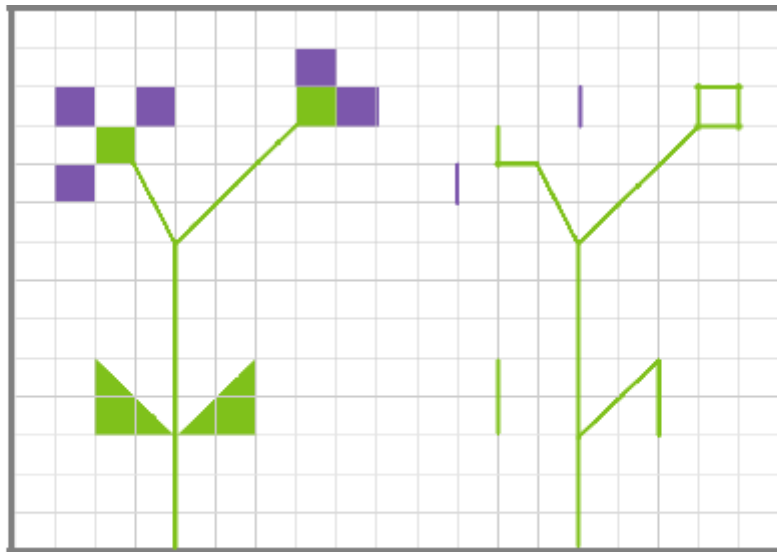


### Zabawa ruchowo-naśladowcza *Jak nasi rodzice.*

Dzieci, poruszacie się po pokoju w rytm tamburynu. Na hasło *Jak mama* naśladowacie czynności wykonywane przez mamę. Na hasło *Jak tata* – czynności wykonywane przez tatę.

Otwórzcie karty pracy cz.4 na str. 51.

Odwzoruj kwiatki dla mamy. Rysuj róże po śladach.



## II.

### A teraz czas na ćwiczenia

#### 1. Na początek czeka Was lekka rozgrzewka przy piosence

<https://www.youtube.com/watch?v=OZTYeTEZ2wA>

#### 2. Po rozgrzewce czas na na dalsze ćwiczenia gimnastyczne!

(wg W. Sherborne)

### Przebierzcie się w wygodny strój – Ty, rodzicu, również😊

#### Rozwijanie świadomości własnego ciała i przestrzeni

◆ dziecko z rodzicem w parze witają się kolanem, dłonią, stopą, brzuchem, uchem itp.

◆ „Foteliki” – w parach rodzic obejmuje dziecko i kołysze je na boki, lub jak fotel bujany – w przód i w tył (przyjemniej będzie przy muzyce)

<https://www.youtube.com/watch?v=hpFp3hGbaJ8>

◆ „Wagoniki” – w siadzie skulnym parami poruszanie się po domu w różnych kierunkach i pozdrawianie siebie na wzajem, łączenie się w „dwójki”. Jeśli jest was więcej w „czwórki” i na koniec pociąg.

#### Ćwiczenia oparte na relacji „z”.

◆ „Mumia” – turlanie z boku na bok dziecka (zmiana ról);

◆ „Przeszkoda” – leżenie przodem, nogi i ręce szeroko rozłożone, ostrożne obchodzenie osoby leżącej w pozycji pionowej (zmiana ról);

◆ „Prowadzenie” – dziecko zamyka oczy i jest oprowadzane przez rodzica po domu (zmiana ról)

#### Ćwiczenia oparte na relacji „przeciwko”.

◆ „Skała” – siad skulny, plecami do siebie, przepychanie plecami osoby stawiającej opór (skały);

◆ „Odklejanie” – leżenie przodem (przyklejanie się do podłogi), odrywanie /odklejanie od podłogi po kolei ręki, nogi itd. (zmiana ról);

◆ „Paczka” – siad skulny, skrzyżowanie rąk (pozycja paczki, stawiamy opór), druga osoba „rozpakowuje paczkę” – otwiera ręce, nogi (zmiana ról);

#### Ćwiczenie twórcze

◆ Taniec – przy muzyce tańczą same dłonie, ręce, stopy, nogi. Po kolei tańczy każda wywoływana część ciała. Nic innego się nie porusza, tzn. jak

pada komenda : „tańczą same stopy”, to tańczą tylko stopy- ręce już nie;-),  
gdy tańczą ręce, to pupa się nie rusza, ani głowa, ani nogi itp.:)

Muzyka dowolna

### **Ćwiczenia oparte na relacji „razem”.**

- ◆ „Mosty” – rodzic w klęku podpartym, dziecko czworakuje i przechodzi pod „mostem”
- ◆ „Tunel” – rodzice – klęk podparty. Dzieci czołgają się pod tunelem na brzuchu i plecach;
- ◆ „Przeciąganie” – w parach, siad skulny, twarzą do siebie, przeciąganie się w przód i w tył;

### **Relaks**

- ◆ „Kołysanie” – siad skulny, twarzą do siebie, przechylenie ciała w przód i w tył podczas muzyki.
- ◆ „Masażyk” – wykonują masaż pleców dziecko dorosłemu i potem zmiana podczas rymowanki  
„Pisze pani na maszynie A, B, kropka, przecinek” – naśladowanie pisania;  
„idą konie, stado koni” – masaż otwartą dłonią  
„idą słonie, stado słoni” – masaż piąstkami  
„płynie wije się rzeczka” – z góry, na dół fala po plecach  
„idzie pani na szpileczkach” – paluszkami  
„zaświeciły dwa słoneczka” – całą dłonią rysujemy słonka  
„pada drobniutki deszczyk” – delikatnie opuszkami palców na całych plecach  
„czujesz dreszczyk” – chwytamy dłonią za szyję.

**To wszystko na dziś!**

**Do jutra!**

**D. Golonka**

**W. Ziętarska**