

28.04.2020

## **Dzień dobry Motylki!**

### **Zapraszamy na wtorkowe zajęcia.**

Dzisiaj zapraszamy do zabaw matematycznych i żeby odejść trochę od komputera – ćwiczeń gimnastycznych.

#### **Cele zajęć:**

- porównywanie ilości płynów w dwóch różnych butelkach za pomocą wspólnej miary,
- poznawanie miary płynów
- rozwijanie sprawności fizycznej.

1. Motylki przypomnijcie sobie wczorajszy wirtualny spacer po Warszawie. Czy widzieliście to co my? Spójrzcie i przypomnijmy sobie najciekawsze miejsca Warszawy.



- **Łazienki Królewskie wraz z Pałacem**



- **Rynek Starego Miasta**



- **Pałac Kultury**



- **Pałac w Wilanowie**



- **Syrenka Warszawska**



Piękne te wszystkie miejsca, miejmy nadzieję, że niedługo będziemy mogli oglądać je na żywo!

2. Teraz otwórzcie karty pracy na str.30-31 i powiedzcie, co zwiedzali w Warszawie Olek, Ada, mama i tata z rodzicami mamy.

<https://flipbooki.mac.pl/przedszkole/druk/npoia-bbplus-kp-4.pdf>

Chętne dzieci, które posiadają karty pracy lub mogą je wydrukować mogą dokończyć rysowanie po śladzie bez odrywania kredki od kartki 😊

3. Zapraszamy Was teraz na **Zabawy i ćwiczenia związane z mierzaniem pojemności płynów.**

Przygotujcie kilka butelek, np. o pojemności 1l z różną zawartością wody zabarwionej farbą. Butelki dobrze zakręćcie.

- *Określanie, ile wody jest w butelce.*

Postawcie przed sobą zakręconą butelkę z wodą. Odpowiedzcie na pytanie: Ile jest wody w butelce – dużo, mało? Potem przewróćcie butelkę i powiedzcie, czy jest w niej tyle samo wody.

- *Ustawianie butelek według wzrastającej w nich ilości wody.* Wlejcie do kilku butelek różną ilość barwionej wody. Ustawcie butelki na stoliku przed sobą. Spróbujcie określić, w której butelce jest najwięcej barwionej wody, a w której najmniej. Ustawcie butelki według ilości zawartego w nich płynu – od tej z najmniejszą ilością, do tej z największą. Następnie

odkręćcie butelki i dmuchajcie w nie. Jakie dźwięki słyszycie? Czy wszystkie butelki wydają takie same dźwięki?

- *Zapoznanie z miarą płynów.*

Przygotujcie butelki – 0, 5l, 1l, 1, 5l.

Miarą pojemności płynów jest 1l, 0, 5l to jest połowa 1l, a 1, 5l – to litr i jeszcze połowa litra.

- *Sprawdzanie ilości napojów w dwóch różnych butelkach za pomocą wspólnej miary.*

Przygotujcie dwie butelki z tą samą ilością wodą: jedną niską i szeroką, drugą – wąską i wysoką oraz kubek. Przelejcie do kubka wodę z jednej butelki, a potem z drugiej butelki i policzcie, ile kubków wody było w jednej, a ile w drugiej butelce. Określcie, gdzie wody było więcej (było tyle samo).

- Przygotujcie sok jabłkowy, szklanki o różnym kształcie i kubek plastikowy. Wlejcie tyle samo soku jabłkowego do przygotowanych różnych szklanek – miarką jest plastikowy kubek. Widzicie? O ilości soku nie mówi jego poziom w szklankach, tylko miarka, jaką ten płyn rozlewano. Wypijcie sok ze szklanek. Smacznego!



- Spójrzmy na kartę pracy. Otwórzcie książki, cz. 4, s. 32–33 <https://flipbooki.mac.pl/przedszkole/druk/npoia-bbplus-kp-4.pdf> - obejrzyjcie zdjęcia, zwróćcie uwagę na poziom soku w szklankach - wskaźcie butelkę, w której zmieści się najwięcej płynu i tę, w której zmieści się go najmniej. Z pomocą Rodzica lub samodzielnie przeczytajcie pojemności butelek.



1,5 l

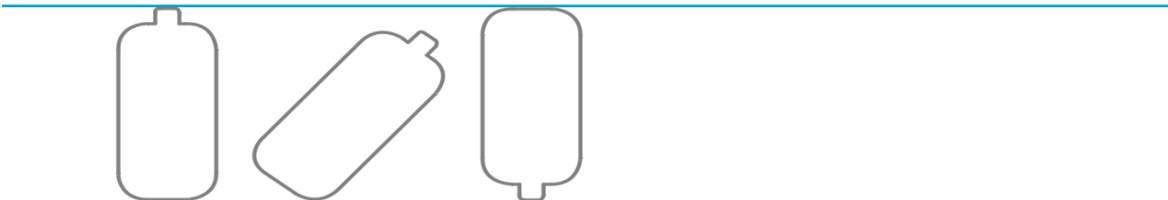
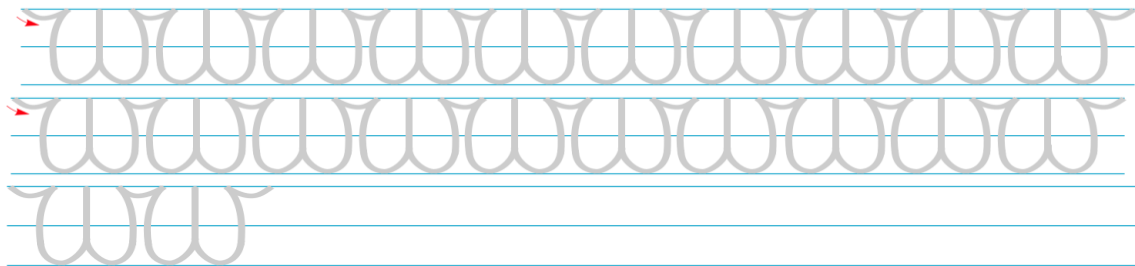
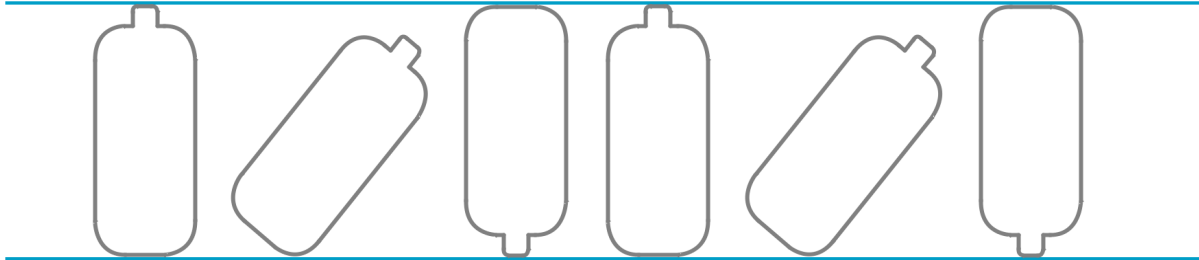


1 l



0,5 l

- rysujcie szlaczki po śladzie, a potem samodzielnie.



- Teraz czas na zabawę ruchową z butelkami plastikowymi. Weźcie butelkę i ustawcie ją względem siebie według poleceń:
  - połóżcie butelkę przed sobą, za sobą,
  - połóżcie ją po waszej prawej stronie, po waszej lewej stronie, – turlajcie butelkę po podłodze.

#### **4. A teraz ćwiczenia gimnastyczne – zestaw nr 17 z przewodnika dostosowane do warunków domowych.**

*Dla każdego dziecka plastikowy kręgiel lub plastikowa butelka.  
Jeśli ktoś ćwiczy w ogrodzie to mata lub kocyk.*

##### **•• Zabawa orientacyjno-porządkowa *Postulzrne kręgle.***

Dzieci poruszają się swobodnie po pokoju/ogrodzie, trzymając kręgle w ręce.

Na klaśnięcie

zatrzymują się i manipulują kręglami: podają je sobie z jednej ręki do drugiej, z przodu,

za plecami, pod kolanami; podrzucają i łapią.

##### **•• Ćwiczenie mięśni brzucha *Jak najdalej w przód.***

Dzieci w siadzie prostym, kręgle trzymają w obu rękach. Wykonują skłon tułowia w przód,

sięgając rękami jak najdalej w kierunku stóp (kolana proste).

##### **•• Skrety *Na prawo, na lewo.***

Dzieci w siadzie skrzyżnym, trzymają kręgle na głowach, przytrzymując je rękami, łokcie

mają na zewnątrz. Wykonują skrety tułowia w prawo i w lewo; co pewien czas wykonują

kilka rzutów i chwytów kręglami.

##### **•• Skrećoskłon *Witamy stopy.***

Dzieci w siadzie rozkrocznym, kręgle trzymają oburącz w górze; wykonują skrećoskłon do

lewej stopy – *przywitanie* jej (podczas ćwiczenia dzieci starają się nie zginać kolan, kręgle

trzymają obiema rękami).

##### **•• Ćwiczenie mięśni grzbietu *Oglądamy kręgle.***

Dzieci leżą na brzuchu, trzymają kręgle w obu rękach przed twarzą. Unoszą głowę, prostują

ręce; oglądają kręgle, wytrzymują przez chwilę. Potem powrót do leżenia – odpoczynek.

•• **Ćwiczenie mięśni brzucha *Spotkanie*.**

Dzieci leżą na plecach, trzymają kręgle w obu rękach wyciągniętych za głowę. Jednocześnie wznoszą obie ręce i nogi – dążą do *spotkania* nóg z kręglami; potem powracają do pozycji wyjściowej.

•• **Ćwiczenie mięśni grzbietu i brzucha *Z nóg do rąk*.**

Dzieci leżą na plecach, kręgle trzymają pomiędzy stopami. Przekazują kręgle do rąk za głowę i powracają do siadu. Ponownie wkładają kręgle pomiędzy stopy i od nowa wykonują ćwiczenie.

•• **Bieg *Postaw kręgle*.**

Dzieci biegają z kręglami w różnych kierunkach przy rytmicznym klaskaniu. Podczas przerwy w klaskaniu stawiają kręgiel na podłodze tak, aby się nie przewrócił. (rytm można dowolnie wybijać np. drewnianą łyżką o miskę, lub tamburynek jeśli ktoś posiada/ bębenkiem).

•• **Ćwiczenia przeciw płaskostopiu *Sprytne stopy*.**

Dzieci w siadzie prostym podpartym, kręgiel mają pomiędzy stopami (pionowo). Krążą obunóż w prawo i w lewo.

– Wałkują kręgle raz jedną, raz drugą stopą.

– W siadzie podpartym – chwytają stopami kręgle i podnoszą je do góry.

•• **Zabawa rytmiczna *Zgodnie z rytmem*.**

Dzieci, w rytmie bębena(miska z łyżką), spacerują po domu /ogrodzie w różnych kierunkach. Podczas przerwy w grze zatrzymują się, słuchają rytmu wystukanego przez rodzica/rodzeństwo na bębenu, starając się go zapamiętać, a następnie wystukują ten rytm, uderzając kręglami o podłogę lub otwartą dłoń.

•• **Zabawa uspokajająca *Marsz***

Dzieci maszerują w dowolnym kierunku; odkładają kręgle na wyznaczone miejsce.

## **Zadanie specjalne:**

### **Ćwiczenie oddechowe *Rodzina*.**

*Szablony domu i członków rodziny, słomki.*

Dzieci zajmują miejsca przy stoliku, na którym znajduje się wycięty z kolorowych kartek szablon domu oraz członków rodziny. Zadaniem każdej osoby jest przeniesienie za pomocą słomki szablonów członków rodziny na szablon domu.  
Powodzenia!

To już koniec na dziś. Do jutra!

**Wasze panie:** Dorota Golonka  
Wioletta Ziętarska