

## **Zajęcia na dzień 08.05.2020r.( piątek)**

### **Krąg tematyczny „ Łąka pełna życia”**

#### **Cel:**

- Doskonali koncentrację uwagi.
- Utrwała znajomość cyfr od 0 do 10
- Doskonali umiejętności graficzne.
- Nazywa rośliny i zwierzęta występujące na łące.
- Doskonali umiejętność wykonywania ćwiczeń angażujących duże grupy mięśniowe.

- I. **„ Kto mieszka na łące”** rozmowa z dzieckiem w oparciu o wysłuchane opowiadanie Wojciecha Widłaka **„ Co w trawie piszczy”**, filmu **„Wędrówki Skrzata Borówki”** oraz ilustracji w kartach pracy ( **rozkładówka „ Łąka latem”** ) Rodzic prosi dziecko o podanie przykładów zwierząt , owadów, które żyją na łące i ptaków, które można spotkać na niej . ( ślimak, żaba, kret, motyl, osa, pszczoła, mrówka, biedronka, konik polny, bocian, skowronek). Dziecko ogląda ilustrację **„ Łąka latem”** i uzupełnia ją naklejkami według instrukcji. Następnie wykonuje ćwiczenie **„ Żabka” w karcie pracy „ Kolekcja sześciolatka” cz.4 srt.22**, zadaniem dziecka jest narysowanie po śladzie zgodnie z podanym kierunkiem części obrazka i połączenie kropek od 1 do 10 ( liczymy głośno), kończymy rysunek oraz kolorujemy go.

#### **II. „ Obwód ćwiczebny” – ćwiczenia gimnastyczne .**

**Pomoce:** laska gimnastyczna lub dłuższy patyk może też być kawałek linki lub sznurka.  
Piłeczka.

W wykonywaniu ćwiczeń może uczestniczyć również rodzic.

1. Rodzic ustawia się z dzieckiem w parze. Na hasło: Do widzenia! Odsuwają się od siebie i siadają po przeciwnej stronie pokoju.
2. „Przejażdżka rowerowa” – ćwiczenie mięśni brzucha. Dziecko w siadzie ugiętym trzyma przed sobą laskę lub kijek jak kierownicę od roweru. Na hasło: Wybieramy się na przejażdżkę – wykonujemy ruchy okrężne nogami jak przy pedałowaniu na rowerze.
3. „Huśtawka” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko w siadzie skulnym przekłada laskę, kijek pod kolana i trzymając za jej końce, wykonuje ruchy jak przy huśtaniu.
4. „ Piłeczka w tunelu” – ćwiczenie oddechowe, rozciąganie mięśni piersiowych. Dziecko w parze z rodzicem kładą swoje laski, kijki równolegle do siebie w odległości około 15

cm . W środku kładą piłeczkę. Siedząc w klęku podpartym z ugiętymi w łokciach rękoma i pochylając się do przodu, dmuchają na piłeczkę tak, aby ta doturlała się do osoby współćwiczącej i nie wydostała się z tunelu utworzonego przez laski, kijki.

5. „Przeciąganie” – ćwiczenie rozciągające mięśnie przykurczone. Dziecko siedzi naprzeciwko rodzica w siadzie prostym rozkrocznym, tak aby ich stopy się stykały. Rękoma trzymają końce obu lasek. Najpierw dziecko pochyla się do tyłu, pociągając za sobą osobę współćwiczącą. Po chwili następuje zmiana. Podczas ćwiczenia dziecko nie powinno zginać nóg w kolanach.
6. „Marsz z wysokim unoszeniem kolan” – ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko trzymając laskę wysoko nad głową maszeruje podnosząc wysoko kolana.
7. „Odpoczynek” – ćwiczenia oddechowe. Dziecko w leżeniu tyłem, z ugiętymi w kolanach nogami, stopami opartymi o podłogę i rękoma ułożonymi w „skrzydełka” wykonuje głęboki wdech nosem i wydech ustami. Ćwiczenie powtarzamy trzy razy.

#### **Zadanie dodatkowe:**

„Kolorowa gąsienica” – zabawa w kolorowe rytmy.

Do pracy potrzebne będą kolorowe kółka. Należy układać kółka wg kolorowego rytmu np. żółty, czerwony, zielony, żółty, czerwony, zielony itd. Papierowe kółka możemy przykleić na kartkę. Na pierwszym kółeczku dorysować czułki i oczy, dorysować nóżkę pod każdym kółkiem, zieloną trawkę i gąsienica gotowa. W trakcie pracy możesz posłuchać piosenkę „Bąki z łąki”

**Pisanie cyfr po śladzie „ Kolekcja Sześciolatka” str. 70**

Linki do materiałów:

Piosenka „Bąki z łąki – <https://www.youtube.com/watch?v=eOOfjYBlYak>