06.04.2021 (wtorek).

Temat dnia: Gimnastyka ważna sprawa-moja ulubiona zabawa ruchowa.

1. **Ćwiczenia oddechowe na podstawie wiersza Ewy Małgorzaty Skorek „Rozpędzony pociąg”.** Wiersz „Rozpędzony pociąg” został napisany z myślą o ćwiczeniach oddechowych, mających na celu pobudzenie do pracy przeponę. Szybkie wypowiadanie zespołu głosek (czuk) usprawnia jednocześnie wargi, czubek języka i jego tylną część.

- W miejscach oznaczonych gwiazdką (\*) dzieci, powtarzając za Rodzicem, naśladują stukot kół pociągu – na jednym wydechu energicznie wypowiadają szeptem, raz głośniej, raz ciszej: Czuk, czuk, czuk...

„Rozpędzony pociąg”.

*Pędzi pociąg pędzi, przez lasy i pola,*

*słychać turkot, furkot to dudnią wciąż koła,*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

*Mknie pociąg po torach, huk rozlega się w lesie,*

*a stukot wielu kół w lesie echem się niesie.*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

*Pędzi pociąg przez wioski, mija lasy i pola,*

*słychać turkot i furkot, to dudnią wciąż koła.*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

*Jadą ludzie pociągiem, dudni głośno sto kół,*

*pędzi pociąg szalony, wiezie uczniów do szkół.*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

*Mija stacje i pola, huk rozlega się w lesie,*

*to dudnienie pociągu echem w lesie się niesie.*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

*Coraz słabiej już słychać pociągowe hałasy,*

*pociąg jest już daleko, mija pola i lasy.*

*– Czuk, czuk, czuk... – czuk, czuk, czuk...\**

1. **Nauka refrenu piosenki „Sposób na nudę”** **sł: Marta Świątek-Stanienda. Dowolny taniec dzieci przy piosence.**

Melodia piosenki dostępna na stronie <https://www.youtube.com/watch?v=MhXS_AGYwBA>

TEKST:

Czasem gdy nudzisz się

nie wiesz sam co robić chcesz.

Klika pomysłów masz klocki,

puzzle albo gra.

Zaczynasz bawić się lecz znów nuda blisko jest.

To wciąż nie to Ciocia Tunia podpowie Ci coś.

ref: Bo ja sposób na nudę mam zaraz go opowiem Wam.

Śpiewam, tańczę tu i tam , to cały mój świat. / 2x 2.

2.Uśmiech już na buzi jest pomysł mój spodobał się.

Więc nie myśl tyle już podejdź bliżej tu.

Swoją nudę wyrzuć w kąt i z nami teraz bądź.

Nasze kroki proste są no dalej nie wahaj się.

ref: Ja sposób na nudę mam ... / 2x

Rap: Krok do przodu klaśnij raz szybki obrót w górę skacz / 4x

ref: Ja sposób na nudę mam ... / 6x

**3.Oglądanie obrazków „Zabawy ruchowe na powietrzu”.**

Dzieci oglądają obrazki następnie mówią o tym co przedstawiają ilustracje. Odpowiadają na pytania:

-Co robią dzieci?

-Co wy robicie na świeżym powietrzu?

-Jakie zabawy ruchowe najbardziej wam się podobają?

   

**4.Praca plastyczna „ Moja ulubiona zabawa ruchowa na świeżym powietrzu”.**

Potrzebne będą: Paski papieru – po dwa dłuższe i dwa krótsze, kartki, klej, kredki.

Dzieci dostają po 4 paski kolorowego papieru – 2 dłuższe i 2 krótsze. Odsuwają paski krótsze od pasków dłuższych. Przyklejają je do kartki (wcześniej pokazują, gdzie trzeba je przykleić, żeby powstała ramka; wskazują boki, do których przykleją krótsze paski, a potem boki, do których przykleją dłuższe paski), aby otrzymać ramki. W środku rysują siebie podczas zabaw ruchowych na podwórku. Po skończeniu pracy dzieci mówią, co przedstawiają ich rysunki i dlaczego wybrały właśnie taką zabawę.

**5. Zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.**

- Spacer po ogrodzie dzieci oglądają drzewa, krzewy, słuchają ich nazw podanych przez Rodzica.

-Zabawa ruchowa „Samochody do garaży”. Potrzebna będzie Chorągiewka i krążki. Dzieci wybierają miejsce na swoje garaże. Następnie otrzymują od Rodzica po jednym krążku. Na znak – podniesienie chorągiewki – dzieci biegają po wyznaczonym miejscu ogrodu, naśladują kręcenie kierownicą i naśladują dźwięki pracującego silnika: brum, brum... Na znak – opuszczenie chorągiewki – wracają do swoich garaży

**6. Zabawa rozwijająca mowę – „Sposób na nudę”, na podstawie wiersza Marii Kownackiej „Słoneczko po deszczu”.**

*Zatuliły kwiatki płatki, główki chylą do rabatki.*

*Kap! Kap! Kap! (Dzieci powtarzają).*

*Deszcz ustaje, płyną chmury, kwiaty wznoszą się do góry!*

*Ho! Ho! Ho! (Dzieci powtarzają).*

*Wiatr tu pędzi na wyścigi. Wiatr kołysze nam łodygi.*

*Wiu! Wiu! Wiu! (Dzieci powtarzają).*

*Biegną dzieci tu z ochotą: uważajcie – takie błoto!*

*Hyc! Hyc! Hyc! (Dzieci powtarzają).*

*Byle słonko nam nie zgasło – róbmy prędko z błota masło!*

*Chlap! Chlap! Chlap! (Dzieci powtarzają).*

*Teraz baczność – kroki duże, przeskoczymy przez kałużę!*

*Hop! Hop! Hop! (Dzieci powtarzają).*

*Już pogoda – słonko świeci, maszerują sobie dzieci.*

*Raz, dwa trzy. (Dzieci klaszczą 3 razy).*

**7. Zabawy ruchowe:**

-Zabawa ruchowo-naśladowcza „Rób to, co ja”. Rodzic wykonuje proste ćwiczenia (np. podskoki, przysiady, skłony do przodu, skłony w bok, wymachy nóg, rąk), stojąc przed dziećmi, a one go naśladują.

- Wskazywanie części ciała wymienionych przez Rodzica. Rodzic mówi krótką rymowankę. Dzieci powtarzają nazwę którą wymienił Rodzic. Pokazują część ciała a także próbują nią ćwiczyć.

*„Dbamy o nasze ciało,*

*żeby dobrze nam działało”.*

*- Rodzic mówi: ręka (noga, głowa, szyja, brzuch, kolano, ucho, łokieć).*

*Edyta Golik*

*Magdalena Tomala*