**Propozycje działań i aktywności w domu dla 6-latków**

Środa: 03.06.2020r.

Temat**: Zabawy na placu zabaw.**

**Cele**

**Dziecko:**

* porównuje kształt, wielkość, ciężar przedmiotów
* dba o sprawność fizyczną
* potrafi wymienić sporty zespołowe
* bierze udział w zabawach konstrukcyjnych
* czyta krótkie zdania ze zrozumieniem
* doskonali sprawność manualną poprzez ćwiczenia grafomotoryczne
* potrafi zaplanować aktywność sportową, wyraża swoje oczekiwania
* obdarza uwagą inne dzieci i słucha ich zdania

**Zajęcia poranne**

**Kolorowa piłka** – rysowanie kredkami.

Dzieci samodzielnie szukają w sali okrągłych przedmiotów, które można obrysować na kartce. Sprawdzają, czy dany przedmiot mieści się na kartce, czy nie jest za duży. Narysowane koło ozdabiają różnymi wzorami i szlaczkami. Na koniec liczą, ile kolorów jest na każdej narysowanej piłce.

**Środki dydaktyczne:** kartka, kredki, okrągłe przedmioty 

**Co to za piłka?** – porównywanie wyglądu, wielkości i ciężaru piłek.

Nauczyciel zwraca uwagę, że do różnych sportów potrzebne są piłki. Piłki te różnią się wielkością, ciężarem, materiałem, z którego są zrobione, a nawet kształtem, bo nie wszystkie są okrągłe. Nauczyciel w miarę możliwości prezentuje różnego rodzaju piłki, a dzieci próbują odgadnąć, w którym sporcie są wykorzystywane. Piłki mogą być do: koszykówki, piłki nożnej, tenisa ziemnego, tenisa stołowego, siatkówki, squasha, rugby, baseballu, golfa, piłki ręcznej. Dzieci oglądają piłki i opisują ich cechy, porównują ich wielkość, ciężar i wygląd.

**Środki dydaktyczne:** piłki do różnych dyscyplin sportowych 

**Jedzie rowerek** – zabawa ruchowa wzmacniająca mięśnie brzucha.

Dzieci leżą na plecach, unoszą w górę nogi i naśladują pedałowanie, mówiąc: Jedzie rowerek na spacerek, jaki z tyłu ma numerek? Na słowo „numerek”, przestają pedałować, siadają po turecku. Nauczyciel wybiera osobę, która podaje numerek. Wszystkie dzieci głośno liczą, aż doliczą do podanej liczby (można umówić się z dziećmi, że numerek nie może być większy niż 20). Następnie znowu się kładą i pedałują dalej.

**Sport to zdrowie! – zestaw ćwiczeń porannych.**

**Pokonaj przeszkodę** – ćwiczenie z szarfami.

Dzieci maszerują po obwodzie koła, trzymając przed sobą szarfę. Na hasło: Stop! rozciągają przed sobą trzymaną w dłoniach szarfę i przechodzą nad nią. Idą dalej, trzymając szarfę za sobą. Na kolejne hasło: Stop! przechodzą nad szarfą tak, aby z powrotem znalazła się z przodu.

**Podaj szarfę** – ćwiczenie mięśni brzucha.

Dzieci leżą na plecach, ręce układają wyprostowane za głową. Każde trzyma w dłoniach zwiniętą szarfę. Na hasło Zmiana! dzieci powoli podnoszą ręce i nogi, wkładają szarfę między stopy i powoli opuszczają nogi. Za drugim razem szarfa wędruje w odwrotnym kierunku.

**Połączeni** – zabawa ćwicząca współpracę w parach.

Dzieci dobierają się w pary, każde wkłada jedną nogę do szarfy na wysokości kostki. Każda para próbuje iść z naciągniętą szarfą, tak aby nie spadła ona na podłogę.

**Złap ogon** – zabawa ruchowa.

Każde dziecko przyczepia sobie ogonek, wkładając jeden koniec szarfy z tyłu za spodenki lub spódniczkę. Na hasło: Złap ogon! każde próbuje wyrwać jak najwięcej ogonów, jednocześnie pilnując, aby samemu ogona nie stracić.

**Środki dydaktyczne:** szarfy

**Zajęcia główne**

**Sporty zespołowe** – pogadanka połączona z zabawą konstrukcyjną i ćwiczeniami oddechowymi.

Nauczyciel rozmawia z dziećmi o sportach zespołowych, które znają. Pyta, co jest w tych sportach ważne (zasady, współpraca, dążenie do wspólnego celu, wspieranie się, gra fair, umiejętności, talent) oraz który z nich najbardziej im się podoba i dlaczego. Można też spytać, kim jest kibic i jakie ma znaczenie udział kibiców w meczach i innych zawodach, kto był kiedyś na meczu i co najbardziej mu się podobało.

Potem nauczyciel proponuje wykonanie zabawki – boiska do gry w piłkę. Dzieci dobierają się w pary. Każda para potrzebuje kartonowego pudełka po butach. W krótszych bokach od spodu pudełka dzieci wycinają nieduże prostokątne bramki. Wnętrze pudełka wyklejają zielonym papierem. Do dłuższych wewnętrznych boków pudełka przyklejają uśmiechnięte buzie kibiców, narysowane na małych papierowych kółkach. Na „murawie” naklejają białe pasy, wyznaczające części boiska. Na koniec wykonują małą piłkę, zgniatając kawałek kartki. Zabawa polega na trafieniu w bramkę przeciwnika poprzez dmuchanie na piłkę.

**Środki dydaktyczne:** pudełko po butach dla każdej pary dzieci, papier kolorowy, białe kartki, małe papierowe kółeczka, flamastry, klej, nożyczki

**Leżąca ósemka** – zabawa ruchowa kształtująca umiejętność współpracy w zespole.

Nauczyciel układa na podłodze dużą ósemkę ze sznurka. Dzieci ustawiają się w zespoły po kilkoro (zależnie od długości sznurka – wszystkie dzieci, stojąc blisko siebie, muszą się zmieścić na jednej połowie ósemki). Każdy zespół zdejmuje kapcie i chodzi po ósemce, trzymając się za ręce. Wszyscy uważają, aby nie spaść z liny. Nauczyciel zwraca uwagę na konieczność współpracy (nie wolno nikogo mocniej pociągnąć, czasem trzeba na kogoś zaczekać lub stanąć bliżej siebie, aby prowadzący mógł przejść przez „skrzyżowanie” na ósemce).

**Środki dydaktyczne:** długi sznurek

**Sportowe zadania** – pogadanka.

Nauczyciel pyta dzieci, które sporty związane są z szybkim ruchem i czy znają jakieś sporty, które nie wymagają tak intensywnego ruchu. Należą do nich: szachy, brydż, łucznictwo, golf, bilard, kręgle. Często w tego typu sportach ważniejsza jest precyzja ruchu i skupienie niż szybkość. Po krótkiej pogadance nauczyciel poleca dzieciom odczytanie krótkich wyrazów związanych ze sportem. Dzieci określają, czy są to sprzęty, czy nazwy dyscyplin sportowych. Następnie wybierają i podkreślają nazwy przedmiotów, których można użyć do zabaw ruchowych. Nazywają przedmioty na obrazkach i zaznaczają te, które służą do przemieszczania się. Rysują szlaczek, recytując jednocześnie krótką rymowankę. Odczytują w ciszy dialogi, po czym nauczyciel wyznacza osoby do głośnego czytania. Ochotnicy własnymi słowami opowiadają, o czym rozmawiają dzieci i jakie mają plany. Następnie każdy łączy dialogi z właściwymi ilustracjami i koloruje ilustrację.

**Zajęcia popołudniowe:**

**Biegam, biegam** – zabawa bieżna.

Dzieci idą po obwodzie koła, ilustrując słowa piosenki śpiewanej na melodię „Panie Janie”. Na słowo: Stop zatrzymują się i pozostają w ciszy i bezruchu, dopóki nauczyciel nie zaintonuje kolejnej zwrotki.

*Chodzę, chodzę, chodzę, chodzę (dzieci idą), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu). Pływam, pływam, pływam, pływam (idą, wykonując rękami ruch, jakby pływały żabką), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu). Latam, latam, latam, latam (idą, naśladując rękami ruch skrzydeł), Hop, hop, hop, hop, hop, hop (podskakują w miejscu), Biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę, biegnę (biegną), Teraz stop, teraz stop (zatrzymują się bez ruchu).*

**Planujemy letnią olimpiadę** – projekt grupowy.

Dzieci wspólnie podejmują decyzję, jakie konkurencje i w jakiej kolejności pojawią się na olimpiadzie. Ustalają, jakie pomoce i jaki sprzęt sportowy będą potrzebne do każdej zabawy, w którym miejscu odbędą się poszczególne konkurencje. Zastanawiają się nad sposobem punktowania. Ustalają, kto i za co będzie odpowiedzialny. Nauczyciel zapisuje wszystkie ustalenia grupy na dużym arkuszu. Dzieci mogą dorysować odpowiednie piktogramy, żeby patrząc na spis, przypomnieć sobie, co zostało ustalone.

Propozycje konkurencji: slalom z pachołkami; bieg do szarfy i przechodzenie przez szarfę, powrót na czworakach; przechodzenie przez tunel, bieg do pachołka i powrót; przeskoki obunóż przez tor wykonany z leżących obręczy; wyścigi w workach; wyścigi w parach; przeciąganie liny; rzuty do celu; bieg do materaca, przeturlanie się po materacu i powrót na jednej nodze; bieg z przeskakiwaniem przez przeszkody np. makarony do pływania rozstawione na pachołkach; chodzenie po linie z woreczkiem na głowie; wyścig na piłkach do skakania.

**Środki dydaktyczne:** arkusz papieru, kredki

**Moja flaga** – rysowanie z wykorzystaniem szablonów.

Dzieci dostają połówki kartek z bloku i szablony figur geometrycznych lub klocki. Odrysowują ołówkiem figury, komponują z nich dowolne wzory, tworząc własne flagi na olimpiadę. Każdą figurę rysują po śladzie flamastrem i ozdabiają różnymi szlaczkami. Krótszy bok kartki trzeba posmarować klejem i nawinąć na patyczek od szaszłyka. Przygotowane flagi dzieci zabiorą ze sobą na planowaną olimpiadę.

**Środki dydaktyczne:** kartki, szablony figur geometrycznych, ołówek, flamastry, kredki, klej, patyczki od szaszłyków

**Kręgle** – zabawa zręcznościowa.

Dzieci dzielą się na dwie drużyny. Każda ustawia swoje kręgle (gotowy zestaw lub półlitrowe butelki plastikowe wypełnione wodą – od 6 do 9 sztuk) i oznacza szarfą miejsce, z którego toczy się piłkę. Każdy z zawodników ma po jednej próbie, podczas której stara się przewrócić piłką jak najwięcej kręgli. Każde dziecko zapisuje swoje punkty, ustawia ponowie kręgle i przekazuje piłkę kolejnemu zawodnikowi. Po zakończeniu rundy drużyny z pomocą nauczyciela podliczają punkty i wyłaniają zwycięzców.

**Środki dydaktyczne:** kręgle, piłki, szarfy, kartki, ołówki





